



راهکارهایی برای ثبات قیمت ها



آخرین اقدامات صورت گرفته در راه اندازی پارک بانوان لار



وضعیت نامناسب بافت فرسوده محله پاقعه لار



حمایت از تیم هندبال لارستان برای حضور در مسابقات کشوری و اختصاص زمین برای پست موتورسواری

خبر

سیاسی

اجتماعی

فرهنگ مردم

علمی

سبزینه

ایجاد دانشکده سوم، زمینه ارتقاء دانشکده علوم پزشکی لارستان به دانشگاه را فراهم می کند



میلاد لارستان
همین صفحه

اهدای ۱۳ دستگاه «ونتیلاتور» به علوم پزشکی شیراز، لار و گراش با پیگیری نماینده مردم



می کند، نیاز به وجود و بکارگیری دستگاه ونتیلاتور در بیمارستان ها و مراکز درمانی بیش از هر زمان دیگری اهمیت دارد.

با پیگیری نماینده مردم در مجلس شورای اسلامی، ۱۳ دستگاه کمک تنفسی (ونتیلاتور) با همکاری وزارت نفت به دانشگاه علوم پزشکی شیراز تعلق گرفته. به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی نماینده مردم؛ با پیگیری حسین زاده نماینده مردم شریف لارستان، خنج، گراش و اوز و رئیس کمیته نفت و فرآورده های نفتی کمیسیون انرژی؛ تعداد ۱۳ دستگاه ونتیلاتور از طرف شرکت ملی نفت ایران به دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان فارس اهدا شد.

حسین زاده، با اشاره به اهمیت وجود این دستگاه در شرایط فعلی بیماری کرونا در بیمارستان ها اظهار داشت: با توجه شرایط ناشی از شیوع ویروس همه گیر کرونا و افزایش شمار بیماران مبتلا به کووید ۱۹ که ریه بیماران را دچار نارسایی جدی

ایجاد دانشکده سوم، زمینه ارتقاء دانشکده علوم پزشکی لارستان به دانشگاه را فراهم می کند



معاون آموزشی تحقیقات و دانشجویی فرهنگی دانشکده علوم پزشکی لارستان درخصوص ارتقاء دانشکده علوم پزشکی لارستان به دانشگاه، گفت: با ایجاد دانشکده سوم و راه اندازی رشته های فوق الذکر، زمینه لازم برای تبدیل شدن دانشکده علوم پزشکی لارستان به دانشگاه فراهم می شود. زهرا کشتکاران در گفت و گو با خبرنگار میلاد لارستان در تشریح وضعیت علمی دانشکده علوم پزشکی لارستان اظهار داشت: دانشکده علوم پزشکی لارستان دارای دو دانشکده پرستاری حضرت زینب (س) لار و دانشکده بهداشت اوز است. وی با بیان اینکه رشته های موجود در دانشکده پرستاری حضرت زینب (س) شامل پرستاری و اتاق عمل در مقطع کارشناسی پیوسته است، افزود: در این دانشکده همچنین رشته هوشبری در مقطع کارشناسی ناپیوسته تدریس می شود. معاون آموزشی تحقیقات و دانشجویی فرهنگی دانشکده علوم پزشکی لارستان با اشاره به اینکه در دانشکده حضرت زینب (س) لار در مجموع ۲۵۶ دانشجو مشغول به تحصیل هستند، تصریح کرد: در دانشکده بهداشت شهرستان اوز نیز ۴ رشته بهداشت عمومی، بهداشت حرفه ای و ایمنی کار، علوم تغذیه و بهداشت محیط در مقطع کارشناسی پیوسته با ۲۶۷ دانشجو در حال فعالیت است. این مسوول تعداد کل دانشجویان مشغول به تحصیل در دانشکده علوم پزشکی لارستان

است.

وی با اشاره به اینکه ۸ ردیف نیز به منظور جذب اعضای هیات علمی به صورت پیمانی از طریق شانزدهمین فراخوان کشوری جذب هیات علمی به این دانشکده اختصاص داده شده است، گفت: فرایند پیگیری راه اندازی رشته های جدید از طریق شورای گسترش دانشگاه های علوم پزشکی و کلان منطقه ۵ کشوری با حساسیت و جدیت در حال انجام است. معاون آموزشی تحقیقات و دانشجویی فرهنگی دانشکده اضافه کرد: برای راه اندازی این رشته ها، مستندات کامل از زیرساخت ها و نیروهای انسانی لازم به بورد کلان منطقه ارسال شده و در مرحله انتظار برای بازدید بورد تخصصی کلان منطقه و کشور قرار دارد.

وی در خصوص ارتقاء دانشکده علوم پزشکی لارستان به دانشگاه، گفت: با ایجاد دانشکده سوم و راه اندازی رشته های فوق الذکر، زمینه لازم برای تبدیل شدن دانشکده علوم پزشکی لارستان به دانشگاه فراهم می شود. کشتکاران، مهم ترین زیرساخت لازم و مورد نیاز جهت توسعه رشته ها و همچنین ایجاد دانشکده سوم و در پی آن تبدیل شدن دانشکده به دانشگاه را برخوردار از فضای فیزیکی کافی دانست و بیان کرد: در حال حاضر کمبود فضای فیزیکی در دانشکده پرستاری وجود دارد و نیاز مبرم و جدی به اختصاص فضای فیزیکی به ویژه برای راه اندازی رشته های جدید و تسریع در تکمیل ساختمان پردیس از جمله ضروریات و دغدغه موجود است.



سونامی سالمندی در آینده و نقش فیزیوتراپیست ها در این موضوع حساس



از راه های اصلی جلوگیری و هم چنین درمان موثر جهت رشد و بهبود عملکرد حرکتی در سالمندان می باشد.اگر بیمار و سالمند درد نیز داشته باشد، ورزش، ماساژ، درمان های گرما دهی و سرما دهی، دستگاه تنس و الکتروتراپی، طب سوزنی خشک و آب درمانی در استخر نیز توسط فیزیوتراپیست در جهت درمان درد سالمند ارائه خواهد شد.همچنین فیزیوتراپیست توصیه هایی جهت اصلاح راه رفتن و استفاده صحیح از وسایل کمکی مثل عصا یا چوب زبر بغل می کند.امید است که با توجه به شیوع سالمندی در آینده، توجه بیشتری به توانبخشی و فیزیوتراپی سالمندان شود تا بسیاری از مشکلات سالمندان کاهش یابد.

عارف زارع- فیزیوتراپیست اداره بهزیستی

لگن و ستون فقرات) و افزایش بروز بیماری های همچون آرتروز و پوکی استخوان شده که فیزیوتراپی می تواند به نحو موثری از بروز این مشکلات پیشگیری و در صورت بروز، عوارض آن ها را کاهش دهد.بیشترین مهارتی که یک متخصص فیزیوتراپ، برای سالمندان به خدمت می گیرد، انجام ارزیابی صحیح و دقیق مشکلات فیزیکی است که فرد از آن رنج می برد و سپس توضیحی درباره وضعیت موجود ارائه می شود و برنامه درمانی خاصی ارائه خواهد شد. اکثر برنامه ها شامل تغییر روش انجام کارها توسط بیمار و ارائه ورزشی منظم است. بهبود وضعیت تعادل ، قدرت و توان حرکتی اغلب جزء اهداف اصلی هستند.

ورزش ها و توصیه های یک فیزیوتراپیست،

از دست دادن تحرک می باشد . تحرک کافی برای استقلال عملکردی ، کاهش زمین خوردن و کیفیت زندگی ضروری می باشد.

زمین خوردن یکی از شایع ترین و جدی ترین مشکلات دوران سالمندی است. علل زمین خوردن در افراد مسن به دو دسته فاکتورهای درونی و بیرونی تقسیم بندی شده است. فاکتورهای درونی شامل مشکلات اسکلتی-عضلاتی، مشکلات روحی- روانی، بیماری های زمینه ای، بیماری های سیستم عصبی و ناتوانی های ناشی از افزایش سن می باشد. فاکتورهای بیرونی شامل مشکلات محیطی است که می تواند مربوط به منطقه سکونت، شکل منزل مسکونی و خطرات محیطی مثل لغزیدن باشد. در غالب موارد، مجموعه ای از این عوامل باعث زمین خوردن می شوند. پیامدهای ناشی از زمین خوردن سالمندان، نه تنها زندگی خود آنان را تحت تأثیر قرار می دهد و منجر به عوارضی از جمله ترس از افتادن مجدد، محدودیت در فعالیتها، انزوای اجتماعی، افزایش وابستگی به دیگران و مشکلات اقتصادی می شود، بلکه تأثیرات مهمی نیز بر روی سیستم های بهداشتی- درمانی و اقتصادی جامعه می گذارد.

