

۲



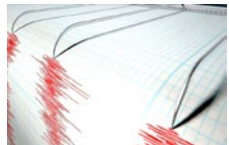
آغاز نام‌نویسی چهارمین دوره طرح ملی آیات زندگی به میزبانی لارستان

۲



ممنوعیت ورود خودروهای با پلاک غیربومی به «لارستان»

۸



رایزنی اولیه راه‌اندازی ایستگاه لرزه‌نگاری در لارستان

۸



رئیس انتقال خون لارستان: شش شهرستان را تحت پوشش داریم

فناوری

سلامت

از هر دری سخنی

تاریخ

مباحثه

خبر

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و هشتم - دوشنبه ۹۹/۰۹/۰۳ - هفتم ربيع الثاني ۱۴۴۲ - ۲۰ نوامبر ۲۰۲۰ - شماره ۱۶۰۷ - صفحه ۸ - تک شماره ۲۰۰۰ تومان

فعالیت ۱۰ شرکت دانش بنیان در مرکز رشد واحدهای فناور لارستان



۲ کشف انبار احتکار مواد غذایی در لارستان

۴ معماری اصیل ایرانی در خلیج فارس

۵ چرا نباید از شال گردن به جای ماسک استفاده کنیم؟

۷ تولید ۱۰۰ محصول فناورانه برای مقابله با کرونا

۸ از توزیع ۲۸ هزار بسته معیشتی تا اهداء ۲۰۰ دستگاه موبایل توسط بسیجیان در لارستان

ادعای دوباره تفکیک استان فارس و تکذیب چندباره مسوولان



معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری فارس، با اشاره به تکرار ادعای تفکیک استان فارس و اینکه گفته شده این طرح مراحل نهایی خود را طی می‌کند، گفت: این بیانات دروغ است و وزارت کشور هیچ برنامه‌ای در این زمینه ندارد. به گزارش میلاد لارستان، سید احمد احمدی‌زاده، در گفت و گو با ایرنا افزود: با کسانی که نسبت به انتشار اینگونه مطالب کذب اقدام می‌کنند برخورد قانونی خواهد شد. وی ادامه داد: در شرایط امروز که کشور درگیر بیماری کرونا است، انتشار چنین مطالب خلاف واقع می‌تواند تبعات اجتماعی، سیاسی و امنیتی به دنبال داشته باشد و آرامش مردم و جامعه را بر هم بزند و بنابراین از شهروندان انتظار داریم به این شایعات توجه نکرده و آنها را باز نشر ندهند. احمدی‌زاده، افزود: برخی افراد با اهداف خاص و مغرضانه اینگونه مطالب را مطرح و به آن دامن می‌زنند که قطعاً با چنین افرادی برخورد قانونی خواهد شد. گاه به گاه موضوع تقسیم و تفکیک استان فارس در فضای مجازی مطرح می‌شود و هر بار مسئولان مربوط آن را تکذیب می‌کنند. ششم مهر ۹۹ مدیرکل سیاسی، انتخابات و تقسیمات کشوری استانداری فارس، اعلام کرد: موضوع تقسیم استان فارس به چند استان در دستور کار نیست.

پیش از این نماینده مردم نجف‌آباد در مجلس شورای اسلامی عنوان کرده بود که برخی استان‌های کشور باید به دو یا سه قسمت تقسیم شوند. ابوالفضل ابوترابی، گفته بود: برای تمرکززدایی و کاهش بوروکراسی اداری و همچنین حل مشکلات مردم، باید استان‌های اصفهان، کرمان، فارس به دو قسمت و استان سیستان و بلوچستان به سه قسمت تقسیم شوند. پیش از این ۲۲ شهریورماه ۹۸ سعید جلالی مدیرکل تقسیمات کشوری وزارت کشور در واکنش به مطالب مطرح شده در خصوص ایجاد استان‌های جدید در کشور از جمله در جنوب استان فارس گفت: دولت هیچگونه برنامه‌ای برای ایجاد استان‌های جدید در کشور ندارد.

حجت رضایی در گفت و گو با ایرنا با اشاره به سخنان یکی از نمایندگان غیربومی فارس در مجلس شورای اسلامی درباره تقسیم استان فارس، افزود: این موضوع در استان مطرح نشده است و در دستور کار بررسی نیست. وی اظهار داشت: افزایش شمار شهرستان‌های فارس از ۲۹ به ۳۶ شهرستان که در سال گذشته صورت پذیرفت از جمله طرح‌های دولت برای تسهیل در خدمات‌رسانی و تمرکززدایی بوده است که براساس سال‌ها مطالعه و بررسی کارشناسی انجام شده است. مدیرکل سیاسی، انتخابات و تقسیمات کشوری استانداری فارس بیان کرد: موضوع تقسیم فارس به دو استان، تاکنون از سوی مقامات دولتی مطرح نشده است.

میلاد با سعادت یازدهمین کوکب سپهر امامت و ولایت، حضرت امام حسن عسکری (ع) بر عموم شیعیان و شیفتگان حضرتش تبریک و تهنیت باد.

خدمتی دیگر از میلاد لارستان در راستای حل مشکلات مردمی

سامانه پیامکی

۲۰۰۰ ۳۰۰۰ ۵۰۰۰

واتس اپ

۰۹۳۵ ۸۹۴ ۹۳۹۷

میلاد لارستان را در فضای مجازی دنبال کنید

اینستاگرام: milad_larestan

سروش: milad.larestan

ایتا: miladeelarestan

جدیدترین خبرها و تحلیل‌های لارستان و جنوب کشور و کاملترین بانک اطلاعاتی

فرهنگ عامیانه لارستان بزرگ

در پایگاه اطلاع‌رسانی

WWW.MLDL.IR

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلیل حسینی معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان در محاربه بازنه حاشیه بازدید از اجرای طرح مدیریت هوشمند محدودیت ها در مبادی ورودی و خروجی شهر، درباره آخرین وضعیت محورهای شهرستان لارستان گفت: با توجه به نارنجی بودن این شهرستان، به منظور جلوگیری از شیوع بیشتر ویروس کرونا، ورود خودروهای با پلاک غیربومی به لارستان تا اطلاع بعدی ممنوع است.

جلیل حسینی البته این را هم گفت که تردد وسایل نقلیه‌ای که تردد آنها در محورهای شهرستان ضرورت دارد، پلامانع است. رئیس ستاد مقابله با کرونا شهرستان لارستان، اظهار کرد:چنانچه طبق بررسی‌ها، معلوم شود که افراد در ورودی‌های شهرستان مسافر هستند و یا اینکه بومی شهرستان نیستند و پلاک خودروی آن‌ها نیز غیربومی است، حتما از تردد آنان در این منطقه جلوگیری می شود.

وی اذعان داشت: کنترل شدید در مبادی ورودی و خروجی به صورت دقیق و جدی با هدف حفظ سلامت مردم و جلوگیری از شیوع این ویروس منجوس، توسط نیروی انتظامی به صورت ۲۴ ساعته انجام می شود.

فرماندار ویژه لارستان ادامه داد: رفت و آمد خودروهای با پلاک بومی در محدوده چهار شهرستان لارستان، گراش، اوز و خنج آزاد است، اما خروج این خودروها از این چهار شهرستان و

ورود به دیگر شهرستان‌ها ممنوع است. معاون استاندار فارس افزود: تمام کشاورزان، باغداران، کارگران و کارمندانی که در این چهار شهرستان مشغول به کار و رفت و آمد هستند، حوادث و کشفیات:.....

فرمانده انتظامی لارستان، از شناسایی و کشف ۳ انبار مواد غذایی احتکار به ارزش ۱۱ میلیارد ریال در این شهرستان خبر داد. به گزارش میلاد لارستان، سرهنگ «داود امجدی» در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان کرد: ماموران انتظامی لارستان به همراه کارکنان ناحیه مقاومت بسیج با انجام اقدامات فنی به سر نخ‌های از احتکار مقادیر زیادی مواد غذایی در ۳ انبار و قف در یکی از محله‌های این شهرستان مطلع شدند.

سرهنگ امجدی، افزود: ماموران پس از هماهنگی قضائی به محل‌های مورد نظر اعزام و در بازرسی از آن انبارها، ۲ هزار و ۵۰۰ کیلوگرم شکر، ۲۵۰ کیلو قند، یک هزار و ۷۵۲ پاکت پودر لباسشویی، ۸ هزار و ۸۸ قوطی کنسرو ماهی، یک هزار و ۶۸۰ قوطی نوشیدنی، ۲۴۰ کیلو لوبیا، ۲۸۰ لیتر روغن، ۳۲۰ کیلو عدس و ۳ دستگاه خودرو پژو پارس احتکار را کشف کردند.

فرمانده انتظامی لارستان، با بیان اینکه ارزش اموال مکشوفه برابر نظر کارشناسان، ۱۱ میلیارد ریال برآورد شده است، تصریح کرد: با توجه به عدم حضور مالک انبارها، در این خصوص پرونده تشکیل و برای سیر مراحل قانونی تحویل مراجع قضائی شد.

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

آقای محمدعلی جعفریپور فرزند محمدنور به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۹/۳۹۰ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم محمدنور جعفریپور فرزند محمد به شناسنامه ۶۴۹۹۶۴۰۹۶۴ صادره از ح - لارستان - اوز در تاریخ ۱۳۹۱/۹/۲۴ در اقامتگاه دائمی خود شهر اوز بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصراست به

۱-یوسف جعفریپور فرزند محمدنور ش ش ۶۴۹۹۸۲۳۶۲۷ ت ت ۱۳۰۰ صادره از ح لارستان اوز -

۲-فاطمه خانم جعفریپور فرزند محمدنور ش ش ۱۱۰۰ ت ت ۱۳۰۸ صادره از ح شهری لارستان - اوز
۳-سیرزعلی جعفریپور فرزند محمدنور ش ش ۹۹۶ ت ت ۱۳۱۱ صادره از ح شهری لارستان - اوز
۴-فاطمه جعفریپور فرزند محمدنور ش ش ۳۹ ت ت ۱۳۲۸ صادره از ح لارستان - اوز
۵-فاطمه گل جعفریپور فرزند محمدنور ش ش ۱۵۹ ت ت ۱۳۲۹ صادره از ح لارستان - اوز
۶-محمدعلی جعفریپور فرزند محمدنور ش ش ۱۵۳ ت ت ۱۳۳۲ صادره از ح لارستان - اوز
فرزندان متوفی ולאغبر...

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 محبی م/الف/۶۶۹

ممنوعیت ورود خودروهای با پلاک غیربومی به «لارستان»



محدودیتی نخواهند داشت.

وی در پاسخ به این سوال که آیا برای رفت و آمد خودروهای بومی منطقه به دیگر شهرستان‌ها در مواردی خاص برگ عبور صادر می‌شود، گفت: این بار هیچ برگ ترددی برای هیچ کس صادر نمی‌شود، مگر در موضوع درمان بیماران مثلا برای انتقال بیماران به مرکز استان یا دیگر شهرستان‌ها که باید پس از تایید پزشک اورژانس و اخذ مجوز و ثبت در سیستم پلیس راه باشد، لذا مثل دفعات گذشته هیچ برگ ترددی به درخواست شهروندان در موضوعاتی غیر از درمانی صادر نمی‌شود. فرماندار ویژه لارستان، در خصوص تکلیف اتوبوس ها، کامیون‌ها و تاکسی‌ها هم گفت: تمام خودروهای خدمات‌رسان مثل کامیون‌های حمل سوخت، کامیون‌های حمل بار و تاکسی‌ها و اتوبوس‌های برون‌شهری مجاز به فعالیت در خارج از محدوده شهرستان‌ها هستند. حسینی در خصوص تکلیف کارکنان و کارمندانی

دستگاه های مربوطه کنترل و نظارت شدید به عمل می آید.

رئیس شورای تامین شهرستان لارستان در بخشی دیگری از سخنان خود گفت: براساس بازدیدهای میدانی و گزارش دانشکده علوم پزشکی لارستان، اکثر اصناف این شهرستان در این روزهای اعمال محدودیت‌های کرونایی، مصوبات ستاد مبارزه با کرونا را رعایت کرده اند، که از آنان سپاسگزاریم.

