

۲



جذب اعتبار یک میلیارد ریالی برای تجهیز سالن خیرساز بالاده بیرم

۲



ورزشکار اوزی با دو طلا و یک نقره در مسابقات جهانی خیرساز را خواباند

۸



پیش بینی هجوم شدیدتر ملخ‌ها به منطقه لارستان

۸



تشریح اهداف طرح دهکردشی ثبت احوال

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و هشتم - بهمن ماه ۱۳۹۸ - جمادی الثانی ۱۴۴۱ - زانویه ۲۰۲۰ - ۹۸/۱۱/۰۸ - شماره ۱۴۵۰ - صفحه ۸ - تک شماره ۲۰۰۰ تومان

۲



بهبودی و احداث راه روستایی کاریان توسط خیرین

۲



بالگرد اورژانس لارستان در کمتر از چهار ساعت دوبار به پرواز درآمد

۳



واکنش شدید کمیسیون امنیت ملی مجلس به اظهارات اخیر ظریف

۳



تسریع در اعلان «معامله ترامپ... چرا؟»

۷



کرونا چیست و چگونه به وجود می‌آید؟

آقای وزیر، وعده نیست درخت نیمه جان آمریکای جنایتکار در مصاحبه با اشیگل را آبیاری کنید

– آقای ظریف رهبر معظم انقلاب در نماز جمعه دو هفته قبل رابطه با آمریکا را رد کردند.

– دولتی‌ها بدانند رابطه قاتل با مقتول بی‌معناست.

– اجازه ندهید سم مهلک ارتباط با آمریکا توسط شما نصیب مردم شجاع و باغیرت ایران اسلامی شود.



ظریف خطاب به ترامپ: تصمیمات خود در سیاست خارجی را بر اساس واقعیات بنا کن



وزیر خارجه ایران خطاب به رئیس جمهور آمریکا نوشت: اظهارات و تصمیمات خود در سیاست خارجی را بر اساس واقعیات بنا کن نه اخبار فاکس نیوز و مترجمین فارسی‌تان! به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، محمدجواد ظریف وزیر خارجه جمهوری اسلامی ایران خطاب به دونالد ترامپ رئیس جمهور آمریکا که در توییتی نوشته بود «وزیر امور خارجه ایران می‌گوید ایران خواستار مذاکره با آمریکا است اما می‌خواهد که تحریم‌ها برداشته شود. نه، مرسی!» در توییتی نوشت: «برای دونالد ترامپ بهتر است که اظهارات و تصمیمات سیاست خارجی خود را بر اساس واقعیات بنا کند و نه بر اساس عناوین اخبار فاکس نیوز و مترجمین فارسی خود. برای آگاهی بهتر، وی می‌تواند متن کامل مصاحبه من با اشیگل به زبان انگلیسی را بخواند.»

اگر آن متن طولانی است، پس فقط این را بخوان: اشیگل: آیا شما بعد از قتل [ترور] سردار سلیمانی توسط ایالات متحده، امکان مذاکره با ایالات متحده را منتفی می‌دانید؟ ظریف: خیر. من هرگز این احتمال را منتفی نمی‌دانم که افراد رویکرد خود را تغییر دهند و واقعیات را بپذیرند. برای ما فرقی نمی‌کند که چه کسی در کاخ سفید حضور دارد. آن چه که اهمیت دارد، چگونگی رفتار آنها است. دولت ترامپ می‌تواند گذشته خود را



اصلاح کند، تحریم‌ها را بردارد و به میز مذاکره برگردد. ما هنوز در میز مذاکره باقی مانده‌ایم. آنها طرفی هستند که میز مذاکره را ترک کرده است. ایالات متحده، آسیب بزرگی به مردم ایران وارد کرده است. روزی خواهد رسید که آنها باید این آسیب را جبران کنند. ما شکیبایی زیادی داریم.»

بیانیه

شهادت ام‌ایها

فاطمه زهرا (س) سلسیت باد

قابل توجه حلقه مندان به انتشار ویژه نامه در شهرها، بخش‌ها، شوراهای و شهرداری و ...

تهیه ویژه نامه با کمترین هزینه در روزنامه میلاد لارستان

جدیدترین خبرها و تحلیل‌های لارستان و جنوب کشور و کاملترین بانک اطلاعاتی فرهنگ عامیانه لارستان بزرگ

انعکاس اخبار - گزارش - معرفی نواخ، شعرا - معرفی مناطق

با ما در تماس باشید
۰۷۱ ۵۲۳۴۴۷۷۵

<http://www.mldl.ir>

WWW.MLDL.IR

جمع آوری کمک های مردمی در امامزاده لار برای کمک به سیل زدگان

مدیر امامزاده میرعلی بن الحسین (ع) لارستان، از اهدای اقلام مختلف مردم نوع دوست لارستان به سیل زدگان هرمزگان و سیستان و بلوچستان خبر داد. به گزارش میلاد لارستان، سید یعقوب مصطفوی با بیان این خبر اظهار داشت: اقلام اهدایی در سه بخش پتو و گلیم، خوراکی و نیز پوشاک تقسیم بندی شده اند.

وی گفت: اقلام اهدایی شامل ۱۱ تخته پتو، ۱۲ گلیم ۶ متری، ۱۰ کیسه برنج، همچنین اقلام مختلف دیگری همچون روغن، کنسرو، خرما و نیز لباس های مختلف مردانه، زنانه و پچگانه، شلوار، ژاکت، روسری و... بوده و جهت سیل زدگان ارسال خواهد شد.

حوادث و کشفیات

بالگرد اورژانس لارستان در کمتر از چهار ساعت دوبار به پرواز درآمد



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، بالگرد اورژانس شهید قائدی لارستان برای دو حادثه ترافیکی به پرواز درآمد.

مسعود حاجی رجیبی رییس اورژانس پیش بیمارستانی لارستان گفت: در حادثه اول که به دلیل تصادف بین کامیون و تریلر در محور لار به جهرم نرسیده به روستای بریز رخ داد یک نفر مصوم شد که پس از اقدامات درمانی لازم توسط کارشناسان فوریت های پزشکی، جهت انتقال به موقع مصدوم اورژانس هوایی به محل اعزام و مصدوم به بیمارستان امام رضا (ع) لار منتقل شد. حادثه دوم با تماس از درمانگاه عمادشهر مینوی بر واژگونی موتور سیکلت اطلاع داده شد که با مصدومیت شدید راکب همراه بود و بلافاصله تکنسین های اورژانس زمینی و هوایی به درمانگاه اعزام شدند و مصدوم به بیمارستان امام رضا (ع) لار منتقل شد.

متلاشی شدن باند سارقان با ۷۴ فقره سرقت



فرمانده انتظامی استان فارس از شناسایی باند سارقان و کشف ۷۴ فقره انواع سرقت از آنها در شهرستان شیراز خبر داد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم و معاونت اجتماعی نیروی انتظامی استان فارس، سردار رهام بخش حبیبی با اعلام این خبر اظهار داشت: در پی وقوع چند فقره سرقت احشام در تعدادی شهرهای استان فارس، رسیدگی به این موضوع به صورت ویژه در دستور کار کارآگاهان پلیس آگاهی قرار گرفت.

وی افزود: کارآگاهان پلیس آگاهی استان با انجام گشت زنی های هدفمند و اقدامات فنی و اطلاعاتی، موفق شدند ۵ نفر از سارقان حرفه ای احشام را در یک اقدام ضربتی دستگیر کنند.

فرمانده انتظامی استان اظهار کرد: پس از انتقال متهمان به پلیس آگاهی، در بازجویی فنی و تخصصی و مواجه با ادله و مستندات پلیس، به ۷۴ فقره سرقت احشام، محتویات خودرو و منزل اعتراف کردند. سردار حبیبی با اشاره به اینکه در بازرسی از مخفیگاه سارقان، ۱۷۲ راس احشام مسروقه کشف شد، خاطر نشان کرد: متهمان پس از تشکیل پرونده تحویل مراجع قضائی و از آن طریق روانه زندان شدند.

بهبودی و احداث راه روستایی کاربان توسط خیرین



شد و وزارت راه و شهرسازی اعلام ایمنی و خط کشی آن را اجرای عملیات اسفالت، نصب انجام خواهد داد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، راه روستایی کاربان توسط خیرین بهسازی و بهسازی و احداث راه آنتنی در حال احداث است. باقری فرد مدیر کل اظهار داشت: خوشبختانه پس از تاسیس دفتر خیرین راهساز به طور مستمر شاهد مشارکت خیرین جهت احداث و بهسازی راه های ارتباطی با مشارکت خیر بزرگوار سهراب حوزه استحفاظی این اداره کل هستیم.

وی در خصوص مشخصات این پروژه، افزود: این قرارداد شامل بهسازی و احداث راه آنتنی روستای کاربان جهت دسترسی به جاده در حال احداث خنج دیگ اشکن است که عملیات خاکی این محور چهار و نیم کیلومتری شاهد مشارکت خیرین جهت احداث و بهسازی راه های ارتباطی با مشارکت خیر بزرگوار سهراب حوزه استحفاظی این اداره کل هستیم.

برگزاری دوره تخصصی جستجو و نجات در لارستان

دوره تخصصی جستجو و نجات در حوادث بین شهری در لارستان برگزار شد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری صدا و سیما، رییس شعبه ویژه هلال احمر لارستان گفت: دوره تخصصی جستجو و نجات در حوادث بین شهری باحضور ۳۰ امدادگر و نجاتگر و برای ارتقا و توانمندسازی امدادگران برگزار شد. زمانی افزود: در این دوره تخصصی شرکت کنندگان با مباحثی همچون، گزارش گیری و گزارش نویسی، ارزیابی صحنه حادثه و مصدومان، کمک های اولیه، دسترسی به مصدومان محبوس در خودرو، راهسازی، جابجایی تخصصی مصدومان و کار با طناب و گرهار آشنا شدند.

جهرم یکی از قطب های تولید گل نرگس

مدیر جهاد کشاورزی شهرستان جهرم گفت: شهرستان جهرم یکی از قطب های مهم تولید گل نرگس در استان فارس و حتی کشور محسوب می شود. به گزارش میلاد لارستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، علی جوکار گفت: جهرم با داشتن بیش از ۳۰۰ هکتار نرگس زار، از قطب های تولید گل نرگس در استان فارس است. وی با بیان این که برداشت گل نرگس از ابتدای آبان ماه در جهرم آغاز می شود، افزود: برداشت این گل زیبا و معطر، حدود ۳ ماه طول می کشد که اشتغالزایی خوبی را فراهم کرده است. جوکار با اشاره به اینکه عمده ترین ترگسزارها در خفر قرار دارد که اخیرا به شهرستان تبدیل شده است، افزود: امسال پیش بینی می شود بیش از ۱۵۰۰ تن گل در این شهرستان تولید شود. مدیر جهاد کشاورزی جهرم با یادآوری اینکه دومین جشنواره گل نرگس دیماه امسال در خفر



برگزار و با استقبال خوبی روبرو محسوب می شود که منجر به اشتغالزایی خوبی به شکل مستقیم و غیرمستقیم شده است.

استاندار فارس: دستگاه های که پروژه های اقتصادی مقاومتی را معرفی نکرده اند بازخواست می شوند

دیگر موضوعاتی بود که استاندار فارس در این جلسه بر آنها تأکید کرد. نماینده عالی دولت در استان فارس با تأکید بر اهمیت بهره مندی از تبصره ۱۹ قانون بودجه درباره واگذاری پروژه های بخش دولتی به بخش خصوصی، ابراز کرد: این اقدام در صورت شفاف، معقول و منطقی بودن، در افزایش بهره وری، سرعت به بهره برداری رسیدن و کاهش هزینه های دستگاهها مؤثر است.



استاندار فارس با اعلام اینکه تاکنون بعضی از دستگاهها پروژه های اقتصادی مقاومتی را معرفی نکرده اند، تأکید کرد: سازمان برنامه و بودجه با در نظر گرفتن یک زمان بندی مشخص به انجام اقدامات مورد نیاز در خصوص پروژه های معرفی شده، بپردازد. وی یادآور شد: دستگاه های که در معرفی این پروژه ها کوتاهی کرده اند، مورد بازخواست قرار می گیرند. رحیمی همچنین با اشاره به نزدیک بودن هفته درختکاری از اداره کل منابع طبیعی خواست نهال های سازگار با محیط اقلیمی استان را در اختیار بیاورند، دستگاهها، مردم و سازمان های مردم نهاد قرار دهند تا شاهد یک نهضت کاشت درخت در استان باشند.

