

۲

دولت هیچ برنامه ای برای ایجاد استان جدید ندارد

۲

اجرای پویش «ما ملت امام حسینیم» در لارستان

۸

ایده «علیشو» برگزیده شتابدهی صادرات شد/ ظرفیت لارستانی های خلیج فارس و گسترش صادرات کشور

۸

همت خیرین و تجهیز بیمارستان امام رضا (ع) به دستگاه «ویدئولازتوسکوپ»

ویژه محرم

۲

توزیع ۱۵۰۰ بسته معیشتی در قالب طرح شمیم حسینی در لارستان

۲

راه اندازی دو طرح اشتغالزا با همکاری کمیته امداد لارستان

۳

ایران، آمریکا و مکانیسم ماشه ای که فعال می شود!

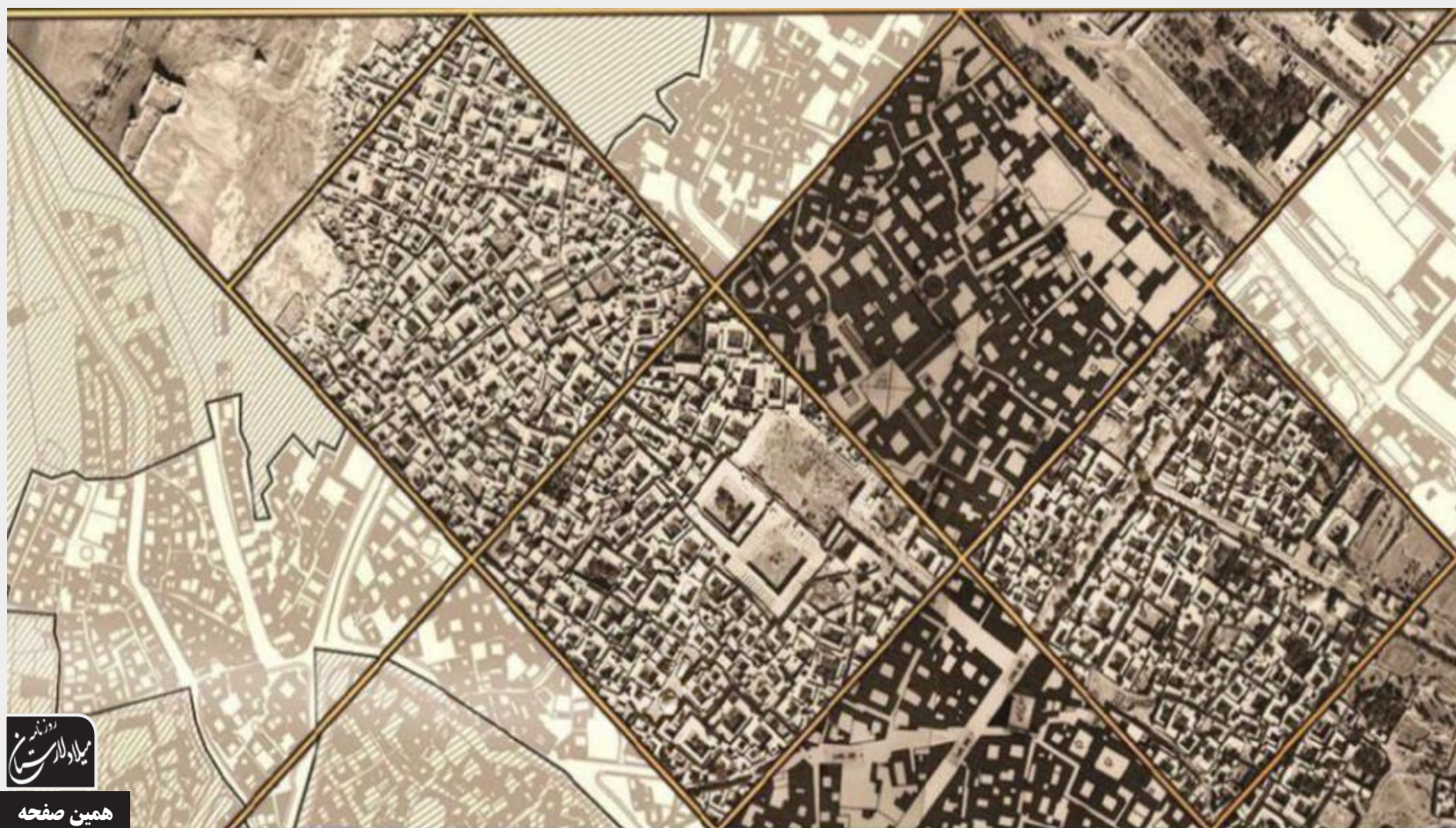
۳

نماینده ائتلاف الفتح در پارلمان آمریکا: نمی خواهد عراق، یا دیگر کشورها توافق اقتصادی امضا کند

۸

بهره برداری و آغاز ساخت چند طرح عمرانی، زیر بنایی، ورزشی و تولیدی در بخش صحرای باغ

تصویب کلیات طرح تفصیلی بافت تاریخی لار



از جوانب مورد تاکید در تدوین طرح تفصیلی بافت تاریخی شهر لار، توجه ویژه به جلب و جذب مشارکت شهروندان و سرمایه گذاران بوده که بتوان از این ظرفیت های ویژه لار در بخش گردشگری و توسعه شهری و سرمایه گذاری های مرتبط بهره برد که به طور نمونه می توان به امکان ایجاد و توسعه اقامتگاه های بوم گردی و سنتی و سفره خانه سنتی اشاره کرد.

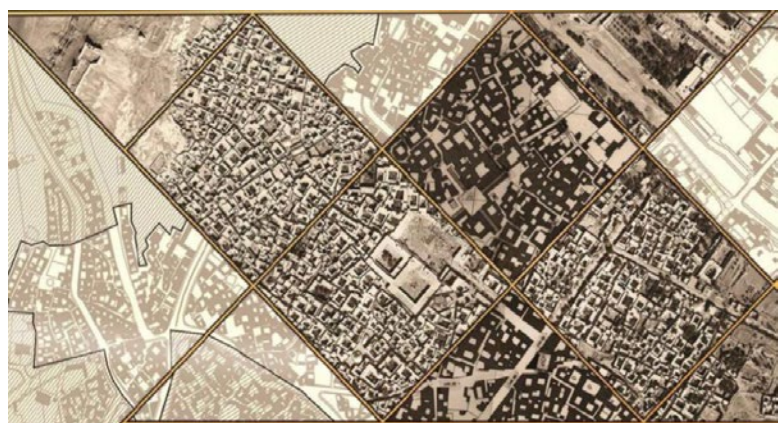
تصویب کلیات طرح تفصیلی بافت تاریخی لار

محدوده آن طبق طرح جامع حدود ۲۱۰۰ هکتار است و بر اساس نقشه تصویب و ارائه شده از جانب میراث فرهنگی فارس در سال ۸۸ بافت تاریخی لار ۱۲۲ هکتار مساحت دارد و مطالعات طرح تفصیلی ویژه بافت نیز بر روی این قسمت صورت پذیرفته است. مدیر معماری و شهرسازی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، با اشاره به اینکه این طرح با تاکید بر مناسب سازی ویژه معلولان تهیه شده که از این نظر نیز بسیار حائز اهمیت است، گفت: از نقاط قوت این طرح، بررسی همه جانبه وضع موجود، مطالعات دقیق و مفصل و ارائه پیشنهادهایی مبتنی بر واقعیت با اخذ نظر از ذینفعان، شهروندان، مدیران شهری، متخصصین و صاحب نظران است و مطالعات طرح مذکور در قالب هشت فصل و نزدیک به ۲ هزار صفحه تدوین شده است. وی تصریح کرد: از جوانب مورد تاکید در تدوین این طرح توجه ویژه به جلب و جذب مشارکت شهروندان و سرمایه گذاران بوده که بتوان از این ظرفیت های ویژه لار در بخش گردشگری و توسعه شهری و سرمایه گذاری های مرتبط بهره برد که به طور نمونه می توان به امکان ایجاد و توسعه اقامتگاه



های بوم گردی و سنتی و سفره خانه سنتی اشاره کرد. هکتار است و بر اساس نقشه تصویب و ارائه شده از جانب میراث فرهنگی فارس در سال ۸۸ بافت تاریخی لار ۱۲۲ هکتار مساحت دارد و مطالعات طرح تفصیلی ویژه بافت نیز بر روی این قسمت صورت پذیرفته است. مدیر معماری و شهرسازی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، با اشاره به اینکه این طرح با تاکید بر مناسب سازی ویژه معلولان تهیه شده که از این نظر نیز بسیار حائز اهمیت است، گفت: از نقاط قوت این طرح، بررسی همه جانبه وضع موجود، مطالعات دقیق و مفصل و ارائه پیشنهادهایی مبتنی بر واقعیت با اخذ نظر از ذینفعان، شهروندان، مدیران شهری، متخصصین و صاحب نظران است و مطالعات طرح مذکور در قالب هشت فصل و نزدیک به ۲ هزار صفحه تدوین شده است. وی تصریح کرد: از جوانب مورد تاکید در تدوین این طرح توجه ویژه به جلب و جذب مشارکت شهروندان و سرمایه گذاران بوده که بتوان از این ظرفیت های ویژه لار در بخش گردشگری و توسعه شهری و سرمایه گذاری های مرتبط بهره برد که به طور نمونه می توان به امکان ایجاد و توسعه اقامتگاه

مدیر معماری و شهرسازی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، گفت: کلیات طرح تفصیلی بافت تاریخی شهر لار در کمیسیون ماده پنج شورای عالی شهرسازی و معماری تصویب شد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، سلمان مهرابی اظهار داشت: قرارداد تهیه این طرح در سال ۹۵ با معاونت پژوهشی دانشگاه شیراز منعقد شده و تا کنون ۱۵ جلسه رسمی بررسی طرح در قالب کمیته فنی، کمیسیون ماده ۵، جلسات راهبری و مشورتی نیز برگزار شده است. وی تصریح کرد: چندین جلسه نیز در تهران و در قالب کمیته فنی ۳ شورای عالی شهرسازی و معماری (کمیته تخصصی معماری، طراحی شهری و بافت های واجد ارزش) بوده است. وی تاکید کرد: البته تصویب نهایی از اختیارات شورای عالی شهرسازی و معماری است که پس از آن به استانداری فارس برای ابلاغ به شهرداری ارسال می شود. وی ادامه داد: شهر لار در زمره ۱۶۸ شهر دارای بافت تاریخی مصوب در کشور است که



فَإِنِّي لَا أَرَى الْمَوْتَ إِلَّا السَّعَادَةَ وَالْحَيَاةَ مَعَ الظَّالِمِينَ إِلَّا بَرْمَأَىٰ
به درستی که من مرگ را جز سعادت نمی بینم و زندگی با ستمکاران را جز محنت نمی دانم.

از ازل قرعه عشقت به من افتاد حسین
همه ذرات وجودم شده فریاد حسین
از همین فاصله ی دور سلامم بپذیر
که خراب تو شدم خانه ات آباد حسین

تا وعو عاشورا حسین
بر عموم شیعیان و دلباختگان آن حضرت تسلیت باد

خدمتی دیگر از میلاد لارستان
در راستای حل مشکلات مردمی
سامانه پیامکی
۲۰۰۰۳۰۰۰۰۵۰۰۰۰
واتس اپ
۰۹۳۵ ۸۹۴ ۹۳۹۷

میلاد لارستان را در فضای مجازی دنبال کنید

اینستاگرام: milad_larestan
سروش: milad.larestan
ایتا: miladeelarestan

توزیع ۱۵۰۰ بسته معیشتی در قالب طرح شمیم حسینی در لارستان



رئیس اداره اوقاف و امور خیریه لارستان از توزیع ۱۵۰۰ بسته معیشتی در قالب طرح شمیم حسینی در لارستان خبر داد.

محمد قاسمپور در گفت‌وگو با خبرنگار میلاد لارستان با اشاره به اینکه هرچند بعضی از موقوفات لار قید پخت‌وپز دارند اما امسال به دلیل شیوع ویروس کرونا و طبق دستورالعمل نماینده ولی‌فقیه و ریاست سازمان اوقاف و امور خیریه کشور ما موظف به رعایت تصمیم ستاد کرونا شهرستان هستیم، اظهار داشت: امسال پخت‌وپزی نداریم و قسمت اعظمی از درآمد موقوفات لار در قالب بسته‌های معیشتی و تحت برنامه بصیرت عاشورایی(شمیم حسینی) میان خانواده‌های نیازمند توزیع می‌شود.

وی با بیان اینکه در این امر سعی شده قیود مکان موقوفات نیز رعایت شود که یکی از مکان‌هایی که در آن اجرای نیت خواهد شد شهرک امام خمینی (ره) است که به‌صورت شش‌دانگ وقف می‌باشد، افزود: تلاش داریم با استفاده از ظرفیت‌های موجود این بسته‌ها را تا یک هزار و ۵۰۰ بسته برسانیم ضمن آنکه کیفیت بسته‌ها را نیز رعایت خواهیم کرد.

رئیس اداره اوقاف و امور خیریه لارستان، با بیان به اینکه توزیع بسته‌ها به سه صورت انجام خواهد شد، تصریح کرد: با استفاده از بانک‌های اطلاعاتی طرح رزمایش همدلی، مرکز افق

دیدار فرماندهی و جمعی از پایوران سپاه با فرماندار ویژه لارستان



همزمان با هفته دولت، فرماندهی و جمعی از پایوران سپاه لارستان دیدار کردند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی سپاه لارستان، همزمان با هفته دولت، فرماندهی و جمعی از پایوران سپاه ناحیه لارستان با حضور در معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان با فرماندار ویژه لارستان دیدار کردند.

همان‌طور که مسئولین معاونت های فرمانداری ویژه لارستان نیز حضور داشتند؛ سرهنگ جاهدی فرمانده سپاه لارستان ضمن عرض تسلیت ایام محرم و شهادت سرور و سالار شهیدان و همچنین گرامیداشت یاد و خاطره شهیدان رجایی و

دولت هیچ برنامه ای برای ایجاد استان جدید ندارد



دولت هیچ برنامه ای برای ایجاد استان جدید ندارد. در بحث تقسیمات کشوری در مجموع ۳۱ استان، ۴۵۰ شهرستان، یک هزار و ۱۰۴ بخش، یک هزار و ۳۶۱ شهر و ۲ هزار و ۶۳۹ دهستان در کشور فعال است.

باید اصلاحاتی صورت بگیرد که در این زمینه شورای نگهبان هم باید نظر بدهد. معاون سیاسی وزارت کشور، داماد داد، البته کمیسیون شوراهای نیز به این مسئله ورود کرده و امیدوارم به انتخابات برسد. ما دنبال لایحه جامع انتخابات بودیم که متأسفانه در مجلس دهم ماند و به آن عمل نشد که آن لایحه می‌توانست بخشی از مشکلات را حل کند.

معاون سیاسی وزیر کشور، گفت: شورای محترم نگهبان با برگزاری انتخابات ریاست جمهوری در ۲۸ خرداد سال آینده موافقت کرده و انتخابات ریاست جمهوری سال ۱۴۰۰، ۲۸ خرداد برگزار می‌شود.