حسینی افزود: در این محدودیتها که از اول آذرماه به مدت دو هفته اعمال می گردد، اصناف گروههای شغلی ۲، ۳ و ۴، بعد از ساعت ۱۸ تا صبح روز بعد مجاز به فعالیت نیستند. وی به بازدید میدانی از اصناف توسط ستاد مقابله با کرونا شهرستان اشاره و بیان کرد: بر اساس اعلام ستاد مقابله با کرونا در شهرستان لارستان، چندین گروه مشترک نظارتی متشکل از جانشین ستاد مقابله با کرونا شهرستان، نمایندگان فرمانداری، دانشکده علوم پزشکی و اداره اماکن نیروی انتظامی و اداره صنعت، معدن و تجارت لارستان علاوه بر نظارت‌های معمول اصناف، رعایت محدودیت‌های شبانه اصناف این شهر را رصد می‌کنند. فرماندار ویژه لارستان در پایان سخنانش بار دیگر از مردم عزیز خواست با مصوبات و تصمیمات ستاد مقابله با کرونا شهرستان نهایت همکاری و همراهی را داشته باشند و ادامه داد: در این ایام، تعدادی از خانواده‌ها با این بیماری دست و پنجه نرم می‌کنند، لذا ضرورت دارد مردم رعایت مسایل بهداشتی و پیشگیرانه را در اولویت قرار دهند و از برگزاری هرگونه مجالس ترحیم، عروسی، جشن تولد و تجمعات جدا بپرهیزند.

آغاز نام‌نویسی چهارمین دوره طرح ملی آیات زندگی به میزبانی لارستان



مدیر مؤسسه قرآنی فرهنگی بیت الاحزان حضرت زهرا(س) لارستان از آغاز نام‌نویسی چهارمین دوره طرح ملی آیات زندگی به میزبانی این شهرستان خبر داد. احمد نیاوند در گفت‌وگو با خبرنگار میلاد لارستان، با بیان اینکه آیات قرآن، راه زندگی را به ما نشان می‌دهند، اظهار داشت: بخشی از مشکلات جامعه، ناشی از مهاجرت قرآن و عدم عمل به دستورات آن است.وی با اشاره به

مختلف پیش‌بینی شده است، تصریح کرد: در پایان این مسابقه، شرکت‌کنندگان علاوه بر دریافت مدرک معتبر قرآنی به قیدقرعه ۴۰ کارت هدیه یک میلیون ریالی و هدایای نقدی دیگر تعلق می‌گیرد. وی با تأکید بر اینکه به جهت محدودیت‌های ناشی از کرونا تمامی مراحل ثبت‌نام، آموزش و دریافت مدرک به شکل کاملا مجازی برگزار می‌شود، خاطر نشان کرد: همه علاقمندان از سراسر کشور می‌توانند در این مسابقه قرآنی شرکت کنند. نیاوند، مدت زمان برگزاری دوره را ۳ ماه و به عبارتی هفته‌ای ۳ آیه اعلام کرد و ادامه داد: این دوره در سطح یک تا سه برگزار خواهد شد و عموم خواهران و برادران سنین ۷سال به بالا می‌توانند در این مسابقه شرکت کنند.مدیر مؤسسه فرهنگی بیت الاحزان

خدمات تاهین اجتماعی در فارس تعلیق می‌شود، اما تعطیل نه

خواهد شد که تبعات بررسی پرونده آنان حائز اهمیت بوده و منجر به صدور احکام تعهدات قانونی بلندمدت شود.

کشاورز در ادامه با تأکید برضرورت رعایت دستورالعمل های ابلاغی برای کنترل وکاهش بیماری کرونا یادآور شد با توجه به اینکه مصوبه اخیر ستاد ملی مقابله با کرونا باعث تعطیلی فعالیت حداقلی دوسوم کارمندان دستگاه‌های اجرایی در شهرهای قرمز می شود، ممکن است برخی شهروندان تصمیم بگیرند باتوجه به فراغت بال حاصل شده برای پیگیری مسائل مرتبط با بیمه خود اقدام کنند اما با توجه به تعدیل نیروهای اجرایی درزمان قرنطینه ، امکان پاسخگویی لازم به آنان نباشد لذا اولویت با پرداختن به امور فوری است وانجام سایر امور به زمان دیگری موکول خواهد شد. مدیرکل تأمین اجتماعی استان فارس از کارفرمایان، بیمه شدگان و بازنشستگان خواست در شرایط بحرانی فعلی برای حفظ سلامتی خود و سایر افراد جامعه تنها برای انجام کارهای ضروری به شعب این سازمان مراجعه و با استفاده از سامانه غیرحضوری **eservices.tamin.ir** خدمات مورد نیاز را دریافت کنند. واحد ارتباط با مشتری سازمان تأمین اجتماعی با شماره ۱۴۲۰ پاسخگوی تلفنی مخاطبین خواهد بود.



کشف انبار احتکار مواد غذایی در لارستان



فرمانده انتظامی لارستان، از شناسایی و کشف ۳ انبار مواد غذایی احتکار به ارزش ۱۱ میلیارد ریال در این شهرستان خبر داد.

به گزارش میلاد لارستان، سرهنگ «داود امجدی» در گفت‌وگو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، در تشریح این خبر بیان کرد: ماموران انتظامی لارستان به همراه کارکنان ناحیه

مقاومت بسیج با انجام اقدامات فنی به سر نخ‌های از احتکار مقادیر زیادی مواد غذایی در ۳ انبار و قف در یکی از محله‌های این شهرستان مطلع شدند. سرهنگ امجدی، افزود: ماموران پس از هماهنگی قضائی به محل‌های مورد نظر اعزام و در بازرسی از آن انبارها، ۲ هزار و ۵۰۰ کیلوگرم شکر، ۲۵۰ کیلو قند، یک هزار و ۷۵۲ پاکت پودر لباسشویی، ۸ هزار و ۸۸ قوطی کنسرو ماهی، یک هزار و ۶۸۰ قوطی نوشیدنی، ۲۴۰ کیلو لوبیا، ۲۸۰ لیتر روغن، ۳۲۰ کیلو عدس و ۳ دستگاه خودرو پژو پارس احتکار را کشف کردند.

فرمانده انتظامی لارستان، با بیان اینکه ارزش اموال مکشوفه برابر نظر کارشناسان، ۱۱ میلیارد ریال برآورد شده است، تصریح کرد: با توجه به عدم حضور مالک انبارها، در این خصوص پرونده تشکیل و برای سیر مراحل قانونی تحویل مراجع قضائی شد.

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

مدیرکل تأمین اجتماعی استان فارس با اشاره به محدودیت های ستاد کرونا از ابتدای آذرماه به مدت ۲ هفته گفت: ارایه خدمات تأمین اجتماعی استان در این مدت تعلیق می‌شود اما تعطیل نخواهد شد.

به گزارش میلادلارستان به نقل از ایرنا، ابراهیم کشاورز گفت: با توجه به شیوع گسترده بیماری کرونا در سطوح ملی واستانی وبه منظور صیانت از سلامت بیمه شدگان وشاغلان در واحدهای اجرایی این سازمان از یکم لغایت سی ام آذر ماه جاری با اتخاذ تدابیر لازم ارایه خدمت در دو حوزه بیمه ای ودرمان با محدودیت هایی همراه خواهد بود.

به گفته کشاورز در این رابطه برگزاری جلسات هیأت‌های بدوی و تجدیدنظر تشخیص مطالبات، کمیسیون‌ها و شورا‌های پزشکی در دوره مذکور موقتا تعلیق می شود. همچنین معرفی بیمه شدگان به کمیسیون پزشکی که مستلزم مراجعه بیمه شده به پزشکان معالج و مراکز درمانی می باشد متوقف شده لیکن به منظور جلوگیری از زایل شدن شرایط مقرر در مواد (۷۵) و (۸۰) قانون تأمین اجتماعی، متقاضیان به نحوی راهنمایی می شوند که حفظ وادامه بیمه‌پردازی آنان میسر شود.

همچنین برای انعقاد قرارداد متقاضیان ادامه بیمه با ماهیت غیراجباری، رانندگان، کارگران

۶۰فروند کشتی صید ترال در خلیج فارس



آزبان در خلیج فارس بازسازی شود.

رئیس فراکسیون محیط زیست مجلس، شورای اسلامی گفت: امروزه صید ترال، یکی از مشکلات اساسی جامعه صیادان و محیط زیست منطقه است ،که در راستای مجوزی است دارند فعالیت نمی کنند.

به گزارش میلادلارستان، سمیه رفیعی در گفتگو با خبرنگار مهر، با اذعان به اینکه نسبت به ۲ سال ممنوعیت صید ترال هم مجلس و هم صیادان کوتاه نخواهند آمد، بیان داشت: کشتی های صید ترال، برابر با مجوزی که دارند قوانین را رعایت نمی کنند. در بیشتر وقت ها فاصله ۱۲ مایلی که در مجوز صید ترال مطرح شده رعایت نمی شود، همین هم باعث شده که این نوع صید، آسیب های جدی به ذخایر دریایی و آیزبان بزند.

رفیعی با اشاره به اینکه با پیگیری‌هایی که نماینده گان مجلس یازدهم و فراکسیون محیط زیست مجلس انجام داده اند موفق به خاطرنشان کرد: اعمال ممنوعیت ۲ ساله صید ترال در منطقه باعث می شود که این مدت ذخایر دریایی و آیزبان بازسازی و احیاء مجدد شود، همچنین فرصتی است تا اینکه تحقیقات و کار کارشناسی بر روی مجوزات و انواع صیدها شود.

وی ادامه داد: از طرفی دیگر باید به وضعیت صیادان بومی و محلی دارای مجوز که جهت خرید کشتی با کاربری صید ترال اقدام کرده اند هم توجه شود تا با ممنوعیت ۲ ساله صید ترال آسیب نبینند.

رفیعی با بیان اینکه ۶۰ فروند کشتی، مجوز صید ترال دارند، عنوان کرد: از این تعداد ۷ فروند کشتی خارجی و با متعلق به چین هستند، البته خیلی‌ها فکر می‌کنند که این مدت ترال در منطقه فقط خارجی‌ها انجام می‌دهند، در صورتی که بخش عظیمی از صید ترال بدست مولانان‌ها و شناورهای ایرانی انجام می‌شود و خیلی از مجوزات صید ترال برای صیادان ایرانی صادر شده است، که این موضوع پنهان مانده بود.

رفیعی، افزود: از اول آذر ماه سال جاری صید ترال در منطقه ممنوع می شود، ممنوعیت صید ترال نه تنها به صیادان بومی و محلی بلکه سود آن به تمام مردم ایران خواهد بود. در طول دو سال پیش رو امیدواریم ذخایر صیادان متخلف اعمال شود.

آگهی تعدید حدود اختصاصی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۳۵۹۰۰۰۳۱۱۳۵۰۰۰۳۵۸ و ۱۳۹۹۶۰۳۱۱۳۵۰۰۰۳۵۸ مورخ ۹۹/۰۴/۱۸ هیأت اول - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقایان حیدر دستدار فرزند محمدعلی بشماره ملی ۶۵۶۹۸۶۳۶۰۶ احمد دستیار فرزند محمدعلی بشماره ملی ۶۵۶۹۸۸۹۲۹۸ در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۴۹۲۰ مترمربع پلاک ۱۱۷۱۰۱ فرعی از ۱۰۸۲۷ اصلی مفروز و مزجی شده از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۲۴۴۶ واقع درقطعه شیش ۱۸فارس شهرستان گراش محرز گردیده با عنایت به این که تحدید حدود پلاک ۱۰۸۲۷/۱۱۷۱۰ تاکنون به عمل نیامده حسب تقاضای نامبرده که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود روز چهارشنبه مورخه ۹۹/۱۰/۰۳ 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 می گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند وخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی باسناداد 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 نماید. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. تاریخ انتشار : ۹۹/۰۹/۰۲

هدایت‌اله رحیمی درازی - رئیس اداره ثبت اسناد وملاک گراش

م/الف/۵۴۱

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

آقای علی آتش افروز فرزند مرتضی به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۹ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم اسماعیل عبادی فرزند عبدعلی به شناسنامه ۶۰۷ صادره از ح - اوز - در تاریخ ۱۳۹۸/۱/۱ در اقامتگاه دائمی خود شهر اوز بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصراست به

۱-محمدرضای عبادی فرزند اسمعیل ش ش ۲۸ ت ت ۱۳۴۸ صادره از ح لارستان - اوز

۲-سعید عبادی فرزند اسمعیل ش ش ۱۷۷ ت ت ۱۳۴۷ صادره از ح لارستان - اوز

۳-فاطمه عبادی فرزند اسمعیل ش ش ۱۳۲ ت ت ۱۳۴۶ صادره از ح لارستان - اوز فرزندان متوفی ולאغبر...