استاندار فارس با بیان اینکه تاکنون بعضی از دستگاهها پروژه های اقتصادی مقاومتی را معرفی نکرده اند، گفت: دستگاه های که پروژه های اقتصادی مقاومتی را معرفی نکرده اند، مورد بازخواست قرار می گیرند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، عنایت الله رحیمی در جلسه ستاد اقتصاد مقاومتی استان فارس اظهار داشت: پروژه های اقتصاد مقاومتی باید پیش از سقف مصوب به نتیجه برسد. وی به پروژه های جهاد کشاورزی در زمینه تولید گیاهان دارویی و نهال های اصلاح شده اشاره کرد و با ابراز خرسندی از اینکه این پروژه ها برابر با برنامه تعیین شده و در بعضی موارد بیش از برنامه محقق شده اند، گفت: استفاده از نهال در گذشته مشکلاتی را برای کشاورزان به وجود آورده بود که امیدواریم با فعالیت این واحدهای تولید نهال شاهد رفع آن در آینده باشیم. استاندار فارس، با بیان اینکه سازمان آب منطقه ای دو پروژه کنترلودار کردن چاه های مجاز و پر کردن چاه های غیرمجاز را به عنوان پروژه های اقتصاد مقاومتی به عهده دارد، عنوان کرد: کنترلودار کردن چاه های مجاز از اولویت برخوردار است چرا که در بسیاری

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
آگهی تعیین حدود اختصاصی موضوع ماده ۱۲ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی برابر رأی شماره ۹۸/۷/۱۶ مورخه ۹۸/۷/۱۶ هیأت اول - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای عیسی حبیبی فرزند عبدالرحمن بشماره شناسنامه ۱۶۹۱۵۱ صادره از لارستان (اوز) در شش دانگ یک باب خانه به مساحت ۴۲۷/۸۲ متر مربع پلاک ۴۵۹۱۲/۱۰۱۵۲ اصلی مفروز و مجزا شده از ۱۰۱۵۳ اصلی قطعه ۴ واقع در بخش ۱۸ فارس اوزمرکز گردیده با عنایت به این که تعیین حدود پلاک ۱۰۱۵۲/۱۰۱۵۲ تاکنون به عمل نیامده حسب تقاضای نامبرده که درخواست انتشار آگهی تعیین تکلیف حدود اختصاصی نموده وقت شنبه مورخه ۹۸/۱۲/۱۰ تعیین و عملیات تعیین حدود از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند و خواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتقائی باسناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تعیین حدود به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و دریافت نماید و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر تاریخ انتشار: ۹۸/۱۱/۰۸ شمسی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۷۲۶

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
آگهی تعیین حدود اختصاصی موضوع ماده ۱۲ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی برابر رأی شماره ۹۸/۷/۱۶ مورخه ۹۸/۷/۱۶ هیأت اول - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای حبیب الله هنری فرزند محمد بشماره شناسنامه ۱۰۹ صادره از لارستان (اوز) در شش دانگ یک باب خانه به مساحت ۴۲۵/۶ متر مربع تحت پلاک ۱۰۱۶۷ فرعی از ۱۰۱۶۷ اصلی مفروزی و مجزا شده از پلاک ۱۰۱۶۷ اصلی قطعه ۴ واقع در بخش ۱۸ فارس اوز مرکز گردیده با عنایت به این که تعیین حدود پلاک ۱۰۱۶۷/۱۰۱۶۷ تاکنون به عمل نیامده حسب تقاضای نامبرده که درخواست انتشار آگهی تعیین تکلیف حدود اختصاصی نموده وقت شنبه مورخه ۹۸/۱۲/۱۰ تعیین و عملیات تعیین حدود از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند و خواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتقائی باسناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تعیین حدود به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و دریافت نماید و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۱/۰۸ شمسی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۷۳۵

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۱۸ فارس لار

خانم ماه بانو برهنه با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۲۴ لار تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به یکباب خانه پلاک ۴۲۶۴ واقع در بخش ۱۸ فارس لار که ذیل ثبت ۲۸۱۹۷ صفحه ۹۹ دفتر ۲۱۴ املاک بنام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۱۷۰۲۳ صادر و به موجب سند ... دفتر ... مع الواسطه به ... منتقل شده و به موجب سند شماره ... در رهن است به علت سهل انگاری مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می شود که هر کس نسبت به اصل مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله، تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۱/۰۸ شمسی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۷۳۸

ورزشکار اوزی با دو طلا

میج حریفان کشوری را خواباند



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی هیئت بدنسازی اوز در این دوره از مسابقات محمد جلیلی و عماد صمدانی حضور یافتند که در رده سنی جوانان محمد جلیلی موفق به کسب دو مدال طلا دست راست و چپ شد، اما عماد صمدانی در رده سنی بزرگسالان از کسب مقام باز ماند. این رقابت ها در قالب قهرمانی باشگاه های کشور انتخابی تیم ملی در مشهد برگزار شد و نفرات برتر جهت انتخابی تیم ملی معرفی می شوند.

جذب اعتبار یک میلیارد ریالی برای تجهیز سالن خیرساز بالاده بیرم



به گزارش میلاد لارستان به نقل از بیرم نیوز، وی با اشاره به خرید زمین چمن بالاده تصریح کرد: در دیدار با مدیر کل ورزش و جوانان فارس نیز مقرر شد مبلغ ۱۰ میلیون تومان جهت اتمام کار رنگ آمیزی و فنس کشی زمین چمن مصنوعی بالاده به شورای اسلامی شورا پرداخت شود تا کفپوش سالن خیرساز این دهستان را به اتمام برساند. نوازشی، افزود: تخصیص تعداد عدد کولرچفت سرمایش و گرمایش این سالن ورزشی و تعدادی تجهیزات جهت مدارس بالاده نیز در این جلسه مصوب گردید.

رئیس شورای اسلامی دهستان بالاده بیرم، اظهار داشت: طی دیدار شورای اسلامی روستای بالاده با موصلی مدیرکل نوسازی فارس مصوب شد که مبلغ ۱۰ میلیون تومان بصورت نقدی به پیمانکار معرفی شده از سوی شورا پرداخت شود تا کفپوش سالن خیرساز این دهستان را به اتمام برساند. نوازشی، افزود: تخصیص تعداد عدد کولرچفت سرمایش و گرمایش این سالن ورزشی و تعدادی تجهیزات جهت مدارس بالاده نیز در این جلسه مصوب گردید.

شمار قربانیان ویروس خطرناک در چین به ۸۰ نفر رسید



آخر هفته، تا دوشنبه هفته آینده تمدید شده است. بنا بر گزارش ها به شرکت ها و مدارس نیز در این مورد اطلاع داده شده است. هدف از تمدید تعطیلات، جلوگیری از تماس های بیشتر و مقابله با ویروس اعلام شده است.

به گفته وزیر بهداشت چین، محد و دیت های حمل و نقل عمومی و مسافرتی «باید» با بیشترین سرعت و کمترین هزینه» نتیجه بدهند. به نقل از رویترز: افزایش ساعت به ساعت شمار قربانیان کرونا، ویروس تازه ای که در وهوان چین رصد شده، دولت چین برای مقابله با شیوع بیماری سه روز دیگر به تعطیلات سال نوی چینی افزود. مقام های رسمی چین می گویند شمار قربانیان شهر وهوان، استان هوئی، سرفر کرده بودند. البته نتیجه آزمایش صد شهروند دیگر هنوز مشخص نیست، و ممکن است شمار مبتلایان افزایش پیدا کند.

شی چینینگ، رئیس جمهوری چین وضعیت کشورش را «وخیم» توصیف کرده بود و در جریان دیدار با رهبران حزب حاکم بر آن کشور، از نهادهای دولتی خواسته بود «فورا» به طور گسترده» به اقدامات خود برای کنترل اوضاع بیافزایند. ویروس تازه از خانواده کروناویروس هاست که از سرماخوردگی عادی تا بیماری های مرگباری مانند «سارس» را در برمی گیرد. در جریان شیوع این ویروس ها از شهروندان خواسته می شود به موارد شستن دست های خود با آب پاکیزه و مواد شوینده بیافزایند، حتما دهان خود را هنگام عطسه یا سرفه بیوشانند، از حضور در اماکن عمومی و شلوغ که احتمال وجود ویروس در آن ها وجود دارد، و نیز نزدیک شدن به افراد بیمار پرهیز کنند، یا از تماس بدون محافظ های بدنی (مانند ماسک دستکش و مانند این ها) با حیوانات اهلی و وحشی خودداری کنند.

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
آگهی تعیین حدود اختصاصی موضوع ماده ۱۲ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی برابر رأی شماره ۹۸/۷/۱۵ مورخه ۹۸/۷/۱۵ هیأت اول - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای محمدحسین آیت اللهی فرزند سید عبدالعلی بشماره شناسنامه ۷۲۶ صادره از لار در قسمتی از شش دانگ یک باب ورزشگاه شهید چمران موقوفه حاج ابوالحسنی به تولیت آقای سیدمحمدحسین آیت اللهی به مساحت ۱۶۸۵/۰۸ متر مربع پلاک ۱ فرعی از ۲۸۶۴ اصلی مفروزی و مجزا شده از پلاک ۲۸۶۴ اصلی قطعه ۲ واقع در بخش ۱۸ فارس لار مرکز گردیده با عنایت به این که تعیین حدود پلاک ۲۸۶۴ تاکنون به عمل نیامده حسب تقاضای نامبرده که درخواست انتشار آگهی تعیین تکلیف حدود اختصاصی نموده وقت شنبه مورخه ۹۸/۱۲/۱۳ تعیین و عملیات تعیین حدود از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند و خواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتقائی باسناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تعیین حدود به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتبا به اداره ثبت محل تسلیم و دریافت نماید و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار: ۹۸/۱۱/۰۸ شمسی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۷۳۷

واکنش شدید کمیسیون امنیت ملی مجلس به اظهارات اخیر ظریف



اعضای کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس، در نشست این کمیسیون نسبت به اظهارات اخیر وزیر امور خارجه کشور در خصوص مذاکره با آمریکا عکس‌العمل شدید نشان دادند. به گزارش خبرنگار پارلمانی خبرگزاری فارس، نشست کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی با دستور بررسی اخبار و تحولات روز و همچنین بررسی لوائح پروتکل حفاظت از تنوع زیستی الحاقی به کنوانسیون چهارچوب حفاظت از محیط زیست دریایی خزر و موافقتنامه سفر و نقل بین المللی جاده‌ای مسافر و کالا بین دولت جمهوری اسلامی ایران و شورای فدرال سوئیس برگزار شد.

در همین رابطه سیدحسین نقوی حسینی سخنگوی کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی در گفت‌وگو با فارس گفت: در ابتدای جلسه لوائح پروتکل حفاظت از تنوع زیستی الحاقی به کنوانسیون چهارچوب حفاظت از محیط زیست دریایی خزر و موافقتنامه حمل و نقل بین المللی جاده‌ای مسافر و کالا بین دولت جمهوری اسلامی ایران و شورای فدرال سوئیس بررسی شد. وی افزود: نهایتاً اعضا پس از بحث و تبادل نظر لوائح فوق را به تصویب کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی رساندند. سخنگوی کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مواه‌راه‌های مذکور توضیح دهند.

تسریع در اعلان «معامله ترامپ»... چرا؟



یک خبر چند تحلیل

خبر: با سفر نتانیاهو به آمریکا بناست از معامله ترامپ رونمایی شود.

تحلیل: -تسریع پیش از این از بعد اقتصادی معامله ترامپ رونمایی شد و البته با مخالفت‌هایی جدی هم در فلسطین و هم در خارج از آن مواجه شد اما ترامپ این بار اصرار دارد تا با رونمایی از بعد سیاسی خود و پیش از انتخابات پیش روی اسرائیل در واقع آخرین شانس خود در حمایت از نتانیاهو را آزمایش کند.

-به نظر می‌رسد در نگاه ترامپ یکی دیگر از دلایل تسریع در رونمایی از این معامله به اصطلاح زهر چشمی است که در سایه ترور شهید حاج قاسم سلیمانی حاصل کرده است. ترامپ بر این باور است که در سایه این اقدام تروریستی همگان را و ویژه محور مقاومت به عنوان پرچمداران حمایت از مساله فلسطین سکوت اختیار خواهند کرد این درحالی است که از سویی عملیات عین الاسد خلاف این تحلیل را نشان می‌دهد و از دیگر سو و در شرایط کنونی حتی دولت خودگردان نیز به صراحت مخالفت خود را با این سیاست ترامپ اعلام کرده اند.