کاهش قدرت عضلانی و مشکلات اسکلتی-عضلانی در افراد سالمند، سبب احتمال آسیب پذیری این افراد (مثل زمین خوردن و شکستگی

پیری جمعیت، پدیده ای است که در سال های اخیر نگرانی هایی را در کشورهای در حال توسعه به دنبال داشته است. پیش بینی های انجام گرفته نشان می دهد که ایران پس از امارات و بحرین، سومین کشور جهان از نظر سرعت پیری جمعیت بوده است.بر پایه تعریف سازمان جهانی بهداشت (WHO)، هر فرد بالای ۶۰سال سالمند تلقی می شود.

در حال حاضر جمعیت سالمند ایران بیش از هفت میلیون نفر یعنی حدود هشت درصد جمعیت کشور است.با ادامه فرایند کنونی کاهش نرخ رشد جمعیت، تا ۳۰ سال آینده ۲۵ درصد جمعیت کشور در سن سالمندی قرار گرفته و با سونامی پپرسالی مواجه خواهیم شد. ۳۰ سال بعد سالمندی جمعیت ایران، یک بحران بزرگ و جدی خواهد بود و لازم است که از هم اکنون برای شرایط به وجود آمده برنامه ریزی درست انجام شود.یکی از مواردی که هم اکنون و در آینده برای سالمندان ما از اهمیت بالایی برخوردار است موضوع کیفیت زندگی و اثربخشی سالمند در عرصه های مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی می باشد.با افزایش جمعیت سالمندان، شیوع ناتوانی های جسمی نیز در حال افزایش می باشد که قطعا سیستم های مراقبتی و بهداشتی را تحت فشار مادی قابل توجهی قرار خواهد داد.

یکی از مهمترین علل ناتوانی در سالمندان ،

وضعیت نامناسب بافت فرسوده محله پاقلعه لار

خیابان فاطمیه چند سال پیش، به منظور کاهش بار ترافیکی خیابان مدرس شمالی از وسط بافت تاریخی محله پاقلعه احداث شد. در آن زمان جمعیت زیادی در این مکان ساکن بود که پس از احداث شهرک بعثت در ورودی لار، بخش قابل توجهی از جمعیت این محله به شهرک جدیدالتاسیس منتقل شد.

این قسمت از شهر که دارای بافت تاریخی بود، با خالی شدن جمعیت از این منطقه، به تدریج بافت تاریخی به بافت فرسوده تبدیل شد. امروز قسمت زیادی از این بخش از شهر به تلی از خاک تبدیل شده است.

با توجه به اینکه این بافت فرسوده در ورودی شهر لار و در جوار حرم امامزاده میرعلی بن الحسین(ع) واقع شده است، می بایست با تکنیک بافت تاریخی و فرسوده، نسبت به احیاء، مرمت، تخریب و زیباسازی این مکان مبادرت ورزید.

انتظار می رود مسوولان ستاد بازآفرینی شهری اعم از شهرداری لار، شورای اسلامی شهر، اداره کل راه و شهرسازی، فرمانداری، میراث فرهنگی، اوقاف و امور خیریه و سایرین نسبت به رسیدگی به بافت تاریخی و فرسوده شهر لار برنامه ریزی عملی داشته باشند.



بافت فرسوده محله پاقلعه شهر لار وضعیت نامطلوبی دارد.

به گزارش میلاد لارستان، محله پاقلعه از قدیمی ترین محلات شهر لار محسوب می شود. این محله در دامنه کوه قلعه اژدهاپیکر قرار دارد و مهمانانی که از سمت جهرم و شیراز وارد شهر لار می شوند، نخستین خیابانی که پیش روی آنان قرار می گیرد، خیابان فاطمیه است.

شرایط بیمه شدن زنان سرپرست خانوار در سازمان تامین اجتماعی



درباره نحوه و شرایط بیمه شدن زنان خانه دار در سازمان تامین اجتماعی بیشتر بدانید، زنان خانه دار در حد فاصل سنی ۱۸ تا ۵۰ سال می‌توانند به شعب سازمان تامین اجتماعی مراجعه و تقاضای بیمه کنند.

سازمان تامین اجتماعی، سه سطح از تعهدات بیمه‌ای را برای زنان خانه دار درنظر گرفته است، نوع اول با نرخ پرداخت حق بیمه ۱۴درصد است و تنها شامل بازنشستگی و فوت بعد از بازنشستگی می‌شود. نوع دوم نرخ پرداخت حق بیمه ۱۶ درصد است و شامل بازنشستگی و فوت قبل و بعد از بازنشستگی می‌باشد و نوع سوم با نرخ پرداخت حق بیمه ۲۰ شامل تعهدات بازنشستگی، فوت و از کار افتادگی می‌شود و ۲ درصد از نرخ‌های مورد اشاره در تعهد دولت است.

مبنای پرداخت حق بیمه زنان سرپرست خانوار بر اساس «حداقل دستمزد مصوب شورای عالی کار» در سال جاری است؛ در

هرکسی به شیوه مخصوص به‌خودش خوشحالی را تجربه می‌کند ولی پیشنهادهایی عمومی وجود دارند که می‌توانند به شما در این زمینه کمک کنند.

پژوهشگران دانشگاهی در لندن می‌گویند، افراد خوشحال، قدرت و تناسب بدنی بیشتری دارند. آن‌ها در تحقیقی با شرکت ۱۹۹مرد و زن بالای ۶۰سال، ارتباط بین تفکر مثبت و تندرستی را بررسی کردند و متوجه شدند افراد ناراضی و ناراحت، سه‌برابر بیشتر از دیگران در فعالیت‌های فیزیکی مشکل داشتند. گرچه هرکسی به شیوه مخصوص به‌خودش خوشحالی را تجربه می‌کند ولی پیشنهادهایی عمومی وجود دارند که می‌توانند به شما در این زمینه کمک کنند.

به‌روز باشید

با عضو شدن در چندشبکه مجازی می‌توانید با اقوام‌تان بیشتر در ارتباط باشید، دوستان تازه پیدا کنید و درجریان اتفاقات روز قرار بگیرید. موسیقی هم روی خلق و حافظه‌تان تاثیر مثبت می‌گذارد. شاید برای‌تان جالب باشد که گوش‌دادن به موسیقی، یکی از شیوه‌های درمانی برای افراد مبتلا به اختلال شناختی دمانس (زوال عقل) است.

افراد ناراضی و ناراحت، سه‌برابر بیشتر از دیگران در فعالیت‌های فیزیکی مشکل داشتند.

آرام‌سته باشید

وقتی ظاهرتان مرتب باشد، احساس بهتری دارید. موقع

پیشنادهایی ساده برای شادبودن

بیرون رفتن از خانه، کرم ضدآفتاب بزنید، با مشورت پزشک، کرم‌های ضدچروک را به برنامه مراقبت از پوست‌تان اضافه کنید. به‌اندازه کافی آب بنوشید.. یک مدل موی تازه یا رنگ موی متناسب با پوست صورت‌تان می‌تواند چهره و حال‌وهوای‌تان را حسابی عوض کند.

هر روز یک چیز تازه یاد بگیرید

برای هوشیار نگه‌داشتن

مغز، هیچ راهی بهتر از یادگیری نیست. بسته به علاقه‌تان، یادگرفتن یک زبان، ناوختن یک ساز یا یک ورزش جدید را در برنامه‌تان بگنجانید. اگر این پیشنهادها با شرایط شما سازگار نیست می‌توانید خیلی‌ساده با تغییرات کوچک در زندگی روزمره

زول ورن از	بلندمرتبه	راز	میل به خواستن	کشتی جنکی	مصرف درست
نفت	کره خاکی	خانندان		از فلات	اهل خرم آباد
			فشرده شدن		
			از بیماری ها		
زیبا			گدای سمج		
کشته در راه خدا			هر چیز کم		
		دارای رطوبت		طول عمر	
		شکننده		مادر لیبیات	
حرفه	انز سوختگی			از آفات درختان	
همراه شلوار					
	بزرگوار		پادشاه		مترسک به زبان لاری
	نام قدیم پوشهر		نامی پسراله		
از اشکال دارو	برقرار		لون		
محل ورود	ظرف آبخوری		آشانه پرنده		
		درت پخته	شما فرنگی		
		اما و لیکن	طبق روز		
از حشرات	صخرایی کبوتر			نوعی گلرله جنگی	
مرغ حق			پرخاکش		
			واجد دارو		
شهر صنعتی ایران	خون بها			تلق قازی	
طلایی	مقابل شر			ابله	
		در رگ ها جاریست	شبه هم		
		کرشمه	جنس خشن		
سایه	هم ویتامین لیو		آهنگ واحد سطح		مسواوی عامیانه
			هدیان کتن لاری		
قنات	طرف چپ لشکر			جوی آب	
		مروارید			