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 محبی م/الف/۶۷۰

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

خانم شهناز احمدی فرزند حسینقلی به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۹/۳۳۰ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم حسینقلی احمدی فرزند نصراله به شناسنامه ۲۷ صادره از ح -لارستان - اوز در تاریخ ۱۳۹۹/۴/۳۰ در اقامتگاه دائمی خود شهر خنج بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصراست به

۱-پهراهم احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۱۴۲ ت ت ۱۳۳۵ صادره از ح لارستان - خنج - فیوشور

۲-شهناز احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۲۷۷ ت ت ۱۳۶۵ صادره از ح لارستان - اوز - فیوشور

۱-پران احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۱۴ ت ت ۱۳۳۷ صادره از ح لارستان - اوز - فیوشور

۴-فاطمه نساء احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۴۱۰ت ت ۱۳۶۶ صادره از ح لارستان - اوز - فیوشور

۵-سعیده احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۲۵۰۰۲۴۸۶۳۳ ت ت ۱۳۷۰ صادره از ح لارستان - خنج - فیوشور

۶-عهديه احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۲۵۰۰۱۴۴۸۵۲ ت ت ۱۳۶۸ صادره از ح لارستان (حوزه مرکزی)

۷-شاهجهان احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۲۳ ت ت ۱۳۴۰ صادره از ح لارستان - اوز - فیوشور

۸-فهمیه احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۲۵۰۰۳۵۷۴۴۹ ت ت ۱۳۲۷ صادره از ح روستایی - لارستان - فیوشور

۹-فرح احمدی فرزند حسین قلی ش ش ۱۴۹۰ ت ت ۱۳۴۴ صادره از ح لارستان - اوز - فیوشور فرزندان متوفی

۱۰-بلقیس جمالی فرزند علی محمد ش ش ۷ ت ت ۱۳۴۲ صادره از ح لارستان - جویم - احمد محمودی (همسر متوفی) ولاغبر...

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 محبی م/الف/۶۶۸

فعالیت ۱۰ شرکت دانش بنیان در مرکز رشد واحدهای فناور لارستان

صندوق شتابدهی صادرات در برج فناوری داده شد که در حال حاضر پیگیر تحقق موارد فوق هستیم.

در حال حاضر، ۱۰ شرکت فناور و دانش بنیان زیر نظر مرکز رشد واحدهای فناور لارستان فعالیت می کنند

قناعت پور در پاسخ به این سوال که در حال حاضر چند شرکت زیر نظر مرکز رشد واحدهای فناور لارستان فعالیت می کنند، گفت: مرکز رشد در حال حاضر پذیرای ۱۰ شرکت فناور و دانش بنیان در حوزه های فناوری زیستی، نانو فناوری، فناوری اطلاعات و ارتباطات، برق و مکانیک و تجهیزات پیشرفته حوزه ی نفت و گاز است.

ظرفیت های منطقه ای در زمینه تعاملات بین المللی به ویژه با حوزه خلیج فارس

وی تصریح کرد: از آغاز فعالیت مرکز رشد واحدهای فناور لارستان، با توجه به ظرفیت های منطقه ای در زمینه تعاملات ماموریت ایجاد زیرساخت های مورد نیاز برای تحقق کریدور صادراتی برای تحقق کریدور صادراتی محصولات دانش بنیان در سرفصل سیاست های راهبردی پارک علم و فناوری استان برای این مرکز تعریف شد و امروز راه برای تحقق این مهم، نزدیک تر از گذشته است.

رئیس مرکز رشد واحدهای فناور لارستان، در مورد دستاورد سفر سه ماه گذشته رئیس مرکز تعاملات بین المللی مرکز رشد واحدهای فناور کشور و همچنین برج فناوری لارستان صورت گرفت.

وی خاطرنشان کرد: این هیئت از ظرفیت های مربوط به تعاملات بین المللی که در منطقه لارستان وجود دارد از جمله فرودگاه بین المللی و گمرک تجاری بازدید داشته و با توانمندی های علمی و تجاری منطقه آشنایی بیشتری پیدا کردند.

رئیس مرکز رشد واحدهای فناور لارستان، عنوان کرد: با توجه به ابراز رضایت این هیئت از شرایط موجود، پیشنهادهایی در زمینه کمک به تجهیز ساختمان و همچنین استقرار



رئیس مرکز رشد واحدهای فناور لارستان، گفت: از آغاز فعالیت مرکز رشد واحدهای فناور لارستان، با توجه به ظرفیت های منطقه ای در زمینه ی تعاملات بین المللی به ویژه با حوزه خلیج فارس، ماموریت ایجاد زیرساخت های مورد نیاز برای تحقق کریدور صادراتی محصولات دانش بنیان در سرفصل سیاست های راهبردی پارک علم و فناوری استان برای این مرکز تعریف شد و امروز راه برای تحقق این مهم، نزدیک تر از گذشته است.

به گزارش میلاد لارستان، «فرزاد قناعت پور» در گفت و گو با خبرنگار خبرگزاری علم و فناوری در لارستان در مورد دستاورد سفر سه ماه گذشته رئیس مرکز تعاملات بین المللی مرکز رشد واحدهای فناور کشور و هیئت همراه به لارستان، اظهار کرد: سفر مسئولان بخش بین الملل معاونت علمی ریاست جمهوری با همکاری دفتر نماینده مردم شهرستان های لارستان، خنج، گراش و اوز در مجلس شورای اسلامی برای بازدید از پروژه در حال احداث بزرگترین مرکز رشد واحدهای فناور خیرساز کشور و همچنین برج فناوری لارستان صورت گرفت.

وی خاطرنشان کرد: این هیئت از ظرفیت های مربوط به تعاملات بین المللی که در منطقه لارستان وجود دارد از جمله فرودگاه بین المللی و گمرک تجاری بازدید داشته و با توانمندی های علمی و تجاری منطقه آشنایی بیشتری پیدا کردند.

رئیس مرکز رشد واحدهای فناور لارستان، عنوان کرد: با توجه به ابراز رضایت این هیئت از شرایط موجود، پیشنهادهایی در زمینه کمک به تجهیز ساختمان و همچنین استقرار



یک جامعه شناس می گوید در قرنطینه ماندن می تواند هر دو جنبه مثبت و منفی خود را برای افراد به دنبال داشته باشد. دو هفته قرنطینه جهت کنترل کرونا آغاز شده است و این بدان معناست که بسیاری از شهروندان ایرانی باید در خانه بمانند. این در خانه ماندن برای بسیاری افراد به شدت تلخ و آزاردهنده است، چطور می توان با این مشکل کنار آمد؟

پرویز اجلائی، جامعه شناس مطرح کرد: مشکلات زیادی در اثر تنها ماندن در فرد به وجود می آید. اما اکنون تنها بودن افراد مهم نیست، مهم این است که مردم پروتکل های بهداشتی را رعایت کنند و کمک کنند زنجیره انتقال قطع شود. حالا مشکلاتی مثل تنهایی را می توان تحمل کرد.

اجلائی عنوان کرد: به طور طبیعی وقتی ارتباطات و تعاملات کم می شود دو نتیجه پیش می آید. یکی از آنها مثبت است. جنبه مثبت این کم شدن تعاملات اجتماعی این است که افراد فرصت پیدا می کنند از عادات روزمره خود را جدا کنند. این جامعه شناس گفت: به خصوص افراد جوان تر و یا افرادی که اهل عمل هستند بیشتر از این تنهایی نفع خواهند برد. این افراد در زندگی خود چندان فرصت پیدا نمی کنند از خودشان و روابطی که با دیگران دارند فکر کنند. آنها وقتی تنها می شوند اجبار دارند که در خانه بمانند. حالا این فرصت را بهتر در اختیار دارند تا به زندگی خود فکر کنند.

وی افزود: فکر کردن می تواند توام با مرور خاطرات گذشته باشد. البته بهتر این است که فرد خود را سرگرم چیزهایی مثل کتاب خواندن کند و اینکه در جهت مثبت از اینترنت



خاطرنشان کرد: بهره برداری از برج فناوری و راه اندازی صندوق شتابدهی صادرات در کنار منابع فیزیکی و انسانی توانمند منطقه در حوزه های تجارت و صادرات ظرفیت های بالفعل و بالقوه ارزشمندی است که بی شک نقش تسهیل گری در ارائه ی خدمات صادراتی به خانواده شرکت های فناور و دانش بنیان استان و کشور خواهد داشت؛ در این میان البته باید ارتباطات بیشتر و مؤثرتری از گذشته میان مسئولان ارشد منطقه و پارک علم و فناوری، همچنین معاونت علمی ریاست جمهوری برقرار گردد تا زمینه ی آشنایی و بهره مندی هر چه بیشتر تجار و بازرگانان نامی منطقه جنوب فارس با شرایط حمایتی دولت فراهم آید و در زمینه ی پذیرش

فرزاد قناعت پور، افزود: مسئولان کشوری متولی امر نیز باید توجه و مشارکتی موثرتر و بیشتر از گذشته در امر توسعه ی فرهنگ و زیست بوم دانش بنیان در منطقه ی وسیع و تاریخی جنوب فارس داشته باشند.

ساختن مرکز رشد و برج فناوری لارستان با پیشرفت بیش از ۷۰ درصدی مراحل پایانی خود را طی می کند

وی در مورد افتتاح ساختمان مرکز رشد واحدهای فناور لارستان اظهار کرد: ساختمان مرکز رشد و برج فناوری با پیشرفت بیش از هفتاد درصدی مراحل پایانی خود را طی می کند و تعهدات مربوط به ساخت که به عهده ی نیک اندیشان است تا قبل از پایان سال انجام خواهد شد. رئیس مرکز رشد واحدهای فناور لارستان افزود: در ارتباط با تعهدات بخش دولتی در زمینه ی تجهیز مناسب برج نیز اقدامات لازم آغاز شده و بخشی از هزینه ها نیز تامین شده است، اما پیگیری ها تا انجام کامل تعهدات همچنان ادامه دارد. قناعت پور، تصریح کرد: امیدواریم تا قبل از پایان کار دولت مستقر، این مجموعه با حضور مسئولان کشوری و استانی افتتاح شده و خدمات خود را به سایر نخبگان، کارآفرینان و شرکت های دانش بنیان فعال در شهرستان های جنوب استان فارس ارائه کند.



قرنطینه دو هفته ای؛ فرصتی برای تامل در زندگی

جدایی از اجتماع، پیش درآمد افسردگی

تنهایی در قرنطینه فرصتی بسیار خوب برای اندیشیدن است. اندیشیدن درباره مرگ و زندگی خیلی مهم است. به موضوعات دیگری مثل جوانی و گذشته هم می توان فکر کرد. در این مدت باید به کارهای تکرره و برنامه های اجرا نشده هم فکر کرد. این قرنطینه فرصتی است برای تامل در زندگی.

خانواده هم بستگی دارد. اگر افراد خانواده بتوانند با یکدیگر گفت و گو کنند، تفاهم داشته باشند، حرف هم را بفهمند، سر یکدیگر فریاد نکنند، دچار خشم نشوند و عادت به گفت و گو و رفاقت داشته باشند این تنهایی و قرنطینه را بهتر می توانند تحمل کنند. آنها بهتر و بیشتر می توانند با هم گفت و گو کنند تا این دوری از اجتماع تحمل پذیرتر شود. وی گفت: اما اگر روابط بین افراد یک خانواده از قبل بد باشد و توانایی گفت و گو بین آنها وجود نداشته باشد و از سویی رفتار طرفین بر اساس محبت نباشد و در یک کلام مهارت های ارتباطی آنها با هم بد باشد مقدمات درگیری بین اعضا به وجود می آید.

این شرایط با زمان رابطه برعکس دارد. اگر زمان کوتاه باشد، این دعاواها بین اعضای خانواده شدیدتر خواهد شد اما اگر بلندی باشد به این نتیجه می رسند دعواهای بیش از اندازه فایده ای ندارد و سعی می کنند گفت و گو را بیشتر کنند. در این روند تحمل کردن افراد از سوی یکدیگر بیشتر می شود. فرد با خود می گوید تا چه زمانی داد و فریاد کنم؟ پس روابط خود را معقول تر می کند و روی رفتار خود کنترل به وجود می آورد.

در دراز مدت پرخاشگری ها از بین می رود و زندگی آرام می شود. وی تاکید کرد: برخی در این قرنطینه اجباری خلاقیت های زیادی به خرج می دهند، همانند تغییر دکوراسیون خانه. برخی دیگر هم که اهل مطالعه هستند فرصت بیشتری برای این علاقه خود به دست می آورند. اجلائی در پایان گفت: افرادی بیشتر بابت قرنطینه اجباری آسیب می بینند که سن بیشتر اما سواد کمتری دارند زیرا به غیر از ارتباط حضوری هیچ چیز دیگری برایشان راحت نیست و امکان استفاده از ارتباطات مجازی را ندارند.