در صورت تحقق معامله ترامپ واقعیت آن است که از موضوعی به نام فلسطین جز نامی بیرنگ و هویتی بی‌رسم هیچ چیز باقی نخواهد ماند این دقیقاً همان زاویه و بعدی است که است و با تمرکز بر طرح خود در واقع سابقه ای ۷۰ ساله از مبارزه را نادیده انگاشته، سابقه ای که در کنار نفی هویت و جغرافیای فلسطین حتماً مخالف خواست و نیت امریکا وارد عمل خواهد شد و طبعاً در انتفاضه‌هایی البته در گستره جغرافیایی فراتر از مرزهای فلسطین بروز و ظهور و استمرار خواهد یافت.

صرف‌نظر از حکومت‌های دست‌نشانده عربی که به ویژه در دوران حکومتی ترامپ در مسابقه عادی سازی روابط با اسرائیل سر از پا نمی‌شناختند به نظر می‌رسد برای امیلیارد و ۷۰۰ میلیون مسلمان همچنان موضوع قدس بعنوان قبله اول مسلمانان و پایتخت فلسطین «خط قرمز» باشد که نه تنها تخطی از آن به هیچ وجه جایز نیست بلکه هرگونه تعرض نسبت به آن مسلمان مذکور را به «بمبئی ساعتی» علیه منافع امریکا و اسرائیل بدل خواهد کرد.

آگهی تغییرات شرکت تحکیم اسکان کهریز

آگهی تغییرات شرکت تحکیم اسکان کهریز شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۶۶ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۲۴۰۷ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۸/۰۹/۱۵ تصویب ذیل اتخاذ شد:

۱- آقای رجب پیری با شماره ملی ۱۵۲۴۳۹۰۸۶۸ به سمت مدیرعامل و آقای کریم پیری با شماره ملی ۱۵۸۱۹۴۰۶۵ به سمت رئیس هیات مدیره و آقای حسین پیری با شماره ملی ۱۵۷۰۱۱۳۳۷۸ به سمت نایب رئیس هیات مدیره برای مدت ۳ سال انتخاب گردیدند

۲- آقای سعید صبوری فر با شماره ملی ۲۷۵۵۸۰۲۲۱۹ به عنوان بازرس اصلی و آقای حمید صبوری فر با شماره ملی ۲۷۵۵۲۳۰۲۸۲ به عنوان بازرس علی‌البدل برای مدت یک سال مالی شرکت انتخاب گردیدند.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری گراش شناسه آگهی: ۷۴۴۶۲۱

میزان عیدی ۹۸ کارکنان دولت تعیین شد

هیأت وزیران ضمن تصویب صورت‌های مالی و گزارش عملکرد هیأت مدیره سازمان‌های منطقه آزاد تجاری - صنعتی اروند، انزلی، ارس، کیش، قشم و ماکو برای سال مالی ۱۳۹۷، با الحاق اراضی استحصالی توسط سازمان بنادر و دریانوردی به محدوده منطقه آزاد تجاری - صنعتی انزلی و افزایش تعرفه هزینه خدمات مناطق ویژه اقتصادی موافقت نمود.

همچنین، ضمن تعیین نصاب معاملات سازمان‌های مناطق آزاد تجاری - صنعتی و نماینده مجمع عمومی در هیأت ترک تشریفات مناقصه سازمان‌های مناطق آزاد تجاری - صنعتی، در خصوص طرح جامع منطقه ویژه اقتصادی نمین، تغییر گرایش مجاز منطقه ویژه اقتصادی پانه از «صنایع تبدیلی-بسته‌بندی» به «صنعتی-تجاری»، اصلاح ماده (۱۵) مقررات صادرات، واردات و امور گمرکی مناطق آزاد تجاری - صنعتی و تغییر محدوده منطقه ویژه اقتصادی شوش تصمیم‌گیری نمود. با موافقت اعضای دولت، در بودجه سال ۱۳۹۸ سازمان منطقه آزاد کیش، مبلغ ۵۰۰ میلیارد ریال از اعتبار تسهیلات داخلی و خارجی کسر و به اعتبار منابع حاصل از انتشار اوراق صکوک، مشارکت، قرضه و ... اضافه می‌گردد.

هیأت وزیران ضمن تصویب صورت‌های مالی و گزارش عملکرد هیأت مدیره سازمان‌های منطقه آزاد تجاری - صنعتی اروند، انزلی، ارس، کیش، قشم و ماکو برای سال مالی ۱۳۹۷، با الحاق اراضی استحصالی توسط سازمان بنادر و دریانوردی به محدوده منطقه آزاد تجاری - صنعتی انزلی و افزایش تعرفه هزینه خدمات مناطق ویژه اقتصادی موافقت نمود.

همچنین، ضمن تعیین نصاب معاملات سازمان‌های مناطق آزاد تجاری - صنعتی و نماینده مجمع عمومی در هیأت ترک تشریفات مناقصه سازمان‌های مناطق آزاد تجاری - صنعتی، در خصوص طرح جامع منطقه ویژه اقتصادی نمین، تغییر گرایش مجاز منطقه ویژه اقتصادی پانه از «صنایع تبدیلی-بسته‌بندی» به «صنعتی-تجاری»، اصلاح ماده (۱۵) مقررات صادرات، واردات و امور گمرکی مناطق آزاد تجاری - صنعتی و تغییر محدوده منطقه ویژه اقتصادی شوش تصمیم‌گیری نمود. با موافقت اعضای دولت، در بودجه سال ۱۳۹۸ سازمان منطقه آزاد کیش، مبلغ ۵۰۰ میلیارد ریال از اعتبار تسهیلات داخلی و خارجی کسر و به اعتبار منابع حاصل از انتشار اوراق صکوک، مشارکت، قرضه و ... اضافه می‌گردد.

هیأت وزیران ضمن تصویب صورت‌های مالی و گزارش عملکرد هیأت مدیره سازمان‌های منطقه آزاد تجاری - صنعتی اروند، انزلی، ارس، کیش، قشم و ماکو برای سال مالی ۱۳۹۷، با الحاق اراضی استحصالی توسط سازمان بنادر و دریانوردی به محدوده منطقه آزاد تجاری - صنعتی انزلی و افزایش تعرفه هزینه خدمات مناطق ویژه اقتصادی موافقت نمود.

همچنین، ضمن تعیین نصاب معاملات سازمان‌های مناطق آزاد تجاری - صنعتی و نماینده مجمع عمومی در هیأت ترک تشریفات مناقصه سازمان‌های مناطق آزاد تجاری - صنعتی، در خصوص طرح جامع منطقه ویژه اقتصادی نمین، تغییر گرایش مجاز منطقه ویژه اقتصادی پانه از «صنایع تبدیلی-بسته‌بندی» به «صنعتی-تجاری»، اصلاح ماده (۱۵) مقررات صادرات، واردات و امور گمرکی مناطق آزاد تجاری - صنعتی و تغییر محدوده منطقه ویژه اقتصادی شوش تصمیم‌گیری نمود. با موافقت اعضای دولت، در بودجه سال ۱۳۹۸ سازمان منطقه آزاد کیش، مبلغ ۵۰۰ میلیارد ریال از اعتبار تسهیلات داخلی و خارجی کسر و به اعتبار منابع حاصل از انتشار اوراق صکوک، مشارکت، قرضه و ... اضافه می‌گردد.

خواسته سلیمانی، اخراج آمریکا بود احتمالاً ترور او مقدمه این اخراج است

«ترور ژنرال ایرانی به قاطعیت بیشتر ایران و اتحاد بیشتر مردم ختم شد اما به نظر می‌رسد انتقام هنوز ادامه خواهد داشت و متأسفانه ممکن است به اخراج آمریکا از منطقه منتهی شود.»

پایگاه اینترنتی میدل‌ایست‌ای که در لندن به روزرسانی می‌شود، ضمن انتشار تحلیل فوق نوشت: ترور ژنرال سلیمانی در بغداد به وسیله آمریکایی‌ها تا به حال دو نتیجه روشن داشته؛ اول این که مردم ایران علی‌رغم تمام نظرات متفاوتی که دارند، در مراسم عزاداری قاسم سلیمانی به صورت خودجوش شرکت کردند و نشان دادند در مقابل اقدام علیه کشورشان همه متحدند. دوم اینکه، آمریکا با چنین اقداماتی همچنان رتبه نخست خودش در انجام رفتارهای شرم‌آور را حفظ کرد، واشنگتن بار دیگر نشان داد که به شدت تمایل به آزار دیگران و همچنین ایجاد پیامدهای منفی ناخواسته برای منافع ملی خودش دارد. بزرگترین نتیجه ملموس ترور سلیمانی در حقیقت می‌تواند تحقق رویای دیرینه خود او یعنی وادار شدن آمریکا به ترک منطقه غرب آسیا باشد. خروج آمریکا

البته پیش از همه می‌تواند یک کابوس برای اسرائیل و برخی از حاکمان عرب باشد، آن هم در شرایطی که ایران در حال کنار گذاشتن محدودیت‌های هسته‌ای است. همانطور که انتظار می‌رفت، ایران در انتقام ترور سلیمانی مواضع نظامی آمریکا در خاک عراق را موشک‌باران کرد. با توجه به اظهارات سپاه پاسداران به نظر می‌رسد ایران گام‌های بعدی خودش برای انتقام خون سلیمانی را متوجه متحدان آمریکا در منطقه مثل امارات یا اسرائیل کند. حمله انتقام‌جویانه ایران تاکنون به دو هدف اصلی خود رسید: اول اینکه، نشان داد اگر ترور سلیمانی با هدف بازدارندگی در

مقابل تهران صورت گرفته قطعا شکست خورده است. ثانیاً، این حمله مردم را تا حدی آرام کرد. اگر داستان به همین جا ختم شود، خوب، ایده‌آل خواهد بود، اما متأسفانه هیچ بعید نیست که پاسخ ایران همچنان ادامه داشته باشد. همانطور که یکی از مهمترین شرکای منطقه‌ای تهران، رهبر حزب‌الله هم بیان کرد، احتمالاً ایران سال‌ها از طریق جنگ نیابتی سربازان آمریکایی را در خاورمیانه هدف قرار دهد تا مجبور به ترک منطقه شوند.

آنچه در هفته‌های آینده باید به دقت مورد توجه قرار گیرد وضعیت در حال تحول عراق است و این مربوط به دو رویداد

آقای بیگ‌میرزا رضایی با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۴۳ لار تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به یک بابک مغازه پلاک ۲۰۹۲/۳ واقع در بخش ۱۸ فارس لار که ذیل ثبت ۲۸۹۹ صفحه ۵۵۵ دفتر ۵۵ املاک بنام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۸۰۰۳۹۱ صادر و به موجب سند ... دفتر ... مع‌الواسطه به ... منتقل شده و به موجب سند شماره - دفترخانه - نزد - در رهن است به علت سهل‌انگاری مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثمنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین‌نامه قانون ثبت نسبت به ملک مورد آگهی معامله‌ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت نشود اداره ثبت سند مالکیت المثمنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۹۸/۱۱/۰۸ شمسهلی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۷۳۹

آقای بیگ‌میرزا رضایی با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۴۳ لار تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به یک بابک مغازه پلاک ۲۰۹۲/۳ واقع در بخش ۱۸ فارس لار که ذیل ثبت ۲۸۹۹ صفحه ۵۵۵ دفتر ۵۵ املاک بنام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۸۰۰۳۹۱ صادر و به موجب سند ... دفتر ... مع‌الواسطه به ... نامبرده منتقل شده و به موجب سند شماره - دفترخانه - نزد - در رهن است به علت سهل‌انگاری مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثمنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین‌نامه قانون ثبت نسبت به ملک مورد آگهی معامله‌ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت نشود اداره ثبت سند مالکیت المثمنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۹۸/۱۱/۰۸ شمسهلی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۷۳۹

آقای بیگ‌میرزا رضایی با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۴۳ لار تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به یک بابک مغازه پلاک ۲۰۹۲/۳ واقع در بخش ۱۸ فارس لار که ذیل ثبت ۲۸۹۹ صفحه ۵۵۵ دفتر ۵۵ املاک بنام نامبرده ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۸۰۰۳۹۱ صادر و به موجب سند ... دفتر ... مع‌الواسطه به ... نامبرده منتقل شده و به موجب سند شماره - دفترخانه - نزد - در رهن است به علت سهل‌انگاری مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثمنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین‌نامه قانون ثبت نسبت به ملک مورد آگهی معامله‌ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت نشود اداره ثبت سند مالکیت المثمنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۹۸/۱۱/۰۸ شمسهلی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۷۳۹

آگهی مزایده فروش واحدهای تجاری

در مجتمع تجاری تفریحی نگین (نوبت دوم)

شهرداری لار در نظر دارد به استناد مجوز شماره ۶۵۴ - ۵/۲۹ / ۹۷/ و ۸۶۰ - ۹۸/۹/۱۶/ شهرداری لار نسبت به فروش واحدهای تجاری به آدرس لار شهر جدید - بلوار امام رضا مجتمع تجاری تفریحی نگین از طریق مزایده به شرح زیر طبق آئیننامه مالی شهرداری و شرایط زیر اقدام نماید. لذا کلیه متقاضیانی می‌توانند پس از واریز وجه سپرده شرکت در مزایده پیشنهاد مبلغ خود را به همراه فیش سپرده به دبیرخانه شهرداری تحویل نمایند.