راه اندازی دو طرح اشتغالزا با همکاری کمیته امداد لارستان



عمر مفید اقتصادی هر بوته ۵ سال می‌باشد. این کشاورز، گفت: مصارف دارویی این گیاه از برگ بوته است و محصول تولیدی در واقع برگ گیاه می‌باشد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلیل حسینی معاون استاندار فارس و فرماندار ویژه لارستان به همراه احسان طاهری معاون برنامه ریزی و توسعه فرمانداری، دلاور رئیس کمیته امداد امام خمینی (ره) شهرستان و ابراهیمی زاده رییس اداره صنعت، معدن و تجارت

اجرای پویش «ما ملت امام حسینیم» در لارستان



را با هدف گرامیداشت یاد و خاطره شهید سرافراز اسلام سپهبد حاج قاسم سلیمانی را راه‌اندازی کردیم، تصریح کرد: با توجه به اینکه کلام شهید نور هدایت هست و ندا و نوای ما ملت امام حسینیم حاج قاسم هنوز در سینت و آذهان تک‌تک مردم شهر و کشور می‌پیچد. آذریبور خاطرنشان کرد: اکنون‌که برپایی برخی از آیین و رسوم عزای سید و سالار شهیدان با توجه به وجود این بیماری و دستورات ستاد ملی کرونا کاهش یافته، بر آن شدیم برای همراه کردن قلب مردم شهرمان با ندای جهانی حاج قاسم ما ملت امام حسینیم، با نصب پرچم مشکلی قسیم به کلام شهید، هر خانه را به یک حسینیه تبدیل کنیم.

قرار می‌گیرد تا در طول ایام ماه‌های محرم و صفر در جلوی درب خانه‌ها نصب شود.

در این زمینه حسن آذریبور یکی از اعضای کانون فرهنگی هنری مسجد امام جعفر صادق (ع) و از بسیجیان پایگاه مقاومت شهید عبدالصمد قانی در گفت‌وگو با خبرنگار فارس با بیان اینکه پویش «ما ملت امام حسینیم» خودجوش و به طور کامل مردمی است که توسط نوجوانان آتش به اختیار پایگاه مقاومت شهید عبدالصمد قانی لارستان برگزار می‌شود.

پیشکوت رسانه های ورزشی به دیار باقی شتافت



علی اصغر فیض آبادی، که از نویسندگان قدیمی رسانه های ورزشی بود و سالها در روزنامه ها و هفته ها نامه ها قلم می زد، پس از مدتها تحمل بیماری به دیار باقی شتافت. مرحوم فیض آبادی از چند سال پیش به دلیل عارضه مغزی تحت درمان بود و در ماه های اخیر نیز در بیمارستان تحت مراقبت بود اما در نهایت تسلیم مرگ شد و به دیار باقی شتافت.

آزادی ۸۸ زندانی جرایم غیرعمد در فارس



به گزارش میلادلارستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، حجت الاسلام والمسلمین موسوی رییس کل دادگستری فارس از آزادی ۸۸ زندانی جرایم غیرعمد در فارس خبر داد و گفت: جمع مبلغ بدهی این زندانیان ۷۰میلیارد تومان بود که ۶۷ میلیارد آن با صلح و سازش و بخشش شاکیان و سه میلیارد آن نیز توسط بنیاد مستضعفان تامین شده است.

وی با بیان اینکه حدود هزار زندانی جرایم غیرعمد در زندان‌های استان هستند، افزود: این زندانیان حدود ۲۰۰میلیارد تومان بدهکار هستند که با کمک حتی ۵۰میلیارد تومانی خیران می‌توان آزادسازی آنها را انجام داد.

موسوی، ادامه داد: خیران می‌توانند در ایام محرم و صفر نذورات خود را در راه آزادسازی زندانیان جرایم غیرعمد صرف کنند.

رییس کل دادگستری فارس، گفت: خیران می‌توانند نذورات خود را از طریق شماره کارت ۶۱۰۴۳۳۷۷۷۰۰۳۰۹۶۱ به حساب ستاد دیده استان واریز کنند.

حجت الاسلام والمسلمین موسوی افزود: با آزادسازی این ۸۸ نفر، از ابتدای امسال تا کنون تعداد زندانیان آزاد شده جرایم غیرعمد در استان به عدد ۲۲۸ رسید.

پلمپ دو واحد تولیدی در لار



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، وحید یگانه، معاون بهداشتی دانشکده، با اعلام تداوم و تشدید اقدامات کنترلی و نظارتی بر مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی با توجه به شیوع بیماری کرونا در این ایام عنوان کرد: یک واحد نانویی و یک واحد کارگاه تولیدی بتنور به علت عدم رعایت پروتکل های بهداشتی پلمپ و متصدیان جهت سیر مراحل قانونی به مراجع قضایی معرفی شدند.

وی افزود: بازرسان بهداشت محیط به صورت قاطع و قانونی با افرادی که سلامت مردم را به خطر می اندازند برخورد می کنند. وی از شهروندان خواست در صورت مشاهده هرگونه عدم رعایت مسائل بهداشتی از سوی اصناف موضوع را سریعاً به سامانه ۱۹۰ اطلاع دهند.

تلفن مشاوره دانشکده علوم پزشکی لارستان
در خصوص بیماری کرونا
۵۲۲۴۰۴۲۱-۰۷۱

فراخوان دهمین شب شعر عاشورا در گراش



به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع‌رسانی و روابط عمومی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس؛ دهمین شب شعر عاشورا در گراش، دوازدهم شهریورماه با حضور شاعرانی از گراش و شهرستان‌های لارستان، اوز و خنجر برگزار می‌شود. کانون فرهنگی و مذهبی روایت آفتاب گراش با مجوز اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان گراش این شب شعر را در حسینیه حضرت ابوالفضل(ع) برگزار خواهد کرد.

مهلت ارسال آثار به این شب شعر تا دهم شهریور ۱۳۹۹ در نظر گرفته شده است. شاعران می‌بایست آثار خود را به شماره واتساپ ۰۹۳۹۸۰۳۵۴۴۳ ارسال کنند. مهدی آینه‌افروز، رییس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی گراش، درباره برگزاری این شب شعر می‌گوید: با توجه به این که هفت سال از برگزاری آخرین شب شعر عاشورا در گراش می‌گذرد، تصمیم به برگزاری این شب شعر با رعایت آینه‌افروزی، رییس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی گراش، درباره برگزاری این شب شعر می‌گوید: با عنوان شب شعر پیامبر اعظم(ص) و شب شعر اهل بیت(ع) نیز هست، عاشورا نیز ادامه پیدا کند.

محمد رستم‌پور، دبیر اجرایی شب شعر و عضو هیات مدیره کانون فرهنگی-مذهبی روایت آفتاب گراش، نیز درباره‌ی تمهیدات برگزارکنندگان برای حفظ شیوه‌نامه‌های بهداشتی گفت: ما در گام نخست، شرکت‌کنندگان را به شهرستان‌های همسایه محدود کردیم. در زمان برگزاری نیز از سطح حیاط بزرگ حسینیه‌ی حضرت ابوالفضل(ع)

برابر رای شماره ۳۵۸۰۰۱۱۱۰۰۳۱۱۰۳۱۱ مورخه ۱۳۹۹/۰۶/۰۱ هیأت اول - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمد غفوری فرزند حسین شماره شناسنامه ۱۱ صادره از لارستان در ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی آبی و چاه و تلمبه به مساحت ۹۹۴۶۹/۲۵ متر مربع پلاک ۶ فرعی از ۱۳۹۳ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۱۳۹۳۷ اصلی قطعه ۷ واقع در بخش ۱۸ فارس لارستان (صحرای کاسه‌دار) محرز گردیده با عنایت به این که تحدید حدود پلاک ۱۳۹۳۷ تاکنون به عمل نیامده حسب تقاضای نامبرده که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود روز سه‌شنبه مورخه ۹۹/۱۵/۹۹ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می‌گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند وخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی باستاناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تحدید به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتباً 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 اعتراضی طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۹۹/۶/۵
شمسعلی اسکندری - رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۳۷۳

مشکلات شهری اجتماعی، فرهنگی و ...

با سامانه مشکلات مردمی میلاد لارستان

۲۰۰۰۳۰۰۰۰۵۰۰۰۰

وعده وزیر دفاع یمن: هیچ اشغالگر یا متجاوزی در خاک این سرزمین باقی نخواهد ماند



وزیر دفاع یمن گفت این کشور با توان بازدارندگی بالا امروز بیش از هر زمان دیگر قادر است دشمن متجاوز را به فرار خفت بار وادار کند.

سرلشکر ستاد محمد ناصر العاطفی در جمع رزمندگان یمنی افزود: پیروزی های جدید در راه است، ما جانمان را فدای وطن نموده و تمام یمن را آزاد خواهیم کرد.

العاطفی ادامه داد: با دشمن هرگز سازش نمی کنیم به این دلیل که فقط زبان رویارویی و نبرد را می فهمد. وی گفت که ما به مردم یمن و آزادیخواهان این سرزمین وعده می دهیم هیچ اشغالگر یا متجاوزی در خاک این سرزمین باقی نخواهد ماند.

جهاد اسلامی فلسطین از شهادت چهار نیروی خود خبر داد



شاخه نظامی جنبش جهاد اسلامی فلسطین اعلام کرد، چهار رزمنده‌اش در شرق منطقه «شجاعیه» نوار غزه به شهادت رسیده‌اند.

به گزارش میلادلارستان به نقل از خبرگزاری فارس، «سرایا القدس» شاخه نظامی جهاد اسلامی فلسطین اعلام کرد، چهار نیرویش در شرق منطقه «شجاعیه» نوار غزه به شهادت رسیده‌اند. اسامی این رزمندگان عبارت است از: «معتز عامر المبیض» (۲۹ ساله)، «یحیی یعقوب منذر زیدیه» (۲۵ ساله)، «یحیی فرید المبیض» (۲۲ ساله) و «ایاد جمال الجدی» (۴۲ ساله).

جهاد اسلامی درباره علت شهادت این افراد توضیحی ن داده است.

غزه این روزها بار دیگر متشنج شده است. مقاومت فلسطین در واکنش به عدم پایبندی تل آویوو به توافق‌های قبلی آتش‌بس، بالن‌های آتش‌زا به سمت فلسطین اشغالی می‌فرستد و رژیم صهیونیستی نیز طی دو هفته گذشته حملاتی به نقاط مختلف نوار غزه داشته است.

یک نماینده عراقی اعلام کرد که آمریکا نمی خواهد عراق توافقنامه اقتصادی با چین را اجرا کند.

به گزارش میلادلارستان به نقل از خبرگزاری مهر ، «عباس الزاملی» نماینده ائتلاف الفتح عراق اعلام کرد که آمریکا تلاش می‌کند عراق را از توافقی اقتصادی با چین دور نگه دارد. وی افزود: آمریکایی‌ها ۸ توافقنامه با عراقی‌ها در جریان سفر مصطفی الکاظمی نخست وزیر این کشور به واشنگتن امضا کردند.

نماینده ائتلاف الفتح در پارلمان:

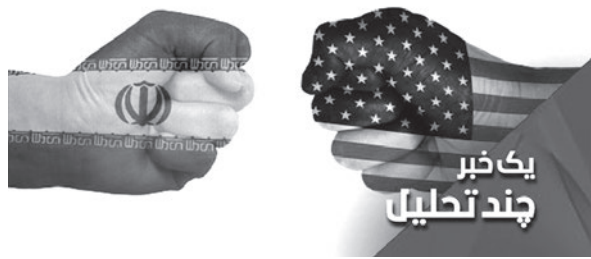
آمریکا نمی خواهد عراق، با دیگر کشورها توافقی اقتصادی امضا کند



الزاملی، بیان کرد: این توافقنامه‌ها با هدف ممانعت از اجرای توافقنامه اقتصادی با چین امضا شده است.

وی اضافه کرد: آمریکا قصد دارد همچنان نفوذ اقتصادی خود را بر عراق گسترش داده و مانع آن شود که بغداد توافقنامه‌های اقتصادی با دیگر کشورهای جهان امضا کند. الزاملی، ادامه داد: سفر الکاظمی به آمریکا بیشتر از آنکه منفعت سیاسی و اقتصادی برای عراق به همراه داشته باشد جنبه تبلیغاتی داشت.

ایران، آمریکا و مکانیسم ماشه ای که فعال می شود!



شدن مکانیسم ماشه در عمل دستاورد جدیدی برای ترامپ و بویژه در آستانه انتخابات نخواهد داشت.

بازگرداندن تحریم های آمریکایی با هدف به تسلیم و مذاکره کشاندن ایران درخصوص اقتدار موشکی و منطقه ایش کلید زده شد. بفرض آنکه در تسلیم کردن ایران راه به جایی برده باشد هزینه کرده است؟

ترامپ اصرار دارد واکنس کرونا را به عنوان مرهمی بر عقب ماندگی انتخاباتی اش از بایدن، تا قبل از انتخابات رونمایی کند. سوال این است که آیا مکانیسم ماشه می تواند به عنوان واکنسی نجات بخش در انتخابات آمریکا کارنامه سیاسی خارجی خالی از توفیق در برابر ایرانش را ترسیم و معالجه کند؟

اگرچه پاسخ به این سوال قدری نازمند زمان است اما تاریخ ۴ ساله حکمرانی ترامپ نشان می دهد که او و سیاستگذاران کاخ سفید بویژه وقتی درخصوص ایران تصمیم گیری می کنند تصمیماتشان معمولا با اشتباهات محاسباتی قرین است. مکانیسم ماشه هم می آید و می رود چنانکه بسیاری از سیاستهای آمریکا درخصوص ایران بدون آنکه نتیجه ملموسی عاید او کند آمدند و رفتند فقط می ماند این نکته که ترامپ مکانیسم ماشه را بر روی چه چیز قرار داد، نامنویسی کرد، اما یکی‌دوسالی بیشتر در آنجا دوام نیاورد و با شنیدن آوازه مدرسه «حقانی» قم، تصمیم گرفت دروس حوزوی را در آنجا ادامه دهد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

عادی سازی رابطه میان سادیسیم اسرائیلی و مازوخیسیم اماراتی



عده ای معتقدند عادی سازی رابطه ابوظبی و تل آویوو به معنای آن است که رژیم صهیونیستی مشغول گدایی عادی سازی رابطه با کشورهای عربی است تا بتواند در منطقه برای خود مشروعیت به دست آورد چرا که این رژیم مانند شخصی است که خانه ای را غصب و اهالی اش را بیرون کرده است اما واقیت آن است که برداردن صاحب خانه غصب شده، مشغول گدایی محبت از غصب کننده ای هستند که از آزار رساندن به آنان لذت می برد. اماراتی ها قبل از مطرح شدن موضوع عادی سازی رابطه با رژیم صهیونیستی، همواره میزبان مسئولین، خبرنگاران، بازگاتان و گردشگران صهیونیست بودند، اما آنچه که عجیب است آن است که در روزهای اخیر شاهد حمله خبرنگاران و روزنامه نگاران اسرائیلی به امارات هستیم آنهم وقتی هنوز قرارداد عادی شدن رابطه میان دو طرف امضا نشده است. ادب حکم می کند میهمانان اسرائیلی احترام کشور میزبان را نگه داشته و حداقل قبل از امضای توافق،

بابت خشم افکار عمومی یا مسئولین امارات نشوند اما این میهمانان نه فقط به قوانین امارات احترام نمی گذارند بلکه حتی با بی حرمتی به امارات، این کشور را ضعیف و ناتوان و مسئولین آن را افرادی احمق و نادان نشان می دهند.