هیلا حسینی خواه / جام جم آنلاین

استفاده کند. اجلائی ادامه داد: اکثریت مردم ما سواد دارند و افراد زیادی از تحصیلات بالایی برخوردار هستند و می توانند اوقات فراغت خود را با کتاب پر کنند. این جامعه شناس در ادامه گفت: تنهایی در قرنطینه فرصتی بسیار خوب برای اندیشیدن است. اندیشیدن درباره مرگ و زندگی خیلی مهم است. به موضوعات دیگری مثل جوانی و گذشته هم می توان فکر کرد. در این مدت باید به کارهای تکرره و برنامه های اجرا نشده هم فکر کرد. این قرنطینه فرصتی است برای تامل در زندگی.



خدمات ریز و درشت بسیجیان گروه جهادی «ابوتراب» به نیازمندان



مدیر گروه جهادی «ابوتراب» از ارائه خدمت ریز و درشت بسیجیان گروه جهادی «ابوتراب» به نیازمندان خبر داد. مصطفی آزادی، در گفت و گو با خبرنگار میلاد لارستان با اشاره به اینکه این گروه کار خود را از سال ۱۳۹۷ با مشارکت اعضای پایگاه مقاومت بسیج شهید نوازالله مرادزاده آغاز کرده است، اظهار داشت: عمده فعالیت های گروه جهادی «ابوتراب» معطوف به بازسازی و نوسازی خانه های فرسوده افراد نیازمند، تأمین وسایل ضروری زندگی از جمله یخچال، تلویزیون، کولر و غیره برای اقشار محروم جامعه، پرداخت وام بدون سود به نیازمندان با اقساط خیلی اندک، کمک هزینه درمان و تأمین داروی بیماران نیازمند، توزیع بسته های معیشتی و بهداشتی بین اقشار آسیب پذیر، فعالیت های مذهبی از قبیل برگزاری مراسمات عزاداری و جشن میلاد (نامه) است. وی با بیان اینکه اغلب اعضای این گروه را بسیجیان تشکیل می دهند، افزود: هدف از ایجاد گروه جهادی «ابوتراب» کمک به افراد نیازمند جهت کاهش فشارهای اقتصادی و تأمین حداقل امکانات ضروری زندگی جهت خانواده های محروم است.

مدیر گروه جهادی «ابوتراب» لارستان با تأکید بر اینکه برای اجرای پروژه ها و فعالیت ها،

بحران گرسنگی بی سابقه،

جان کودکان و مردم یمن را تهدید می کند



دبیرکل سازمان ملل هشدار داد که یمن با بدترین بحران گرسنگی جهان در طی چند دهه گذشته، مواجه است. «انتونیو گوتروش» درباره اوضاع یمن هشدار داد و گفت: «یمن با خطر بدترین بحران گرسنگی، که جهان طی چند دهه گذشته شاهد آن بوده، مواجه است.» دبیرکل سازمان ملل اضافه کرد: «شدید بحران یمن به دلیل کاهش شدید کمک ها و شکست حمایت خارجی از اقتصاد این کشور بوده است.» عربستان در رأس یک ائتلاف عربی و تحت حمایت آمریکا از ششم فورردین ۱۳۹۴ با ادعای تلاش برای بازگرداندن رئیس جمهور مستعفی یمن به قدرت، اقدام به تجاوز نظامی علیه یمن و محاصره زمینی، هوایی و دریایی این کشور کرد. این تجاوز نظامی هیچ کدام از اهداف ائتلاف سعودی را محقق نکرد و فقط با کشته و زخمی شدن ده ها هزار یمنی، آواره شدن میلیون ها نفر، به بار آمدن خرابی برای زیرساخت های این کشور و گسترش قحطی و گرسنگی و بیماری های واگیردار همراه شده است. مقامات سعودی تاکنون چندین بار از تصمیم برای ایجاد آتش بس در یمن خبر داده اند؛ اما هیچ گاه از شدت حملات خود به یمن نکاسته و اقدامی برای کاهش یا رفع محاصره همه جانبه آن نکردند و در مواردی با بهره برداری از تاکتیک آتش بس بر حملات خود افزودند.

بزرگترین فاجعه انسانی از سوی دیگر، وزارت بهداشت دولت نجات ملی یمن در گزارشی به مناسبت روز جهانی کودک اعلام کرد که ائتلاف متجاوز سعودی باعث به وجود آمدن بزرگترین فاجعه انسانی در یمن شده و در نتیجه بمباران مناطق مختلف این کشور ۲۶۴۳ کودک کشته و ۴۲۰۵ نفر زخمی شده اند. در این گزارش آمده است که تعداد کودکان زیر پنج سال که از سوء تغذیه رنج می برند به حدود ۲ میلیون نفر رسیده است که ۴۰۰ هزار نفر از آنها در وضعیت وخیم قرار دارند و ۱۲ هزار نفر نیز جان خود را از دست داده اند. طبق گزارش شبکه المسیره، در نتیجه محاصره تحمیلی بر یمن صدها هزار کودک جان خود را از دست داده و میلیون ها نفر نیز

در وضعیت ناگواری قرار دارند. وزارت بهداشت دولت نجات ملی یمن در صعا، ائتلاف متجاوز سعودی را مسئول قانونی، انسانی و اخلاقی این فاجعه در یمن دانست و از جهانبان خواست تا با این تجاوزات ائتلاف سعودی مقابله کرده و برای رفع ظلم و فجاجه در یمن اقدام کنند. وزارت بهداشت صعا همچنین از سازمان ملل و صندوق کودکان یونیسف خواست تا در تصمیم خود تجدیدنظر کرده و نام ائتلاف سعودی را در «فهرست سیاه قاتلان کودکان» درج کنند.

خبر دیگر اینکه، احمد العلیی وزیر گردشگری دولت صعا، دیروز آزادی پایگاه ماس را رسماً تأیید کرد. العلیی در گفت و گو با «المیادین» در این خصوص گفت: «پایگاه ماس عملاً تحت کنترل نیروهای یمن در آمده است». او در ادامه گفت: «پس از شش سال کشتار و جنایت، دیگر گزینهای جز باز پس گیری سرزمین با زور سلاح نداریم.» العلیی همچنین تأکید کرد که آزادسازی مناطق اشغالی جزئی از وظایف ارتش و کمیته های مردمی شده است. این اعلام رسمی در حالی است که پایگاه خبری «عدن ۲۴»، خبر داد، نیروهای ارتش و کمیته های مردمی یمن پس از محاصره کامل پایگاه ماس، آن را تحت کنترل کامل خود گرفته اند. پادگان ماس آخرین پایگاه راهبردی تحت سلطه نیروهای اخوانی حزب اصلاح در استان مارب و نزدیک ترین به شهر مارب بود که با تسلط نیروهای ارتش و کمیته های مردمی یمن بر این پادگان شهر مارب نیز تسلط آتش باری این نیروها قرار می گیرد. استان سرشار از نفت و گاز مارب (در مرکز یمن) مهم ترین مرکز حضور حزب اخوانی «الاصلاح» بود که بخش اصلی پیاده نظامی دولت «عبدربه منصورهادی» رئیس دولت مستعفی یمن محسوب می شد. با تسلط نیروهای ارتش و کمیته های مردمی بر این شهر، دولت مستعفی صرفاً مناطقی در استان تعز و بخشی از استان المَهْوه و حضرموت را در کنترل خواهد داشت. باقی استان ها نیز در کنترل نسبی شبه نظامیان شورای انتقالی جنوب (همسو با امارات) قرار دارد.

سامانه مشکلات مردمی «میلاد لارستان»

۲۰۰۳
درخواست از شما، پیگیری از ما
دو هزار سی هزار پنجاه هزار

آشنایی با لقب برخی شهرهای ایران^(۱)

ایلام: عروس زاگرس
مسجد سلیمان: شهر اولین‌ها، به سبب وجود اولین چاه خاورمیانه، اولین باشکاه‌های ورزشی و سایر موارد عصر جدید
شیراز: پایتخت فرهنگ و ادب ایران
بابل: پایتخت بهار نارنج ایران
قائم‌شهر: قطب ورزش ایران
تبریز: شهر بدون گدا
یاسوج: پایتخت طبیعت ایران
اصفهان: شهر شهیدان، نصف جهان، شهر گنبد های فیروزه ای، پایتخت سنگ، پایتخت صنایع دستی جهان
کرج: ایران کوچک
لاهیجان: پایتخت سفال و سرامیک ایران
مشهد: پایتخت معنوی ایران
نیشابور: ابر شهر، دمشق کوچک، پایدارترین شهر ایران، شهر فیروزه سبزوار: دیار سرداران، پایتخت نثر فارسی، پایتخت اولین حکومت شیعه اثنی عشری در ایران، مهد هندبال ایران، شهر درپنه‌های پایدار و دانشوران بیدار
همدان: پایتخت تاریخ و تمدن ایران
هندیجان: سرزمین آب و لجن‌ها، سرزمین ماهیان و شهر همزیستی انسان و دریا

از الگوهای اصیل معماری جنوب در ساحل بندرلنگه وجود دو نوع رژیم بارش و موسمی، وجود آثار ملی ایران به ثبت رسیده است. روزگاری خانه فکری، به‌عنوان سکونتگاه مرکز تجارت و بازرگانی در بندرلنگه شهرت داشت به همین علت در ساخت این بنا دو بخش اندرونی و بیرونی برای اسکان خانواده فکری و پذیرایی از مهمانان و تجار در نظر گرفته شد. وجود پنج بادگیر، ۲ زیرزمین، ۲۵ اتاق و حیاط مرکزی از جلوه‌های زیبای خانه قدیمی فکری است. سنگ، ساروج و گچ مصالح بکار رفته در ساخت خانه فکری است. سقف این بنا از تیرهای چوبی از جنس چنندل آفریقای، حصیرهای بافته‌شده از برگ درخت خرما و حصیرهایی از نی بافته‌شده با پوشش کاه گل است. قرار گرفتن خانه فکری در ارتفاع پنج‌متری از سطح زمین، وجود راه روه، بادگیرها با معماری ویژه از دلایل تپه‌وی و خنکی هوای داخل این خانه است.

عمارت فکری با پلان مستطیل شکل روه‌درا در راستای شمالی- جنوبی واقع شده است. بخش‌های مختلف آن به ترتیب شامل ورودی، حیاط یا میان سرای بیرونی و سه اتاق بزرگ در انتهای شمالی بخش بیرونی و صحن (حیاط) و اتاق‌های دورتادور آن و یک مهمان‌خانه در گوشه شمال شرقی بنا در بخش اندرونی است که نیمه شمالی عمارت را تشکیل می‌دهد. همچنین بیرون از بنا به‌موازات ضلع غربی بخش اندرونی، قسمت خدماتی واقع شده که بخش الحاقی است. این بخش از دو فضای منفک از هم یعنی آشپزخانه و اسطبل تشکیل شده است.

رطوبت، برخورداری از بادهای مدیترانه‌ای و موسمی، وجود دو نوع رژیم بارش و غیره نام برد که هر یک به‌نوعی بر چهره معماری و شکل‌گیری محیط مسکونی تأثیر می‌گذارد.

در اقلیم گرم و مرطوب عموماً فضاهای زندگی بالاتر از سطح زمین در نظر گرفته می‌شوند تا از نفوذ بیشتر رطوبت جلوگیری شود. برای جلوگیری از رطوبت به زیرنا هم ساختمان بالاتر از سطح زمین قرار گرفته است.

نکاهی به ساختار برخی خانه های قدیمی هرمزگان

خانه فکری یا (عمارت فکری)، این خانه تاریخی در شهرستان بندرلنگه واقع شده است و از نقاط دیدنی استان هرمزگان در جنوب ایران است. قدمت این بنا حدود ۷۵ سال می‌رسد و توسط مرحوم عبدالواحد فکری، از تجار معروف بندرلنگه ساخته شد.

و مساحتی بالغ بر دو هزار و ۶۰۰ مترمربع دارد. این بنا دارای دو حیاط اندرونی و بیرونی، پنج بادگیر، ۲۵ اتاق، ۱۰ سرویس بهداشتی و دو سرسرا است. عمارت فکری که یکی از مهم‌ترین بناهای دوره قاجاریه در شهر بندرلنگه است، از ویژگی‌های معماری چشم‌گیری برخوردار است و تزئینات برجسته آن مشتمل بر منبت‌کاری و گچ‌بری‌های زیبا است. خانه اعیانی یادآور خانه‌های چند خانوار قدیمی در داخل فلات ایران و در شهرهایی چون یزد، اصفهان و کاشان است و یکی از نمونه‌های قدیمی مسکن جمعی در حاشیه خلیج فارس محسوب می‌شود.