شماره واحد	کاربری	مساحت واحد تجاری (مترمربع)	قیمت هر واحد(تجاری ریال)	سپرده واریزی (ریال)	محل ملک
۱	تجاری	۱۶/۲۲	۱/۸۵۰/۰۰۰/۰۰۰	۹۲/۵۰۰/۰۰۰	شهرجدید مجتمع تجاری تفریحی نگین طبقه اول
۲	تجاری	۱۳/۶۹	۲/۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۳۰/۰۰۰/۰۰۰	شهرجدید مجتمع تجاری تفریحی نگین طبقه اول
۳	تجاری	۲۴/۷۶	۲/۷۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۳۵/۰۰۰/۰۰۰	شهرجدید مجتمع تجاری تفریحی نگین طبقه همکف
۴	تجاری	۱۴/۳۹	۲/۹۵۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۴۷/۵۰۰/۰۰۰	شهرجدید مجتمع تجاری تفریحی نگین طبقه همکف

نوبت چاپ اول: ۹۸/۱۱/۰۱ نوبت چاپ دوم: ۹۸/۱۱/۰۸

محمد رضا قنبرنژاد - شهردار لار م الف: ۱۳۴۹ شناسه آگهی: ۷۳۴۶۸۷

ترامپ کمک‌ها به اوکراین را منوط به آغاز تحقیقات درباره رقبایش کرده بود



بنا بر گزارش نیویورک‌تایمز، دونالد ترامپ در تابستان گذشته خواسته بود تا زمانی که مقام‌های کی‌یف به تحقیقات در مورد رقبای سیاسی‌اش، از جمله جو بایدن، باری نومی‌رسانند، کمک‌های نظامی به اوکراین متوقف بماند.

روزنامه نیویورک‌تایمز این گزارش را بر اساس شرحی از نوشته‌های منتشرشده جان بولتون، مشاور پیشین امنیت ملی رئیس‌جمهوری آمریکا، تنظیم کرده است؛ بدون آن‌که به‌طور مستقیم از اسناد نقل قول کند.

این نوشته‌ها در عین حال برای بازبینی پیش از انتشار به کاخ سفید ارسال شده‌اند. شماری از مقام‌های فلی و پیشین در کاخ سفید که کتاب می‌نویسند از چنین الگوی استانداردی پیروی می‌کنند. کاخ سفید آمریکا هنوز در این مورد اظهار نظر نکرده‌است.

تیم حقوقی ترامپ در روند دادگاه استیضاح رئیس‌جمهور، که در سنا جریان دارد، روز ۲۵ ژانویه/۵ بهمن اعلام کرده بود که هیچ مدرکی وجود ندارد که دونالد ترامپ مسئله کمک‌ها به اوکراین را به مسئله تحقیقات مرتبط کرده باشد. صدها میلیون دلار کمک مالی برای بهبود سطح نظامی اوکراین در بودجه فدرال سال ۲۰۱۹ تصویب شده بود.

دولت دونالد ترامپ دو بار به کنگره کشورش که بودجه را تصویب کرده بود، گفته بود کمک‌های اوکراین به کی‌یف اعطای می‌شوند؛ یک بار در فوریه و یک بار در ماه مه. در هیچ کدام از موارد کاخ سفید توضیحی در این باره که چرا اعطای کمک‌ها متوقف شده، ارائه نکرد. جان بولتون یک روز پیش از آن‌که کمک ۳۹۱ میلیون دلاری پرداخت شود، در ۱۱ سپتامبر، دولت را ترک کرد. بولتون گفته مایل به ارائه شهادت در جمع قانون‌گذاران است؛ با وجود آن‌که رئیس‌جمهور دستور به منع همکاری مقام‌ها و مشاوران با روند استیضاح داده است.

آگهی تغییرات شرکت تحکیم اسکان کهریز

آگهی تغییرات شرکت تحکیم اسکان کهریز شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۶۶ و شناسه ملی ۱۰۹۸۰۲۴۰۷ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق‌العاده مورخ ۱۳۹۸/۰۹/۱۶ تصویب ذیل اتخاذ شد - محل شرکت در واحد ثبتی گراش از آدرس قبل به آدرس جدید استان فارس ، شهرستان گراش ، بخش مرکزی ، شهر گراش، محله شهرک فرهنگیان ، کوچه (۱۰ قیصر کد ثبت ۷۴۴۶۲۱) ، پلاک ، طبقه اول- کد پستی ۷۴۴۱۷۱۴۱ انتقال یافته و ماده مربوطه در اساسنامه بشرح فوق اصلاح گردید.

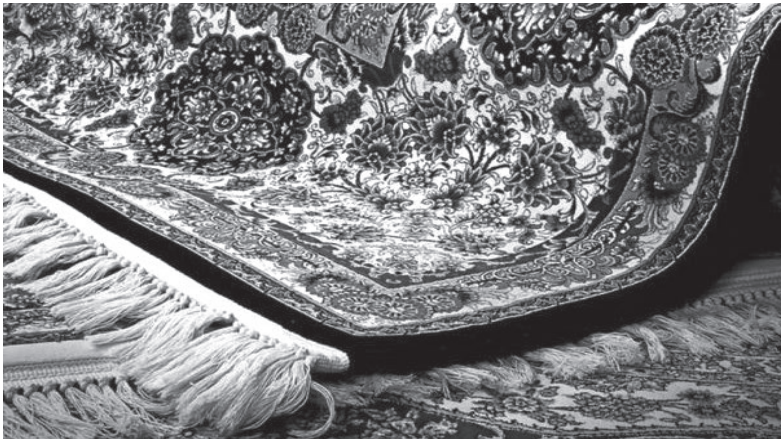
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری گراش شناسه آگهی: ۷۴۴۶۲۱

آگهی مزایده اموال غیر منقول (اسناد ذمه)

مزایده پلاک ثبتی ۱۳۸۷۸/۵۱۲۵ موضوع اجرائیه کلاسه ۹۷۰۰۱۱۹

به موجب پرونده اجرائی کلاسه فوق شش دانگ یک باب آپارتمان با کاربری طبق پزشکی که سند آن صادر و مع‌الواسطه به آقای عبدالصمد مهدی‌زاده منتقل شده است که طبق نظر کارشناس رسمی به مبلغ ۵۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال ارزیابی شده و پلاک فوق دارای ۶۷/۴۸ متر مربع اعیانی واقع در لار شهرجدید سی متری هلال احمر ساختمان کلینیک دی طبقه اول کد پستی ۷۴۳۱۸۶۳۲ می‌باشد. اسکلت ساختمان

فلزی و نوسازی می‌باشد و دارای انشعابات آب و برق و گاز که برابر گزارش ملک مزبورخالی می‌باشد و پلاک فوق از سال ۹ تا ۹ روز شنبه مورخ ۹۸/۱۱/۲۶ در اداره ثبت اسناد و املاک لارستان واقع در لار بین دو شهر بلوار سیدعبدالحسین لاری از طریق مزایده به فروش می‌رسد. مزایده از مبلغ ۵۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا فروخته می‌شود. لازم به ذکر است پرداخت بدهی‌های مربوط به آب و برق و گاز اعم از حق انشعاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای آنها باشد و نیز بدهی‌های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از این که رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد، وجوه پرداختی بابت هزینه‌های فوق از محل مازاد به برنده مزایده مسترد خواهد شد و محل عشر و حق مزایده نقدا وصول می‌گردد ضمناً چنانچه حق مزایده تعطیل رسمی گردد، مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد. رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان - شمسهلی اسکندری م/الف/۷۴۴



همه می دانند که فرش برحسب تصادف توجه مصرف کننده را به خود جلب نکرده است. فرش ها و قالیچه هایی که در ساختمان های تجاری و مسکونی پهن شده اند، سرمایه قابل توجهی را تشکیل می دهند و بنابراین نگهداری صحیح آنها منطقی به نظر می رسد.

تمیز کردن منظم با جارو برقی با خارج ساختن ذرات غباری که ممکن است به الیاف فرش آسیب برساند جزء اصلی نگهداری فرش تلقی می شود. جارو برقی نمای ظاهری فرش را دلچسب می کند و میزان غبار موجود در تار و پود فرش را کاهش می دهد و حداقل باید هر دو هفته یک بار انجام شود.

برای زیباتر جلوه دادن ظاهر فرش باید از روش های نظافت مرطوب، برای برداشتن لکه های

نکات مهم در پخت کیک و شیرینی

پخت شیرینی و کیک در خانه بسیار هیجان انگیز و البته بسیار حساس و دشوار است. اگر قواعد ساده ای را رعایت نکنید ممکن است حاصل تلاشتان را به کلی به باد دهید. ما نکات ریز اما بسیار مهمی را در این زمینه به شما آموزش می‌دهیم. همیشه از روی دستور دست به کار شوید و هیچ وقت ذهنی اقدام به پخت کیک و شیرینی نکنید. قبل از شروع هم یک بار دستور پخت را بخوانید تا در میانه کار، به مشکل بر نخورید. آرد، پودر کاکائو، بیکنگ پودر و به طور کلی همه مواد پودری باید قبل از شروع کار دو سه بار الک شده باشند تا محصول نرم و لطیفی داشته باشید. وقتی آرد را در فنجان ریختید روی آن را با کارد خوب صاف کنید تا پیمانه را به درستی به کار گرفته باشید.

پیمانه شما واحد اندازه گیری شما است پس همیشه از یک پیمانه مشخص استفاده کنید و این ذکر نباشد که شکر را با یک لیوان پیمانه کرده و آرد را با لیوانی دیگر اندازه بگیرید.هیچ گاه در فر را قبل از این که سه چهارم از زمان پخت سپری شده باشد، باز نکنید؛ چون پف کیک می‌خوابد. مواد لازم را به سلیقه خود کم و

سرمایه خود را حفظ کنید

فرش، قالیچه، روکش مبل و پرده ها احتمالا بخشی از سرمایه های اصلی زندگی شما هستند و برای تهیه آنها وقت و پول کافی صرف کرده اید؛ بنابراین باید در حفاظت آنها بکوشید.

چند نکته

– به هنگام قرار دادن وسایل سنگین مانند پایه مبل یا کمد، حتما از زیرپایه ای استفاده کنید تا فرش دچار شکستگی نشود.

– در صورتی که گلدان را بر روی فرش قرار می دهید، حتما از زیرگلدانی استفاده کنید تا با نشت آب به فرش، پوسیدگی حادث نشود.

– اگر پنجره های بزرگ در خانه دارید و ساعات زیادی از روز بر روی فرش ها آفتاب می افتد، حتما از پشت پنجره ای های حصیری یا پارچه ای استفاده کنید.

– ریشه های فرش را به وسیله چسب های پهن بی رنگ (چسب کارتن) یا شیشه مات کن های بی رنگ بیوشانید تا همیشه سفید و تمیز بمانند.

– اگر قسمتی از فرش شما به هر دلیل دچار پارگی شد، بلافاصله نسبت به رفو کردن آن اقدام کنید تا پارگی بیشتر نشود.

– سعی کنید فرش هایی کاملا هم اندازه با ابعاد اتاق با بخرید تا مجبور نشوید بخشی از فرش را تا کنید، این کار آسیب جدی به فرش وارد می کند.

سرمایه ای به نام فرش

– اگر فرش ها را در خانه می شوید، پس از استفاده از پودرهای شستشو از پاک شدن همه ذرات پودر مطمئن شوید.
– اگر در بافت فرش شما از ابریشم مصنوعی استفاده شده است، هرچند وقت یک بار با کشیدن پارچه ای نخی یا کتانی بر روی فرش، براقت بافت ابریشمین را افزایش دهید.
– اگر غذای چربی دار و رنگین مانند آب مرغ بر روی فرش ریخت، بلافاصله یک کاسه ماست بر روی آن بریزید، بگذارید چند دقیقه بماند و سپس همزمان با برداشتن ماست، لکه برداری را انجام دهید.