یکی از مهمترین نمونه های این بی حرمتی، عکس یانف حالیلی نماینده روزنامه اسرائیلی پیدیوت احرزون در کنار اتاق ۲۳۰ هتل «لبنستان روتانا» است که محمود المبحوح از رهبران حماس توسط صهیونیستها در آن به شهادت رسید و در زیر این عکس عبارت «در هتل المبحوح» نوشته شده است.

باخت خشم افکار عمومی یا مسئولین امارات نشوند اما این میهمانان نه فقط به قوانین امارات احترام نمی گذارند بلکه حتی با بی حرمتی به امارات، این کشور را ضعیف و ناتوان و مسئولین آن را افرادی احمق و نادان نشان می دهند.

یکی از مهمترین نمونه های این بی حرمتی، عکس یانف حالیلی نماینده روزنامه اسرائیلی پیدیوت احرزون در کنار اتاق ۲۳۰ هتل «لبنستان روتانا» است که محمود المبحوح از رهبران حماس توسط صهیونیستها در آن به شهادت رسید و در زیر این عکس عبارت «در هتل المبحوح» نوشته شده است.

آقای انور ارجمندی فرزند ابول به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۹/۱۸۰ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی ابول ارجمندی فرزند عبدالغفور به شناسنامه ۳۱۲۷ صادره از ح - لارستان - اوز در تاریخ ۱۳۹۹/۵/۲۲ در اقامتگاه دائمی خود شهر اوز بدرد زندگی گفته ورته آن مرحوم منحصر است به ۱-خبرالنساء بخیشی‌زاده فرزند عبدال... ش ش ۷۲ ت ت ۱۳۱۷ صادره از ح شهری لارستان - اوز(همسر متوفی) ۲-انور ارجمندی فرزند ابول ش ش ۵۳ ت ت ۱۳۵۳ صادره از ح شهر شهرستان اوز ۳-حبیب ارجمندی فرزند ابول ش ش ۹۶ ت ت ۱۳۴۹ صادره از ح لارستان - اوز ۴-عبدالغفور ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۰۳ ت ت ۱۳۴۲ صادره از ح لارستان - اوز ۵-امیر ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۴۴ ت ت ۱۳۴۷ صادره از ح لارستان - اوز ۶-زافرین ارجمندی فرزند ابول ش ش ۳۰ ت ت ۱۳۲۰ صادره از ح لارستان - اوز ۷-نسیمه ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۱۱ ت ت ۱۳۴۶ صادره از ح لارستان - اوز ۸-سرتین ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۱۶ ت ت ۱۳۵۲ صادره از ح لارستان - اوز فرزندان متوفی ولایتی...

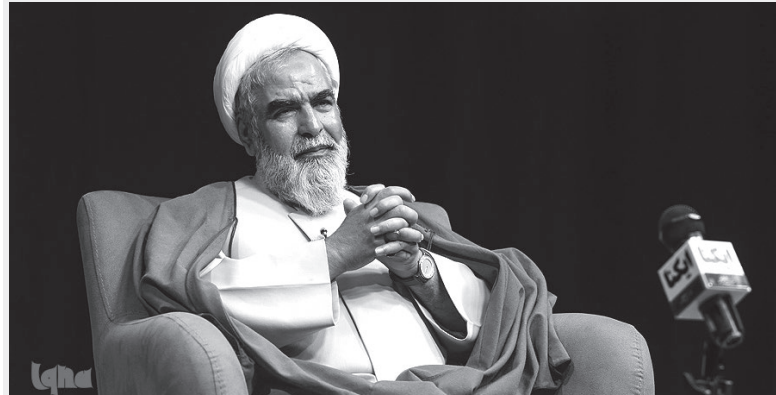
اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد. رئیس شورای حل اختلاف شعبه شهری شهرستان اوز - محمود مجوی م/الف/۳۷۲

آقای انور ارجمندی فرزند ابول به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۹/۱۸۰ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی ابول ارجمندی فرزند عبدالغفور به شناسنامه ۳۱۲۷ صادره از ح - لارستان - اوز در تاریخ ۱۳۹۹/۵/۲۲ در اقامتگاه دائمی خود شهر اوز بدرد زندگی گفته ورته آن مرحوم منحصر است به ۱-خبرالنساء بخیشی‌زاده فرزند عبدال... ش ش ۷۲ ت ت ۱۳۱۷ صادره از ح شهری لارستان - اوز(همسر متوفی) ۲-انور ارجمندی فرزند ابول ش ش ۵۳ ت ت ۱۳۵۳ صادره از ح شهر شهرستان اوز ۳-حبیب ارجمندی فرزند ابول ش ش ۹۶ ت ت ۱۳۴۹ صادره از ح لارستان - اوز ۴-عبدالغفور ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۰۳ ت ت ۱۳۴۲ صادره از ح لارستان - اوز ۵-امیر ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۴۴ ت ت ۱۳۴۷ صادره از ح لارستان - اوز ۶-زافرین ارجمندی فرزند ابول ش ش ۳۰ ت ت ۱۳۲۰ صادره از ح لارستان - اوز ۷-نسیمه ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۱۱ ت ت ۱۳۴۶ صادره از ح لارستان - اوز ۸-سرتین ارجمندی فرزند ابول ش ش ۱۱۶ ت ت ۱۳۵۲ صادره از ح لارستان - اوز فرزندان متوفی ولایتی...

اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد. رئیس شورای حل اختلاف شعبه شهری شهرستان اوز - محمود مجوی م/الف/۳۷۲

مشکلات شهری اجتماعی، فرهنگی و...
با سامانه مشکلات مردمی
«میلاد لارستان»
دو هزار سی هزار پنجاه هزار
WWW.MLAD.IR
milad.larestan
miladelarestan@gmail.com

پایان مرد حمایت‌های «یک‌تنه»



نفت بود.» او معتقد بود مصدق «ناسیونالیست نبود و دوست داشت در سوئیس زندگی کند.» همچنین به مبارز بودن وی نیز باوری نداشت و تأکید می‌کرد: «هروقت اوضاع سخت می‌شد مصدق به احمدآباد می‌رفت و به زندگی شخصی‌اش می‌پرداخت.»

با پایان دوران هشت‌ساله دولت اصلاحات و روی کار آمدن محمود احمدی‌نژاد، حسینیان از مدافعان و حامیان سرسخت او بود و از دیپلماسی دولت «مهر» و سیاست‌های داخلی و مواضعش نسبت به جریان مخالف خود بسیار تمجید می‌کرد. کار تا جایی پیش رفت که در سال ۱۳۷۷

در «حجت‌الاسلام روح‌الله حسینیان» در سال ۱۳۳۴ در آباده استان فارس متولد شد. پنج‌ساله بود که خانواده‌اش به یکی از روستاهای آباده به نام «شغاده» مهاجرت کردند و او نیز تحصیلات متوسطه دوره اولش همان‌جا تکمیل شد.

از پانزده‌سالگی به آموزش دروس طلبگی تمایل یافت و ابتدا در مدرسه «ولی‌عصر» که تحت مدیریت «آیت‌الله محمدمهدی ربانی املشی» قرار داشت، نامنویسی کرد، اما یکی‌دوسالی بیشتر در آنجا دوام نیاورد و با شنیدن آوازه مدرسه «حقانی» قم، تصمیم گرفت دروس حوزوی را در آنجا ادامه دهد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

حسینیان دوره هشت‌ساله آموزش در حقانی را نزد استادانی همچون «آیت‌الله سیدمحمد بهشتی» و «آیت‌الله علی قدوسی» پشت سر گذاشت و نهایتا در سال ۱۳۵۹ فارغ‌التحصیل شد. در همان دوران طلبگی با چهره‌هایی همچون «مصطفی پورمحمدی»، «علی فلاحیان» و «غلامحسین محسنی‌ازهی» که همگی در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد. او کمی پس از پایان دوران طلبگی و معمم‌شدن، تلاش کرد تا همچون بسیاری از روحانیون که در پی وقوع انقلاب و ایجاد سازش در حقانی شاگردی می‌کردند، آشنا شد.

آنچه در مورد درخت نخل باید بدانیم



می باشد و بعضی معتقدند به ۴۰۰ نوع می رسد.

معمولا اولین درختی که به ثمر می نشیند و رطب و خرما می دهد ال است. تکثیر این درخت بوسیله هسته خرما یا بوسیله جابجا کردن پاجوش ها (جوانه های خرما) صورت می گیرد. بهترین وسیله تکثیر خرما همان جابجا کردن درخت کوچکی است که اطراف درخت نخل مادر تولید می شود.بهترین فصل تکثیر، تابستان و ماه های تیر و مرداد است. طریقه که به ازاء هر اصله درخت ماده ، ۱۵ اصله پایه نر در نظر گرفته می شود و خوشه ها را از درخت نر درمی آورند و درختان ماده را باور می کنند که در اصطلاح محلی به این عمل ایوار می گویند.
درخت خرما دارای انواع مختلف

است که یکسال تمام می تواند هزینه زندگی یک کشاورز را تامین کند. در تابستان از میوه تازه آن ، رطب و در زمستان از خرمای آن استفاده می کنند. در سایه اش می خوابند و ازالیاف و برگهای و ساقه های آن خانه و منزل به صورت لهر(Lahar) و سرگ (Serg) ساخته و از فرآوردهای آن قند خرما ، شیره خرما ، سرکه و الکل به دست می آورند. هسته خرما مصرف غذایی برای دامها دارد و از برگ آن برای یافتن زیراندازی به نام تک-Tak و سبد و دیگر محصولات حصیری مانند کنتله (Kantela) بادبز ، سرجهله ، جارو ، طناب حصیری استفاده می شود. از خوشه خرما که به پنگ (Pang) معروف است سبد درست می کنند، از سپس خرما (Sis) (الیاف وسط شاخه ها) جهت شستن ظرف و یافتن طناب محکمی به نام پوران (Powran) که برای بالا رفتن از درخت ساخته میشود، استفاده می شود.

آفت نخل : تنگی، طوفان های شدید، تند سیل، رعذو برق، ملخ و کپره زدن (به زبان محلی کپرت Kaport) است. مرگ نخل تدریجی است، اول از ثمر می افتد، ضعیف می شود، در تنه و ساقه آن چین و چروکهای دیده می شود و سرانجام لاغر و نحیف شده و گودالهایی در تنه آن ظاهر میگردد که منجربه مرگ نخل می گردد.

۱. بردن ساقه‌ها راهی برای جذب بهتر آب
یکی از رایج‌ترین اشتباهاتی که ممکن است مرتکب شوید، فراموش کردن بردن ساقه‌هاست. چند سانتی‌متر از انتهایی ساقه را به صورت اریب برش دهید. این کار باعث می‌شود انتهایی ساقه به صورت تخت در کف گلدان قرار نگیرد. زاویه‌ای که انتهایی ساقه با کف گلدان ایجاد می‌کند موجب می‌شود آب از طریق ساقه بهتر جذب شود. بهتر است که پس از چند روز نیز دوباره این برش ساقه را مجدداً تکرار کنید.

۲. کندن برگ‌ها؛ ظاهری بهتر و پاکیزه‌تر
همیشه برگ‌های ساقه را جدا کنید. این کار نه تنها باعث آراسته‌تر شدن گل‌ها می‌شود بلکه از رشد باکتری و میکروپ‌ها نیز جلوگیری می‌کند. بعضی از گل‌ها مانند گل رز دارای گلبرگ‌های نپه‌مان هستند که دو یا سه گلبرگ بیرونی گل را تشکیل می‌دهند. کندن این گلبرگ‌ها باعث می‌شود گل شما به طور کامل باز شود. پس از این هرس اولیه، باید روزانه گل‌های خود را برای برگ‌ها و گلبرگ‌های مرده یا پژمرده بررسی کنید تا از کندیگی و رشد باکتری‌ها جلوگیری شود.

۳. آب مناسب، عنصری مهم برای گل‌ها
تنها آب دادن به گل‌ها کافی نیست بلکه باید شرایط آب را برای گل‌ها مناسب

روش های ساده برای از بین بردن علف های هرز



-علف های هرز نه تنها با گیاهان شما در مورد مصرف مواد مغذی موجود در خاک رقابت می کنند بلکه برای نور خورشید و آب نیز رقابت دارند.

-علف های هرز همچنین می تواند رشد گیاهان مزارع گرانبهای شما را به خطر اندازد زیرا آنها اغلب حامل بیماری هستند که از طریق حشرات، باد و هرس به راحتی می توانند به گیاهان دیگر منتقل شوند.
-رها کردن علف های هرز در زمین نیاز به کار گسترده و کار خاک ورزی دارد که هر دو هزینه کلی کشت را به میزان قابل توجهی افزایش داده و همزمان حاشیه سود خالص را نیز کاهش می دهند.

-حتی در یک باغچه خانگی، علف های هرز می توانند هزینه های زیادتری را برای باغبان رقم بزنند، زیرا مدیریت آنها می تواند زمان زیادی را ببرد.

-برخی از علف های هرز حتی حاوی فیتوتوکسین های مضر خاصی هستند که ترشح می کنند و بر رشد بسیاری از گیاهان زراعی تأثیر منفی می گذارد.

-علف های هرز می توانند به عنوان مخزنی برای حشرات مختلف، آفات و بیماری هایی استفاده شوند که می توانند در مزارع ویران کننده باشند. علاوه بر این، علف های هرز خود به عنوان میزبان می توانند روی گیاهان نسبتا شکننده طعمه بیندازند.
-علف های هرز می توانند کیفیت کلی برداشت مزارع را نیز پایین بیاورند زیرا بذر علف های هرز نامطلوب می تواند به راحتی با محصولات اصلی مخلوط شود.
-علف های هرز می تواند راه عبور هوا بین گیاهان زراعی را سد کرده

توصیه‌هایی برای تازه نگه داشتن گل های طبیعی

کینید. گل‌های شما به خصوص پس از برش ساقه‌ها، بدون آب مدت زیادی دوام نخواهند داشت. یک گلدان تمیز انتخاب کنید. آن را با آب دمای اتاق پر کنید و یک بسته مواد مغذی گل را نیز به آب اضافه کنید. اطمینان حاصل کنید که بسته به درستی در آب حل شده باشد و آب خیلی رقیق یا غلیظ نباشد. همچنین مهم است که گلدان خود را به طور کامل تمیز کرده و هر دو تا سه روز یک‌بار آب به همراه مواد مغذی گل را تعویض کنید.

۲. تاثیر آسپرین بر افزایش عمر گل‌ها
۱۲ عدد قرص آسپیرین را خرد و آن را در آب درون گلدان حل کنید. گفته می‌شود آسپرین سطح pH آب را پایین می‌آورد و به آن اجازه می‌دهد سریعتر از آوندهای گل عبور کند و از پژمردگی گل جلوگیری می‌کند. نتیجه‌ای که ما از این آزمایش گرفتم این است که آسپرین ممکن است راه حلی برای سر درد باشد، اما بهترین گزینه برای تازه نگه داشتن گل های طبیعی شما نیست.