خانه فکری با بادگیرهای بلند و زیبا، یکی

معماری اصیل ایرانی در خلیج فارس

به‌ویژه کشورهای خاورمیانه و از جمله کشور ما، سرشار از تجارب و نمونه‌هایی است که نشان‌دهنده راه‌حل‌های بسیار دقیق و حساب‌شده در سازگاری فضاهای کالبدی با اوضاع اقلیمی است.

ساختمان‌ها و فضاهای کالبدی در هماهنگی با محیط طبیعی و فرهنگی چهره‌ای خاص پیدا کرده‌اند و در بهره‌گیری از انرژی‌های طبیعی، مقابله با شرایط نامساعد و بسیار سخت اقلیمی کاملاً موفق بوده‌اند. سواحل جنوبی ایران که به‌وسیله رشته کوه های زاگرس از فلات مرکزی جدا شده‌اند، اقلیم گرم و مرطوب ایران را تشکیل می‌دهند.

تأثیر ویژه شرایط اقلیمی در معماری بومی هرمزگان

از ویژگی این اقلیم تابستان‌های بسیار گرم و مرطوب و زمستان‌های معتدل است. شهرهای بندرعباس، جاسک، بندرلنگه،



و فرنگ رفته ها عینا واژه فرانسوی Pomme de terre یا همان سیب زمینی را برای این محصول شریف و مفید و نجابتش برگزیدند که اندک اندک رایج و همگانی شد.

سیب زمینی اما در ایران زود جایگاهی درخور یافت و به مذاق مردمان خوش نشست و لازم نیامد کسی یا کسانی دو قرن بکوشند که ثابت کنند این هم خوردنی گوارایی است.

ایرانیان سیب زمینی را کشت کردند و در خوراک های خود به کار گرفتند و از آن خورش ها و کوکوهای خوشمزه گوارا ساختند. مناطق آن را الو می نامند. (خوراک «دوبپایزه «آلو» شیرازی که ماده اصلی اش سیب زمینی است هم شاهدش).

بعدتر اما نام الو برای سیب زمینی منسوخ شد

قاجار هدایای زیادی از جمله بذر سیب زمینی برای دربار ایران همراه خود آورد. این بذرها اول بار در روستای پشند- در غرب تهران- کشت شد و حاصلش شد سیب زمینی پشندی.

در سال های اول، مردم سیب زمینی را الو می خواندند. چطور مردمان آن دوره بین سیب زمینی و الوی لطیف و شیرین نسبتی نزدیک یافته بودند بر نگارنده معلوم نیست.

اما تا سال های سال سیب زمینی را «آلوی ملک» می نامیدند و گویا هنوز هم در بعضی مناطق، آن را الو می نامند. (خوراک «دوبپایزه «آلو» شیرازی که ماده اصلی اش سیب زمینی است هم شاهدش).

بعدتر اما نام الو برای سیب زمینی منسوخ شد

داستان جالب ورود سیب‌زمینی به ایران

خوردن خوراکی جدید نمی شده اند و با مقاومت بی جهت خود، به دل مرحوم آنتوان آگوستن پرمانیته خون ها کردند تا سرانجام- به قول نادر میرزا- «آکنون توان گفت که بیشتر خورش فرنگان از این سیب است.»

سیب زمینی در ایران هم داستانی دارد. سر جان ملکم (با ملکم خان اشتباه نشود) از دیپلمات های حکومت انگلیسی هند بود که سه بار بین سال های ۱۸۰۰ تا ۱۸۱۰ با سمت های مختلف- از مترجم تا سفیر- به ایران آمد، فارسی را نیک می دانستند و ماموریتی لابد استعماری داشت.

سر جان در سفر دوم به ایران زمان فتحعلیشاه

یک سو نهاد.»

پیش از فرانسویان، ایرلندی ها و انگلیسی ها به ارزش سیب زمینی پی بردند و این محصول، نجابتش جان مردمان فقیر در دوره های قحطی و کم محصولی شد. آن مردی که نادر میرزا از او نامی نمی بزد و به ذکر «یکی از شهریان» در مورد او بسنده می کند، آنتوان آگوستن پرمانیته، دانشمند گیاه شناس، بود که بود بسیار سرانجام توانست فرانسویان را به «یک سو نهادن خوی زشت» سیب زمینی نخوردن راضی کند.

از قرار معلوم، فرانسویان آن روزگار، مردمان سختگیری بوده اند که به سادگی راضی به

سیب زمینی خوراکی است که اکنون بعنوان یکی از پر مصرف ترین ها در جهان شناخته می شود. اما زمانی بود که در برخی از کشورها این خوراکی وجود نداشت.

سیب زمینی که امروز از ارکان مهم آشپزی فرنگی است، در سال ۱۵۳۰ به دست اروپاییان رسید که تازه پس از گذشت یک قرن از ورودش به اروپا، خوردنش اندک رواجی یافت. نادر میرزای قاجار می نویسد: «در فرنگ، این خوردنی تا در این سال های نزدیک نبود، سال های دراز برین بزرگان فرانسه این خوردنی تیکو نخوردندی. این را خورش ارزانیان دانستندی. تا یکی از شهریان فرانسه این خوی زشت به

ولادت امام حسن عسکری (ع)

امام حسن عسکری علیه السلام، یازدهمین امام شیعیان و والد ماجد امام عصر (ارواحنا فداه) می باشد. ایشان در روز هشتم ربیع الثاني سال 232 هجری قمری به دنیا آمدند. کنیه آن حضرت ابو محمد و القاب آن حضرت، صامت، هادی، سراج، رفیع، زکی، نقی و عسکری می باشد. در طول عمر شریفشان از ناحیه حکومت بنی العباس فشارها و آسیب های زیادی را تحمل کردند تا آنجا که مکان زندگی آن حضرت در شهر سامرا، و در کنار لشکریان حکومت عباسی بود.

کرامات و مناقب آن حضرت بالاتر از آن است که در این مختصر بگنجد و از جمله آن مکارم این است که چند نفر از عباسیون بر صالح بن وصیف وارد شدند و از او که امام عسکری علیه السلام در زندان او گرفتار بودند خواستند تا می تواند بر آن حضرت سخت بگیرد و مضیقه ایجاد کند. صالح به آنان چنین گفت: با او چه کنم در حالی که من دو مرد که آن دو بدترین کسانی بودند که می شناختم را بر او مامور ساختم و هر دو آنان به افرادی اهل عبادت و نماز و روزه تبدیل شدند و در این امور کارشان بالا گرفته است! دستور داد آن دو مرد زندانبان را حاضر کردند، به آن دو گفت: وای بر شما! در مورد این مرد چه حالتی پیدا کردید؟ آن دو زندانبان به صالح گفتند: چه بگویم درباره مردی که روزها روزه می گیرد، تمام شب عبادت می نماید، سخنی نمی گوید، و کاری بجز عبادت ندارد. زمانی که به ما نگاه می کند بدنمان به لرزه می افتد و حالتی بر ما پدیدار می گردد که اختیار خویش را از دست می دهیم! عباسیون وقتی این مطالب را شنیدند، سرفراکنده و ناامید بازگشتند.

آن حضرت بعد از گذشت 28 سال از عمر مبارکشان در سال 260 هجری قمری در اثر زهری که خلیفه وقت به ایشان داد، به شهادت رسیدند و گرد یتیمی بر رخسار امام زمان علیه السلام نشست.

مرقد مطهرشان در شهر سامرا سالها زیارتگاه دوستان اهل بیت بود.

دوست دارید تاریخچه جهاز عروس را بدانید؟



ملحفه و بالش که با طرح‌های اژدهای سنتی، سوزن‌دوزی شده است، پیچی، خط‌کش و کمربند، آب‌نبات، سرویس چای‌خوری شامل قوری، کتری و سینی چای، پارچه‌هایی که با برگ درختان به هم بسته می‌شوند، گیاهان سنتی، پول شانس و خوشبختی (لی‌شی) و میوه‌های خشک شده.

رقص جهاز در آفریقا

در میان آفریقایی‌ها و به ویژه در سونان، قبایلی مثل دنیکا رقصی به نام جهاز دارند. در این رقص، مردان سعی می‌کنند هرچه بالاتر بپرند و خانواده خانم را تحت تأثیر قرار دهند.

به طور سنتی در آفریقا خانواده داماد حدود ۱۰۰ عدد چهارپا به خانواده عروس می‌دهند. معمولاً پسران برای به دست آوردن دختر مورد علاقه خود به این صورت رقابت می‌کنند که تعداد چهارپای بیشتری را برای دختر پیشنهاد می‌کنند.

هندوها، نیاکان خود را پیشکش می‌کنند

طبق رسوم هندوها، یک پسر جوان بدهی خود را به نیاکانش از طریق ازدواج پرداخت می‌کند. بنابراین تمام موضوعات مربوط به عروسی مثل جهاز، معنی خاصی پیدا می‌کند. عروس معمولاً با خانواده شوهر زندگی می‌کند و خانواده‌های فقیر از عروس به عنوان یک کمک استفاده می‌کنند. علاوه بر این خانواده داماد به دلیل آنکه خانواده عروس، دختر و در اصل کمکشان را از دست می‌دهند این موضوع را جبران و تلافی می‌کنند. خانواده عروس هم مجبورند به خانواده داماد جهاز بدهند.

گولی‌ها با یک گردن‌بند شروع می‌کنند

در جوامع کولی، خانواده داماد برای به دست آوردن عروس باید به خانواده او چیزی بدهد و در اصل داماد جهاز می‌دهد و بحث جهاز بر سر آن است که پدر عروس چانه می‌زند که چه قدر باید برای دخترش پرداخت شود و او از تولد تاکنون چه قدر خرج برداشته است! وقتی توافق حاصل شد مراسمی تحت عنوان «پلیاشاکا» برگزار می‌شود. پدر داماد یک بطری آب‌انگور را در دستمال ابریشمی رنگی می‌پیچد و آن را به گردن‌بندی از سکه متصل می‌کند، سپس آن را به گردن عروس می‌اندازد.

ایالت پوپ ۷ را به دست آورد.

در بعضی قسمت‌های اروپا، دامن ملک به عنوان جهاز، کمک به شوهر در تأمین خانواده بوده است و اینکه اگر شوهر از دنیا رفت، زن بتواند از کودکان‌اش حمایت کافی داشته باشد. حتی در قدیمی‌ترین گزارش‌های موجود، یعنی در قانون حمورابی، به جهاز اشاره شده است و از روی آن می‌توان فهمید جهاز برای عروس از قبل یک رسم بوده است. قوانین مربوط به جهاز در اقوام باستان به این صورت بوده است که بعد از مرگ شوهر، همسرش مالک جهاز است. جهاز او فقط توسط فرزندان خودش به ارث می‌رسد و اگر پدر، جهاز را برای دخترش فراهم کرده باشد خود دختر مالک او محسوب نمی‌شود.

قدمت طولانی شیربها و جهاز در اروپا

جهاز به طور گسترده در اروپا وجود داشته است. در دوران هومریک یونانی‌ها به خانواده داماد شیربها می‌دادند. بعدها در دوران کلاسیک (قرن ۵ قبل از میلاد) جهاز جای شیربها را گرفت.

رومی‌های باستان هم جهاز داشتند و در بعضی قبایل آلمانی هم به جای آن مهریه متداول بوده است. ویلیام شکسپیر در داستان شاه لیر هم به ماجرای جهاز پرداخته است.

در اواخر قرن ۱۰، اگر کسی دخترچاهی را می‌زدید و یا به دختری جوان تجاوز می‌کرد جریمه او این بود که جهاز او را بدهد. تهیه جهاز برای زنان فقیر هم نوعی اقدام خیرخواهانه محسوب می‌شده است و رسم گذاشتن هدیه در جوارب بچه‌ها در کریسمس از این افسانه منشأ گرفته است که سنت نیکلاس در جوارب سه خواهر فقیر طلا گذاشته تا جهاز خود را با آن تهیه کنند.