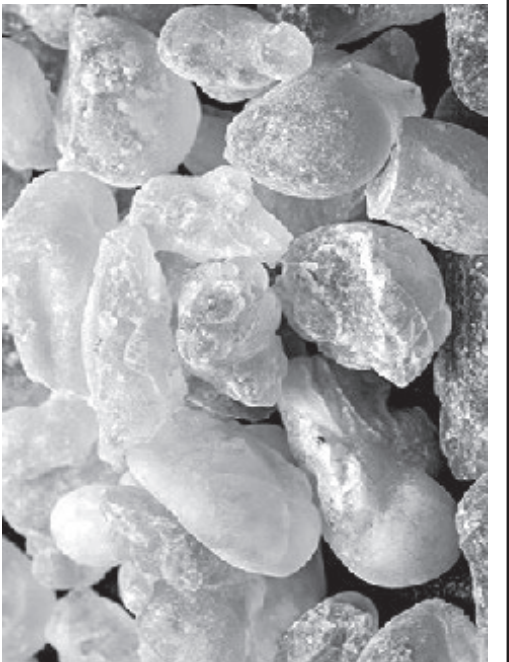
طراح:هادی شاکرپور پاسخ جدول شماره ۱۵۸۳												
چرخ	پ	م	باری	م	خنده رو	پ	راه رفتن	ر	م	م	مصرف	پلازدهن
هراد و عروسی و عتق	م	م	از اصرارها	م	م	م	م	م	م	م	م	م
س	ا	ق	د	و	ش	ن	پوشش	ز	ا	ک	ت	
مری دوم	ر	ص	د	خ	ا	ه	ن	ه	و	ا		
شیرین	م	ت	ه	ی	ش	م	م	م	پ	ا	ل	
ارسی پروود	ی	ه	و	م	ن	ا	ن	ب	و	ر	ر	کوه
پ	ز	ا	ز	ع	ز	ا	ز	ا	ز	ی	ل	
ا	ی	ش	ا	ن	ن	م	ن	م	ی	و	پ	
م	ن	ع	و	ا	ل	ن	ر	م	ن	م	م	م
م	ش	ق	ا	ق	ق	ا	ا	د	ه	س	س	
م	س	ق	ط	ی	ی	ن	ن	د	د	ک	ا	
فران	ا	م	ر	م	ر	د	ا	ن	ن	ا	ی	
جبهه												
ل	ز	ج	م	ا	ه	و	ا	ر	ه			
عرو	ی	ن	ا	ه	ا	ن	ا	ی	و	و	د	
د	ا	و	و	د	ی	ا	و	ا	م	ا	س	
ر	ن	ج	خ	ا	ر	پ	ش	ت				

در اینجا می‌پردازیم به نویسنده مشهور و معروف یعنی ژول‌ورن با حل این جدول به یکی از آثار برجسته ایشان اشاره می‌کنیم: ژانر داستان‌های علمی تخیلی به قلم این نویسنده در خاطرمأن جرقه می زند. ژول گابریل ورن ملقب به ژول‌ورن در سال ۱۸۲۸ در شهر نانت فرانسه به دنیا آمد. عمده شهرت وی به دلیل نگارش کتابهای علمی تخیلی است. بسیاری منتقدان و بزرگان ادبیات جهان از وی به عنوان پدر ادبیات علمی – تخیلی یاد می‌کنند. وی در ابتدا کار خود را با نوشتن کتابهایی در ژانر درام آغاز کرد و بعدها به توصیه خانواده‌اش دست از نگارش این نوع کتابها برداشت! بعد از آشنایی با الکساندر دوما به نگارش نمایشنامه «پوشال‌های بر باد رفته» وی مورد پسند دومای پدر قرار می‌گیرد و به روی صحنه می‌رود. ژول ورن در سال ۱۸۶۲ با ناشری به نام پیر ژول اترل قرارداد فروش کتاب نامدار خود را امضا نمود بالاخره ژول‌ورن دریافت که استعداد او در داستان نویسی است و ابتدا فرانسه و در اندک زمانی پس از آن تمام دنیا از وجود این نویسنده آگاه شدند وی در سال ۱۹۰۵ دار قافی را وداع گفت.

یادی از غربت ها. (گو گلک یا لکه لو)



کودک که بودیم ، یک سال تا حوالی بهار انتظار می کشیدیم تا غربت (گوگلک)، بیاید و برایمان اسباب بازی دوران کودکی را بیاورد. چرخونک های چوبی کوچک (فرقره که ما به ان فندق. می گفتیم). که ساعتها و روزها ما را سرگرم میساخت .ویا خیالات و آرزوهای رنگارنگ ماهم باآن می چرخیدیم ومی خندیدیم . یادش بخیر ، درآن هوای خوش بهاری که همه جاسبزوخرم میشد ، بهترین تفریح ما عصرها تماشای غربت ها بود که در اطراف امامزاده سید ابواحمد ، چند خیمه وجادرسیاه برپا می کردند . زندگی ساده و ابتدایی وهیویتی رازآلود داشتند.



خو مه پناه دوارپای کوچی رسنا.
اتک سایه آنک دوار خشتی و گلی ، از بوه خُش کاهگل جون تازمِگِرت.
باد گرما جا و جا شکه و نسیمی آنک شه صورتش اَرت.
از لوه دوارپا ، قَدوَبَراء بلند چنتا فسیل با گوشوارپای طَلاه پَنگیای خَرکش پیدا اند.
پشیای سوز و بلند با نوازش باد رخص شَواکه و ضَداءِ

آروم خش خُشی اَ گُشی اَرتسی.
اَرِر سابات که رُسی، اَرِر تاق کوتاش که چَن کمون اند چُنکوبی وخت ویسا تا چُشپاش ا تاریکی عادت بکن.
بوه دبش چوبیای کُنته تاق شه دماغ آخه.
دو تا در کیدون چوبی با دوتا سکنچَن سنگی ا دو طرف سابات ا مقابل یک اند.
یک گریه سیاسفید آَوه سکنچی پَتلو دَر خُتَشَن ولی شَخوو نَیند چُشپای قرمزش اَنک تاریکی بَلَشق بَلَشق شَکه.
از زِر سابات تندتند چوو خُو شه داخل کوچن تنگ بس.
انگار دوارپای بلند دو طرف کوچی سَره شو یک انورِدِشَن.
امده پاش اَک گود و تُمبپای کوچن بَلی اَکَت.پاش بَری عرق اَشکِرِدِشَن، نَتلَینپاش ا تک پاش چرخ وپیچ شواخه شَپا اَدِر اَکَت.از گرما مَکس اَک خونیاشو اندِن و کوچی خلوت و آروم اند.
ضدء چرق چرق زنجیر چرخ دوچرخه سکوت کوچی شَیک زَنت.
دوچرخه تندى زَد بُس وچو.

کوحی که تَمون بُس یک برکي اَرتینا دُرس ا وسط میدونی که راه اَمه کوچنیا از هر طرف ا اَمکه وصل اند.

خو شه تَبِتخ برکه رَسَنا.
اوو زالال موج شَرَت.
نسیم اَنکی شه سَره ولو اخه.
در چوِن خونشو چار گُش ا تاکَند.
بی بی با چارقِد حریر سفید و سنجاق زِر خُرَش ا تک دولن تنگ و تارپک الو گَلیم اَداسَن که باد وَر وَر اَرتِن وگروماش نبو.
موء انوویش برق شَرَت؛ فرق سَرسِش که از مارِکِه وار اَشکِرِدِشَن

کوحی که تَمون بُس یک برکي اَرتینا دُرس ا وسط میدونی که راه اَمه کوچنیا از هر طرف ا اَمکه وصل اند.

خو شه تَبِتخ برکه رَسَنا.
اوو زالال موج شَرَت.
نسیم اَنکی شه سَره ولو اخه.
در چوِن خونشو چار گُش ا تاکَند.
بی بی با چارقِد حریر سفید و سنجاق زِر خُرَش ا تک دولن تنگ و تارپک الو گَلیم اَداسَن که باد وَر وَر اَرتِن وگروماش نبو.
موء انوویش برق شَرَت؛ فرق سَرسِش که از مارِکِه وار اَشکِرِدِشَن

بَنِیزه (بَنزِه)

؛ وَا صورت سرخ و سفیدش و چارقُدش اَ بس جو اَند چَن صورت خورشید صبح بُسَن.
موش شه دوپَنگی کِرِدِشَن وَشه دو طرف دوشش پَسنَن.
چِش وُرا اَداسَن مَنتظر رحیم اند،تا چِش شه رحیم واکَت گُل شَر گُل اَشکه و صورتش سرخ و سفید وایس از خوشالی خُنشَکه دُذنیای مَصنوع سفید وجوش پیدا بُسِش یکی از دُذنیاش روکش طَلاه کِرِدِشَن.