۳. قشعی سفید کننده در تازه نگه داشتن گل‌ها
یک قاشق چایخوری سفید کننده را به آب گلدان گل‌های تازه خود اضافه کنید. گفته می‌شود که در این شرایط آن‌ها باید مدت بیشتری تازه بمانند. سفید کننده باعث جلوگیری از کدر شدن آب می‌شود

پوشاندن خاک

در این روش با استفاده از روزنامه روی خاک را پوشانده این کار باعث ترسیدن نور و اکسیژن کافی به خاک می شود در نتیجه از رشد علف هرز جلوگیری می شود.

راه های مفید دیگر نابودی علف هرز
از جمله راه های دیگر نابودی علف هرز مداومت به رسیدگی آن هاست. زمانی که در یک قسمت از باغچه تان چمن وجود دارد و این چمن ها از رشد خوبی برخوردار هستند نشانگر این است که دارای ریشه های پر تراکمی هستند که خود دلیلی می شود که جایی برای رشد علف هرز وجود نداشته باشد. پس رسیدگی به گیاهانتان شرط اول است.

زمانی که ما برای تغذیه گیاهانمان از کود استفاده می کنیم باعث می شود تا میزان رشد علف هرز در آن خاک کمتر شود. به همین دلیل می توانید هم برای رشد بهتر گیاهان و هم از بین بردن علف هرزی از کودهای گیاهی استفاده کنید.

یکی دیگر از راه های دشوار و فوق استفاده کنند مناسب است. و می توانید با چیدن آنها فقط گیاه برای کسانی که نمی خواهند از

روش های شیمیایی و روش های فوق استفاده کنند مناسب است. و می توانید با چیدن آنها فقط گیاه مهاجم را از بین ببرید.

روش های پیشگیری

برای پیشگیری از رشد علف هرز در کنار گیاهانتان باید مقداری علف هرز استفاده می شود تمام آفات و حشرات از بین می رونداین روش را هم می شود به وسیله شعله افکن ها انجام داد و هم به وسیله آب با دمای ۵۰ درجه سانتی گراد.

بیرون بالا برد.

از آنجا که دی اکسید کربن و نور در فرآیند فتوسنتز مکمل یکدیگر هستند، با تامین روشنایی تکمیلی و تزریق دی اکسید کربن می توان بازده سبزیجات و گلدهی محصولات را افزایش داد. دی اکسید کربن مایع ، یخ خشک و احتراق سوخت های بدون سولفور می تواند به عنوان منابع تامین دی اکسید کربن مورد استفاده قرار گیرد. شدت، استمرار و یخش طبیعی نور مرئی برای رشد گیاه ، مهم و حیاتی است. نور مورد نیاز معمولا توسط خورشید تامین می شود، مگر اینکه گلخانه در فصل زمستان فعال باشد.

کنترل شرایط محیطی گلخانه

فعالیت های شیمیایی صورت گرفته در فرآیند فتوسنتز گیاهان ، مستقیما متاثر از شرایط محیطی می باشد. فتوسنتز به عواملی مانند دما ، شدت نور و وجود آب و مواد مغذی وابسته است. تنفس گیاه نسبت به دما حساس می باشد. محدوده دمایی توصیه شده برای بیشتر گیاهان گلخانه ای که منجر به بالاترین بازده فتوسنتزی می شود، چیزی بین ۵۰ تا ۸۵ درجه فارنهایت می باشد. بنابراین بدون توجه به اینکه گلخانه برای چه کاری مورد استفاده قرار می گیرد، باید محیط آن کنترل شده باشد. این کار برای سلامت گیاهان گلخانه ضروری می باشد.

دما

دمای مناسب برای گلخانه توسط انرژی حاصل از تابش خورشید فراهم می شود و در صورتی که



و همچنین باکتری‌های موجود در آب را از بین می‌برد. اگرچه در این آزمایش سفیدکننده از آب در مقابل کدر شدن محافظت کرد اما در تازه نگه داشتن گل‌ها زیاد موثر واقع نشد.

۲. تاثیر آسپرین بر افزایش عمر گل‌ها

۱۲ عدد قرص آسپیرین را خرد و آن را در آب درون گلدان حل کنید. گفته می‌شود آسپرین سطح pH آب را پایین می‌آورد و به آن اجازه می‌دهد سریعتر از آوندهای گل عبور کند و از پژمردگی گل جلوگیری می‌کند. نتیجه‌ای که ما از این آزمایش گرفتم این است که آسپرین ممکن است راه حلی برای سر درد باشد، اما بهترین گزینه برای تازه نگه داشتن گل های طبیعی شما نیست.

۳. قشعی سفید کننده در تازه نگه داشتن گل‌ها

یک قاشق چایخوری سفید کننده را به آب گلدان گل‌های تازه خود اضافه کنید. گفته می‌شود که در این شرایط آن‌ها باید مدت بیشتری تازه بمانند. سفید کننده باعث جلوگیری از کدر شدن آب می‌شود

خودتان

پزشک گیاهان خانگی باشید

۱. گیاهان کم پشت با گل های کم

دلیل: نور کم و ضعیف
درمان: بیشتر گیاهانی که داخل منزل نگهداری می شوند روزانه به ۱۴ ساعت نور آفتاب نیاز دارند. در اینترنت جستجو کنید و میزان نور لازم برای هر گیاهی که در منزل دارید را پیدا کنید و به مستقیما ی غیرمستقیم بودن نور یا نیاز به سایه هم توجه کنید.

۲. گل های کم و شاخ و برگ زیاد

دلیل: کود نیتروژنی زیاد

درمان: اغلب گیاهان خانگی فقط یک بار در ماه به کود نیاز دارند و در ماه های سردتر این مقدار کمتر هم می شود. برای کوددهی برنامه ریزی داشته باشید و از آن بیشتر کود ندهید.

۳. زرده شدن برگ ها

دلیل: آبیاری زیاد، رطوبت کم، زهکشی ضعیف خاک، دمای پایین یا کم بودن جای گلدان برای ریشه ها

درمان: اگر آب و هوا ناگهان تغییر کرد، نباید گیاه را نزدیک بخاری بگذارید تا به تغییر ناگهانی محیط زیست واکنش بدهد. گلدان را چک کنید تا زهکشی مناسب و کافی داشته باشد و ریشه های گیاه در گلدان جای مناسبی داشته باشند.

۴. برگ های سوخته

دلیل: نور مستقیم زیاد

درمان: گیاه را از مقابل نور مستقیم آفتاب به جایی با نور غیرمستقیم منتقل کنید، برگ های آسیب دیده را هرس کنید و آبیاری عمیق و گهگاه را ادامه دهید تا ریشه بهتر رشد کند. از کوددهی زیاد خودداری کنید، زیرا این کار سوختگی گیاه را تشدید می کند.

۵. قهوه ای شدن نوک برگ ها

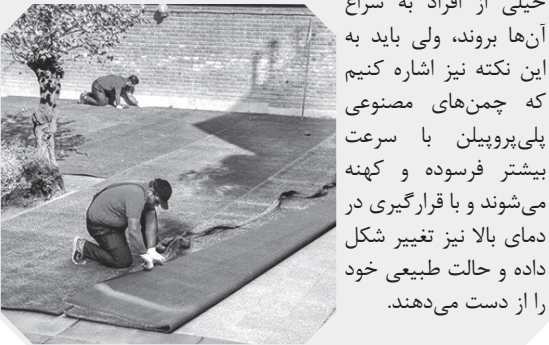
دلیل: کود یا آفت کش زیاد، خاک خشک، دمای پایین، هوای داغ، نمک ابناشته یا فاسد شدن ریشه

درمان: به بیشتر گیاهان خانگی حداکثر ماهی یک بار باید کود داد. گلدان ها را در سینی های کم عمق پر از ماسه بگذارید و آنها را پر از آب کنید تا رطوبت اطراف گلدان افزایش یابد (گلدان باید روی ماسه و بالاتر از سطح آب قرار بگیرد). یک بار در ماه آب کافی در بالای خاک بریزید تا نمک اضافی از آن خارج شود.

نسبی خارج از این محدوده می تواند مایع تنفس گیاه شده و به گسترش بیماریها کمک نماید. در ضمن رطوبت نسبی بالا موجب افزایش بیماریهای برگي در گلخانه می شود. رطوبت نسبی هوای داخل گلخانه بوسیله دمای سطح داخلی تعیین می شود. کاهش جریان هوا و نیز کم شدن نرخ تعویض هوا ، منجر به افزایش رطوبت نسبی می شود. یک گلخانه دار که دارای گلخانه ای کاملا بسته با پوشش دو لایه ای می باشد؛ باید از وجود امکانات تهویه کافی ، که برای کنترل رطوبت نسبی و نیز حداکثر دما لازم است، مطمئن باشد. رطوبت نسبی ایده آل برای گلخانه چیزی بین ۵۰ تا ۶۰ درصد است. اگر رطوبت نسبی خیلی بالا باشد، شرایط برای حمله بیماریها به گیاهان فراهم می شود. اگر رطوبت نسبی خیلی پایین باشد، گیاهان از تنش آبی در رنج خارج می‌شوند و بیرون راندن می توان با آبیاری کردن در صبح و بیرون راندن هوای مرطوب کنترل نمود. باید توجه داشت که هرگز نباید آبیاری را بعد از ظهر انجام داد.

جریان هوا در گلخانه

گردش هوا در گلخانه ضروری است. وقتی که یک گیاه در معرض جریان هوای تازه خارج از گلخانه باشد، هوای تازه در نزدیکی برگها تامین شده و گیاه می تواند اکسیژن پس داده و از دی اکسید کربن تازه استفاده نماید. جریان هوا همچنین به پایین نگه داشتن رطوبت نسبی و کنترل دما در گلخانه کمک می نماید.



ساختمان گلخانه

هزینه ساخت گلخانه بطور کلی به اندازه و ماده پوشش دهنده آن بستگی دارد. ساخت گلخانه با پوشش شیشه ای و قاب فلزی معمولا بیشترین هزینه را داراست. پوشش های دیگر مانند فایبرگلاس ، اکریلیک و پلی کربنات دارای هزینه متوسطی می باشند. پوشش پلی اتیلن یا قاب چوبی دارای کمترین هزینه است. تجهیزات حرارتی و تهویه نیز هزینه ای با توجه به ساختمان گلخانه و اندازه آن دارند. ساخت گلخانه های خورشیدی نیز امکان پذیر

نحوه ساخت گلخانه

است اما به مهندسی خاصی نیازمند می باشد. اسکلت یا قاب گلخانه از فلز یا چوب ساخته می شود. فضای بین لایه های پوششی را می توان برای کمک به مقاومت در برابر وزش باد خالی از هوا نمود. گلخانه با اسکلت چوبی به آسانی ساخته می شود و انتخاب مناسبی برای سازنده است.

گرمایش

محیط گلخانه معمولا به وسیله هوای داغ ، آب داغ یا بخار گرم می شود. گاهی اوقات گرما به صورت تکمیلی توسط گرمکن های الکتریکی تامین می شود. انتخاب منبع حرارتی باید با توجه

توصیه: صبحانه هفتگی خود را برنامه‌ریزی کنید و اطمینان حاصل کنید که صبحانه شما شامل ویتامین‌ها، مواد معدنی، فیبرهای گیاهی، پروتئین، اسیدهای چرب امگا۳، آنتی‌اکسیدان‌ها... است.

۵- سیگار کشیدن را کنار بگذارید سموم موجود در سیگار اندام‌های مختلف بدن را تحت تاثیر قرار می‌دهد. این مواد سمی باعث سرعت بخشیدن به روند پیری مغز شده و علت مهمی برای ابتلا به اختلال در عملکرد شناختی است. ابتلا به دمانس و آلزایمر با سیگار ارتباط نزدیک دارد. **توصیه:** در سریع وقت سیگار کشیدن را متوقف کنید و عادات سالم را جایگزین آن کنید. از قرار گرفتن در معرض دود سیگار نیز اجتناب کنید.

۶- به اندازه کافی آب بنوشید مصرف‌نکردن آب یکی از عواملی است که بر ضعف زودرس بافت مغز تاثیر می‌گذارد. از دست دادن آب بدن سطوح انرژی را کاهش می‌دهد و خلق‌وخو را پایین می‌آورد ضمن این‌که تمرکز را نیز سخت‌تر می‌کند. قسمت عمده مغز از آب تشکیل شده و این یعنی کاهش آب بدن با کاهش عملکردهای مغز و کاهش اکسیژن در سلول‌های مغز ارتباط دارد.

توصیه: روزانه ۸ تا ۶ لیوان آب بنوشید. مصرف ميوه‌ها و سبزیجات آب دار را زیاد کنید. چای و نوشیدنی‌های طبیعی دیگر را به همراه مصرف آب فراموش نکنید.

عادات اشتباهی که مغز را دچار اختلال می‌کند

توصیه: از قرار گرفتن در معرض محیط‌های آلوده جلوگیری کنید و در صورت فرارگیری، اقدامات پیشگیرانه را به منظور به حداقل رساندن آثار محیط آلوده انجام دهید. تنفس در هوای تازه و در محیط سبز را فراموش نکنید.

۳- مواد قندی را بیش از حد مصرف نکنید مصرف بیش از حد شکر تصفیه شده با ابتلا به بیماری‌های متابولیک و مغزی ارتباط نزدیک دارد. قند در بسیاری از غذاها و رژیم‌های ما وجود دارد و تولید مواد شیمیایی مغز را کاهش می‌دهد و به مرور زمان بر عملکرد آن تاثیر منفی می‌گذارد. مصرف روزانه شکر تصفیه شده یکی از علل ابتلا به اضطراب، افسردگی و زوال عقل است.



مغز انسان را می‌توان به یک کامپیوتر فوق‌العاده تشبیه کرد.

اکثر ما هنوز از عادت‌های خاصی که باعث بروز اختلالات مغزی می‌شوند، بی‌خبریم. بیماری‌های شناختی با عوامل ژنتیک و سن ارتباط دارند، با این حال برخی شیوه‌های غلط زندگی که هر روز هم تکرار می‌شوند، نیز می‌توانند بر نرون‌ها و بافت‌های مغزی آسیب برسانند و بر وقوع این بیماری‌ها تاثیر بگذارند:

۱- کم‌خوابی را کنار بگذارید خواب کم‌کیفیت، کارایی جسمی، ذهنی و عاطفی را کاهش می‌دهد و منجر به افزایش هورمون‌های استرس می‌شود. در نتیجه توانایی فرد برای حل مشکلات روزمره کاهش می‌یابد.

توصیه: حداقل در یک محیط آرام، ۸ ساعت خواب شایه را تجربه کنید. قبل از رفتن به خواب تمام وسایل الکترونیکی را خاموش کنید. یک شام سبک ۳ تا ۲ ساعت قبل از رفتن به رختخواب بخورید.