سنت الیزابت پرتغال و سنت مارتین دو پورس هم از این طریق برای تهیه جهاز به فقرا کمک می‌کردند. در روم باستان، مراکز خیریه‌ای که به تهیه جهاز کمک می‌کردند تشویق می‌شدند، حتی یکی از آنها و خانواده او می‌گویند، وسایل سرویس بهداشتی،

بهترین روش ضدعفونی و پاکسازی اسکناس و کتاب

از ویروس کرونا



از محققین مرکز کنترل بیماری‌های آمریکا نیز با تایید این موضوع، عنوان می‌کند: «در مورد محصولات کاغذی، ما واقعا نگران نیستیم و نیازی به یافتن راه‌های ضدعفونی کردن این مواد نیست، اگر واقعا نگران این موضوع هستید، می‌توانید ۲۴ ساعت کتاب را در گوشه‌ای از خانه قرار داده و بعد به آن دست بزنید». البته مطالعات نشان می‌دهند زمان ماندگاری ویروس کرونا روی اسکناس ۴ روز است.

یکی دیگر از روش‌های ضدعفونی کتاب‌ها، تمیز کردن آنهاست؛ در این خصوص، بهتر است از یک پارچه میکروفیبر استفاده شود. استفاده از دستمال مرطوب ضدعفونی‌کننده روی سطح این اشیا نیز می‌تواند اثربخش باشد. با این روش‌ها، اشیا کاغذی آسیب نمی‌بینند. در مطالعه‌ای دیگر، راهکارهای زیر برای استفاده ایمن از کتاب و کتابخانه توصیه می‌شود: اگر بیمار هستید، تا زمانی که علائم شما از بین نرفته است، کتاب‌های خود را به اشتراک نگذارید. اگر آشنایان شما بیمار هستند، آن‌ها را در منزل/کتابخانه‌تان نپذیرید. هر بار که از کتابخانه استفاده می‌کنید، دست‌های خود را بشویید یا از ضدعفونی‌کننده



دستی استفاده کنید. با دیگران برای بررسی کتاب‌ها و مطالعه آنها، در کتابخانه جمع نشوید. رعایت فاصله فیزیکی برای کنترل گسترش و سرعت کرونا ویروس بسیار مهم است. جمع‌بندی شواهد بررسی‌شده نشان می‌دهند که قرنطینه کردن کتاب‌ها (نگه داشتن کتاب‌ها در گوشه‌ای دور دسترس در خانه) و سایر اشیا مشابه به مدت ۷۲ ساعت، ایمن‌ترین و موثرترین روش ضدعفونی کردن آنهاست. در صورت تمایل به تمیز کردن کتاب‌ها، استفاده از پارچه میکروفیبر پیشنهاد می‌شود. با توجه به طولانی‌تر بودن زمان ماندگاری ویروس روی اسکناس، بهتر است از روش‌های دریافت و پرداخت غیرنقدی استفاده کرده و یا در صورت لزوم، روش‌های ضدعفونی یا دستمال آغشته به الکل را جایگزین کنید.

در منزل/کتابخانه‌تان نپذیرید. هر بار که از کتابخانه استفاده می‌کنید، دست‌های خود را بشویید یا از ضدعفونی‌کننده

چطور از تلفن‌های همراه خود دل بکنیم؟

می‌شوند که مدام سراغ موبایل خود بروید تا ببینید چه خبر تازه‌ای هست، که مبادا از چیزی بی‌خبر مانده باشید.

با احتمال زیاد اعتیادآورترین جنبه همه اپلیکیشن‌ها و شبکه‌های اجتماعی همان روش روانی است که به آن «برنامه تقویت نسبت متغیر» می‌گویند.

بعضی از مطالب و پست‌ها تکراری است و بعضی ممکن است جالب باشد.

ممکن است مطلب تازه‌ای باشد که توجه ما را جلب کند یا ممکن است به دلیل پستی که در شبکه‌های اجتماعی گذاشتیم تعداد زیادی لایک دریافت کنیم. این اتفاقی بودن آنچه ممکن است

چه چیزی باعث می‌شود که مدام به موبایل خود نگاه کنیم؟

تلفن‌های همراه ما پر از چیزهایی است که ما خودمان انتخاب کرده‌ایم که چیزهایی که دیگران برای ما انتخاب کرده‌اند. یعنی ما با تلفن خودمان و آنچه در آن است ارتباط نزدیک‌تری برقرار می‌کنیم تا با برنامه‌های تلویزیونی.

با کوچک‌ترین احساس بی‌حوصلگی فقط از روی عادت، موبایل خود را نگاه می‌کنید. سازندگان اپلیکیشن‌ها نمی‌خواهند که فقط وقتی بیکار و بی‌حوصله می‌شوید سراغ آنها بروید آنها توجه کامل شما را می‌خواهند.

برای مثال، پیام‌ها و نوتیفیکیشن‌ها باعث

حجاب و عفاف در ملل باستان



کتاب «پوشاک باستانی ایرانیان» درباره پوشش زنان در دوران مادها که با تکیه بر نقوش برجسته برج مانده است، می‌گوید که پوشاک زنان آن دوران از دید شکل با پوشاک مردان یکسان است و در ادامه، درباره آن نقوش می‌نویسد: «مرد و زن به واسطه اختلافی که در اندام داشتند که جز در تخت روان روپوش‌دار از خانه بیرون بیایند. هرگز به آنان اجازه داده نمی‌شد که آشکارا با مردان اختلاط کنند.

زنان شوهردار حق نداشتند هیچ مردی را، حتی پدر یا برادرشان باشد، ببینند. در نقش‌هایی که در ایران باستان برجای مانده، هیچ صورت زنی دیده نمی‌شود و نامی از ایشان به نظر نمی‌رسد.»

درباره حجاب زنان اشکانی نیز چنین می‌خوانیم: «لباس زنان اشکانی پیراهنی بلند تا روی زمین، گشاده، پرچین، آستین‌دار و یقه‌راست بوده است.

این احساس خوب شده است را تکرار کنیم. پس از ورزش و فعالیت بدنی، احساس صمیمیت با دیگری، وقتی غذای خوبی می‌خوریم یا می‌خندیم یا از روابط اجتماعی خوشایندی لذت می‌بریم، مقدار زیادی دوپامین در بدن ما آزاد می‌شود. روشن است که این آزاد شدن دوپامین اعتیادآور است چون ما را برمی‌انگیزد که دوباره به طرف تلفن‌های خود برویم و در مطالب و پست‌های شبکه‌های اجتماعی بچرخیم تا پاداش دریافت کنیم و آن احساس خوشایند ناشی از دوپامین هم همراه آن بیاید. این چرخه اعتیادآور یکی از اصلی‌ترین دلایلی است که ما هر ۱۲ دقیقه تلفن همراه خود را چک می‌کنیم؛ علاوه بر دردسترس بودن و قابل‌حمل بودن خود دستگاه تلفن همراه.

بیبایم باعث می‌شود که مکرر به طرف تلفن همراه رویم و آن را نگاه کنیم تا ببینیم این بار چه پیدا می‌کنیم. **با هر «لایک» در مغز ما چه اتفاقی می‌افتد؟** وقت پاداش دریافت می‌کنیم، مثل لایک یا فالوور جدید یا کامنت یا کسی مطلب ما را به اشتراک می‌گذارد، باعث ایجاد هیجان در مغز ما می‌شود و ماده‌ای شیمیایی که شاید نامش را شنیده باشید به نام دوپامین آزاد می‌شود. این ماده شیمیایی باعث ایجاد «احساس خوب» نسبت به این پاداش‌ها می‌شود. چون احساس خوبی پیدا می‌کنیم وسوسه می‌شویم که فعالیتی که باعث به وجود آمدن

حجاب در آئین‌های گذشته (۳)

خواه دارای همسر باشند. حجاب در بین زنان سبیری و ساکنان آسیای صغیر و زنان شهر مادو فارس و عرب) نیز وجود داشته است. زنان رومانی از حجاب شدیدتری برخوردار بوده‌اند، به طوری که وقتی از خانه خارج می‌شدند، با چادری بلند تمام بدن را تا روی پاها می‌پوشاندند و چیزی از برآمدگی‌های بدن مشخص نمی‌شد. یکی از تاریخ نویسان غربی نیز شواهد زیادی دال بر وجود حجاب در بین زنان یونان و روم باستان آورده است.

او درباره «الیه عفت» که یکی از خدایان یونان باستان است، می‌گوید: «آرتیمس»، الیه عفت است و عالی‌ترین نمونه‌(و الگو برای) دختران جوان به شمار می‌آید. دارای بدنی نیرومند و وزیده و چابک و به زور عفت و تقوا آراسته است.

ادامه دارد...



پیراهن دیگری داشته‌اند که روی اولی می‌پوشیدند و قد این یکی نسبت به اولی کوتاه و ضمنا یقه باز بوده است. روی این دو پیراهن چادری سرمی‌کردند». در زمان ساسانیان نیز همانند دوران پیش از آن، زنان از چادر به عنوان پوشاک رو استفاده می‌کردند و در زیر آن پیراهنی می‌پوشیده‌اند. دایرة المعارف لاروس درباره پوشش زنان یونان باستان می‌گوید: زنان یونانی در دوره‌های گذشته، صورت و اندامشان را تا روی پا می‌پوشاندند. این پوشش که شفاف و بسیار زیبا بود، در جزایر کورس و امرجوس و دیگر جزایر ساخته می‌شد. زنان فیزیکی نیز دارای پوششی قرمز بودند. سخن درباره حجاب، در لابلای کلمات قدیمی‌ترین مؤلفین یونانی نیز به چشم می‌خورد؛ حتی «نیلوب» (همسر پادشاه «عولیس»، فرمانروای ایதாக) نیز با حجاب بوده است. زنان شهر «تیب» دارای حجاب خاصی بوده‌اند، به این صورت که حتی صورتشان را نیز با پارچه می‌پوشاندند. این پارچه دارای دو منفذ بود که جلوی چشمان قرار می‌گرفت تا بتوانند ببینند. در «اسپارته» دختران تا موقع ازدواج آزاد بودند، ولی بعد از ازدواج خود را از چشم مردان می‌پوشاندند. نقش‌هایی که بر جای مانده، حکایت می‌کند که زنان سر را می‌پوشانده‌اند، ولی صورت‌هایشان باز بوده است و وقتی به بازار می‌رفتند، بر آنان واجب بوده است که صورت‌هایشان را بپوشانند؛ خواه باکره و

چطور می‌توانیم از این چرخه رها شویم؟

چه روش‌هایی برای رهایی از این چرخه اعتیادآور وجود دارد تا زندگی واقعی خودمان را از دست ندهیم؟ اولین کار این است که تمام پیام‌ها و نوتیفیکیشن‌های تلفن همراه خود را خاموش کنید تا با پیام‌های فریبنده وسوسه نشوید یا حواس‌تان پرت نشود. کار دیگری که می‌توانید بکنید این است که تلفن همراه خود را جایی دور از چشم بگذارید، برای مثال در کشوی میز یا در اتاقی دیگر. این کار به‌ویژه وقتی می‌خواهید درس بخوانید یا پروژه‌ای را به انجام برسانید، مفید است. اپلیکیشن‌هایی هست که در این تلاش به یاری شما می‌آیند و سرانجام در پی این باشید که موقعیت‌هایی برای خود فراهم کنید که دوپامین را از راه‌های دیگری به دست بیاورید.



زندگینامه شهدای مدافع حرم (۴)

به دبیرستان تشنگی حضور در جبهه، داود را بسیار آزار می‌داد و همانند مایه بود که از آب گرفته اندک‌موصوا که در همان ایام، چندین دوست ایشان به شهادت رسیده بودند □ بالاخره دل عاشق داود تاب نیاورد و در سال دوم دبیرستان با بزرگ کردن سن خود در شناسنامه عازم جبهه شد و از آنجا که بسیار پشتکار داشت و خالصانه هر کاری را انجام می‌داد با سن کم خود محبوب هر رزمنده و فرماندهی بود. او با اینکه بارها مجروح گردید و در عملیات های بسیاری شرکت داشت اما قسمتش نبود که در آن دوران به مقام والای شهادت نائل شود؛ شاید تقدیر این بود. داود ۷۷ پس از اتمام جنگ و قبول قطنامه، اندوهی سهمگین بر دل عاشق داود نشست و خود را جامانده از قافله ی عشاقی می دانست و همیشه یاد شهدا خصوصا برادر دینی شهید خود سید جعفر میر محمدی را می کرد.