— سلام، بی بی!!
— سلام، میوه دلم!!

رحیم ا پَتلوه بی بی ا لوه گَلیم زانوش زَنت شه.
بی بی ماچ شه پَشنی دا.

— بالاخره بَبه اُشُش از دواخونه دوشش قِرصَت پیدا بکن .
بَسپای قِرص از کُشش شه در آوو .

— قِرپونت بېم! ...پَپِرپیش نندا!
— اَمکَت تا قِبَل از مدرسه بپارم... دگه اُچم وامدرسه.

بی بی دَسی اِنو بَشَش که تا اَرنجش پَر اَسرتوَه پَهن و زمخت طلا اند، شَک کسه جَمه چیت گلدازش که یک چی شَرِتک اَدِر اوو شه تَک تَک رحیم نا.
رحیم دُشش وار اَشکه.
یک تَکِه گُتی پَنزَه ا کَف کاغذ چَته وایسَن.

نیره محمودی راد	
	
است و وقتی بزرگ شد دیگر مال تو نیست.	
(۷) فسیل سیدنی با درویشالی دِل پَر درد مَن کی میشی خالی ؟	
Fasilesaydenibā darvīšālī Delepordardemankaymīše xālī	
فارسی: نخل های سیدنی و درویشانی دل دردمند من کی از غم آزاد می شود؟	
(۸) دَر خونی اَمّا لَوَل و لَوَل ک اَر ک رَدَبو بَخی گلول	
Darexonay amālulavalula Kearkeradabuboxoygolula	
فارسی: در خانه ی ما لوله به لوله است که هر کس عبور کند گلوله بخورد.	
(۹) دَر خونی اَمّا سَتون پِیچ ک اَر ک رَدَبو سَرسِش ا گِیچ	
Darexonay amāsutonepiče Kearkeradabuseraš agiče	
فارسی: در خانه ی ما ستون پیچ دار است که هر کس از آنجا عبور می کند سرش گیج می رود.	
(۱۰) دَر خونی اَمّا نَمک تَوَرز اِللی کور بوپو اَدَم اَرز	
Dare xonay amā namake tovarza Elaeikurbubuādeamarza	
فارسی: در خرone ما نمک است ، الهی آدم هرزه کور بشود.	
ادامه دارد	

اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، درخواست 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. ضمناً صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۹/۰۸/۰۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۹/۰۸/۲۱
هدایت‌اله رحیمی درازی – رئیس اداره ثبت اسناد واملاک گراش م/الف/۵۸۰

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
برابر رای شماره ۵۸۷، ۳۱۱۳۳۵۰۰۰۵۸۷-۱۳۹۹۶۰۷/۱۵ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک گراش تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمود ابراهیمی فرزند غلامعباس بشماره ملی

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
برابر رای شماره ۵۸۷، ۳۱۱۳۳۵۰۰۰۵۸۷-۱۳۹۹۶۰۷/۱۵ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک گراش تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمود ابراهیمی فرزند غلامعباس بشماره ملی

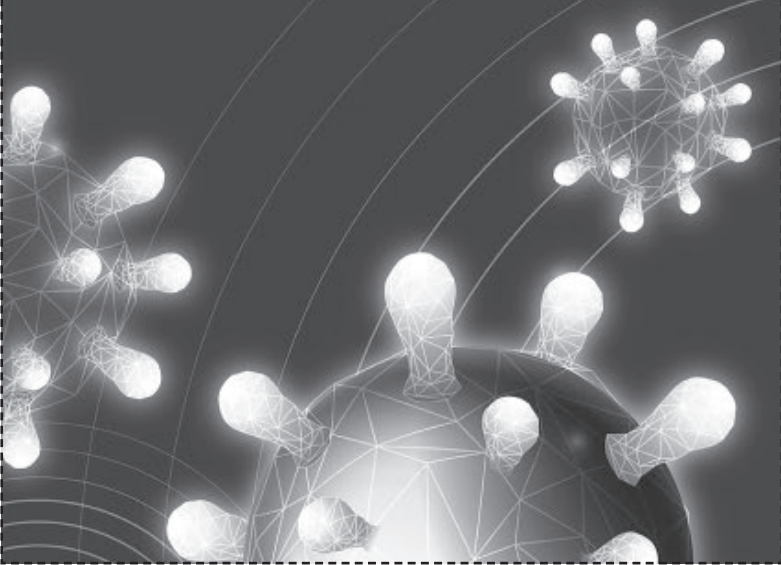
نگاهی گذرا به جایگاه اجاق در میان عشایر دولخانی

برکت و نفسشان شفا بود.کارکرد دیگر اجاق قسم خوردن بر روی آن بود. در میان عشایر پیرامون آتش اجاق طواف می کردند و خاکش را می بوسیدند. آتشی که سوگندش نگهدار پیوندها و پیمان ها بود.
در میان عشایر دولخانی، اجاق چند تن از بزرگان هنوز حالت تقدس دارند. افرادی که اجاق اوار، نور ،روشنایی و برکت را به زندگی دیگران هدیه می دادند، افرادی که قدمشان



کرونا

وَا خِيز وارو بډا خُنْگلو گِرْفَره	
سيا بېو کرونا اُږگِرت مَسَن خارِه	
سِرِس اَدرد چوِن شيشه تَوُ داغ اُشه	
اَكو تَهوُع اُم دَم دَم اَبَرا داره	
پَتو شَډوره نَفَس بُر بُده كَته زاره	
اَنكترَم كه چِده قرص و شربتش اُم سه	
اَبوم دَوَلو خَطِه كُنك و كُنك اُږبارِه	
اِشالا پاك بېو سينه‌ای كه غَلبارِه	
نَفَس وسختی اَرِن اِنگا سينه پهلو اُوشه	
كَسی شه پَهلو نډا بی‌كس و پرستاره	
پدیری شورپا دُرُس اُمِكه تا شَسو بَئِرَم	
غُلمو نَعره شَرِت مِثل سگ كه چِټ بارِه	
هنوز اُمِنگُوتسون كه خُنْگلو چوشه	
مَبرِشت اُشْكَم اَدواكِره كه تيماره؟	
مِه رَقو گُټ كه بډا تو بُو وَسوی داداټ	
جواب اُږدا اَتِرِسم، زَمونه غَډاره	
مُدا اَكبري هاجر كه بُوو و بُو بَرَسَن	
شَگَت و تولک و بند اَمنا تَخَت بيماره	
مَكِس «فَشَم» شوگُش اِسی بمثل گوشواره	
همیشه ماسک شوئِسه دوا ش دَس بارِه	
كه دست شوچی زَنَت زودى برين و بَشِرِن	
حساب خيلى بُيو احتياط خيلى بُكُن	
كه جنس پَرخَطِر تَن چَموش جراره	
«فشم» كه فاصله و شستشوى دسته و ماسک	
عَجَب زَمونه سختی بُده خدا زَحْمی	
كه روز محشرِ كبرى و آخرِ كارِه	
قَدِيميا شوأُكُټ فكر روز بعد مَكُن	
كه هيچكى نادو هَمى چى اَنَس داداره	
اگر يکى دو سه ديقَه اَفكر و ذِكر اُچُم	
نيای به محض خدا فكر مُستمند بَيم	
مساعت بکنم كه خدا مددكارِه	
خدا به حق امام زمان و آل عبا	
بحق پنج رسولی كه جُوون اَبَراِه	
به حق آن كه اَتَش چو و سالم اُنَد اَنَر	
تو واكُش اَتَشِ كرونا كه خيلى غَډاره	
به حق حضرت موسى و نوح و بن مريم	
به حق خاتم پيغمبرون كه سالاره	
به حق احمد مرسل على كه كَراره	
بحق فاطمه و يازده عزيزِ بَتول	
اُپَشِت قاف اَبى، اَفَتو، جهان خواره	



کمبود این ویتامین

عامل ابتلا به نوع شدید کرونا است



براساس نتایج یک مطالعه که به تازگی منتشر شده است کمبود ویتامین‌ها در بدن حتی با خطر ابتلا به بیماری‌های تنفسی از جمله کووید-۱۹ ارتباط دارد. پزشکان آمریکایی تاکید دارند با وجود اهمیت مصرف ویتامین‌ها و ریزمغذی‌ها برای حفظ سلامت بدن، آمارها نشان می‌دهد که «۹۴ درصد» از افراد سالمند در این کشور دچار کمبود ویتامین D هستند. آنها می‌گویند: در ۸۹ درصد از این گروه سنی سطح ویتامین E از استانداردهای توصیه شده پایین‌تر است و ۴۴ درصد نیز دچار کمبود ویتامین A هستند. براساس نتایج یک مطالعه که به‌تازگی منتشر شده است کمبود ویتامین‌ها در بدن حتی با خطر ابتلا به بیماری‌های تنفسی از جمله کووید-۱۹ ارتباط دارد. افزایش سطح ویتامین‌های A و E و D در بدن از طریق مصرف مواد غذایی یا مکمل‌ها، خطر ابتلای فرد به بیماری‌های تنفسی و ریوی از جمله آنفلوآنزا و کووید-۱۹ را کاهش می‌دهد.