۲- در معرض آلودگی هوا قرار نگیرید قرار گرفتن طولانی مدت در آلودگی هوا، حتی اگر میزان آلودگی کم باشد به بروز بیماری‌های شناختی مغز و ایجاد تغییرات ساختمانی در آن منجر می‌شود. کسانی که در مناطق آلوده زندگی می‌کنند، مغزهای کوچک‌تری خواهند داشت و میزان بروز سکنه‌های مغزی در آنان، بیشتر از دیگران است.

معجزه حرکات کشه برای سلامت قلب!



بر روی جریان خون پاها و دست‌ها ارزیابی کردند. آنها دریافته‌اند جریان خون در شریان‌های پاها و دست‌ها افزایش یافت و با گشادشدن عروق خون، از حالت سفتی درآمدند. این تغییرات دارای مفاهیمی برای بیماری‌های نظیر بیماری قلبی، سکته مغزی و دیابت است چراکه مشخصه تمامی این بیماری‌ها، تغییر در کنترل جریان خون به دلیل اختلال در سیستم عروقی است. همچنین محققان توصیه می‌کنند حرکت کشش پا در طول مدت بستری بودن در بیمارستان یا بعد از عمل جراحی برای حفظ سلامت عروق بسیار مناسب است.

نتایج یک تحقیق جدید نشان می‌دهد انجام ۱۲ هفته کشش عضلات باعث اتساع عروق خونی و کاهش سفتی شان شده و به بهبود جریان خون کمک می‌کند. به طور کلی وقتی از کشش عضلات حرف می‌زنیم، دو شیوه کشش وجود دارد، کشش منفعل و کشش فعال. کشش منفعل به کششی گفته می‌شود که در آن شما از یک ابزار دیگر مثل وزنه، کش، فشار آوردن به دیوار و... برای ایجاد کشش در عضله‌ایتان استفاده می‌کنید. یا مثلاً زان پایتان را بالا آورده و سعی می‌کنید آن را با دست‌ها نگه دارید. در حالی که در کشش فعال وضعیتی را به خود می‌گیرید و بدون کمک

آنچه باید در مورد «ویروسی کووید ۱۹ (کرونا)» بدانید

فردی که علامتی ندارد نیز از طریق قطرات تنفسی یا از طریق لمس اشیاء یا سطح آلوده به ویروس صورت خواهد گرفت.

اهمیت استفاده همگانی از ماسک بدیهی است کماکان راه های اصلی پیشگیری از ابتلا به کرونا؛ بهداشت دست ها از طریق شستن مکرر دست ها با آب و صابون یا ضدعفونی کردن دست ها با محلول های ضدعفونی کننده با پایه الکل، فاصله گذاری فیزیکی (حداقل یک متر در فضای باز و دو متر در فضای بسته) و استفاده از ماسک (شامل انواع ماسک ساده پارچه ای یا ماسک جراحی) خواهد بود.

استفاده همگانی از ماسک در این مرحله یکی از اقدامات مهم پیشگیرانه‌ای است که می‌تواند شیوع برخی بیماری‌های ویروسی تنفسی از جمله کووید-۱۹ را محدود نماید. استفاده از ماسک به تنهایی برای تامین سطح مناسبی از محافظت، کافی نیست و سایر اقدامات نیز باید در کنار آن اتخاذ شود، لکن همه مطالعات انجام شده حاکیست استفاده از ماسک حداقل ۴۰ درصد و در کنار سایر تمهیدات تا ۹۵ درصد از موارد جدید ابتلا به این بیماری خواهد کاست چنانکه برآوردهای محققین نشان می‌دهد، اگر تنها نیمی از جمعیت از ماسک استفاده نمایند، بزودی نرخ بازتولید ویروس به یک و حتی کمتر از یک نزدیک شده و جامعه از وضعیت اپیدمی خارج شده و حتی به تدریج به مهار بیماری نزدیک

از بروز علائم منتقل کنند. انتقال ویروس از قطرات تنفسی، زمانی ایجاد می‌شود که فرد آلوده صحبت، سرفه یا عطسه کند و شخصی که در تماس نزدیک با فرد آلوده باشد در معرض قطرات تنفسی عفونی بالقوه خواهد بود. همچنین این قطرات ممکن است بر روی سطوحی که ویروس بر روی آن زنده می‌ماند، فرود آیند. بنابراین، اشیاء و سطوح تماس با فرد آلوده یا قطرات آلوده می‌توانند مسیر انتقال ویروس باشند، بنابراین، این امکان وجود دارد که افراد آلوده به کرونا بتوانند ویروس را حتی قبل از بروز علائم منتقل کنند. انتقال ویروس از



ویتامین D خطر دیابت را کاهش می‌دهد

مطالعات نشان می‌دهند دریافت مقادیر کافی ویتامین D با کاهش خطر بروز دیابت نوع ۲ ارتباط دارد. افزایش سطح کلسترول بد خطر بیماری‌های قلبی - عروقی را افزایش می‌دهد بنابراین کمبود ویتامین D می‌تواند بر عوارض ناشی از دیابت هم تأثیر گذار باشد. مطالعات نشان داده‌اند که ویتامین D در سلول‌های بتا پانکراس بر تولید و ترشح انسولین اثر می‌گذارد. ترشح انسولین وابسته به کلسیم است و جذب کلسیم نیز تحت تأثیر ویتامین D قرار می‌گیرد. کمبود ویتامین D منجر به کاهش تولید انسولین می‌شود و یا اینکه کمبود ویتامین D، کاهش حساسیت بافت‌ها به انسولین و در نتیجه بروز دیابت نوع ۲ را به دنبال دارد. البته ویتامین D جزو آن دسته از ویتامین‌های محلول در چربی است که قابلیت ذخیره شدن در بدن را دارد و مصرف بیش از حد می‌تواند باعث عوارضی از قبیل رسوب کلسیم در کلیه‌ها، ریه‌ها، قلب، گوش، دردهای استخوانی، از دست دادن اشتها و تهوع، افزایش حجم ادرار، بیبوست، اختلالات کلیوی و حتی مسمومیت شود. اما کمبود ویتامین D با افزایش نمایه توده بدنی، فشار خون بالاتر، تری گلیسیرید بالا و مقاومت به انسولین که همگی از عوامل مستعدکننده فرد به بروز دیابت نوع ۲ هستند، ارتباط دارد. مصرف ویتامین D از طریق مکمل، نیازمند بررسی‌های پزشکی و تحت نظر پزشک یا متخصص تغذیه باید صورت گیرد و باید از مصرف خودسرانه آن پرهیز شود.

راه‌های پیشگیری از دیابت

- اگر اضافه وزن دارید یا کمی چاق هستید،وزنتان را کم کنید، اگر چه افرادی که مبتلا به دیابت نوع دو هستند، اضافه وزن یا چاقی ندارند، اما در کل افرادی که دارای دیابت هستند، بیشتر وزنشان در ناحیه کمر و شکم جمع می‌شوند و به عنوان چربی شناخته می‌شود. حمل چربی بیش از حد به ویژه در ناحیه شکم، احتمال ابتلا به دیابت را افزایش می‌دهد. کم کردن وزن ممکن است خطر ابتلا به دیابت را کاهش دهد.

- خوردن قند و کربوهیدرات‌های تصفیه شده را کم کنید: کربوهیدرات‌های تصفیه شده مانند محصولات آرد سفید تقریباً بلافاصله هنگامی که شما آنها را بخورید به شکر تبدیل می‌شوند. شکر در بسیاری از تنقلات از یک‌های، شیرینی، آب نبات و شکلات آشکار است و در بعضی‌ها مانند ماست شیرین پنهان است. شکر شایع است و وقتی شما مصرف می‌کنید نیاز به مصرف بیشتر را در خود احساس می‌کنید. وقتی احساس می‌کنید به آن نیاز دارید سعی کنید شکرمتان را با شکر پر کنید. آگاما باشید که شکر می‌تواند «جایی که شما ممکن است آن را انتظار نداشته باشید، مانند غلات صبحانه‌ای» پنهان شود. غلات را با شکر کمتری انتخاب کنید که ۱۰۰ درصد گندم داشته باشد. شما همچنین می‌توانید غلات قندی را با گوشت بلغور جو دوسر، جایگزین کنید. سعی کنید غذای مخصوص خود را ایجاد کنید. فهرست مواد تشکیل دهنده را در مورد تمام محصولات که در نظر دارید مطالعه کنید.

- تحرک بدنی: تمرین و تحرک منظم بدنی مقاومت انسولینی را کاهش داده و سلول‌ها به طور موثرتری می‌توانند قند را به انرژی تبدیل کنند. حتی اگر تا به حال هیچ نوع ورزشی انجام نداده اید، از همین امروز با یک پیاده روی ساده شروع کنید.



معاونت غذا و دارو دانشکده علوم پزشکی لارستان



اعلام کردند که استفاده از ماسک فقط برای کادر درمان و افراد در معرض خطر و پرخطر توصیه می‌شود و سایر افراد جامعه و جمعیت عادی، نیازی به استفاده از ماسک ندارند. شرایط امروز و تجربیات و شواهد فراهم آمده اما حاکیست استفاده از ماسک به‌صورت همگانی بویژه در مرحله بازگشایی که موضوع در خانه ماندن محوریت و جامعیت و امکان تحقق حداکثری گذشته را ندارد در کنار رعایت سایر نکات بهداشت فردی و عمومی اهمیت و ضرورتی اجتناب ناپذیر دارد. مراکز تحقیقاتی و موسسات بین المللی سلامت از جمله سازمان بهداشت جهانی از دولت‌ها خواسته اند برنامه مدونی برای تشویق شهروندان خود برای استفاده از ماسک در مکان‌های عمومی تدوین کنند و همه مردم باید از ماسک استفاده کنند، زیرا این وسیله می‌تواند از انتقال و انتشار ویروس کرونا ممانعت کند و به کنترل و مهار بیماری کووید۱۹ بینجامد.

ویروس کرونا نه ضعیف شده و نه از بین رفته است و البته به زودی واکسن یا داروی قطعی هم نخواهد داشت لذا ضروری است در کنار سایر نکات بهداشت فردی و عمومی، در مان و مقابله با آن دست پیدا کند و همین نشان دهنده علت برخی پیش بینی‌ها، برآوردها یا توصیه هایی است که امروز شاید با یافته های جدید، نادرست یا در اولویت بالاتر یا پایین‌تر، مهمتر یا کم اهمیت‌تر از آغاز راه مقابله با این بیماری به نظر برسد. چنانکه سازمان جهانی بهداشت و مراکز مدیریت بیماری های واگیر بسیاری از کشورها در هفته ها و ماه های نخست مواجهه با این ویروس به دلایل گوناگون

از تغذیه کرونایی چه می‌دانیم؟

مصرف زیاد مکمل‌ها یکی از مشکلاتی بود که ابتدای شیوع کرونا با آن مواجه بودیم و خیلی‌ها به دلیل تقویت سیستم ایمنی به صورت خودسرانه مکمل مصرف می‌کردند «هیچ توصیه‌ای برای مصرف هیچ مکملی به صورت خودسرانه وجود ندارد. وقتی یک مکمل یا ویتامین بیش از حد مصرف شود، به بدن استرس وارد می‌شود و در نتیجه در مقابل ویروس‌ها نمی‌تواند به خوبی مقابله کند.» درواقع پزشکان معتقدند که بهتر است ویتامین‌هایی مانند ویتامین C از طریق مواد غذایی دریافت شوند. غیر از ویتامین C که شایع آن‌تی اکسیدان‌هایی مثل فلاونوئید، کاروتنوئید و ویتامین‌های C و E است، جای سبز که فلاونوئید و آن‌تی اکسیدان بالایی دارد و نوشیدنی کفیر در این دوران توصیه می‌شود. مصرف کافی آب برای پیشگیری از کرونا بسیار مهم بوده و به پاکسازی بدن از سموم کمک می‌کند و باعث می‌شود مواد مغذی به راحتی وارد سلول شوند. در مقابل بهتر است که در این مدت مصرف فست فودها، غذاها و تنقلات پرنمک و البته شیرینی زیاد مانند نوشابه را کنار بگذاریم.



معاونت غذا و دارو دانشکده علوم پزشکی لارستان

یادتان باشد کرونا ناشناخته است. پس بهتر است به صورت خودسرانه از گیاهان و دمنوش‌ها استفاده نکنید. ما شناخت کافی راجع به عملکرد دقیق ویروس کرونا در سطح سلول نداریم بنابراین ممکن است با مصرف بی رویه گیاهان که عوامل ناشناخته دارند باعث شویم که مشکلاتمان بیشتر شود. بیماران مبتلا به کرونا معمولاً با مشکل بی‌اشتهایی شدید مواجه هستند. «وقتی که فرد به کرونا مبتلا شود لازم است تا حدی دریافت پروتئین را افزایش دهد. برای مبارزه با مشکل بی‌اشتهایی در افراد مبتلا به کرونا باید غذا به دفعات به بیمار داده شود یعنی حجم غذا را کاهش داد و تعداد وعده‌های غذایی را افزایش دهیم. همچنین باید از غذاهای حجیم که کالری پایینی هم دارند پرهیز کنیم و غذاهای بیمار باید کم حجم و مغذی باشد.»

۷- جایگزین کردن لبنیات پروبیوتیک و کم چرب بجای لبنیات فاقد پروبیوتیک و پرچرب. ۸- تهیه سوپ‌های مقوی مانند سوپ کدو حلواپی، سوپ شیر و جو، خوراک لوبیا با قارچ، سوپ شیر و خامه و قارچ و...کنار وعده‌های غذایی. ۹- گنجاندن آش‌های تهیه شده بر پایه حبوبات و سبزیجات در برنامه غذایی. ۱۰- اضافه کردن سبوس‌های بسته بندی و پاستوریزه اضافه کرد. این نوع سوپ مانند دارو برای بیماران مبتلا عمل می‌کند.»

براساس آنچه وزارت بهداشت اعلام کرده در تغذیه افراد مبتلا به کرونا این نکات باید رعایت شود:

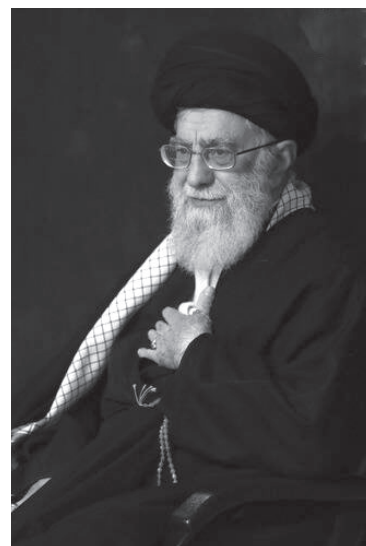
- ۱- استفاده از نان‌های بسته بندی سیوس دار به جای نان‌های تصفیه شده.
- ۲- حذف دورچین‌های خام و جایگزینی دورچین‌هایی پخته کنار غذاها شامل سبزیجات رنگی مانند: لپو، کدو حلواپی، هویج، بروکلی، گل کلم، فلفل دلمه ای، گوجه فرنگی، اسفناج، سلغم (حداقل به میزان ۶۰ گرم)
- ۳- استفاده از نان‌نج، زیتون و گوجه فرنگی خام کنار غذا.
- ۴- حذف کوبیده گوشت و شنسیسل و غذاهایی که ممکن است مرکز آنها خوب پخته نشود.
- ۵- صبحانه متنوع با تخم مرغ آبپز پخته شده، گردو و عدسی و شیر پاستوریزه.
- ۶- گنجاندن ماهی در برنامه غذایی حداقل یک بار در هفته.
- ۷- جایگزین کردن لبنیات پروبیوتیک و کم چرب بجای لبنیات فاقد پروبیوتیک و پرچرب.
- ۸- تهیه سوپ‌های مقوی مانند سوپ کدو حلواپی، سوپ شیر و جو، خوراک لوبیا با قارچ، سوپ شیر و خامه و قارچ و...کنار وعده‌های غذایی.
- ۹- گنجاندن آش‌های تهیه شده بر پایه حبوبات و سبزیجات در برنامه غذایی.
- ۱۰- اضافه کردن سبوس‌های بسته بندی و پاستوریزه شده به سوپ، آش، کوکو و کتلت.