– برای برطرف کردن تورفتگی فرش که در اثر قرار گرفتن طولانی مدت پایه های وسایل نگهداری و طبلخ آن رعایت شود تا طعم لذیذی داشته باشد:

گوشت گوساله نسبت به گوشت گوسفند بافت سفت تر و هضم مشکل تری دارد و با این روش ها می توان پخت آن را ساده تر کرد. به همین دلیل لازم است برخی نکات درباره نگهداری و طبلخ آن رعایت شود تا طعم لذیذی داشته باشد:

گوشت گوساله را می توان در بسته بندی اولیه به مدت دو تا سه روز در یخچال با درجه صفر تا ۴ درجه نگهداری کرد.
کاغذ آلومینیومی و ظروف درجه منفذ انتخاب خوبی نیست چون فرش دوباره به حالت طبیعی باز گردد.
۲. مقداری آب در محل گودی بریزید و پارچه ای مرطوب روی آن قرار دهید و آن را به آرامی با اتو نسبتا داغ ماساژ و فشار دهید تا پرزها به حالت اولیه باز گردند. سپس با یک برس آن قسمت ها را برس بزنید.

توی یخچال بوده استفاده نکنید، بلکه

بگذارید در دمای اتاق گرم شود؛ چون روی میز کار، از دو ورق کاغذ روغنی استفاده کنید که مجبور به استفاده از آرد نشوید. چون استفاده زیاد از آرد باعث سفت و خشک شدن

بیسکویت و شیرینی می‌شود. چیزی است که روی آن طلایی شده باشد و خوب پف کرده باشد و تا حدودی از دور قالب فاصله گرفته باشد. برای آن که مطمئن شوید کیک مغزینخت شده، یک چنگال را در آن فرو کنید و بیرون بیاورید. اگر چیزی به چنگال نچسبید، کیک پخته است

برای پهن کردن خمیر بیسکویت رومی میز کار، از دو ورق کاغذ روغنی استفاده کنید که مجبور به استفاده از آرد نشوید. چون استفاده زیاد از آرد باعث سفت و خشک شدن

بیسکویت و شیرینی می‌شود. چیزی است که روی آن طلایی شده باشد و خوب پف کرده باشد و تا حدودی از دور قالب فاصله گرفته باشد. برای آن که مطمئن شوید کیک مغزینخت شده، یک چنگال را در آن فرو کنید و بیرون بیاورید. اگر چیزی به چنگال نچسبید، کیک پخته است



۹. **استفاده از کیسه پارچه‌ای در خانه بدون زباله:**

هرگاه برای خرید بیرون می‌روید حتما به خودتان کیسه پارچه‌ای به همراه داشته باشید و میوه‌ها و مواد غذایی را در آن بگذارید. حتی می‌توانید برای خرید گوشت و مرغ ظرف مناسب با خود به همراه داشته باشید تا پلاستیک اضافی که بوی گوشت گرفته و بعدا هم استفاده‌های نخواهد داشت در خانه نبرید، در نتیجه زباله‌ای تولید نشود.

دکوراسیون اتاق نشیمن بی زباله!

حذف وسایل اضافی؛ وسایل و لوازمی که غیرضروری هستند را در دکوراسیون خود استفاده نکنید. چرا که این وسایل به جز پر کردن فضای خانه شما باعث جذب گردوغبار می‌شوند. در این صورت شما مجبور هستید هر روز خانه را گردگیری کنید. با کم شدن وسایل در خانه سطوحی که نیاز به گردگیری دارند کم‌تر می‌شود.

اهدای وسایل سالم: می‌توانید وسایلی که در خانه دارید و استفاده خاصی از آنها نمی‌کنید و وجود آنها در خانه ضروری نیست را از کسانی بدهید که به آن‌ها نیاز دارند و آن‌ها استفاده می‌کنند.

ترتین خانه بدون زباله؛ در جشن تولد و مهمانی برای ترتین خانه از وسایل ترتینی یکبار مصرف استفاده نکنید. مثلا برای جشن تولد کودکان، یک تابلو دست‌ساز تولدت مبارک می‌تواند پیشنهاد خوبی به جای ترتینات یکبار مصرف باشد. اگر می‌خواهید ترتینات بیشتری داشته باشید، می‌توانید از موادی که دوباره قابل استفاده هستند مانند چراغ‌های رنگی استفاده کنید. ترتینات و کلاه‌هایی که خودتان برای جشن تولد ساخته‌اید ایده‌های سرگرم‌کننده‌ای هستند که می‌توانید از آنها برای مراسمات دیگر استفاده کنید.

اتاق خواب بی زباله

الیاف طبیعی به کار ببرید: حتی الامکان از وسایلی استفاده کنید که از مواد طبیعی مانند پنبه، پشم، کنف، بامبو و… ساخته شده‌اند و پس از خراب شدن و دور انداختن، مطمئنید که به طبیعت برمی‌گردند.

وسایلی دوستدار محیط زیست: در انتخاب وسایل توجه کنید که جنس مبلمان و تخت و فرش شما طوری انتخاب شود که پس از مدت‌ها استفاده از آن، کمترین آسیب را به محیز زیست وارد کند مثل وسایل چوبی که عمر طولانی دارند و یا فرش پشمی که الیافی طبیعی دارد.
حمام و شستشو با کمترین زباله!

بیش ترين قسمت‌هایی که می‌توانند تاثیر زیادی در عملی شدن تفکر خانه بی‌زباله داشته باشند آشپزخانه و حمام هستند چرا که بیشترین وسایل پلاستیکی و بسته‌بندی‌ها مربوط به مواد غذایی و وسایل مورد استفاده در آشپزخانه و حمام است. می‌توانید زندگی بدون زباله را از مکان‌های کوچک خانه مثل حمام و یا کارهایی مانند نظافت و



گوشت گوساله نسبت به گوشت گوسفند بافت سفت تر و هضم مشکل تری دارد و با این روش ها می توان پخت آن را ساده تر کرد. به همین دلیل لازم است برخی نکات درباره نگهداری و طبلخ آن رعایت شود تا طعم لذیذی داشته باشد:

گوشت گوساله را می توان در بسته بندی اولیه به مدت دو تا سه روز در یخچال با درجه صفر تا ۴ درجه نگهداری کرد.
کاغذ آلومینیومی و ظروف درجه انتخاب خوبی نیست چون فرش دوباره به حالت طبیعی باز گردد.
۲. مقداری آب در محل گودی بریزید و پارچه ای مرطوب روی آن قرار دهید و آن را به آرامی با اتو نسبتا داغ ماساژ و فشار دهید تا پرزها به حالت اولیه باز گردند. سپس با یک برس آن قسمت ها را برس بزنید.

روش های پخت گوشت گوساله

مخلوطی از آب نمک (نصف فنجان نمک در ۲ لیتر آب) درون یخچال بگذارید. پس از بازشدن گوشت، آب نمک را بیرون بریزید و البته در افزودن نمک به غذا کمی دقت کنید.

زمانی که قصد پخت گوشت گوساله برای خورش یا خوراک را دارید، ابتدا کمی آن را حرارت دهید تا لایه نازکی روی گوشت شکل بگیرد و تمام شماره گوشت داخل آن حفظ شود. سپس بگذارید گوشت با حرارت کم بپزد. هنگام کبابی کردن درون فر. حتما تکه‌های گوشت را درون کاغذ آلومینیومی ببیچید. این کار به نرمی و طعم بهتر گوشت کمک می‌کند. افزودن چند قطره آب لیمو پیش از پخت، به حفظ رنگ روشن گوشت کمک می‌کند. اگر عجله دارید یا گوشت سفت‌تر از حد معمول به نظر می‌رسد، از جوش شیرین کمک بگیرید. برای این منظور، تکه های گوشت را به جوش شیرین آغشته کنید و اجازه دهید دست کم ۳۰ دقیقه درون یخچال بماند. سپس روی گوشت آب بریزید تا جوش شیرین باقی نماند. گوشت را با دستمال جذب، خشک کنید و با هر روشی که دوست دارید بپزید و از نرمی آن لذت ببرید.پاپریکا، جوزهندی، زعفران، زیره، فلفل، مرزنجوش، آویشن، رزماری، برگ بو و ترخون جزو بهترین چاشنی‌ها و طعم‌دهنده‌های گوشت گوساله هستند.

آیا تخم‌مرغ باید شسته شود؟



پروتئینی در آب حل می‌شود و در واقع لایه محافظ از بین می‌رود. پس فقط تخم‌مرغ‌های آلوده به فضولات را با آب یا مواد شوینده شسته ولی سریعاً آنها را استفاده کنید زیرا آلودگی‌های محیط سریعاً وارد تخم‌مرغ خواهد شد.

از مصرف تخم‌مرغ‌های شکسته خودداری کنید. به‌خصوص زمانی که آلودگی در محل شکسته شدن تخم‌مرغ دیده می‌شود.

تخم‌مرغ حتما در یخچال نگهداری شده و جهت جلوگیری از انتقال آلودگی سطح آن به سایر مواد غذایی بهتر است از ظروف دردار مخصوص نگهداری تخم‌مرغ استفاده کنید.

تخم‌مرغ در در یخچال نگهداری نشود چرا که این نقطه دارای نوسانات دمایی زیادی است.

برای تهیه غذاهایی که حرارت نمی‌بینند (نظیر برخی دسرها) بهتر است از تخم‌مرغ پاستوریزه یا پودرهای آن استفاده کنید.

از خرید تخم‌مرغ‌هایی که تاریخ تولید و انقضای آنها قابل خواندن نیست، اجتناب کنید.

تخم‌مرغ را به صورت کاملا پخته مصرف کنید.

شستشو شروع کنید.

استفاده از حوله و دستمال‌های با الیاف طبیعی؛ بهتر است از حوله‌های پنبه‌ای استفاده کنید که هم عمر زیادی دارند و هم از نظر محیط زیستی آسیب کمتری وارد می‌کنند. البته برای سلامتی شما هم مفیدترند.

شوینده‌های گیاهی؛ برای شستشو و حمام کردن، از صابون‌های دست ساز و شامپوهای فله‌ای استفاده کنید. به یاد داشته باشید که برای تقویت بدن خود به جای لوسیون‌های شیمیایی بهتر است از روغن‌های گیاهی که سازگار با بدن شما و محیط‌زیست می‌باشند استفاده کنید. صرفه‌جویی در مصرف آب؛ سعی کنید حتی‌الامکان آب کم تری را در حمام کردن و شستشو هدر بدهید. یک ظرف در حمام قرار بدهید و دوش آب را تا زمانی که آب گرم شود در آن قرار دهید تا آب کم تری هدر برود و از آن آب بعدا در کارهای شستشو و آبیاری گیاهان استفاده کنید.

استفاده از مسواک قابل بازیافت؛ می‌توانید از مسواک‌های گیاهی مانند چوب مسواک و یا بامبو که انتخابی ارزان و پایدار هستند، استفاده کنید که بسته‌بندی پلاستیکی ندارند و برای سلامتی شما هم گزینه‌ی بهتری هستند.

مزایای زندگی بی‌زباله:

همان‌طور که از نام این نوع سبک زندگی پیداست، زندگی شما با کم ترین تولید زباله خواهد بود و بسیار واضح است که خانه و خانواده‌ای که کم تر زباله تولید می‌کنند سالم‌تر و شادتر خواهند بود.از مزایای زندگی بدون زباله می‌توان به:

ایجاد نظم و برنامه‌ریزی در زندگی

کمک به اقتصاد خانواده در طولانی مدت

کمک به محیط زیست

انتقاد بر زندگی بی‌زباله!

اگر انتقادی بر این نوع سبک زندگی وارد باشد؛ به دلیل

عادت کردن انسان‌ها به زندگی‌های مصرف‌گرایانه، سریع و دیدگاه‌های خودمحورانه و ناپایدار انسان در قبال زمین و محیط‌زیست است.

در نگاه اول اگر بخواهید همه کارهای مربوط به زندگی بی زباله را انجام دهید ممکن است خسته و دل‌زده شوید چرا که این نوع سبک زندگی نیاز به صبر و برنامه‌ریزی بیش تری دارد. در نتیجه توصیه می‌شود از کارهای کوچک شروع کنید.

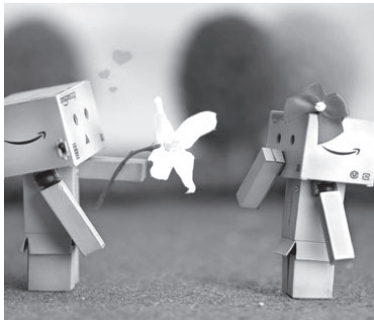
برخی از کارهای زندگی بدون زباله ممکن است در خانه‌های آپارتمانی و کوچک امروزی سخت به نظر برسد مانند خشک کردن زباله در هوای آزاد که در ابتدا ممکن است با جمع شدن پشه و مگس همراه باشد. ولی می‌توانید راه‌کارهای مناسب برای خانه‌های کوچک را به کار ببرید. با سبک زندگی بدون زباله، زمانی که صرف برخی از کارهای روزمره می‌شود بیش تر از زندگی عادی خواهد بود به طور مثال شما با استفاده از دستمال پارچه‌ای باید زمانی را صرف شستشوی آن ها کنید ولی با استفاده از دستمال کاغذی این طور نخواهد بود! کمی با پیش‌روی در این نوع زندگی و عادت کردن به آن سرعت و نظم زندگی بیشتر خواهد شد و به همان نسبت آرامش بیشتری خواهید داشت چرا که با تولید زباله کمتر انرژی مثبتی در خانه جریان خواهد داشت.