چرا پاییز که میاد موهام میریزه ؟



علل ریزش موی فصلی چیست؟

ریزش موی فصلی در فصل پاییز رایج ترین اتفاق به دلیل تغییر از فصل تابستان می باشد. لازمی که گرما تولید می کنند، قرار گرفتن در معرض کالر و آب نمک دار و نور خورشید در تابستان، دیگر در فصل پاییز وجود ندارد. از طرفی بدون وجود این عوامل آسیب زا باز هم موی شما به دلیل تغییر ناگهانی فصلی شوک می شود و ممکن است دچار شکنندگی و ریزش گردد که به گفته ی محققان این می تواند به دلیل تغییرات آب و هوایی و کمتر شدن میزان دریافتی ویتامین د شما از خورشید باشد. با سرد شدن هوا و کاهش طول روز در اواخر فصل تابستان و پاییز این کمبود دریافت ویتامین D بیشتر شده و ریزش مو افزایش می یابد. تغییر شاخص فراینش نیز می تواند در ریزش مو در فصل پاییز نقش داشته باشد. اگر ریزش موی فصلی را تجربه کردید، راه هایی هستند که بتوانید دوباره آن را بازبایی کنید.

چگونه ریزش موی فصلی را کاهش دهیم؟

۱. رژیم غذایی خود را تغییر دهید

غذایی که می خورید به شدت روی رشد موهای شما موثر است. به عنوان یک قانون، بسیار مهم است که یک رژیم غذایی متعادل، نه تنها برای سلامت بدن، بلکه برای سلامت پوست و مو در پیش بگیرید. اضافه کردن غذا های حاوی اسید چرب مثل آووکادو، بادام، روغن نارگیل، سالمون و دانه چیا می تواند به سلامت مو کمک کند.

دکتر کسری بهداد با بیان اینکه متأسفانه با افزایش شیوع ابتلا به کرونا شاهد آسیب‌های پوستی در میان بیماران مبتلا به این ویروس هستیم افزود: تا کنون علاوه بر علائم اولیه ویروس کرونا سرفه، تنگی نفس و تب و لرز چند علائم دیگرمانند درد عضلانی، سردرد، گلودرد و از دست دادن حس بویایی و چشایی نیز به لیست نشانه‌های این بیماری اضافه شده است اما به تازگی در بیماران مبتلا به کرونا شاهد بروز علائم‌های پوستی شبيه علائم سرمازدگی نیز هستیم.

به‌داد بیان کرد: علائمی مانند تورم، قرمزی ، خارش و درد درناحیه انگشتان دست و پای افرادی که به علت قرار گیری طولانی مدت در هوای سرد دچار سرمازدگی شده اند بروز

می کند اما در حال حاضر این علائم دربیماران مبتلا به کرونا و بدون سابقه قرارگیری درهوای سرد بروز کرده است، این همزمانی باعث شده تا پزشکان به احتمال ارتباط این علائم با ویروس کووید ۱۹ مشکوک شوند و به آن انگشت کووید گویند.

این پزشک متخصص شهرستان فسا گفت: برخی از پزشکان معتقدند که انگشت کوویدی یکی ازعلائم‌های کرونا ویروس است که به علت اثرات میکرووامبولی و به دنبال آن التهاب جدار عروق که کرونا ایجاد می‌کند رخ می‌دهد اما دقیقاً معلوم نیست که این ضایعات پوستی صرفاً نتیجه واکنش التهابی هستند یا ویروس با تکثیر در پوشش درونی عروق پوست آنها را ایجاد می‌کند یا اینکه لخته‌های خونی

راه‌های جلوگیری از تحلیل رفتن لثه

نشان دهد.

– سر مسواک خود را با زاویه ۴۵ درجه به سمت خط لثه خود خم کنید. از ضربه های کوچک لرزشی دایره ای استفاده کنید. با فشار ملایم مسواک بزنید. برس مسواک شما در واقع می تواند ۱ میلی متر زیر لثه شما برود تا پلاک هایی که در آنجا گیر کرده اند را از بین ببرد. قبل از حرکت به سایر سطوح دندانهای خود حدود ۲۰ ضربه را در یک حالت انجام دهید.

پس از انجام ۲۰ ضربه ، یک حرکت گسترده به سمت سطوح نیش دندان های خود انجام دهید تا پلاک به بیرون منتقل شود. برای تمیز کردن سطح نیش دندان های خود یک حرکت افقی به عقب و جلو انجام دهید. – مسواک خود را تمیز نگه دارید. همیشه مسواک خود را بعد از مسواک زدن بشویید و به صورت قائم آن را نگهدارید. مسواک خود را غالباً در یک ظرف بسته نگه ندارید ، زیرا این می تواند باکتری ها را برای رشد ترغیب کند. هر مسواک را جدا نگه دارید. هر ۳-۴ ماه یک بار مسواک خود را عوض کنید.

– هر روز دندان های خود را نخ دندان کنید. نخ دندان باید با مسواک زدن همراه باشد. نخ دندان پلاک هایی را که توسط برس مسواک شما تمیز نشده ، از بین می برد.

تغییر در سبک زندگی برای جلوگیری از تحلیل لثه

– سیگار نکشید. استعمال دخانیات می تواند باعث بسیاری از مشکلات بهداشتی عمومی شود. همچنین می تواند مشکلات دندانای زیادی ایجاد کند که یکی از آنها لثه ها است. برای بهبود سلامتی دهان و دندان خود سعی در قطع مصرف سیگار کنید. – از دندان قروچه کردن خودداری کنید: دندان قروچه امری معمول است و شاید حتی نمی دانید که این کار را انجام می دهید، مخصوصاً در طول شب. این نه تنها عضلات درگیر در جویدن را خسته می کند، بلکه منجر به تحلیل لثه می شود. یاد بگیرید که با استفاده از برخی تکنیک های ساده، دندان قروچه خود را متوقف کنید: – به دندانپزشک خود مراجعه کنید تا یک محافظ شبانه تهیه کند که از دندان قروچه در هنگام خواب جلوگیری کند. – آگاهانه سعی کنید عضلات فک خود را در طول روز جدا کنید.

– از خوردن کافئین و الکل بخصوص در نزدیکی زمان خواب خودداری کنید.

– قبل از خواب استرس خود را با مدیتشین یا یوگا کاهش دهید.

– پیرسینگ دهانی استفاده نکنید. لوازم فلزی که در داخل دهان شما قرار دارن نه تنها باعث ایجاد مشکل در دندان شما می شود بلکه بر لثه های شما نیز تأثیر می گذارد. گیره ی که در سوراخ زبان و لب قرار دارد به طور مکرر به خط لثه برخورد می کند.

– اطمینان حاصل کنید که دندانهای مصنوعی شما به درستی قرار دارد. تحلیل لثه می تواند توسط دندان مصنوعی هایی ایجاد شود که از نظر تناسب مناسب نیست. اگر در دندانهای مصنوعی شما احساس شل شدن می کنید و روی قسمت هایی از لثه شما کشیده می شوند ، به متخصص مراجعه کنید تا دندان های مصنوعی شما اصلاح شود.

افرادی که علائم پوستی سرمازدگی دارند آزمایش کرونا دهند



پزشک باید تصمیم بگیرد که آیا بیمار باید در خانه بماند یا به بیمارستان مراجعه کند و آزمایش کرونا بدهد.

عوامل ایجاد کننده بارداری پر خطر



پیشنهاد می‌کنند.

وی سونوگرافی و تست‌های آزمایشگاهی را از راه‌های تشخیص این بیماری عنوان و خاطرنشان کرد: سونوگرافی nt شامل تعیین ضخامت پشت گردن جنین است که در سن بارداری ۱۱ الی ۱۳ هفته انجام می‌شود و سونوگرافی آتومالی اسکن در سن بارداری ۱۸ هفته انجام می‌شود.