هنگام بروز بیماری‌های مختلف یکی از مهمترین راهکارهای پیشگیری و درمان تغذیه درست و مناسب است. کرونا بیماری تازه‌ای است که خیلی چیزها را دربارهاش نمی‌دانیم و همه در حال آزمون و خطا هستیم، با این حال در این چند ماه پزشکان و متخصصان توانسته‌اند راهکارهایی را برای تغذیه مناسب در این دوران هم برای پیشگیری و هم برای درمان ارائه دهند که باید همه از آنها باخبر باشیم و دربارهاش بیشتر بدانیم.

***کمک ميوه‌ها و سبزیجات به سیستم ایمنی**

تقویت سیستم ایمنی. این کلید واژه‌ای بود که از همان ابتدای شیوع بیماری کرونا و با وجود ناشناخته بودن این بیماری بر آن تأکید می‌شد. همه پزشکان از تقویت سیستم ایمنی به عنوان مهمترین راه پیشگیری از ابتلا به این بیماری می‌گفتند و البته همچنان درباره‌اش صحبت می‌کنند.مهمترین و بهترین راه تقویت سیستم ایمنی برقراری تعادل بین گروه‌های مختلف غذایی است. یعنی در طول روز باید به صورت مناسب از همه گروه‌های غذایی بهره‌مند شویم. «اگر تعادل میان کالری دریافتی و پروتئین را رعایت کنیم سیستم ایمنی تقویت می‌شود. یکی از راه‌های ایجاد این تعادل این است که تیمی از بشقاب غذایی ما سبزیجات باشد. باید سعی کنیم در سبزیجاتی که همراه

عبرت های عاشورا



تاریخ می نویسد: «مسجد کوفه مملو از جمعیتی شد که پشت سر این زیاد به نماز عشا ایستاده بودند.» چرا چنین شد؟ بنده که نگاه می کنم، می بینم خواص طرفدار حق مقتصد و بعضی شان در نهایت بدی عمل کردند. مثل

چه کسی؟ مثل «شیرین قاضی». شیرین قاضی که جزو بنی امیه نبود! کسی بود که می فهمید حق با کیست. می فهمید که اوضاع از چه قرار است. وقتی «هانی بن عروه» را با سر و روی مجروح به زندان افکندند. سربازان و افراد قبیله ای او اطراف قصر عبیدالله زیاد را به کنترل خود درآوردند.
این زیاد ترسید. آنها می گفتند: «شما هانی را کشته اید.» ابن زیاد به «شیرین قاضی» گفت: «برو بین اگر هانی زنده است، به مردمش خبر بده.» شیرین دید هانی بن عروه زنده، اما مجروح است. تا چشم هانی به شیرین افتاد، فریاد برآورد: «ای مسلمانان! این چه وضعی است؟! پس قوم من چه شدند؟! چرا سراغ من نیامدند؟! چرا نمی آیند مرا از این جا نجات دهند؟! مگر مرده اند؟!»
-شیرین قاضی گفت: «می خواستم حرف های هانی را به کسانی که دور دارالاماره را گرفته بودند، منعکس کنم. اما افسوس که جاسوس عبیدالله آن جا حضور داشت و جرأت نکردم!»
- «جرأت نکردم» یعنی چه؟ یعنی همین که ما می گوئیم ترجیح دنیا بر دین! شاید اگر شیرین

همین یک کار را انجام می داد، تاریخ عوض می شد.

اگر شیرین به مردم می گفت که هانی زنده است، اما مجروح در زندان افتاده و عبیدالله قصد دارد او را بکشد، با توجه به این که عبیدالله هنوز قدرت نگرفته بود، آنها می ریختند و هانی را نجات می دادند. با نجات هانی هم قدرت پیدا می کردند، روحیه می یافتند، دارالاماره را محاصره می کردند، عبیدالله را می گرفتند؛ یا می کشتند و یا می فرستادند می رفت. آن گاه کوفه از آن امام حسین علیه السلام می شد و دیگر واقعه ای کربلا اتفاق نمی افتاد! اگر واقعه ای کربلا اتفاق نمی افتاد، یعنی امام حسین علیه السلام به حکومت می رسید. حکومت حسینی، اگر شش ماه هم طول می کشید برای تاریخ، برکات زیادی داشت. گرچه، بیشتر هم ممکن بود طول بکشد.
- ای شیرین قاضی! چرا وقتی که دیدی هانی در آن وضعیت است، شهادت حق ندادی؟! عیب و نقص خواص ترجیح دهنده دنیا بر دین، همین است.

بیانات امام خامنه ای در دیدار فرماندهان لشکر ۲۷ محمد رسول الله (ص)

امام حسین (ع) در آیین زیارت



زیارت، نشانه وفای به عهد

زیارت اهل بیت(ع) علاوه بر احترام، نوعی اظهار ارادت و تجدید عهد با حضرات معصومین (ع) است. زائر ضمن اعلام تبعیت از ولی خدا از طریق زیارت، یاد و خاطره اولیای الهی را گرمی می داند. حضرت علی بن موسی الرضا (ع) می فرمایند: «برای هر امامی بر گردن دوستان و شیعیانش پیمانی است که به جای آوردن زیارت از مصادیق وفای به عهد و به جای آوردن حق محسوب می شود. بر این اساس کسی که از روی میل و رغبت، زائر خود را زیارت کند امید آن است که در روز قیامت از شفاعت او برخوردار شود.»

زیارت چیست؟

زیارت وادی محبت و شوق است؛ نمودی از احساس متعالی و ترجمان پیوند قلبی است. فیض «حضور» در کنار اولیای خدا، زائر را از کیمیا «نظر» برخوردار می سازد. زیارت الهام گرفتن از اسوه ها و تعظیم شعائر و تقدیر از فدکاری ها و تجلیل از پاکی هاست و زائر در برابر آیین تمام قد فضیلت ها می ایستد تا عیار خود را در آن بسنجد و خود را در برابر «میزان» قرار می دهد تا کم و کاستی خود را چیران کند. زائر مهمان مانده معنوی اولیای الهی است و زیارت تجدید پیمان و میثاق «ولایت» با رهبری است؛

سفر با کاروان اشک و بر محمل شوق و سوار شدن بر موج عرفان و براق عشق است.
دعای پیامبر (ص) و... به زائر امام حسین (ع)
معاویه بن وهب می گویند: روزی امام صادق (ع) به من فرمودند: «ای معاویه به سبب ترس و وحشت از دشمنان! زیارت قبر امام حسین (ع) را ترک مکن؛ زیرا هرکس زیارت آن حضرت را ترک کند دچار حسرتی بزرگ می شود و همواره آرزو می کند که ای کاش در کنار قبر آن حضرت باشد و بتواند فراوان به زیارتش برود. آیا دوست نداری که خدا تو را در زمره کسانی ببیند که حضرت رسول صلی الله علیه و آله وسلم و حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه علیها السلام و سایر ائمه اطهار (ع) در حقیقت دعا می کنند؟»

فضیلت زیارت امام حسین (ع)
درباره تبیین فضیلت زیارت امام حسین (ع) تعابیر زیادی از اهل بیت (ع) وارد شده است. حضرت باقر (ع) می فرمایند: «شیعیان ما را به زیارت حضرت حسین بن علی (ع) توصیه کنید؛ چون زیارت آن حضرت روزی را زیاد و عمر را طولانی و بدی ها را دفع می کند.» امام صادق (ع) می فرمایند: «کسی که امام حسین را در حالی که به حق آن حضرت عارف است زیارت کند، روزی اش وسعت پیدا می کند و خداوند متعال در دنیا بر شادی او می افزاید.»

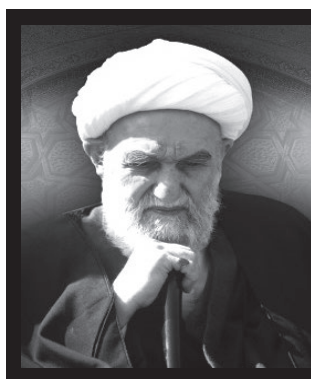
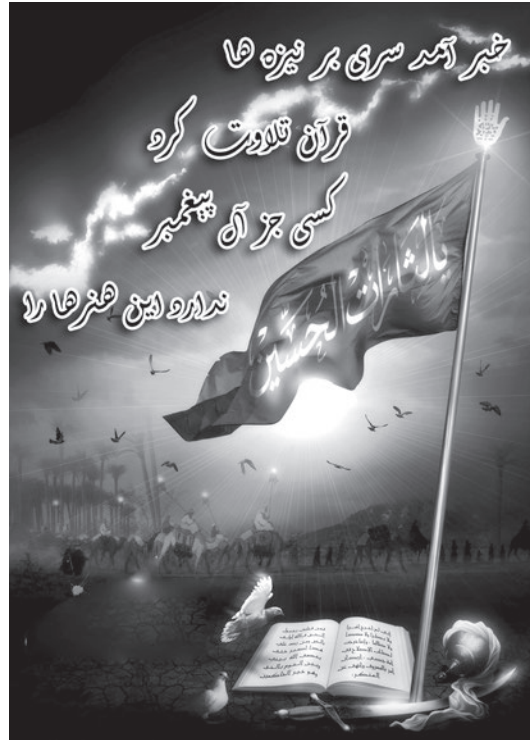
اولین عزاداری در ایران و شعری که قرن ها ماندگار شد

محتشم، شاعران از آن شعرش تقلید کردند، قسمتی از این شعر اینگونه است:
باز این چه شورش است که در خلق عالم است
باز این چه نوحه و چه عزا و چه ماتم است
باز این چه رستخیز عظیم است کز زمین
بی تنخ صورت خاسته تا عرش اعظم است
این صبح تیره باز امید از کجا کزرو
کار جهان و خلق جهان جمله در هم است

گویا طلوع می کند از مغرب آفتاب
کاشوب در تمامی ذرات عالم است
گر خوانمش قیامت دنیا بعید نیست
این رستخیز عام که نامش محرم است
در بارگاه قدس که جای ملائ نیست
سرهای کدسیان همه بر زانو غم است
جن و ملک بر آمیان نوحه می کنند
گویا عزای اشرف اولاد آدم است
خورشید آسمان و زمین نور مشرقین
پرورده کنار رسول خدا حسین (ع)
همینطور که در تاریخ به پیش می آید
غزوی می رسیم، او اشعاری که در مورد امام حسین (ع) سروده است به شکل مکتب بوده و بیشتر روایت گونه است. اینجا باید به این نکته توجه کنیم که ماه ابتدایی و اصلی اشعاری مکتب ها هستند، کتابهایی که از زبان حضرت زینب(س) و تمام بازماندگان و شاهدان واقعه کربلا هستند و این کتابهای مکتب هستند که پایه گذار اشعار عاشورایی شده اند.



احمد بویه در سال ۲۵۲ هـ ق می زیست، او که از عاشقان اهل بیت(ع) بوده است از سلسله دیلمیان بود. حکومت دیلمیان از شیعیان بودند و این حکومت اولین عزاداری حضرت امام حسین(ع) را در ایران از زمان وقوع حوادث کربلا تا آن دوران یعنی قرن چهارم هـ ق برپا کردند، این حکومت دستور داد تا مردم درب حجره های بازار را ببندند و به عزاداری بپردازند. بعد از این حکومت، عزاداری برای امام حسین(ع) دست خوش فراز و فرود شد و در واقعه عده ای از عزاداری دور ماندند و عده ای عزاداری می کردند. این وضع ادامه داشت تا اینکه سلسله صفویه روی کار آمد و عزاداری در این دوران به اوج خود رسید، در این سلسله محتشم که از شاعران بنام بود و در وصف شاه طهماسب شعری را می سراید و تقدیم او می کند. شاه طهماسب نیز آن شعر را به محتشم باز می گرداند و به او دستور می دهد تا ابتدا اشعارش را در مورد ائمه(ع) بسراید و سپس در وصف شاه شعری را کند. محتشم نیز ۱۲ بند شعر زیبا را سرود که تا مدت ها بعد از



این، اثر فوق العاده گریه کردن بر امام حسین علیه السلام است. انسان باید خودش را از این مجالس محروم نکند؛ هر چند کارهایش زیاد و گرفتاری هایش بسیار است؛ لکن برادرها و خواهرها! شبانه روزی یک جلسه، ده دقیقه، ربع ساعت، برای خدا در این جلسات شرکت کنید. برای بزرگداشت عظمت امام حسین علیه السلام و اهل بیتش شرکت کنید. برای اینکه قطره اشکی بر مظلومیتشان بریزید. شرکت کنید. اگر گریه ات گرفت که چه بهتر؛ اگر گریه ات هم نگرفت، ناراحت نباش؛ خودت را شبیه گریه کننده ها در بیاور. گرفته از سخنرانی حضرت استاد آیت الله ناصری



هر سینه یک حسینه، هر خانه یک چراغ روشن کجهد بر در هر خانه یک چراغ یعنی برای هر دو سه پروانه یک چراغ بپچاره عاشقی که به هفت آسمان دادهاست
حسّی نه یک سفاخره و حثّی نه یک چراغ پروانه ای به وقت شهادت به خنده گفت
فردا می آورد روی شاهانه یک چراغ ففقدوس من، از آنسوی خود بال و پر بگهر
اما کجبر از کف بپکانه یک چراغ گاهی چراغ خاخه به مسجد حرام نیست
آن مسجدی که داده به وپرانه یک چراغ کی عافبت بچهر هشد انکور پاعمان
آن هب که هد به مپکده هر دانه یک چراغ ساقی! سری به کوچه دهپخان خود بزین
هرگوشه روشن است عرپبانه یک چراغ نذر محرم و صفر چشم های دوست
هر سپنده یک حسپنجه، هرخانه یک چراغ مهدی جهاداری

عشق می جوشد از این دریای غیرت
عشق مفخاد و دو دل را از کجا آورده است؟
خواهر از صحرا می پاد خور را آورده است
خپمه خپمه آتخض میپزد نگاه حافظت
خون شهون خورده اهی کرب و بلا آورده است
کاهی آن لحظه ای مهمان ما هم می هدی
شهر من پا چنم پاران ذوبه ها آورده است
شاهه ای پایا دیباهد خانه وپران می هود
داغ دوری را سبکچنه پاد ما آورده است
پی گداهی، سر به روی دپزه سوغاحت کدند
رسم «هوت خپر» ها را کرپلا آورده است
عشق می جوهد از این دریای غیرت ها ولی
این لب خهکپده حسرت خودیها آورده است
آه سلطان مجزل هاپم عرپچی می کند
با دل خوئین خود امهپ هفا آورده است
چهران فریاحی

دل عبدالله می شکند و در غم حسین و فرزندان خود، اندوهگین می گردد.
او همسری را ملاحظه می کند که موی سپید و قد خمیده گشته و گرد و غباری سخت از رنج راه، به چهره و صورت دارد.
زینب در میان جمعیت چشمش بر قامت با صلابت ام البنین می افتد که باچشانمش به دنبال صدف گمشده اش می گردد و به محض دیدن زینب از کربلا می پرسد. زینب در جواب او خبر می دهد: «بسرانتم همگی شهید شدند.» ام البنین درمقابل خبر شهادت اولادش، سراغ حسین را می گیرد و می گوید: «جان من فدای حسین! بگو از حسین چه خبر داری؟» کلام زینب آتشی است بر وجود ام البنین که حسینت را با لب تشنه شهید نمودند.
ام البنین دو دست خود را بر سرش کوبید و صدا می زند: «واجسیناه!» و ادامه می دهد: «ام البنین! در کربلا دریک روز مصیبتی بر من رسید که توان شرحش راندارم. در پیش چشمانم سر از بدن حسینم جدا و بر نیزه زندند. درکنار نهر علقمه، دست های پر محبت برادرم عباس را دیدم. ام البنین! کربلا دنیایی از حماسه و ایثار بود.»
بعد یادگاری از عباس را به مادرش ارائه داد که ام البنین با دیدن او تاب از دلش به در رفت و بیخوش روی زمین افتاد.