سخن نهایی؛ از خانه خود شروع کنید!

در ابتدا با مطالعه روش زندگی بدون زباله ممکن است همه ما فکر کنیم که به صفر رساندن زباله در خانه کاری غیرممکن است. مملعتنا به صفر رساندن زباله کاری زاینر و نیاز به تلاش بسیار زیادی دارد، آنچه اهمیت دارد تلاش برای کم کردن زباله است در نتیجه باید از کارهای کوچک شروع کنیم. اگر هر خانواده‌ای از خانه‌ی خود شروع کند، تاثیر بسیار زیادی در کاهش تولیدات زباله خواهد داشت.



روش هایی برای عذرخواهی



عذرخواهی از همسر یا نامزدتان ممکن است مشکل به نظر برسد به خصوص زمانی که بر سر مساله یا موضوعی با هم چندین بار مخالفت کرده باشید و ممکن است در خود توان گفتن متناسب را نبینید . هر چند هر کاری را که فکر می کردید به او می فهماند از کرده خود پشیمان هستید را انجام داده اید. در این مطلب چندین روش جهت عذرخواهی مطرح شده است .

۶- مشکل ترین کلمه را به زبان بیاورید:

یک عذرخواهی واقعی می تواند یکی از دشوارترین پیشنهادهایی باشد که ارائه می دهیم! بر خلاف تصور عموم همه افراد قادر به زبان آوردن این کلمه بوده و تا به حال هیچ کس بعد از گفتن آن غش نکرده است .

۷- جمله ای لذیذ بر او بگویید:

گاهی اوقات فراموش کردن حرف های آزاردهنده کسی که دوستش دارید ، مشکل به نظر می رسد ، اما اگر چیزی قابل تعریف را با آن بیاموزید رو به شدن با مسایل بسیار آسان تر خواهد شد .

۸- بگویید که دوستش دارید:

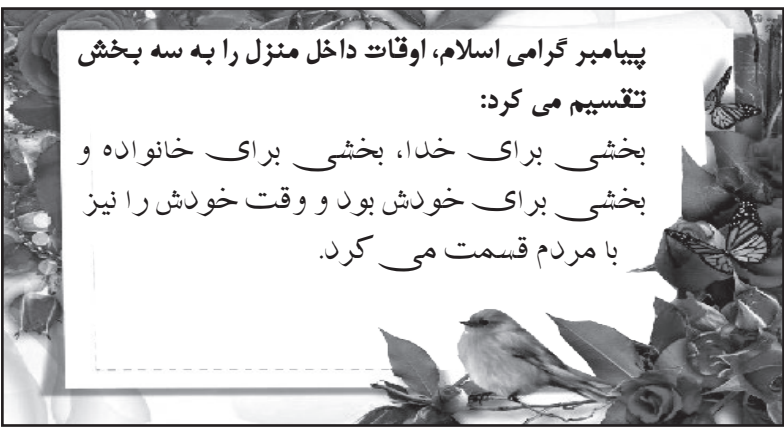
هنگامی که می خواهید به حالت آشتی و صلح برگردید ، به همسرتان بگویید که دوستش دارید . اطمینان دادن در مورد این موضوع که احساس شما نسبت به همسرتان هیچ گاه و تحت هیچ شرایطی تغییر نخواهد کرد ، بسیار خوب است .

۹- برای عصر برنامه ریزی کنید:

بعد از اینکه در خانه اوضاع آرام شد ، برای آزاد شدن فکرتان از مجادله ، برای انجام فعالیت تفریحی آماده شوید . اگر همسر یا نامزدتان قبلاً برای رزرو بلیط سینما یا هر چیزی اقدام می کرد ، این بار شما پیش قدم شوید و این کار را انجام دهید .

۱۰- بیشخید و فراموش کنید:

عذرخواهی تنها به این معناست که بگویید متأسفید ، بلکه باید آن اتفاق را برای همیشه فراموش کنید . در حقیقت فراموشی باعث می گردد که مساله مورد نظر راه بازگشت و سرایت دوباره به رابطه تان را نداشته باشد .



پیامبر گرامی اسلام، اوقات داخل منزل را به سه بخش تقسیم می کرد:
بخشی برای خدا، بخشی برای خانواده و بخشی برای خودش بود و وقت خودش را نیز با مردم قسمت می کرد.

آموزش مهارت‌ها و ارزش‌های اجتماعی



مهارت‌های زندگی دائماً تذکر دادن به کودک نیست؛ این‌که به او بگوییم مودب باش، جلوی بزرگ‌تر بایست، درست بخور، درست بشین، این‌طوری حرف زن، این‌طوری حرف بز، سلام کن، خداحافظی نکردی. این‌ها نه تنها مهارت‌ها را بالا نمی‌برد بلکه اعتماد به نفس آن‌ها را نیز پایین می‌آورد. او برداشتی را که ما از هر کدام باید و نبایدها داریم را ندارد. پس باید به صورت تجربی بیاموزد که ادب یعنی چه؟ تربیت یعنی چه؟ هرچقدر ما برایش توضیح دهیم او به درک درست نمی‌رسد و باید تجربه کند. اگر کودک ما سلام نکرد یا خداحافظی را فراموش کرد نشانه آن نیست که او بی‌ادب است و بی‌ادب می‌ماند. او هنوز درک درستی از این واژه‌ها ندارد یا شاید زمان استفاده مناسب از آن را نمی‌داند. در هر صورت او را به اجبار وادار به کاری که میل به انجام آن ندارد، نکنید. برای آموزش او روش ترغیب و تشویق بسیار مناسب است. هیچ وقت برای انجام ندادن رفتارهای اجتماعی احساس شرم و گناه به او ندهید و از جملاتی مانند بد و زشت است و گناه و... استفاده نکنید. برای انجام کاری اصرار و خواهش نکنید چون نتیجه‌ای نخواهد داشت یا اگر هم داشته باشد موقتی است و زود از بین می‌رود.

آموزش ورزشی



یکی از رشته‌های ورزشی مناسب برای سنین زیر پیش دبستان ژیمناستیک است تا مهارت‌ها و هماهنگی‌های حرکتی کودک تقویت شود. والدین می‌توانند از ۴ سالگی فرزندشان را در این کلاس‌ها ثبت‌نام کنند. البته از این سنین می‌توان کودک را با شنا نیز آشنا کرد.

خانواده خوشبخت در اسلام

شناختن نقاط قوت همسر و تأکید و توجه بیشتر بر روی آن ، ایجاد محیطی صمیمانه برای بحث و گفتگو ، ایجاد یا تأکید بر جهان بینی مشترک ، اظهارنظر همه افراد خانواده به تناسب موقعیت شرایط و امکانات خویش در امور خانه و نحوه اداره آن .

هر فردی یک حریم عمومی برای تعامل با دیگران با درجات متفاوت داشته و یک حریم خصوصی نیز برای برقراری ارتباط با خالق و ضمیر خویش و یا رفع گرفتاری فکری ومشکلات روزمره دارد و لذا توصیه میگردد مادامیکه هر یک از اعضای خانواده در حریم خصوصی خویش خلوت نموده اند (به تعبیر بعضی اندیشمندان در غار فکری و روحی خود فرو رفته اند) برای ایشان مزاحمت نکرده و یادای کلمات نامناسب و یا القای تهمت و توهین آنان را آزرده نسازیم و اجازه دهیم تا با اختیار خویش از آن حالت روحی و روانی خارج شده و نسبت به برقراری ارتباط با سایر اعضای خانواده اقدام نمایند.



مجتهدرضا فاریابی

گذشته ، خواندن ذهن طرف به جای پرسش از او ، در میان حرف طرف دودین ، سکوت، عدم همکاری، کارشکنی و... موجب متشنج شدن بیشتر حیط و عدم پیشبرد اهداف خود می شوند که کمکی به هیچ یک از اعضا خانواده نخواهد کرد.

انتقاد منصفانه از عملکرد یکدیگر در محیط یک خانواده صمیمی مورد پذیرش قرار گرفته و موجب تعالی آن خانواده در ابعاد مختلف خواهد شد. لیکن انتقاد غرض ورزانه بالاخص آنکه به طور مستقیم و مداوم نیز باشد تبدیل و تعبیر به عیب جویی شده و زمینه ساز اختلافات و منازعات خانوادگی می گردد. نوع فرهنگ و نگرش اعضا خانواده به زندگی نیز در دارا بودن یک احساس خوشایند و مثبت و به تبع آن رفتار معقول و پسندیده نقش دارد. به عنوان مثال: تطابق خود با تغییرات و تحولات پیش آمده و نگرش به تفاوت های فردی و ناراحتی ها بعنوان «فرصت های رشد» قدردانی از کار یکدیگر، رعایت شرایط اقتصادی خانواده، رسیدگی به بستگان، ارضای تمایلات جنسی صرفاً با همسر، در نظر داشتن رسالت ها و مسؤولیت های دینی و اجتماعی ، داشتن رفتار اخلاقی و شخصیت تربیتی همسران در قبال یکدیگر، برخورد درست با خطاهای یکدیگر،



بحرانهای خانواده همچون: اعتیاد ، از دست دادن کار ، تولد یک کودک معلول ذهنی یا روانی ، بیماری طولانی مدت یک عضو ، طلاق یا مرگ والدین و . . . موجب تنش درگیری خشونت های خانوادگی و... می گردند که در صورتیکه بحرانهای مزبور با برقراری نظام باز ارتباطی و بطور همیشگی و به نحو صحیح مدیریت شوند. موجب سازگاری شده ولی درغیراینصورت فرجام خوشی نخواهند داشت. متأسفانه برخی از خانواده ها به جهت ناآگاهی باتوسل به شیوه های نامناسب برای ایجاد تغییرات در روابط خانوادگی همچون: تحقیر، اهانت، قضاوت های انتقادآمیز ، داوری های کلی و بدون توجه به شرایط فعلی. یادآوری

خانواده در طی مراحل تکوین خود در سطوح مختلف گسترش می یابد. هر یک از این مراحل همراه با تغییراتی است که می تواند سبب ایجاد بحران و فشار روانی (استرس) شود. تغییرات عبارتند از:
الف) ازدواج زن و مرد و تشکیل خانواده.
ب) گسترش خانواده از طریق تولید مثل و زاد و ولد.
ج) پراکندگی به ازدواج فرزندان یا اقامت در نقطه ای دور از والدین یا حتی مرگ آنان.
د) پایان حیات به سبب مرگ یکی از همسران.
تغییرات فوق منجر به دو نوع واکنش می شود: الف) سازگاری.
ب) تزلزل یافتن و از هم پاشیدگی.

عواملی که باعث طلاق در زندگی عاشقانه تان می شود



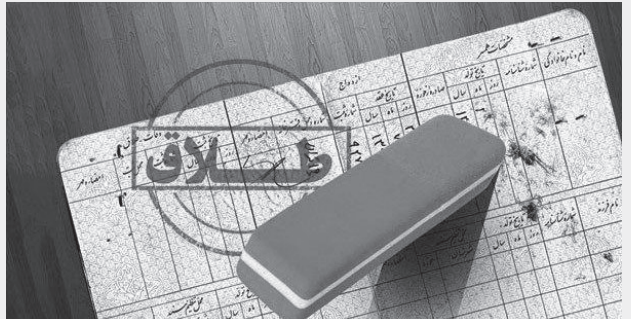
نداشتن حس مسئولیت پذیری
یکی دیگر از دلایل شکست در ازدواج و رسیدن به جدایی در چند سال گذشته، نداشتن بلوغ فکری و عاطفی و کاهش چشمگیر حس مسئولیت پذیری بین جوانان است. به نظر می‌رسد هر چقدر شرایط ازدواج و انتخاب همسر، انتخاب شغل و اداره زندگی مشترک مشکل‌تر و سخت‌تر شده است، به همان نسبت وابستگی افراد به خانواده‌های خود بیشتر شده است زیرا احساس می‌کنند که به تنهایی از عهده این مسئولیت سنگین بر نمی‌آیند. به تدریج نداشتن استقلال باعث می‌شود که فرد بخشی از مسئولیت خود را به گردن خانواده و دیگران بیندازد و به محض قرار گرفتن در تنگنا به طلاق فکر کند.