کازلمی تست‌های آزمایشگاهی را شامل روش‌های اسکرینینگ و روش تشخیص نمونه‌برداری از جفت یا همان آمنیوسنتز برشمرد و گفت: سن بالا یا سن خیلی کم مادر در زمان بارداری معمولاً بالای ۳۵ سال و کمتر از ۱۶سال، وزن خیلی بالا یا کم وزنی شدید مادر، هرگونه بیماری زمینه‌ای مادر اعم از فشارخون، دیابت، بیماری کبدی یا کلیوی مزمن، صرع، ناراحتی گوارشی، جفت سر راهی و ... از عوامل موثر در بارداری‌های پرخطر و ناهنجاری‌های جنینی است.

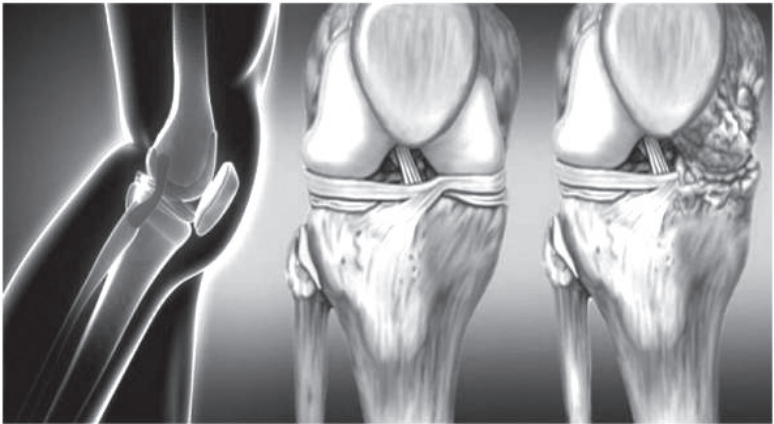
وی یادآور شد: مشکلات رحمی شامل سیستم تناسلی مثل میوم رحمی یا رحم چندشاخ و ... هم جزو این دسته از بارداری‌ها محسوب می‌شوند.

کازلمی در پایان خاطرنشان کرد: به مادرانی که بیماری زمینه‌ای دارند یا دارو مصرف می‌کنند و یا هریک از مواردی که به آن اشاره شد را دارند، حتماً قبل از باردار شدن با پزشک مشورت کنند و در صورت باردار شدن حتما تحت مراقبت متخصص زنان و زایمان و یا پریناتولوژیست باشد.

منبع: ایسنا

تقویت زانو‌ها، غضروف و رباط ها

با یک نوشیدنی مخصوص طبیعی



– یک فنجان آب پرتقال طبیعی
– دو فنجان آناناس خرد شده
– ۸انس بادام شیرین
– ۸انس آب
طرز تهیه ابتدا ۱۰ دقیقه جو را بپزید سپس بگذارید تاختک شود. بعد بقیه مواد اولیه را به آن اضافه کنید. همه این مواد را داخل مخلوط کن ریخته تا یکدست شود و هروقت آماده شد بنوشید.
روزانه دو لیوان از این نوشیدنی را یکی با ناشتا و دیگری را عصر بخورید. این درمان را ۱۵ روز ادامه دهید .
منبع : نمناک

وقتی پا به سن می گذاریم بعضی از عضوهای بدن به تدریج شروع به ضعیف شدن می کنند ، در این شرایط نه تنها درد و شکستگی رخ می دهد بلکه بازسازی آن هم خیلی زمان می برد به همین علت مشکلات در همه ی عضو های بدن پخش می شود که یکی از مشکلات رایج درد در مفاصل و ماهیچه هاست .

تقویت غضروف زانو با نسخه طب سنتی تقویت غضروف زانو با دارچین و عسل

مواداولیه

– یک قاشق چاری خوری عسل ارگانیک
– یک قاشق چای خوری پودر دارچین
– یک فنجان جو

فواید شگفت انگیز استفاده از شکر در خاک باغچه

تکثیر باکتری‌ها هم می‌شود که منجر به بوی بد گرفتن آب و خراب شدن گل‌ها خواهد شد. برای جلوگیری از این حالت ۱ قاشق غذاخوری سرکه به آب اضافه کنید.

تله طبیعی برای حشرات با شکر

مگس‌های سرکه و مگس‌های خانگی مزاحمت زیادی در باغچه و خانه ایجاد می‌کنند، اگر می‌خواهید با آنها مبارزه کنید و از شرشان خلاص شوید، این تله طبیعی را امتحان کنید. این تله آفات مزاحمی که به سمت چیزهای شیرین جذب می‌شوند را هم به خود جلب می‌کند و این امکان را می‌دهد که آفات گیاهان خانگی یا باغچه‌تان را از بین ببرید.

روش تهیه: یک چهارم فنجان شکر، یک چهارم فنجان عسل و ۲ قاشق غذاخوری آب را درون یک قابلمه بریزید و روی شعله کم به جوش آورید تا زمانی که شکر حل شود.

چند عدد کاغذ ضخیم را به صورت نواری ببرید و به هر کدام یک نخ ببندید و درون این محلول غوطه ورشان کنید.

سپس این نوارها را در جاهای مختلف از باغچه و در بین گلدان‌هاتان در درون خانه آویزان کنید

استفاده از شکر برای تمیز کردن دستان آلوده تا زمانی که باغبانی نکنید و سر و صورت و لباس‌هاتان را غرق گل و لای نکنید، قدر این مورد را نمی‌دانید. شکر مانند یک اسکراب عمل می‌کند و اگر رنگ یا کثیفی به دستان‌تان مانده باشد، آن را می‌سابد و از بین می‌برد.

برای این منظور شکر را با مقداری آب مخلوط کنید و کف دست‌ها را با آن بشوید، مثل وقتی که دستان را با صابون می‌شوید. شکر دستان‌تان را تمیز می‌کند و اثر گل و لای و روغن را از آنها پاک می‌کند. البته می‌توانید در ادامه دست‌تان را با مواد شوینده صابونی هم بشوید.

شکر باعث می‌شود گل‌های شاخه بریده مدت بیشتری تازه بماند

اضافه کردن شکر به آب گلدان گل‌های شاخه بریده، باعث می‌شود عمر آنها بیشتر شود. ۱ قاشق غذاخوری شکر را به یک گلدان پر از آب اضافه کنید و گل‌ها را درون آن قرار دهید. شکر به غنچه‌ها و گل‌ها مواد غذایی می‌رساند و

کمک می‌کند مدت بیشتری عمر کنند. البته این کار باعث سرعت بخشیدن به رشد و

قاصدکی با خواص دارویی



هیچ فکر می‌کردید «قاصدک» هایی (taraxacum) که‌گاه در حیاط و باغ می‌بینید خوراکی هستند و مزایای زیادی هم دارند.

این گیاه دارویی دارای ویتامین‌های ک، ث، آهن، کلسیم و... است. این ویتامین‌ها و مواد معدنی به حفظ سلامت استخوان و کبد کمک می‌کند. همه قسمت‌های قاصدک مفید است. برای مثال، ریشه قاصدک معمولاً برای چای و برگ‌ها به‌عنوان «گارنیش» استفاده می‌شوند و ساقه قاصدک برای پوست عالی است.

پرورش قاصدک در خانه:

بهترین خاک برای رشد گل قاصدک از طریق بذر، خاک غنی، دارای کود، زهکش و خاصیت قلیایی کم و نرم تا عمق ۱۰ اینچ (۲۵ سانتی متر) است. چون ریشه نیاز به حرکت به سمت پایین دارد. بذرها را می‌توان از شرکت‌های فروش بذر تهیه کرد یا با جمع‌آوری بذر از گل‌های قاصدک در زمانی که سر آن به شکل پف‌دار می‌شود، آن را تکثیر کرد.

کاشت بذر قاصدک در گلدان: فرایند رشد گل قاصدک در گلدان فرق چندانی با رشد آن در مزرعه ندارد. از گلدانی با قطر ۱۵ سانتیمتری استفاده کنید، آن را با خاک پر کنید و در فضای بسته و نورگیر قرار دهید. عرض گلدان، تعداد بذر کاشته شده در گلدان و چگونگی کاشت آنها به هدف شما برای کاشت بستگی دارد. برای مثال، اگر تنها برای استفاده در سالاد این بذر را می‌کارید، باید بذر را با مقدار فضای بیشتر بکارید.

مینا رحمانی/ کارشناس گیاهان دارویی

خیار نباتی است یکساله و از جنس Curcumis که حدود ۳۰ گونه آن در آسیا و آفریقا به ثبت رسیده‌است و مربوط فامیلی Cucurbitaceae می باشد. ریشه خیار سطحی و گسترده است فقط تعداد محدودی از ریشه ها می توانند بیش ایز عمق ۰.۵ متری نفوذ کنند. انشعابات زیاد اطراف ریشه باعث می شود که سیستم ریشه ای این گیاه سطحی و در عمق کمی از خاک قرار گیرد ولی در خاک های سبک می تواند تا عمق ۸۰ سانتی متری نفوذ کنند. ساقه خیار مانند سایر نباتات خانواده کدوئیان خرنده و کرکدار بوده و ساقه می تواند به طول بیش از ۱۰ متر نیز برسد.