خیل کاروان اسراء، دلشکسته و خسته به شهر مقدس مدینه بر می گردند و در مقابل دروازه شهر مدینه به امر امام قدری استراحت می کنند، تا بشیر خبر آمدنشان را به اهل مدینه بدهد.
زینب در آستانه ورودی مدینه صدا به ناله و می دارد: «که مدینه ما را قبول منما، مدینه آن زمان که از تو جدا شدیم، با حسن و عباس و علی اکبر ... رفتیم؛ اما اکنون هیچ کدام آن ها همراهمان نیستند، مدینه در یک روز، ۱۸ محرم خود را از دست دادم.»
اهل مدینه به محض دیدن اهل بیت همچو ابر بهار اشک ریخته و صدا به گریه و ناله بلند می کنند. درمیان استقبال کنندگان، عبدالله بن جعفر، همسر زینب هم آمده است و از جمعیت سراغ زینب را می گیرد، از جمله، از خود زینب سراغ همسرش را می گیرد.
زینب متوجه می شود که همسرش او را نمی شناسد صدا می زند: «عبدالله منم زینب!»





بازخبر سوره شریعتی در خفا است
بازخبر سوره شریعتی در خفا است

نگارخانه واقعۀ طف



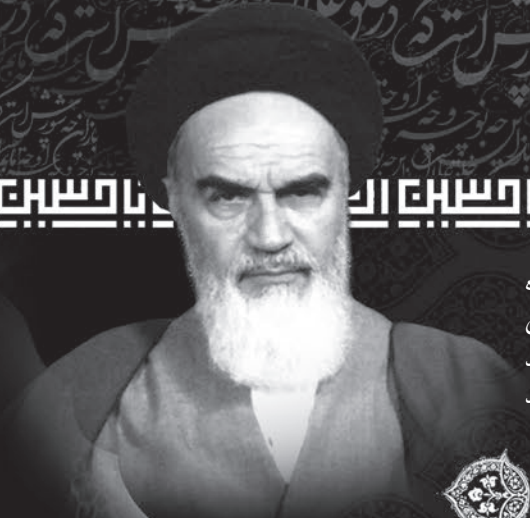
حسین علی مرتضی

عاشورا صورت روح کلی است، در تهاپوی پرشکوه تکلیف...

لَقَدْ خَابَ مَنْ رَضِيَ دُونَكَ بَدَلًا.

امام حسین (ع) فرمود: «هرکس به غیر تو دل ببندد، زبان

کرده است (بحار الانوار، ج ۹۵ ص ۲۱۶ ع ۲)



امام خمینی (ره):

گریه کردن بر عزای امام حسین، زنده نگه داشتن نهضت، و زنده نگه داشتن همین معنا که یک جمعیت کمی در مقابل یک امپراطوری بزرگ ایستاد، دستور است. باید سینه زدن هم محتوا داشته باشد. عاشورا روز عزای عمومی ملت مظلوم است، روز حماسه و تولد جدید اسلام و مسلمانان است.



مقام معظم رهبری:

کار امام حسین علیه الصلوة والسلام در کربلا، با کار جدی مطهرش حضرت محمد بن عبدالله صلی الله علیه و آله وسلم در بعثت، قابل تشبیه و مقایسه است. قضیه این است. همان طور که پیغمبر در آن جا، یک تنه با یک دنیا مواجه شد، امام حسین هم در ماجرای کربلا، یک تنه با یک دنیا مواجه بود.

پاران امام حسین(ع) / وهب بن وهب

او قبلاً مسیحی بود. به دست امام حسین علیه السلام به دین اسلام گروید و به همراه مادر و همسرش در کربلا حاضر شد. نقل می کنند در روز عاشورا که حدود هفده روز از ازدواج او و همسرش می گذشت همسر او گفت: حالا که مصمم شده ای که از فرزند رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم در مقابل دشمنانش دفاع کنی، یقیناً اگر در این راه شهید شوی وارد بهشت خواهی شد. باید در حضور امام علیه السلام با من عهد کنی که روز قیامت مرا فراموش نکنی. آن گاه هر دو به حضور امام حسین علیه السلام می آیند و همسر وهب خواسته خود را مطرح می کند، به گونه ای که آن حضرت به شدت متأثر می شوند و گریه می کنند. وقتی که وهب به میدان می رود و با شجاعت به جنگ می پردازد و عده ای از دشمنان امام حسین علیه السلام را به قتل می رساند، به سوی مادر و همسر بر می گردد و به مادرش می گوید: آیا اکنون از من راضی هستی؟ مادر به او می گوید: اگر تا زنده ای با دشمنان امام حسین به مبارزه نپردازی، از تو راضی نمی شوم.

گر بگذرد خمر ترسین جای زمین



خلیل رویبنا

شمر مرد دهن دست سرو آزاده ای را
خدا قنمت کرده سرو خردا داده ای را
گر چه رشید است و قدم رشدا ستاره
اصالت کند خاکسرو ساید شهزاده ای را
همه شاشد لبش چو دستش دستر که دارد
به گنجام طوفان چه شمیر آماده ای را
عشش از تو آموزد ام لب نیشتم که لب رود
توشه جز جام سرخ عشش باده ای را
کنده روغم، سجد برد دست اقا ده ای او
پندار دین سبب حاجت چه سجاده آبی را
به دریا شود متصل، رود جاری ابوالفضل
به جزا که خواهد کشد این سبب خیمه چاده ای را

وصیت نامه امام حسین(ع)

امام حسین (ع) هنگام حرکت از مدینه به سوی مکه این وصیت نامه را نوشت و با مهر خویش مهور ساخت و به برادرش محمد حنفیه تحویل داد:
«بسم الله الرحمن الرحیم... این وصیت حسین بن علی است به برادرش محمد حنفیه. حسین گواهی می دهد به توحید و یگانگی خداوند و این که برای خدا شریکی نیست و محمد (ص) بنده و فرستاده اوست و آتین حق (اسلام) را از سوی خدا (برای جهانیان) آورده است و شهادت می دهد که بهشت و دوزخ حق است و روز جزا بدون شک به وقوع خواهد پیوست و خداوند همه انسان ها را در چنین روزی زنده خواهد نمود»
امام در وصیت نامه اش پس از بیان عقیده خویش درباره توحید و نبوت و معاد، هدف خود را از سفر این چنین بیان نمود:
«من نه از روی خودخواهی و یا برای خوشگذرانی و نه برای فساد و ستمگری از شهر خود بیرون آمدم؛ بلکه هدف من از این سفر، امر به معروف و نهی از منکر و خواسته ام از این حرکت، اصلاح مفاسد است و احیای سنت و قانون جدم، رسول خدا (ص) و راه و رسم پدرم، علی بن ابی طالب (ع) است. پس هر کس این حقیقت را از من بپذیرد (و از من پیروی کند) راه خدا را پذیرفته است و هر کس رد کند (و از من پیروی نکند) من با صبر و استقامت (راه خود را) در پیش خواهم گرفت تا خداوند در میان من و بنی امیه حکم کند که او بهترین حاکم است. و برادر! این است وصیت من به تو و توفیق از طرف خداست، به او توکل می کنم و بر کفتم به سوی اوست.»
انگیزه های قیام حسین(ع)
امام (ع) در سخنان خود در پاسخ ولید و مروان اولین انگیزه قیام و مبارزه و علت مخالفت خود با یزید بن معاویه را بیان کرد و اکنون به هنگام حرکت از مدینه در وصیت نامه خود به انگیزه دیگری با علت اصلی قیام خود، یعنی امر به معروف و نهی از منکر و مبارزه با مفاسد وسیع و مسائل ضداسلامی و ضدانسانی حکومت یزیدی و اموی، اشاره می کند و می فرماید:
اگر آنان از من تقاضای بیعت هم نکنند من باز هم آرام و ساکت نخواهم نشست؛ زیرا اختلاف من با دستگاه خلافت تنها بر سر بیعت با یزید نیست که با سکوت آنان در موضوع بیعت، من نیز سکوت اختیار کنم؛ بلکه وجود یزید و خاندان وی موجب پیدایش ستم و گسترش فساد گشته است. و من برای امر به معروف و نهی از منکر و احیای قانون جدم رسول خدا (ص) و زنده کردن راه و رسم پدرم علی (ع) و بسط عدل و داد به پاخیزم و ریشه این نابه سامانی ها، یعنی خاندان بنی امیه را قلع و قمع نمایم و همه جهانیان بدانند که حسین جاه طلب، طالب مقام و ثروت، شرور، فاسد و اخلاک نگر نبود و این حالت از روز اول تا ساعت آخر و تا لحظه آخر در روح حسین (ع) متجلی و متبلور بود.

منبع: سخنان حسین بن علی علیه السلام از مدینه تا کربلا، محمد صادق نجمی، ص ۵۴.



قامت کمان کند که دو تیر آغوش

یک دم سپر شوند برای برادرش
خون عتاب در جگر شیرشان بر است
از نسل جعفرندو علم رسیده کوشش
رسیده ز کود کس فقط آینه دیدارند
آینه ای که آه سازد کدرش
در حیرت که رسیده جوانان ز نینبند
یا ایستاده تیر دو سر در برابرش؟
با جان و دل دو پاره جگر وقف مرکنند
یک پاره جای خویش دیگر جای همسرش
یک دست، گرم اشک گرفتار چشم هاشم
مشغول عطر و شانه زدن دست دیگرش
چون تکه کاه لیل حرم بود و کوه صبر
چشمش کدازد ریشخند، و سر زیر مجهرش
زینب بدیشوز شهیدان خود زلفت
تا که خدا نکرده مبارز برادرش...

سید حمید رضا برقعی

شکرکث قرآن و ابرام حسین (۳)

ج. دلیل آشکار الهی
قرآن، معجزه ماندگار و بینة روشن و دلیل آشکار الهی است؛ چنان که خود می گوید: «جانکم بینه من ربکم»؛ دلیل روشن و آشکار از پروردگارتان آمده است. حضرت حسین بن علی (ع) نیز حجت آشکار و ماندگار الهی است که هیچ گاه فراموش و کم رونق نخواهد شد؛ چرا که خود بینه و حجت آشکار الهی داشت. در وصف آن امام شهید می خوانیم: «اشهد انک علی بینه من ربکم»؛ گواهی می دهم که تو بر حجت آشکاری از طرف پروردگارت هستی. در زیارت نامه آن حضرت نیز مکرر می خوانیم: «السلام علیک یا حجت الله و این حجت»؛ سلام بر تو ای

حجت خدا و فرزند حجت خدا.
د. دور بودن از اوجاج
از آنجا که قرآن و امامان بر حق، هدایتگران به حق و طریق رشد هستند و از هرگونه کجی و انحراف فاصله دارند. درباره قرآن می خوانیم: «قرآناً عربیاً غیر ذی عوج لعلهم یتقون»؛ قرآنی به زبان عربی که هیچ کجی در آن نیست؛ باشد که آنها راه تقوا پویند. درباره سالار شهیدان کربلا نیز می خوانیم که لحظه ای از حق به باطل گرایش پیدا نکرد و از آن منحرف نشد: «لم تمل من حق الی باطل»؛ از حق به سوی باطل تمایل پیدا نکرد.
ه. اقامه کننده دین
قرآن بدین منظور نازل شده است تا دین کامل الهی را بر مردم عرضه کند: «الیوم اکملت لکم دینکم... و رضیت لکم الاسلام دنیا»؛ امروز دین شما را کامل کردم... و رضا دادم که اسلام دین شما باشد. همچنین این کتاب آسمانی آمده است تا چنین دینی در جامعه اقامه شود: «شرع لکم من الذین ما وصى به نوحاً و الذی اوحینا الیک و ما وصىنا به ابراهیم و موسی و عیسی ان اقموا الدین و لا تتفرقوا»

فیه»؛ برای شما از احکام دین، همان را تشریح کرد که به نوح توصیه کرده بود و آنچه به تو وحی کردیم و آنچه به ابراهیم و موسی و عیسی توصیه کردیم، این بود که دین را برپا دارید و در آن تفرقه نکنید. امامان بزرگوار و به ویژه امام حسین (ع) نیز برای ماندگاری دین و اقامه آن در جامعه تلاش کردند. حضرت اباعبدالله (حسین) ابتدا در مدینه اعلام کردند: «و علی الاسلام السلام اذ قد بلیت الامه بُراع مثل یزید»؛ زمانی که امت اسلامی گرفتار زمامداری چون یزید شود، باید فاتحه اسلام را خواند. دوم در مسیر کربلا وقتی به فرزند پرخورده با صراحت اعلام فرمود که من برای اقامه دین الهی و نصرت آن قیام کرده ام: «ای فرزند! اینان گروهی هستند که پیروی شیطان را پذیرفتند و اطاعت خدای رحمان را رها کردند و در زمین فساد را علنی ساختند و حدود الهی را از بین بردند، باده ها نوشیدند و دارایی های فقیران و بیچارگان را ویژه خود کردند و من از هرکس به یاری دین خدا و سربلندی آیینش و جهاد در راهش سزاوارترم، تا آیین خدا پیروزا و برتر باشد.»

امام حسین (ع)

إِنَّاكَ وَمَا تَعْتَدِرُ مِنْهُ؛ فَإِنَّ الْمُؤْمِنَ لَا يُسِيءُ وَلَا يَعْتَدِرُ، وَالْمُنَافِقُ كُلُّ يَوْمٍ يُسِيءُ وَيَعْتَدِرُ.
زنجار از کاری که از آن پوزش خواهی؛ زیرا مؤمن نه بدی می کند و نه پوزش می خواهد و منافق هر روز بدی می کند و پوزش می طلبد.