با اینکه در سال های بعد جنگ در نیروی هوایی سپاه خدمت می کرد تا این که شنید منطقه غرب کشور را امن است و منافقین و گروهک ها در فصل بهار و تابستان که ارتفاعات از برف ها خالی می شود تحرک هایی دارند خود را در آن سال های اول دهه ی ۷۰ به منطقه کردستان رساند و گروهان و گردان تحویل می گرفت و از مرزهای میهن در آن خطه پاسداری میکرد. تا این که به حریم حرم حضرت زینب سلام الله علیها، دشمنان ولایت و امامت طمع کردند و خون غیرت شیعیان را به جوش آوردند و عباس های میهن، آماده ی دفاع از آن حریم شدند. او بدون خبر و بی سر و صدا در ایام اربعین سال ۹۴ عازم سوریه گردید و در ۲۵ روز مبارزه در سوریه،همه ی اطرافیان خود را شیفته ی اخلاق، تهذیب، عبادت، شجاعت، ایثار و اخلاص خود کرد و در آخرین روز پاییز ماه ۹۴ برای برگرداندن پیکر ۴ شهید در منطقه حلب سوریه داوطلب می شودو پس از برگرداندن ۳ پیکر مطهر به چهارمین نفر که می‌رسند داود از ناحیه سر مورد اصابت گلوله قرار می‌گیرد و می‌شود نخستین شهید مدافع حرم رسانه ملی.

رونوشت آگهی حصر وراثت

خواهان علی خبازی فرزند ابوالحسن به شرح دادخواست به کلاسه ۹۹۰۹۰۲/۲ از این شورا درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان ابوالحسن خبازی فرزند حسینعلی به شناسنامه شماره ۱۲ صادره از گراش در تاریخ ۹۹/۴/۲۱ در اقامتگاه دائمی خود گراش بدرد گرفته و ورثه حین‌الغوت آن مرحوم - مرحومه عبارتند از: ۱-حسن خبازی فرزند ابوالحسن به شماره ملی ۶۵۶۹۸۲۸۵۶۸ صادره از حوزه گراش ۲-عبدالمهدی خبازی فرزند ابوالحسن به شماره ملی ۶۵۶۹۹۳۱۹۵۴ صادره از حوزه گراش ۳-حسین علی خبازی فرزند ابوالحسن به شماره ملی ۶۵۶۹۹۱۵۵۶۸ صادره از حوزه گراش ۴-علی خبازی فرزند ابوالحسن به شماره ملی ۶۵۶۹۸۳۲۳۲۵ صادره از حوزه گراش ۵-مسعود خبازی فرزند ابوالحسن به شماره ملی ۶۵۶۹۹۷۹۷۶۰ صادره از حوزه گراش ۶-محبوبه خبازی فرزند ابوالحسن به شماره ملی ۶۵۶۹۹۵۶۷۹۵ صادره از حوزه گراش ۷-معصومه خبازی فرزند ابوالحسن به شماره ملی ۶۵۶۹۸۳۲۸۵۴ صادره از حوزه گراش فرزندان متوفی ۸-ک صغیه صادق‌فرد فرزند عبدالله به شماره ملی ۶۵۶۹۸۷۹۷۹۰ صادره از حوزه گراش همسر متوفی ولاعمر... اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در روزنامه میلاد لارستان یک مرتبه آگهی می نماید تا هر صاحبی یا اشخاصی اعتراضی دارند و یا وصیتنامه‌ای از متوفی نزد آنها باشد از تاریخ نشر آگهی طرف یک ماه به شورا تقدیم و الا گواهی صادر خواهد شد. مسئول دفتر شعبه اول شورای حل اختلاف گراش - زبردست ۵۴۴/الف/۵۴۴

زندگینامه شهید داوود جوانمرد



داود جوانمرد در خانواده ای مذهبی و متدین پا به جهان گشود و از دوران کودکی با تربیت هدایت والدین که اولین الگوی او بودند شیفته اهل بیت (ع) الهیم (سلام) شد و در هیئت‌های محلی و مساجد محله قد کشید و بزرگ شد. او در نوجوانی علاوه بر تکلیف اصلی

خود که درس خواندن و آموختن علم بود، شرکت در فعالیت‌هایی از جمله جلسات قرآن، نماز جماعت مساجد، جلسات روضه و مذهبی، نمازجمعه، راهپیمایی و نهایتاً فعالیت های ورزشی را امری مهم می دانست. از جمله فعالیت حرفه ای او، شاگردی در کلاس صوت و لحن استاد و داویر المللی قرآن کریم جناب استادخواجوی بود و در زمینه ورزش رشته ی فوتبالی را به جدیت دنبال می کرد و موفق نیز بود اما فعالیت های انقلابی او باعث می شد کمتر به فعالیت های شخصی خود برسد.

داود ۶۲ در سال های اولیه نوجوانی که مصادف با سال های اول جنگ (۶۰ و ۶۱) بود بسیار مصمم بود که در فعالیت‌های بسیج حریه شرکت نماید و بخشی از زمان استراحت شب خود را صرف بسیج و امنیت محله می کرد.از بچگی در هیئت ۱۴ معصوم(ص) محل مداحی می‌کرد و محرم که می‌شد او را باید در مسجد و هیئت می یافتند.آخر هفته‌ها هم به بهشت زهرا(س) می‌رفت و سر مزار دوستان شهیدش زیارت عاشورا می خواند. پس از سپری شدن دوران راهنمایی و ورود

چرا نباید از شال گردن به جای ماسک استفاده کنیم؟



عضو هیئت علمی دانشگاه درباره ماسک‌های فیلتر دار یا ۹۵ N نیز گفت: این ماسک‌ها از ماسک‌های سه لایه ضخیم‌تر هستند و حداکثر زمان استفاده از این ماسک‌ها در صورتی که مرطوب نشده باشند، هشت ساعت است. وی افزود: هر نوع ماسکی چنانچه از صورت برداشته شود، مجدداً نباید استفاده شود حتی اگر زمان استفاده از آن کمتر از یک ساعت باشد.

فاطمی با تأکید بر این موضوع که استفاده از ماسک‌های استاندارد به میزان قابل توجهی می‌تواند از انتقال ویروس جلوگیری کند، توصیه کرد: اگر به کیفیت و استاندارد ماسک شک دارید می‌توانید برای تأثیرگذاری بهتر از دو ماسک به صورت همزمان استفاده کنید یا در غیر این صورت یک دستمال کاغذی داخل ماسک قرار دهید.

این متخصص عفونی ضرورت تهیه ماسک‌های استاندارد را از مراکز معتبر و داروخانه مورد تأکید قرار داد و در بخش دیگری اهمیت استفاده عموم مردم از ماسک را یادآور شد و هشدار داد: مهم این است که همه مردم از ماسک استفاده کنند در این صورت است که بیماری به میزان قابل توجهی کنترل می‌شود. فردی که مبتلا نشده از ماسک استفاده می‌کند که از بروز بیماری پیشگیری کند، ولی ۷۰ درصد جلوگیری از سرایت‌پذیری به این موضوع وابسته است که فرد ناقل از ماسک استفاده کند.

دکتر علیرضا فاطمی عضو هیات علمی گروه بیماری‌های عفونی و گرمسیریدانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی درباره نحوه استفاده از ماسک در هوای سرد و نمناک گفت: صرف نظر از علت مرطوب شدن ماسک هر علتی که باعث مرطوب شدن یا خیس شدن ماسک شود تأثیرگذاری ماسک را کاهش می‌دهد.

وی با اشاره به اینکه استفاده درست و صحیح از ماسک به عنوان مهم‌ترین عامل بازدارنده از ابتلا به ویروس کرونا بسیار ضروری است، افزود: در زمانی که باران می‌بارد اگر از خیس شدن ماسک جلوگیری شود، می‌توان تا زمان استاندارد که حدود چهار ساعت است از ماسک استفاده کرد. عضو هیئت علمی دانشگاه توضیح داد: در هر شرایطی در صورت مرطوب شدن ماسک حتی به دلیل صحبت کردن‌های متمادی باید ماسک را تعویض کنید.

معاون آموزشی بیمارستان شهدای تجریش با بیان اینکه استفاده از شال گردن به جای ماسک (در صورت اضطراب) در سرما منعی ندارد، گفت: شال گردن به دلیل بافت سنگینی که دارد می‌تواند به خوبی از انتقال وی و یا ورود ویروس پیشگیری کند، اما نکته اینجاست که اگر ماسک در دسترس نباشد می‌توان از شال گردن استفاده کرد؟ چراکه ماسک‌های استاندارد تأثیر بهتری برای پیشگیری از بیماری دارند.

به گفته این عضو هیئت علمی دانشگاه، مشکل و چالش استفاده از شال گردن این است که اگر احياناً شال گردن به هر دلیلی در حین استفاده مرطوب و یا به



گردد به هر دلیلی در حین استفاده مرطوب و یا به

درمان فوری درد بعد از ورزش کردن با نسخه گیاهی



زیاده کاهشی می دهد.

۳. مصرف منیزیم

اگر منیزیم در بدن فرد کم باشد، درد های عضلانی به هر علتی در او افزایش پیدا می کند و شاید بخواهید که از مکمل کلسیم استفاده کنید اما مطمئن ترین راه استفاده از مواد غذایی حاوی کلسیم است.

موادی مثل اسفناج ، پودر کاکائو ، لوبیا سیاه ، دانه آفتابگردان و بادام از جمله موادی هستند که حاوی منیزیم می باشند و درد عضلات را کاهش می دهند.

۴. سرکه سیب

سرکه سیب اقلیاضات و سوزش عضلات را برطرف می کند که می توانید یک یا دو قاشق غذا خوری از آن را داخل یک لیوان آب بریزید و بنوشید یا این که این ترکیب را مستقیما روی ناحیه مورد نظر قرار دهید تا سوزش شما را از بین ببرد.

۵. روغن نارگیل

روغن نارگیل نیز مانند سرکه سیب برای از بین بردن انواع درد ها توصیه می شود.

۲ تا ۳ قاشق چای خوری از این روغن به صورت روزانه در غذا ها می تواند درد عضلانی شما را از بین ببرد.

۶. روغن های ضروری

روغن های ضروری و یا ترکیبی از چند تای آن ها را می توان برای از بین بردن درد عضلات مورد استفاده قرار داد. روغن های بسیار مهم برای از بین بردن درد عضلات روغن ریحان ، مرزنجوش و بابونه می باشد.

۷. فعالیت

اگر بعد از ورزش دچار سوزش و درد شدیدی شد ، نترسید که این درد ها بعد از انجام فعالیت های بیشتر کم می آید و تا جایی که کامل از بین می روند. بهترین راه مبارزه این است که از جای خود برخیزید و شروع به کار کنید که

تناسب اندام برای سلامتی بسیار مهم است پس نمی توان به دلیل احساس درد آن را ترک کرد. ورزش تنها برای کاهش وزن و عضله سازی نیست بلکه برای آرامش هم است.

هورمون اندروفرین در طول ورزش ترشح می شود. این هورمون با استرس، افسردگی ، اصبانیت و درد بدن را کاهش می دهد.

ورزش کردن در باشگاه، دویدن، شنا، دوچرخه سواری و ... فعالیت های فیزیکی هستند که باعث تناسب اندام و خوشحالی می شود.

اغلب وقتی ورزش و کار جدیدی را شروع می کنید ممکن است اشتباهاتی کنید که باعث درد ماهیچه ای ، خشکی و درد شود.

نسخه های خانگی برای کاهش درد ماهیچه ای بعد از ورزش کردن

مواد لازم: یذر یا همان دانه کتان ، عسل این مواد را خوب با هم ترکیب کنید تا خمیری بدست بیاید و این ترکیب را هر روز بعد از ورزش حداقل به مدت ۱ ماه به صورت موضعی مصرف کنید و در طول مصرف دارو از غذاهای حاوی پروتئین و کلسیم برای تقویت و سلامت ماهیچه ها استفاده کنید.

بذر کتان حاوی پروتئین ، ویتامین B۱۱ امگا ۳ است که به درمان درد و سفتی ماهیچه ها بعد از ورزش کمک می کند.عسل حاوی آنتی اکسیدانی است که جریان خون در ماهیچه ها را بهبود می بخشد و باعث کاهش تورم و درد می شود.

۱. نمک فرنگی اصل و روغن منیزیم

یک فنجان آب گرم همراه با نمک فرنگی اصل می تواند برای درد عضلانی بعد از ورزش معجزه کند. مراقب باشید که آب نباید داغ باشد و کمی گرما کافی است که آب گرم خشکی پوست را کمتر می کند. ۱۵ دقیقه بعد از جوشاندن آب صبر کنید تا این که کمی آب خنک شود و تا سه بار در هفته هم می توانید از این ترکیب استفاده کنید که البته این ترکیب به کسانی که مشکلات قلبی ، فشار خون بالا یا دیابت دارند توصیه نمی شود. روغن منیزیم نیز می تواند در یک بطری با قابلیت اسپری ریخته شود و آن را به محل هایی زد که بعد از ورزش درد گرفته اند.