برگ ها ی خیار نسبتا پهن بوده و هر یک از ۳ تا ۵ قسمت تشکیل شده و هر قسمت آن دارای کناره های پنجه ای شکل است. یکی از لوپ ها (پنجه ها) به صورت نوک تیز در می آید. از مشخصات بارز برگ ها وجود رگ برگ ها در پشت برگ است. اندازه برگ های تکامل یافته بسته به نوع رقم مراقبت های زراعی بین ۸- ۳۰ سانتی متر طول و ۵- ۲۰ سانتی متر عرض دارد. در محور برگ ها پیچکهای ی بدون انقباض، ساقه های فرعی و همچنین گل های نر و ماده به وجود می آیند. پیچکهای برگ های

و یک ظرف آب در زیر آنها قرار دهید تا مگس‌ها و حشرات آفت در آن بیافتند و از بین بروند.

خلاص شدن از شر نماتدها

نماتدها یکی دیگر از دشمنان نادیدنی گیاهان هستند. این موجودات ریز در خاک زندگی می‌کنند و به طرق مختلف به گیاه و ریشه‌های آن آسیب زده و در نهایت آن را می‌کشند.

علم نماتد شناسی خیلی در ایران شناخته شده نیست، به همین دلیل است که احتمالا تا الان راجع به آنها چیزی نشنیده اید. با این حال دسته‌ای از مشکلاتی که برای گیاه پیش می‌آیند و ما دلیل آنها را نمی‌فهمیم در اثر حمله نماتدها هستند.

اگر گیاهان‌تان بدون هیچ دلیلی پژمرده می‌شوند و می‌میرند، ریشه‌هاشان را چک کنید تا ببینید اثری از گره و غده روی ریشه هست یا خیر.

این گره و غده‌ها را نماتدها بر روی ریشه درست می‌کنند. شکر فعالیت باکتری‌ها و میکروارگانیسم‌هایی که محیطی غیر مناسب برای نماتدها در خاک درست می‌کنند را بیشتر می‌کند (روش دیگر مبارزه با نماتدها کاشت گل

همیشه بهار در باغچه و گلدان است) برای از بین بردن نماتدهای باغچه و گلدان، در هر ۷۶ متر مربع از خاک، ۲ کیلوگرم شکر بریزید (این شکر را با خاک مخلوط کنید)

شکر لکه حاصل از چمن و گیاهان را از بین می‌برد

در باغچه‌تان کار کرده اید و حالا لکه سبز چمن و دیگر علف‌ها از روی لباس‌تان پاک نمی‌شود؟ پاک کردن این لکه کاری چالش برانگیز است اما با مقداری آب و شکر به راحتی حل می‌شود. یک دوم فنجان شکر را در کاسه‌ای بریزید، مقداری آب گرم به آن اضافه کنید تا حالت خمیری بگیرد. این خمیر را بر روی لکه قرار دهید، باید آب و شکر به خورد لباس برود. یک ساعت و نیم صبر کنید و سپس لباس را مانند معمول بشوید.

کشتن مورچه‌ها با محلول حاوی شکر

اگر می‌خواهید از شر مورچه‌ها خلاص شوید، شکر را امتحان کنید. نصف فنجان شکر را با یک و نیم قاشق غذاخوری پودر بوراکس مخلوط کنید و آن را درون یک و نیم فنجان آب گرم بریزید.

مقداری پنبه را به این محلول آغشته کنید و آن را بر سر راه مورچه‌ها، دم لانه آنها و یا هر

آشنایی با گیاه زیبای نخل اریکا پالم



دارد، البته به شرطی که نور غیر مستقیم باشد. اریکا پالم را در کنار پنجره با نور شمالی و شرقی قرار دهید اما این گیاه توانایی زنده ماندن در برابر نور غربی و یا جنوبی را نیز دارد. البته باید مراقب باشید که بیش از حد در طول روز در معرض نور مستقیم قرار نگیرد زیرا به آن آسیب وارد خواهد شد.

نور بیش از حد زیاد و مستقیم به این گیاه باعث زرد شدن برگ های آن می شود و پس باید آن را در لوکیشن مناسب تری قرار دهید.

نحوه کاشت گیاه اریکا پالم

هر چند سال یک بار باید گلدان اریکا پالم را تغییر دهید. ریشه های آن نیز بیشتر ترجیح می دهند در گلدان های تنگ قرار بگیرند اما اگر بیش از حد شلوغ شوند، کمی رشد برایشان سخت خواهد شد. برای عوض کردن گلدان این گیاه، باید خاک آن را بعد از یکی دو سال عوض کنید و مواد مغذی جدیدی را به آن بدهید.

زمانی که گلدان را عوض کردید، باید عمق این گلدان جدید را متناسب با گلدان قبلی در نظر بگیرید. اگر بیش از حد این گیاه را در عمق بکارید، آسیب جدی به ریشه های گیاه و دیگر قسمت هایش وارد می کنید زیرا ریشه ها در این حالت شکننده می شوند و باید کاملا آرام و ملایم با آن ها رفتار کنید.

به آرامی در اطراف ریشه ها خاک بریزید و آن پرس نکرده و به آن فشار وارد نکنید و مراقب باشید که ساقه و ریشه دچار شکنندگی نشوند. بعد از این که خاک را پرس کردید، آن را عمقی آب بدهید و به آرامی و با ملایمت خاک را فشار دهید تا هوای خالی آن بیرون برزد و در صورت نیاز کمی هم خاک به آن اضافه کنید.

مراحل موزی کردن گلدان اریکا پالم

اول از همه خاک مناسب برای این گلدان تهیه کنید و

علت میوه ندادن بوته خیار چیست؟



مورد موجود است. گونه‌های Gynoecious و parthenocarpic جز این موارد هستند. در خیارهای گونه Gynoecious اغلب گل‌ها ماده بوده و گرده‌افشانی از طرف گل‌های نر دیگر انجام خواهد شد. در خیارهای گونه parthenocarpic اصلا گل نر وجود نداشته و تمام گل‌ها ماده بوده

جایی که بیشتر در آن دیده شده اند قرار دهید. مورچه‌ها عاشق شکر و شیرینی هستند پس قلعما به سراغ این پنبه‌های شیرین می‌روند و بوراکس موجود در آن آنها را می‌کشد! غذا دادن به پروانه‌ها، زنبورها و مرغ مگس خوار دوست دارید باغچه‌تان پر از پروانه شود؟ می‌خواهید به زنبورهای عسل زحمت کشی که گیاهان‌تان را گرده افشانی می‌کنند و باعث محصول دادن آنها می‌شوند پاداشی دهید؟ محلول تمیز و شفافی از آب و شکر درست کنید و در جای جای باغچه و بالکن‌تان قرار دهید.

کود دهی گیاهان

با محلولی از سرکه، شکر و آب به گیاهان‌تان غذارسانی عالی کنید. ابتدا ۱ قاشق غذاخوری سرکه را با ۱ قاشق غذاخوری شکر و ۲۲۶ میلی لیتر آب (تقریبا ۱ لیوان) مخلوط کنید. سپس با این محلول گیاهان‌تان را کود دهی کنید! **محصولات غذایی حاوی شکر برای باغچه** عجیب به نظر می‌رسد اما اضافه کردن شکر به خاک باغچه، باعث می‌شود عمر آن‌ها بیش تر شود. شکر به غنچه‌ها و گل‌ها مواد غذایی می‌رساند و کمک می‌کند مدت بیش تری عمر کنند. همچنین باعث سرعت بخشیدن به رشد و تکثیر باکتری‌ها خوب در خاک هم می‌شود.

مشکلی نشود بهتر است گهگاه برگ‌های گیاه را برگردانده و با دقت چک کنید تا بدانید که آیا نقاط کوچک سیاه یا سفیدی در پشت برگ‌ها وجود دارد یا خیر.

راه حل آفات نخل پالم اریکا

چنانچه وجود کنه‌های عنکبوتی که به رنگ سیاه هستند در گیاه ثابت شد، کافیسیت یک قاشق غذاخوری مایع ظرفشویی را داخل یک اسپری آب ریخته و با این محلول به خوبی نقطه آلوده را اسپری کنید ؛ با این روش ساده به سرعت آفات گیاه شما از بین خواهند رفت.