تحف العقول: ۲۴۸

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
شنبه	۵:۱۰	۶:۲۹	۱۲:۵۴	۱۹:۱۹	۱۹:۴۶
یکشنبه	۵:۱۰	۶:۳۰	۱۲:۵۴	۱۹:۱۸	۱۹:۴۶
دوشنبه	۵:۱۱	۶:۳۰	۱۲:۵۴	۱۹:۱۶	۱۹:۴۳
سه شنبه	۵:۱۲	۶:۳۱	۱۲:۵۳	۱۹:۱۵	۱۹:۴۳
چهارشنبه	۵:۱۲	۶:۳۱	۱۲:۵۳	۱۹:۱۴	۱۹:۴۱

امام صادق (ع) فرمود:
هر کس دوست دارد روز قیامت، بر سر سفره های نور بنشیند باید از زائران امام حسین (علیه السلام) باشد.

امام حسین (ع) فرمود:
«مَوْتُ فِي رِجْلِ خَيْرٍ مِنْ حَيَاةٍ فِي ذَلَّةٍ»
«مرگ با عزت برتر از زندگی با ذلت است».

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴ - ۰۲۲۴۴۷۷۰
کد پستی: ۷۴۳۱۸-۳۴۳۰۰
شماره شاپا: ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیات تحریریه)
لینوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار
miladlarestan@gmail.com www.mldl.ir

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و هشتم - چهارشنبه ۵/۰۶/۹۹ - ششم محرم الحرام ۱۴۴۲ - ۲۶ آگوست ۲۰۲۰ - شماره ۱۵۴۹ - ۸ صفحه - تک شماره ۲۰۰۰ تومان

همت خیرین و تجهیز بیمارستان امام رضا (ع) به دستگاه «ویدئولانگوسکوپ»



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، بهزاد رضایی سرپرست مرکز آموزشی درمانی امام رضای (ع) از اهداء یک عدد دستگاه ویدئولانگوسکوپ به این مرکز خبر داد.
این دستگاه که برای لوله گذاری داخل تراشه (مجرای تنفسی) استفاده می گردد، یکی از تجهیزات ضروری در احیای قلبی ریوی در بیماران است. این مسئول، با اشاره به شرایط کنونی و شیوع بیماری کوئید ۱۹ اذعان داشت: متأسفانه مشکل اصلی موارد مثبت کرونا بستری در بخش، تنفسی است و تجهیز بیمارستان به این دستگاه جز اقدامات اساسی محسوب می شد. وی افزود: دستگاه فوق توسط خیر محترم سرکارخانم «صولت سعدین» به ارزش ۳۰۰ میلیون ریال خریداری و به بیمارستان امام رضای (ع) لارستان اهداء گردیده است.
گفتنی است این دستگاه علاوه بر کاربری درمانی، در زمینه آموزش دانشجویان رشته هوشبری نیز مورد استفاده قرار می گیرد و استفاده از آن در شرایط بحرانی کرونا جهت حفاظت از پرسنل بهداشتی بسیار تأثیرگذار است.

ایده «عایشیر» برگزیده شتابدهی صادرات شد؛ ظرفیت لارستانی های خلیج فارس و گسترش صادرات کشور



همزمان با راه اندازی اولین مرکز شتابدهی صادرات ایران در تهران، ایده ارائه شده از سوی رئیس دفتر نماینده مردم در لارستان به عنوان یکی از ایده های برتر جهت اجرا در رویداد جهش صادرات در راستای جهش تولید برگزیده شد.
به گزارش میلاد لارستان، نخستین روز از هفته دولت، یک رویداد مهم در تهران رقم خورد که نوید رخداد آن در لارستان نیز چندی پیش ارائه شده بود.
به منظور جذب ایده های صادراتی و توسعه کسب و کار بین المللی اولین مرکز شتابدهی صادرات ایران شعبه تهران با همکاری اتاق ایران و معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری و با حضور سورنا ستاری معاون علمی و فناوری رئیس جمهوری، غلامحسین شافعی رئیس اتاق بازرگانی، صنایع، معدن و کشاورزی ایران، حسین سلاح ورزی، نائب رئیس اول اتاق بازرگانی، صنایع، معدن و کشاورزی ایران، قلمه نوید رئیس مرکز و تعاملات بین المللی علم و فناوری، محمدرضا فرزین، مدیرعامل بانک کارآفرین و سایر مسئولان ذیربط افتتاح شد.
معاون علمی و فناوری رئیس جمهوری در مراسم افتتاح این مرکز، گفت: این شتاب دهنده به صورت تخصصی در حوزه صادرات، خدمات شتابدهی ارائه می کند و امیدواریم افتتاح این شتابدهنده، جریان عمومی صادرات خدمات و محصولات فناورانه را تسهیل بکشد.
ستاری، با اشاره به لزوم ورود نیروهای تازه نفس اظهار داشت: تقویت حوزه صادرات بیش از هر چیز نیازمند ورود و حضور نیروهای جوان و تازه نفسی است که با استفاده از راهکارهای به روز و فناورانه،

بره ای از دیوان
منسوب به امام علی (ع)
ابوالحسن مویدی

از دیوان، برخی اشعار نثری که به امام علی (ع) منسوب بوده توسط نویسندگان و ادب شناسان جمع آوری و به زیور طبع مزین نشده اند.

بعضی نیز شعرهای تازی را به فارسی ترجمه و پارهای نیز آن را به نظم درآوردند و جمعی بر دیوان آن حضرت، شرح نوشته اند که شرح «قاضی میرحسین فرزند معین الدین میبیدی شافعی» مشهور است و در دوره صفویه اعتبار ویژه ای داشته است. اما ترجمه منظوم پارسی هر چند در گذشته وجود داشته که اکنون در دسترس نمی باشد.

لذا پاره ای از اشعار تازی منسوب به امام (ع) از روی نسخه دیوان امام علی تألیف «بیبھی نیشابوری کدی» از ادیبان قرن ششم هجری که توسط دکتر ابوالقاسم امامی تصحیح و ترجمه شده به نظم درآورده و به خوانندگان تقدیم می شود.

از خداوند تعالی آرزو نمیدم توفیق را رفیق فرماید تا در حد توان از این کتاب نفیس بهره مند شوم و آن حضرت با فضل و کرم خدایمان خوش نظر لطفی افکند و این بنده عاصی را مورد محبت ولایت خویش قرار دهد و از شفاعت بهره مند سازد.

وَ إِذَا حَمَلْتَ إِلَى الْآبَوَاتِ جَنَّةً
فَاعْلَمْ بِأَنَّكَ بَعْدَهَا مَحْمُولٌ
يَا صَاحِبَ الْقَبْرِ اَمْتَقِشْ سَطْحَهُ
وَ تَعَلَّ مِن تَحْتِهِ مَقْلُوبٌ
مَا يَنْفَعُهُ أَنْ يَكُونَ مَقْتَضًا
وَ عَلَيْهِ مِنْ حَلْقِ الْعَذَابِ كَبُوبٌ
لَا تَقْتَرِرُ بِنَجْمِهِمْ وَ بَلْمِكِهِمْ
الْمَلِكُ يُنْفِى وَ التَّعِيْمَ يُزِيلُ

هر گاه مرده ای را به سوی گوز بر دوش بری، بدان که پس از وی تو را نیز بر دوش برند.
ای خسته در گوری که بر آن سنگی تکارین است، بسا که در زیرش خود در بند باشی.
نقش رویه گوز هرگز سودی اش ندهد که به زنجیر عذاب پای در بند دارد.
فریب ناز و رامش و دارایی کسان مخور که دارایی زود و رامش نابود گردد.

گرمدهای بگوربری بروش
خودیک دان که نوبت تو فرود است
مان خفته زیر محارین سنگ
شاید بندرج و درون غوغاست
نقش و محار کور مار زود
گرد عذاب خفته بر وشت است
ناز و نعیم و ملک فرب است بان
ملکت روونیم ز پار جاست

عطش دنباله دار بیرم در روزهای داغ تابستان



به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری فارس، آبرسانی به بیرم لارستان یکی از پرونده های جنجالی سال جاری است که بارها راجع به آن بحث و گفتگو شده است. پرونده ای که حکایت از روزهای داغ تابستانی دارد که با چاشنی بی بی هم همراه شده است.
نتیجه این مطالبات، کشفکنی چاه و حفر گاری جهت تامین آب در میان مدت و پیگیری اختصاص آب از سد سلمان فارسی به عنوان راهکار بلندمدت عنوان شد و مردم بیرم در حال حاضر از طریق آب شیرین کن، آب شرب مورد نیازشان را تامین می کنند چرا که آب شبکه فعلی آن منطقه قابل شرب نیست.
هفته ای که گذشت، روابط عمومی آغا فارس مصالحه های مبنی بر اینکه «آب شرب بیرم مشکلی ندارد و از کیفیت مطلوبی برخوردار است» انجام داد که این مصاحبه واکنش صریح شورای شهر بیرم را در پی داشت.
در پی صدور این بیانیه مبنی بر اینکه، چرا نتایج آزمایش های میکروبی و شیمیایی آب شرب بیرم منتشر نمی شود؟ آیا از آمار بیماران مبتلا به سرطان گوارشی، کلیوی و دیالیزی که خانواده های زیادی را در این منطقه داغدار کرده اطلاع دارید؟ پس از این اتفاق، مدیرعامل آغای فارس به بیرم سفر کرد و از نزدیک وضعیت آبرسانی در آن منطقه را مورد بررسی قرار داد.
بر اساس بیانیه شورای شهر بیرم در خصوص مشکلات آب شرب منطقه، آنچه مشخص است اینکه هر کس که قطره ای نوشید به تلخی و شوری آب یا املاح گچ و رسوب آن به بحران تمامه اند آب سفرفه های

بهره برداری از طرح های عمرانی در گراش

محسنی، رئیس جمعیت هلال احمر گراش، گفت: خانه های هلال، مرکزی است داوطلب محور و وابسته به جمعیت هلال احمر با ساختار و فعالیت های داوطلبانه در سطح محلات، شهرها و نقاط روستایی که با اولویت در مناطق حادثه خیز تاسیس می شود.
وی افزود: تشکیل کلاس های آموزشی، ترویج فرهنگ امداد و نجات و ارتقای سطح معلومات شهروندان برای مقابله با حوادث از مهمترین

بهره برداری و آغاز ساخت چند طرح عمرانی، زیر بنایی، ورزشی و تولیدی در بخش صحرای باغ



این مرکز درمانی شامل بستری مردان و زنان، مطب، داروخانه، کارشناس مامایی و غیره می باشد. همچنین زیرسازي، آسفالت و لبه گذاری یکی از خیابان های شهرک زروان هم با اعتباری بالغ بر ۲ میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال افتتاح شد.
در ادامه قدرت مانور ۴/۲ کیلومتر شبکه سیمی جهت رفع افت ولتاژ و توسعه فیدر ۱ کیلومتر شبکه سیمی جهت رفع افت ولتاژ روستاهای زروان، دشتی، هرمود، دیده بان، کردشیر و بند و بست نیز همگی با اعتباری بالغ بر ۱۰ میلیارد و ۶۵۰ میلیون ریال و همچنین زیرسازي و آسفالت معابر روستای باغ نیز با اعتبار ۱ میلیارد ریال به بهره برداری رسید.
فرماندار ویژه لارستان، در سفر به بخش صحرای باغ همچنین چند طرح نیمه تمام را نیز بازدید کرد و از روند اجرای عملیات این پروژه ها اطلاع یافت. اولین طرح بازدید شده توسط جلیل حسینی فرماندار ویژه لارستان و هیئت همراه، سالن ورزشی روستای



متر زیربنا دارد و افزون بر دو میلیارد ریال برای آن توسط دهیاری هزینه شده است.
فرماندار ویژه لارستان، در ادامه سفرش به بخش صحرای باغ همزمان ۳۰ خانه ورزش روستایی را در روستای حسین آباد به نمایندگی از روستاهای کردشیر، کارگاه و حسین آباد، با اعتباری بالغ بر ۴۵۰ میلیون ریال افتتاح کرد.
جلیل حسینی و همراهان سپس به روستای دشتی رفتند و واحد مرغداری ۳۰ هزار قطعه آقای شفیعی را افتتاح نمودند. این واحد مرغداری در زمینی به مساحت ۸ هزار مترمربع با زیربنای ۳ هزار مترمربع با اعتباری افزون بر ۴۰ میلیارد ریال احداث شده است. مسئولین، در ادامه به روستای زروان رفتند و درمانگاه مرکز درمانی خیرییه حاج عبدالله پور احمدی را در زمینی به مساحت ۲۶۰۰ مترمربع با زیربنای ۱۱۰ متر مربع افتتاح کردند. برای ساخت و تجهیز این مرکز ۶ میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال هزینه شده است.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، در سومین روز از هفته دولت، با حضور جلیل حسینی معاون استاندار فارس و فرماندار ویژه لارستان، حجیت الاسلام و المسلمین موسوی امام جمعه لار، احمد دلاور معاون هماهنگی امور عمرانی فرمانداری، احمد علمدار بخشدار صحرای باغ، جهانپانی رئیس دفتر نماینده مردم شهرستان های لارستان، خنج، گراش و اوز، جانشین فرماندهی انتظامی و سبب و روسای ادارات جهاد کشاورزی، برق، گاز، منابع طبیعی، امور آب، کتابخانه های عمومی، بهداشت و درمان، بنیاد مسکن، دامپزشکی، اعضا شورای اسلامی شهر و بخش، چندین طرح عمرانی، زیربنایی، تولیدی و ورزشی با اعتباری بالغ بر ۸۰ میلیارد ریال در بخش صحرای باغ لارستان افتتاح و یا ساخت آنها آغاز شد.
مسئولین ابتدا به روستای دیده بان رفتند و گلزار مطهر شهدا این روستا را گلباران و عطر افشانی نمودند. در ادامه، فرماندار ویژه لارستان کلنگ آغاز ساخت بوستان روستای دیده بان را به زمین زد.
این بوستان قرار است در زمینی به مساحت دو هکتار با اعتبار ۳ میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال در فاز اول توسط دهیاری، شورا و خیرین روستا احداث گردد. معاون استاندار فارس، سپس به همراه امام جمعه و مسئولین ادارات به روستای گاوپست رفتند و کتابخانه این روستا را افتتاح نمودند.
این کتابخانه ۱۰۰ متر مربع زیربنا دارد و با اعتباری بالغ بر دو سویت و پنجاه میلیون ریال توسط اداره کتابخانه های شهرستان تجهیز شده است.
در ادامه، مسئولین به روستای کارگاه رفتند و بوستان شادروان حمیدرضا آزادی این روستا را افتتاح کردند. این بوستان در زمینی به مساحت ۷۰۰ مترمربع و با اعتبار دو میلیارد ریال احداث شده است.
مسئولین سپس به روستای باغ عزیمت کردند و بخش دندانپزشکی مرکز خدمات جامع سلامت روستای باغ را افتتاح کردند.
این واحد دندانپزشکی با اعتباری بالغ بر دو میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال احداث و تجهیز شده است. نماینده عالی دولت در لارستان و هیئت همراه سپس به روستای ده میان رفتند و ساختمان دهیاری این روستا را به بهره برداری رساندند. این ساختمان ۱۰۰