شهر هم اگر بدون داشتن مهارت و توانایی‌های کافی در زمینه‌های ارتباطی و حل مسئله وارد زندگی مشترک شوند نمی‌توانند با یکدیگر ارتباط موثر برقرار کنند و در نتیجه مشکلات به جای حل شدن روز به روز پیچیده‌تر و گسترده‌تر می‌شود. زوج‌ها برای ادامه یک ارتباط رضایت بخش باید از مهارت‌های زندگی مانند گفت وگو، گوش دادن و توانایی حل مسئله آگاهی داشته باشند زیرا وجود مشکل و اختلاف سلیقه در زندگی طبیعی است ولی نکته حائز اهمیت نحوه برخورد با این مشکلات است. گفت وگو یک عامل مهم در ازدواج موفق و زندگی مشترک است. زوج‌هایی که بیشتر اهل گفت وگو هستند، توانایی حل مسئله را نیز دارند.

احساس عمل می‌کنیم؟! بسیاری از دخترها و پسرها هیچ گونه اطلاعاتی راجع به جنس مخالف ندارند و نمی‌دانند که ویژگی‌های شخصیتی، سلیقه، انتظارات و دیدگاه‌های طرف مقابل‌شان با آن‌ها فرق می‌کند بنابراین آن‌ها را با دیدگاه خودشان ارزیابی می‌کنند و این جاست که نتیجه مطلوب حاصل نمی‌شود و این یعنی شروع اختلافات و ناسازگاری‌ها.

بی توجهی به اهمیت یادگیری مهارت ارتباطی
سومین دلیل شکست خوردن یک ازدواج، نداشتن مهارت‌های لازم از سوی زن و شوهر است. همان طور که اگر یک کارگر بدون ابزار کافی وارد محل کار شود، نمی‌تواند کار خود را پیش ببرد، یک زن و

ازدواج کردن به محض عاشق شدن!
یکی از مهم‌ترین عوامل افزایش آمار طلاق در این سال‌ها، ازدواج‌های نامناسب و ناهمگون بوده است. جالب این که در یک ازدواج نامناسب و ناهمگون حتی اگر مهارت آموزی هم انجام شود، باز هم نتیجه تغییر نمی‌کند چراکه خانه از پای بست ویران است. به طور قطع دخترها و پسرها برای این انتخاب مهم، به کمک و همراهی نیاز دارند تا بتوانند به درک درستی از ازدواج برسند و درگیر انتخاب‌های احساسی و عجولانه نشوند. حال این که چگونه به این دختر یا پسر کمک شود، می‌تواند سرنوشت ساز باشد. در بسیاری از موارد حتی خانواده‌ها هم آگاهی و مهارت لازم را برای این کار ندارند یا به جای آن‌ها تصمیم می‌گیرند. تبیین معیارها و ملاک‌های صحیح انتخاب همسر برای جوانان



زمان شروع آموزش‌های کودکان

ناکامی‌اش در هیچ صورتی نگرانی خود را به او نشان ندهید زیرا ممکن است در حرف زدنش دچار مشکل شود. البته بهتر است آموزش زبان دوم را پس از تکمیل زبان اول و کامل شدن دایره لغات کودک آغاز کنیم، زیرا کودک معمولاً در ۳ تا ۳/۵سالگی به این مهارت دست می‌یابد. می‌توان هم‌زمان با شروع مهدکودک آموزش زبان دوم را آن هم به طور غیرمستقیم آغاز کرد و آموزش مستقیم را با شروع مدرسه ادامه داد.

آموزش نقاشی



از ۲سالگی می‌توان آموزش رنگ‌ها را به کودکان آغاز کرد زیرا کودک از لحاظ روانی و جسمی رشد می‌کند، ماهیچه‌هایش قوی می‌شود و از نظر بینایی چشمش توانایی دنبال کردن و هدایت دست به هر سمتی را که می‌خواهد، دارد. کودکان معمولاً سعی می‌کنند خطوطی را از چپ به راست رسم کنند. از آنجا که نقاشی آغازی برای نوشتن است، لازم است کودک را به کشیدن نقاشی تشویق کرد. بهترین سن برای شروع آموزش نقاشی با هدف ایجاد خلاقیت در کودک و نه نقاشی کردن در پایان ۴سالگی است. منظور از آموزش نقاشی تفریح فراهم کردن فضایی برای رشد خلاقیت بچه‌ها از جمله نقاشی است. حتی والدین خود می‌توانند عهده‌دار این امر باشند. می‌توانید از موسیقی، تئاتر، بازی، قصه، شعر و... استفاده کنید و فضایی را به وجود آورید تا کودکان‌تان خود را با زبان تصویر آشنا کنند. نقاشی یک زبان بین‌المللی است؛ زبانی برای گفتن ناگفته‌ها. بهتر است کودک تا ۳ سالگی از گواش، ابرنگ و مداد شمعی برای نقاشی استفاده کند و از ۴،۵ سالگی به بعد از مدادرنگی استفاده کند. می‌توانید پایین دیوار اتاقش را سرتاسر مقوا بچسبانید و او را توجیه کنید که فقط در آنجا مجاز است نقاشی کند.

اولین آموزش‌ها در خانواده و در محیط آرام خانه شکل می‌گیرد. مانند آموزش خوب زندگی کردن، خوب حرف زدن و در کل آموزش چگونه درست اندیشیدن را باید از همان روزهای نخست کودکی در نهاد کودک جای دهیم تا با رشد روحی و روانی و فیزیکی او این امر مهم نیز به تکامل برسد و بعد سایر آموزش‌های جانبی را شروع کنیم. شایان ذکر است که آموزش کودک در این سنین صرفاً به صورت غیرمستقیم و بیشتر از طریق تحریک تمام حواس پنجگانه‌اش باید صورت بگیرد، چون کودک مانند ما تجربه لازم برای تمرکز در کلاس آموزشی رسمی را به دست نیاورده است و شاید تحمل کلاس آموزشی برایش خسته کننده و کسالت‌آور باشد. پس بهتر است آموزش‌ها در خلال بازی باشد تا برای کودک ایجاد علاقه و انگیزه کند. آموزش در این زمان بسیار دشوار و مهم است زیرا ریشه‌های آموزش را به وجود می‌آورد و باید کاملاً تخصصی و تکنیکی باشد.

آموزش زبان دوم



کودک از بدو تولد حس شنوایی فوق‌العاده‌ای دارد که به او اجازه می‌دهد اصوات مختلف را از هم تشخیص دهد. اگر از همان بدو تولد با کودک با دو زبان خسته کنیم او توانایی درک هر دو زبان پیدا می‌کند. این کودک دیر زبان باز خواهد کرد زیرا با دایره وسیعی از لغات مواجه می‌شود که باید آن‌ها را پردازش کند و در نتیجه دیر زبان باز می‌کند و گاهی لغات دو زبان را با هم مخلوط می‌کند، ولی بعد از مدتی و در صورت مداومت کار برایش عادی می‌شود. این حالت کاملاً طبیعی است و در ۴-۳ سالگی از بین می‌رود. این نکته را به یاد داشته باشید که هرگز برای آموختن یا حرف زدن یک زبان نباید به کودک فشار آورد. همیشه با کوچک‌ترین پیشرفت او را تشویق کنید و در صورت

شیوه

زندگی توحیدی، زندگی کوثرانه

در زندگی کوثرانه جایگاه عمل جایگاهی بس رفیع است لذا سزاوار است که از جانب فیوضات الهی دارای قوت، صدق (منطقی با حق) با قصد و عزم و نیز توأم با نشاط گردد. بندگانی که دارای سبک زندگی کوثرانه‌اند در شبکه عظیمی به نام شبکه بندگان صالح خداوند قرار دارند و اعمال صالحین پاداششان را هم‌افزایی می‌نماید. ضمن آن که مشابَهت یافتن در اعمال صالحین دعایی همیشگی برای این افراد است.

در زندگی کوثرانه عمل فقط برای دستیابی به وجه باقی خداوند و دستیابی به زندگی صالحان انجام می‌شود. در زندگی کوثرانه عمل زندگی آفرین و حیات‌آفرین است. در زندگی توحیدی و کوثرانه اهل خانواده اوقات، امکانات و اعمال خود را به بهترین وجهی در جهت آباد کردن آخرت هزینه می‌کنند و آن را با قیمت ارزان معاوضه نمی‌کنند. به همین دلیل در این زندگی کارهای خیر به واسطه سختی‌ها ترک نمی‌شود و کسالت، فراموشی، ریا، خودشیفتگی وجود ندارد.

مرگ عزت‌مندانه یعنی کشته شدن در راه نصرت خدا و رسول خدا (ص) به عنوان آرزوی این زندگی است و مرگ وسیله‌ای برای خریدن حیات باقی است. افرادی که دارای زندگی کوثرانه‌اند مراقب ورودی‌های قلب خویش هستند و از آفت‌ها و امراض درونی، خود را مصون داشته دارای قلب سلیم‌اند. به واسطه قلب سلیمی که ثابت، حافظ، منیب و مختص اهل زندگی کوثرانه است. معروف از منکر تمایز داده شده و مورد تبعیت قرار می‌گیرد. دوری و مقابله با فجور، باور جاری در زندگی اهل کوثر است. تکلف و بدبینی و شقاوت منکری طرد شده توسط اهل کوثر است.

شک، دودلی و بددلی نسبت به دین و اهل آن منکری است که اهل کوثر خود را از آن دور و با آن مبارزه می‌کنند.

منبع: سبک زندگی کوثرانه



فوائد و اسرار تسبیحات حضرت زهرا (س)

امام باقر (ع) می فرماید: به خداوند سوگند اگر چیزی بهتر از این تسبیح وجود داشت، همانا رسول خدا صلی الله علیه و آله او را به فاطمه علیها السلام می آموخت .
تسبیح حضرت زهرا (ع) از آثار و برکات بسیاری برخوردار است که با توجه به روایات اسلامی به پاره ای از آن اشاره می شود.
۱. آموزش گناهان
امام صادق (ع) می فرماید: هر کس پس از اتمام نماز واجب و قبل از آنکه حالت نماز را بر هم زند - در همان حالت نشسته و رو به قبله - تسبیح حضرت فاطمه را به جای آورد گناهان او بخشیده می شود.
۲. نجات از بدبختی
امام صادق (ع) می فرماید: ای اباهارون! ما بچه های خود را همان طور که به نماز امر می کنیم، به تسبیح حضرت فاطمه علیها السلام نیز امر می کنیم. تو نیز بر آن مداومت کن؛ زیرا هرگز به شقاوت نیفتاده است، بنده ای که بر آن مداومت نموده است.
۳. نجات از بدبختی
امام صادق علیه السلام می فرماید: هر کس تسبیح فاطمه(ع) را در نماز واجب و قبل از این که از حالت جلوس تشهد و سلام خارج شود به جا آورد، خدا بهشت را بر او واجب کند.
۴. بسیار به یاد خدا
امام صادق (ع) درباره آیه «اذکروا الله ذکرا کثیرا» می فرماید: کسی که تسبیح حضرت فاطمه علیها السلام را بگوید، خدا را به ذکر کثیر یاد کرده است.
و نیز می فرماید: هر کس شب را با تسبیح حضرت فاطمه علیها السلام سپری کند (و هنگام خواب تسبیح گوید) از مردان و زنانی باشد که خدا را زیاد یاد می کنند.
۵. سپری در برابر شیطان
امام باقر (ع) می فرماید: هر کس تسبیح حضرت فاطمه علیها السلام را به جا آورد و پس از آن استغفار کند، مورد مغفرت قرار می گیرد و آن تسبیح به زبان صد است و در میزان (اعمال) هزار (ثواب) دارد و شیطان را دور کرده و خدای رحمان را خوشنود می نماید.
تسبیحات حضرت زهرا (س) بعد نماز چیست؟
در تسبیح حضرت فاطمه علیها السلام شایسته است به نکاتی که در روایات بیان شده است، توجه نماییم. از قبیل:
- ابتدا از الله اکبر آغاز کنیم و سپس الحمدلله و در آخر ذکر سبحان الله به جای آوریم .
- اذکار آن را متصلا انجام داده و قطع نکنیم.
- بلافاصله پس از سلام نماز گفته شود.
بعد از اتمام تسبیح ، ذکر لا اله الا الله نیز گفته شود.
در این میان چنانچه پس از اتمام تسبیح شک کردیم که آیا تعداد اذکار را درست گفته ایم یا نه ، طبق نظر بزرگان دین با توجه به «قاعده فراغ» به شک مذکور توجه نکرده و بنا را بر صحت می گذاریم.
شایان ذکر است که تسبیح حضرت فاطمه علیها السلام از ذکرهای مجرب و مشهور است که به جای آوردن آن در همه حال و همه جا مطلوب است و اینکه در برخی از موارد خاص مانند بعد از اقسام نمازها، قبل از خواب، به هنگام سفر، بعد از نمازهای نافله و غیره توصیه شده است مانع از آن نمی شود که با به جای آوردن آن در سایر مواقع و در همه حال، از فواید و آثار مترتب بر آن بهره مند نباشیم .