علاوه بر روش گفته شده در این بخش از راه‌های باغبانی و مراقبت از گیاهان آپارتمانی در نمناک می‌توانید دستمال کوچکی را با آب و صابون نمدار کرده و برگ‌های مبتلا به آفات را با آن تمیز کنید تا با همین روش ساده گیاهتان از بیماری نجات یابد.

چرا نوک برگ های گیاه اریکا پالم قهوه ای می شود؟

این گیاه در داخل خانه به دمای بین ۶۰ تا ۷۰ درجه فارنهایت در طول ساعات روز نیاز دارد. در ماه های زمستان نیز دما نباید به زیر ۵۵ درجه فارنهایت برسد.

اگر این گیاه در معرض سرما قرار بگیرد ، نوک برگ های آن متمایل به قرمز، قهوه ای می شود که نشان از یخ زدن برگ های این گیاه است. حداقل دمای خانه را در فصل زمستان باید ۵۵ درجه فارنهایت نگه دارید و مراقب باشید که این گیاه بیش از حد به در و پنجره نزدیک نباشد.

آیا اریکا پالم به رطوبت بالا نیاز دارد ؟

اریکا پالم را باید در مناطق مرطوب قرار دهید. اگر هوای داخل خانه بیش از حد خشک باشد، باید رطوبت داخل خانه را افزایش دهید و همچنین می‌توانید از یک دستگاه بخور در داخل منزل استفاده کنید.

آیا می‌توان اریکا پالم را از دانه رویانید ؟

اریکا پالم می‌تواند در عرض دو یا چهار ماه از دانه رویش کند. در این امر باید صبور باشید و رطوبت خاک را حفظ کنید.

اریکا پالم مستعد قرار گرفتن در معرض چه حشراتی می‌باشد ؟

اریکا پالم می‌تواند در معرض زنبور و کرم عنکبوتی قرار بگیرد. می‌توانید با دستمال کشیدن، آن‌ها را از روی گیاه بردارید یا این‌که از یک شوینده گیاهی ملایم برای آن استفاده کنید.

آیا اریکا پالم گل می‌دهد ؟

بله . این گیاه در ماه های اواخر بهار و اوایل زمستان می‌تواند گل های کوچکی را با رنگ زرد روشن تولید کند.

این گل ها از زیر برگ ها رویش می‌کنند و گل های نر و ماده بعد از شکوفه زدن به رنگ زرد و سبز تبدیل خواهند شد.

منبع : نمناک

و میوه این محصولات بدون تخمه و دانه است. بذره‌ای این نوع خیار مخصوص بوده و مناسب کشت گلخانه‌ای هستند.

ریزش گل خیار و میوه ندادن آن

سقوط گل‌های نر خیار کاملا طبیعی است. چون فرایند باروری خود را انجام داده اند. حتی برخی گل‌های نر که تازه رسیده اند، قبل از رسیدن گل‌های ماده یا حتی رشد اولین میوه سقوط خواهند کرد و بعدها آن گل‌های نر که کار باروری خود را انجام دهند سقوط می‌کنند که نشان دهنده گرده افشانی موفقیت آمیز بوده است. افتادن گل‌های ماده پس از رشد به اندازه میوه نیز کاملا طبیعی است.

شرایط آب و هوایی بسیار شدید، مانند گرمای بیش از حد و یا سرما، می‌تواند باعث عدم فعالیت گرده افشانی شود. برخی از حشره کش‌های معمولی مانند کارباریل برای زنبورها بسیار سمی هستند و همچنین می‌توانند جمعیت میوه تولیدی گل را کاهش دهند. اگر استفاده از حشره کش ضروری باشد، سعی کنید آنها را در طول دوره های آب و هوای سرد یا زمانی که زنبورها فعال نیستند برای جلوگیری از ریزش گل خیار

شما با مصرف کودهایی که فسفر بالایی دارند می‌توانید میزان و حجم گل را افزایش دهید و از طرفی پتانسیم مایع ریزش گل می‌شود؛ بنابراین در مرحله گلدهی از کودهایی استفاده کنید که فسفر پتانسیم بالایی دارد. به این کودها گودهای فسفیت می‌گویند.

دوست دارید در خانه گلدان داشته باشید؟



گاهی اوقات پیش می‌آید که گلدانی برای خانه می‌خریم یا از طرف یک دوست گلدانی هدیه می‌گیریم اما خیلی زود شاهد خشک شدن گلدان هستیم، چرا؟

چون باید بدانیم که انتخاب و خرید گلدان چه مقدماتی دارد. شما باید با درنظر گرفتن این شرایط گلدان مناسب خانه خود را انتخاب کنید:

نور خانه‌تان را بررسی کنید:

شما باید دقیقا بدانید وضعیت نوری گلدان چه خواهد بود. پنجره‌تان جنوبی است یا شمالی؟ چند ساعت در روز از پنجره نور دریافت می‌کنید؟ اگر نور صبح تا ظهر به خانه وارد شود شرایط نوری خوبی دارید اما نور عصر کم‌رمق است.

شرایط آب و هوایی شهر را درنظر بگیرید:

بعضی شهرها گرم و خشک‌اند. بعضی معتدل و مرطوب. باید حدودا بدانید شهر و خانه‌تان مرطوب است یا خشک و گرم است یا سرد. راحت‌ترین کار این است که به گلفروشی برویم و از او بخواهیم به ما گلدانی بدهد. اما با همین روبه خیلی اوقات گیاه خشک می‌شود. از قبل سعی کنید درباره گیاهی که منطبق بر شرایط خانه شمامت تحقیق کنید. در اینترنت جست‌وجو کنید یا یک کتاب در این‌باره داشته باشید و بعد از مطالعه دست به خرید بزنید. بعضی از گیاهان به نور کمی نیاز دارند و در بدترین شرایط نوری هم می‌توانند رشد کنند. بعضی از گیاهان کم یا نور کم خراب می‌شوند. مطالعه و تحقیق در این زمینه به شما کمک زیادی خواهد کرد.

شرایط خودتان را درنظر بگیرید:

آیا شما می‌توانید هر روز به گلدانتان رسیدگی کنید؟ یا می‌خواهید هفته‌ای ۲ یا ۳ روز برایش وقت بگذارید. گیاهان نیاز به رسیدگی دارند. آنها موجودات زنده هستند و توجه کسی که از آنها نگهداری می‌کند را درک می‌کنند. زمانی که می‌توانید صرف رسیدگی به آنها بکنید را درنظر بگیرید و گاهی متناسب با شرایط وقتی خودتان بخیرد.

از تجربه اطرافیان استفاده کنید

ببینید دوستان و آشنایانتان چه گلدانی در خانه دارند. گلدانشان سرحال است؟ شرایط نگهداری‌اش را از آنها بپرسید. با توجه به این تجربه‌ها گیاهتان را انتخاب کنید. اگر تکثیر آن گیاه از قلمه امکان‌پذیر است یک قلمه از همان گل را به خانه‌تان ببرید. با این روش می‌توانید از بابت سلامت آن گیاه خاص مطمئن باشید.

جوگیر نشود

اگر دوست دارید گلدانی را برای چندماه نگه‌دارید، با دیدن ویرترین مغزهای گل‌فروشی جوگیر نشوید. همه فصول گلدان‌هایی پر از گل‌های رنگارنگ پیدا می‌شود ولی اغلب گیاهان گل‌دار به نور کافی نیاز دارند. اگر نور کافی ندارید آنها را انتخاب نکنید یا آمادگی زود خشک شدنشان را داشته باشید.

از تاثیر بر میزان تولید میوه، استفاده کنید.

کمک به گرده افشانی خیار

موقعی که عمل گرده افشانی درست انجام نمی‌شود یا حشرات و زنبورهای کمی اطراف بوته ما می‌باشند که نمی‌توانند کار گرده افشانی را انجام دهند برای جلوگیری از نیافتادن گل های ماده کارهای بسیاری زیادی می‌شود انجام داد . مثلا با استفاده از یک قلم مو نقاشی یا گوش پاک کن گرده‌های نر را به گل ماده منتقل کنید. یا از گیاهانی مثل گشنیز، بومادران، شبدر شیرین و نعناي تند در کنار خیارها بکارید تا جمع آوری حشرات در آن منطقه بیشتر شود. این گیاهان علاوه بر کمک به گرده افشانی با جذب حشرات مفید می‌توانند از آفات طبیعی بوته خیار نیز جلوگیری کنند.

راه های افزایش گل انگیزی و جلوگیری از ریزش گل خیار

شما با مصرف کودهایی که فسفر بالایی دارند می‌توانید میزان و حجم گل را افزایش دهید و از طرفی پتانسیم مایع ریزش گل می‌شود؛ بنابراین در مرحله گلدهی از کودهایی استفاده کنید که فسفر پتانسیم بالایی دارد. به این کودها گودهای فسفیت می‌گویند.