تسبیحات حضرت زهرا (س) را پیامبر (ص) به ایشان آموخت تا مشکلات بر ایشان آسان شود. تسبیحات اربعه که هدیه ای بود از سمت پیامبر تا آخرین لحظات عمر بارزش حضرت زهرا با ایشان بود و در هیچ حال ترک نمی شد.

معجزات تسبیحات حضرت زهرا

تسبیحات حضرت زهرا (س) ، بزرگ بانوی دوعالم در عین سادگی بسیار قدرتمند و موثر است . جوری که پیامبر در زمان سختی تسبیحات اربعه را به ایشان آموخت تا تمام سختی های دنیا بر او آسان گردد.
با اینکه اذکار وارد شده در منابع اسلامی از آن جهت که ذکر خداوند متعال هستند دارای فضیلت می باشند و موجب پاکی دل و جلای روح می شوند، اما بعضی از آنها بر بعضی دیگر برتری داده شده اند.
در این میان تاکید شیعه بر افضل بودن تسبیح حضرت فاطمه(ع) دلیل دیگری دارد و آن این است که این تسبیح منسوب به دختر گرامی پیامبر اسلام (ص) یعنی حضرت فاطمه علیها السلام می باشد و آن حضرت تا آخرین لحظات حیات بر انجام آن مداومت داشته و در هیچ حال آن را ترک نمی کرده است.

ذکر تسبیحات حضرت زهرا (س)

امام علی (ع) فرمود: او (فاطمه علیها السلام) با وجود اینکه از محبوبترین اشخاص در نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله بود ولی خدمتکاری نداشت و خود کارهای منزل را انجام می داد، او با مشک آب می آورد تا آنجا که اثر بند آن در شانه و سینه او باقی مانده بود و آنقدر خانه را جارو کرد که غبار، تمام لباس هایش را در بر گرفته بود، و آنقدر در زیر دیگ غذا آتش افروخته بود که لباس هایش رنگ عوض کرده و بوی دود می داد؛ هنگامی که سختی های او بیشتر شد، به او گفت: چرا نزد پیامبر (ص) نمی روی و از او کنیزی نمی خواهی تا در کارهای خانه به تو کمک کند؟
فاطمه به نزد رسول خدا (ص) رفت تا در این باره با وی سخن بگوید، ولی از آن جهت که اشخاصی نزد پیامبر بودند، چیزی نگفته به خانه بازگشت .
پیامبر که دریافته بود فاطمه برای عرض حاجتی به نزد وی آمده ، صبح روز بعد به نزد ما آمد و از فاطمه درباره علت مراجعه روز گذشته اش سوال نمود، و من آنچه را که بین خودم و فاطمه صحبت شده بود، به رسول خدا (ص) عرض کردم .
رسول خدا (ص) فرمود: ای فاطمه! به تو چیزی را عطا کنم که از خدمتکار و دنیا با آن چه در آن است بهتر باشد. بعد از نماز سی و چهار مرتبه الله اکبر، سی و سه مرتبه الحمدلله و سی و سه مرتبه سبحان الله بگو. این کار برای تو بهتر است از آن چه در دنیا می خواهی و آن چه در آن است.
در این حال فاطمه سه بار گفت: از خدا و رسولش راضی شدم و چنین خواهم کرد.

تا که نامت بر زبان آمد زبان آتش گرفت

سوختم، چندان که منفر استخوان آتش گرفت

حیدر آمد، خاک، همچون باد، گرم کردید

خواست تا غسلت دهد، آب روان آتش گرفت

بان چرمی پرسی چه پیش آمد؟ زمین را آب برد

بادبان کشتی پیغمبران آتش گرفت

یک طرف ماد مرا بر سیاه قند کشت

یک طرف از در غربت، گنگشان آتش گرفت

رفت سمت آسمان روحت، زمین از شرم سوخت

در زمین جسم تو کم شد، آسمان آتش گرفت

علیرضا قزوه

عاشورا

حضرت فاطمه زهرا (س):

خداوند سبحان، ایمان و اعتقاد را برای طهارت از شرک و نجات از گمراهی ها و شقاوت ها قرار داد و نماز را برای خضوع و فروتنی و پاکی از هر نوع تکبر، مقرر نمود و زکات (و خمس) را برای تزکیه نفس و توسعه روزی تعیین نمود و روزه را برای استقامت و اخلاص در اراده، لازم دانست و حج را برای استحکام اساس شریعت و بناء دین اسلام واجب نمود.

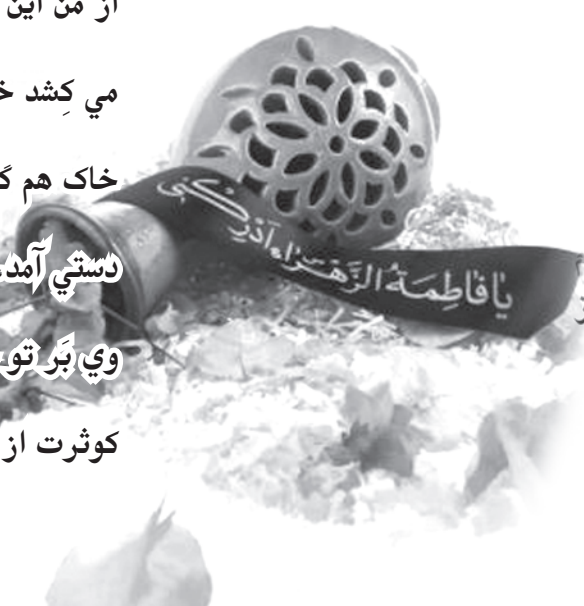
تا علي ماهش به سوي قبر بُرد
آرزوها را علي در خاک کرد
زد صدا: اي خاک، جانانم بگیر
ناگهان بر ياري دست خدا
گوهرش را از صدف، دريا گرفت
گفتش اي تاج سر خيل رُسل
از من اين آزرده جانن را بگیر
بار ديگر، هديه ي داور بگیر
مي کشد خجلت علي از محضرت
ماه، رخ از شرم، پشت ابر بُرد
خاک هم گويي گريبان چاک کرد
تن نمانده هيچ از او، جانم بگیر
دستي آمد، همچو دست مصطفي
احمد از داماد خود، زهرا گرفت
وي بر تو خورد، بيکسر جزء و کل
بازگرداندم، امانت را بگیر
کوثر از ساقی کوثر بگیر
ياس دادي، مي دهد نيولوفرت

آرزوی علی (ع)

فاطمه علیها السلام ، صبر لایزال نبوی بود که در هیأت عفتی سر به فلک کشیده، چادر به سر می کشید و در کوچه های مدینه، در تمام رهگذرهای هستی، حضور خدا را به کائنات، یادآور می شد سیلی ستم و تازیانه کینه را به جان خرید تا هجوم تندباد انکار شمع یکتنه حقیقت را خاموش نکند.

آه از اندوه ریحانه رسول (ص)

افسوس از سوره کوثر که در آن خانه گلین، همسایه اهالی غفلت و سنگدلی شد! آه از زمزمه های شرجه شرجه بتول که در نیم شب سجاده و تسبیح، ارکان عرش را به لرزه می افکند! آه از ریحانه رسول خدا (ص) که در مشا حسادت زمین، به هدر می رفت و چشمان حقیقت ستیز زمانه، رخساره طهارتش را طاقت نداشت.





کلونن کم

برخلاف سایر نان ها (مثال، در مقایسه با آن هایی که با آرد گندم پخته می شوند) جو دو سر برای افرادی که از بیماری سلیاک رنج می برند توصیه نمی شود.

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

یک کلوچه با روغن زیتون و پنیر پیتا

غش و بیماری های تنفسی جلوگیری می کند.

مواد مغذی نان جو :

این نان در گستره وسیعی از مواد مغذی ضروری به گزینه ای جالب تبدیل می شود ، این منبع ایده ال از پروتئین است در حالی که به خاطر نوعی نان غنی از کربوهیدرات پیچیده، معروف است.
از سوی دیگر، هم چنین به طور عمده ویتامین های **b** در تامین می کند، در حالی که در میان مواد معدنی، آهن و کلسیم مورد استفاده قرار می گیرد.

نان جو ایده آل برای صبحانه:

با توجه به کربوهیدرات های بسیار پیچیده، این گزینه برای صبحانه انتخاب ایده آلی است و انرژی مورد نیاز را تامین می کند و سبوس موجود در آن از سفید شدن مو جلوگیری و حافظه را تقویت می کند.

مصرف نان جو برای کاهش سطح کلسترول:

اگر می خواهید از سلامت خود مراقبت کنید و کلسترول را پایین بیاورید نان جو مصرف کنید .

نان جو برای مبارزه با یبوست:

به دلیل محتوای فیبر آن، نان جو برای مبارزه با یبوست بسیار عالی است و کمک می کند به طور مرتب شکم کار کند چیزی که برای سلامتی بسیار مهم است و در بسیاری از اوقات ما به آن اهمیت نمی دهیم.

نان جو مفید در ایام روزه داری :

کربوهیدرات های پیچیده موجود در نان جو از بروز گرسنگی در ایام روزه داری جلوگیری می کند

نان جو در یک کاس با پنیر و سبزیجات

تغییر در رژیم غذایی، راه مقابله با خستگی مداوم

پربرگ یکی از مواد خوراکی جذب سریع آهن تلقی می‌شوند. اسفناج هم حاوی منیزیم، ماده معدنی مهم فراوری انرژی بدن است.

تخم مرغ



تخم مرغ یک ماده غذایی ارزشمند برای افرادی است که ورزش‌های استقامتی انجام می‌دهند و نیاز به دریافت انرژی زیادی دارند. تخم مرغ دارای اسیدآمینه ضروری است که می‌تواند نحوه استفاده گلوزک توسط ماهیچه‌ها را بهبود بخشد. تخم مرغ همچنین منبع خوب آهن، پروتئین، آنتی اکسیدان، و ویتامین‌های متعددی است.

جو دوسر

صبحانه حاوی مقادیر مناسب پروتئین و کربوهیدرات می‌تواند به حفظ انرژی در طول روز

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

تخم مرغ و نان جو با پنیر و سبزیجات

بنابراین مصرف آن هنگام سحر توصیه می‌شود.

نان جو برای تقویت استخوان ها :

املاح و مواد معدنی نان جو به تقویت و استحکام استخوان کمک می کند بنابراین با مصرف آن نرمی استخوان کودکان را رفع کنید .

درمان بیماری ها با نان جو

چنانچه نان جو کم نمک تهیه شود دارای خواص بیشتری است که به صورت خلاصه اگر بخواهیم به آنها بپردازیم شامل :

–جلوگیری از تولید چربی های زیان آور در خون
–تنظیم فعالیت دستگاه گوارش
–تعدیل فشار خون
–تحریکانسولین‌سازی در بدن و کاهش قندخون
–پاکسازی دیواره های معده و روده از ذرات آلوده کننده

–مقابله با رشد تومور در بدن
–جلوگیری از چاقی
–حفظ شادابی و زیبایی پوست به علت وجود ویتامین های گروه **b**
– تقویت حافظه

فواید و خواص مهم دیگر نان جو

از منظر طب سنتی

– نان جو از سفیدشدن مو جلوگیری می‌کند.
– نان جو برای کم خونی مفید است.
– جو نرمی استخوان کودکان را از بین می‌برد.
– مداومت در خوردن جو و نان آن باعث لاغری می‌شود



کمک کند. جو دوسر یکی از مواد خوراکی همراه با بالاترین میزان فیبر محلول است. فیبر محلول برای ساعت‌ها در معده می‌ماند و در نتیجه احساس سیری برای مدت طولانی ادامه می‌یابد.

شکلات



مطالعات نشان می‌دهد که شکلات تلخ منبع خوب آنتی اکسیدان‌ها بوده و موجب بهبود خلق و خو و همچنین سطح هوشیاری می‌شود. مصرف یک چهارم شکلات تلخ می‌تواند یک دسر پرانرژی باشد.



کرونا همچنین با دست زدن به چیزی که فرد آلوده لمس کرده قابل انتقال است. در برخی موارد پرستاران هم از طریق زباله‌های عفونی بیماران مبتلا به این ویروس آلوده شده‌اند.

برای مراقبت از خود در برابر این ویروس هنگام سرفه یا عطسه، دهان و بینی خود را پوشانید و اشیاء و سطوحی را که لمس می‌کنید ضد عفونی کنید.

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

یک بیمار در بیمارستان که در حال بستری است