۲. سرما یا گرم

یک دوش آب گرم یا یک دوش معمولی می تواند بدن را از درد ورزش آرام کند و همچنین برای قسمت هایی از بدن مثل شانه بسیار مناسب است . برای کیبوی ها و التهابات نیز می توان از یک یک یا کمبریخ یخ در ناحیه مورد نظر به مدت ۲۰ دقیقه استفاده کرد که سوزش و التهاب را تا حد

کسانی که در ناشتایی بامداد و ساعت ۱۰ روز و نیز عصرها تا ۳ نوبت میوه می خورند و همراه با نهار و شام نیز دونوبت سبزی میل می کنند، به گونه ای فراینده تندرستی شان افزایش می یابد؛ اگر هیچ میوه ای در دسترس نیست باید سیب خورد و اگر هیچ سبزی تازه ای در دسترس نبود باید همراه غذا سیر و پیاز و هویج خام رنده شده میل کرد.

غذاهای کارخانه ای از هر گونه اش غنی و غیرغنی خوب نیست چون فرآوری ست؛ اگر خیلی کودک شما میل به سالاد الویه روسی دارد، در خانه و با سس دست ساز خود و مواد سالم تهیه کنید و دو ساعت پس از آن میل شود که به یخچال نکشد.

هر چیز غیرطبیعی و فرآوری شده آسیب زاست مانند شیرین کننده مصنوعی سور- بیوتل در برخی آدامس های بی قند که شکم روی می آورد. اسپاگتی، پاستا، نودل، ماکارونی، فسیلی، اورزو، ریگانونی، بوگاتی، کانچی گلی و پنه یک خانواده اند و همه فرآوری اند؛ ولی نان سیوس دار یک غذای فرآوری نیست، سبزی مینی با پوست و تنور پخت یک غذای طبیعی ست.

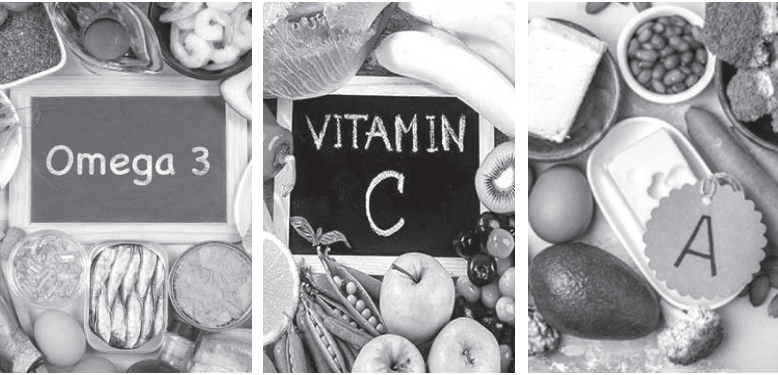
این سخن کوچکی که نان بی مایه فطیر است، مشهور است. اسپاگتی و کل خانواده محترمش از دو ماده آرد گندم و آرد سمولینا خارجی و کمی آرد سبزی مینی و بدون افزودن خمیرمایه تهیه می شود و برای غنی کردنش از مواد شیمیایی ویتامینه و آهن و روغن استفاده می شود که آن هم برای کودک زیانبار است.

فرآوری ها

یک نان خوب آن است که سبوس داشته باشد و خمیرش شب در یخچال استراحت کرده و بامداد بدون افزودن شکر و روغن و پس از دو برابر شدن حجم آن به آرامی پخته و برشته شود و پس از پخت بوی خوشی از آن برآید؛ و پس از یک ساعت ماندن در گوشه ای به آسانی زیر دندان جویده شود؛ ماکارونی هیچ یک از این فرایندها را پشت سر خود ندارد و پس از دم کشیدن قابل جویدن نیست.

آشنایی با فرهنگ غذای ملل در حد چشیدن بد نیست ولی هنگامی که فرهنگ غذای بومی را کم کم ناپدید می کند، رگ بومی گرای داغ می شود و ایستادگی می کند. اسپاگتی همان ماکارونی، غذای بومی ایران نیست و از سیسبل آمده و سبب بروز بیماری قلبی و گرفتگی رگ خونی می شود و در زنان با کاهش کلسترول خوب بدن از استروژن می کاهد که جلوگیری رگ گرفتگی در بدن است.

۳ ماده خوراکی برای تقویت و زیبایی چشم



در پیشگیری از آب مورارید نقش دارد.

مواد غذایی مفید

مرکیات، کیوی، سبزیجات با برگ های سبز مانند جعفری و اسفناج و انواع کلم ها مقدار قابل توجهی از این ویتامین را دارند.

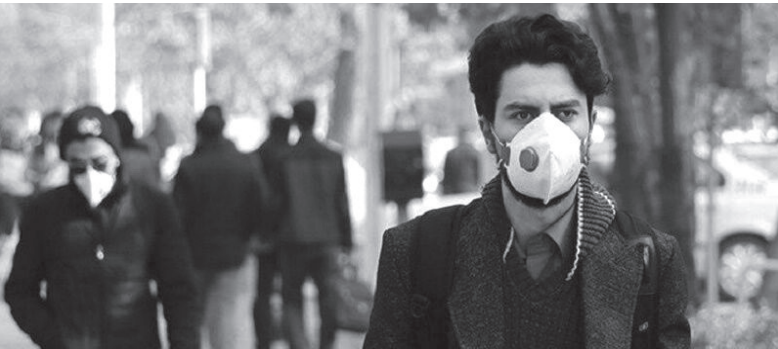
امگا ۳

این اسید چرب تاثیر مثبت بر سلامت سیستم قلبی و عروقی دارد. این چربی در حفظ رطوبت مطلوب چشم نقش دارد و از خشکی چشم پیشگیری می کند. همچنین در مقابل استحاله ماکولای چشمی نقش محافظتی دارد.

مواد غذایی مفید

ماهی های چرب مانند ساردین، ماکرو، آزاد و همچنین روغن های گیاهی سرشار از امگا ۳ از جمله کلزا، گردو و کتان این نیاز بدن را تامین می کند.

توصیه هایی برای زدن ماسک صورت



قرار است ماسک برای مدت زمان محدود استفاده شود. اگر مدت طولانی آن را می پوشید:

۱. اکسیژن موجود در خون کاهش می یابد.
۲. اکسیژن رسانی به مغز کاهش می یابد.
۳. شما احساس ضعف می کنید.
- ۴- ممکن است منجر به مرگ شود.

رژیم سلامتی بر پایه غذاهای ایرانی



نانی قابلیت جویدن دارد که به آسانی دوباره شود و کش نیاید و شلاقی نباشد.

تخمیر باید به کندی انجام شود حال آن که در نانویها پس از گذشت نیم ساعت از خمیرگرفتن، نان پزی آغاز می شود.

دوری از غذاهای خمیری

کنار گذاشتن کربوهیدرات ها به ویژه نان و برنج سیوس دار برای لاغری خوب نیست؛ کسانی بر این باورند که نان و برنج چاق کننده است و باید دورشان خط کشید و هوس را در این مورد نمی کند بلکه سبب پرخوری و چاقی می شود؛ خوبی نان یا برنج این است که پس از خوردن احساس گرسنگی نمی کنیم و از هوس قند و شکر و شیرینی دور می شویم.

غذاهای خمیری همه جوش بد است مانند تربت کردن نان در غذا که سبب یبوست و واماندگی دستگاه گوارش می شود. خود نان برای برخی که دچار بیماری های گوارشی اند مناسب نیست چه رسد به تربت کردن. کسانی با خوردن نان گندم دچار گاز شکم می شوند؛ یکی از بهترین درمان ها خوردن نان هویج پخته شیرین شده با انگبین است.

از خوردن نان با آبگوشت که خود ناشاسته است، بهتر که پرهیز شود؛ کسانی هستند که به کلی نمی توانند نان را تحمل کنند چون گلوتن دارد. لوآشک های موجود در بازار، ژله، فالوده، بستنی ها، کره گیاهی، نوشابه های بازار، بیکنینگ پودر، ماکارونی، رشته آش، شیرینی ها و کیک ها نیز در شمار مواد غذایی دارای گلوتن اند و برای کودک سلیاک خوب نیست.

یکی از خوراکی های بی گلوتن سیب زمینی است؛ مردم قدیم سیب زمینی را در خاکستر داغ تنور همیزی کنار اتاق می پختند؛ اینک می توان در دیگ چدن بدون آب و روی شعله اجاق گاز یا در فر پخت و با پوست، تنوری کرد.

خوردنی های خمیری

غذاهای خمیری یا همان لاسو چه بر سر بدن انسان می آورد؟ اگر خیلی دوستدار غذاهای خمیری هستیم دست کم باید ماهی یکبار خورد. ماکارونی از غذاهای خمیری پرهوادار در میان کودکان است و به آسانی و در زمانی کوتاه تهیه می شود، ارزان هم هست ولی دستگاه گوارش را خسته می کند، چون دستگاه گوارش انسان ندان ندارد، حتی سنگدان هم ندارد. این غذای بی فیبر، ناشاسته دار یا کربوهیدرات، بسیار چاق کننده است و قندش خوشایند بدن انسان نیست؛ همان جور که بدن انسان پس از هزاران سال با قند لاکتوز شیر هم کنار نیامده؛ در حالی قند ششمش قلیایی و شفا بخش است.

روغن هیدروژنه خوردنی ست اما نباید در شمار برنامه روزانه غذایی انسان جای گیرد. ماهی پرورشی رشد کرده در آب آلوده فارچی، دارای آنتی بیوتیک است؛ کنسروهای دارای مواد نگهدارنده و قوطی فلزی زیانبار است، گوشت سرخ شده در روغن به همچنین؛ چیزهایی مانند خیارشور دارای اکسید نیتریک و سفیدهای مانند آرد سفید، قند سفید، شکر سفید، برنج سفید خوردنی اند نه خوراکی.

برنج

برنج سفید بی فیبر نیز شباهت های زیادی با ماکارونی دارد و نمی توان از کنار پیامدهایش بی خیال گذشت؛ گاهی گفته می شود شکم سنگین است؛ این سنگینی چیزی نیست مگر غذایی که در شکم بیش از اندازه مانده و ترش کرده و اینک دردش را به کل بدن می پراکند. یک تکه کوچک نان سیبوسی نخست باید با دندان جویده شود و به شکل خمیر درآید و سپس با شیره دهان آمیخته شود و پس از آن از سرخانی رد شود و به بخش شکم برسد و با سه اسید بیزد و آنگه وارد روده شود و مواد مفیدش از جداره روده رد شده و وارد خون گردد. نان جویده در شکم می پوسد و تولید گاز می کند؛

کالری سوزی در دراز و نشست

کالری سوزانده شود.

فعالیت متوسط معمولا حدود ۳ تا ۶ واحد MET کالری می سوزاند در حالی که مقدار کالری سوزی در فعالیت های شدید بیش از ۶ واحد MET می باشد.

مقدار کالری سوزی حین دراز نشست بسته به شدت آن ممکن است بین ۴ تا ۶ واحد MET متغیر باشد.

برای محاسبه مقدار کالری سوزی در هر دقیقه مراحل زیر را انجام دهید:

۱. تعداد MET یک حرکت ورزشی را در عدد مقدار کالری سوزی در دراز نشست به شدت و وزن بدن بستگی دارد اما معمولا در دراز نشست با سرعت متوسط ۳ کالری در دقیقه و در دراز نشست با سرعت بالا ۹ کالری در دقیقه می سوزانید.
۲. عدد به دست آمده را در وزن خود (برحسب کیلوگرم) ضرب کنید.
۳. عدد حاصل را بر ۲۰۰ تقسیم کنید.

عدد به دست آمده تعداد کالری سوزانده شده طی دراز نشست در هر دقیقه می باشد.

سایر مزایای دراز نشست

عضلات هسته بدن در اکثر حرکاتی که روزانه انجام می دهید از جمله فعالیت هایی که نیاز به چرخش، خم شدن و کشش عضلانی دارند درگیر هستند. تقویت این ناحیه می تواند به کاهش کمر درد، بهبود حالت و تعادل بدن و تقویت عملکرد ورزشی کمک کند.

زمانی که یک فرد سالم به شیوه درست دراز نشست انجام می دهد این حرکت نه تنها روی تمام دیواره شکمی شامل عضله راست شکم، عضله عرضی شکم و عضله مایل درونی و بیرونی شکم بلکه فلکسورهای باسن در باسن و چهار سر ران نیز اثر می گذارد.

برای افرادی که دیواره شکمی قوی دارند حرکت دراز نشست به تقویت هر چه بیشتر هسته بدن کمک کرده و انعطاف پذیری و تحرک آن ها را افزایش دهد.

نکات احتیاطی

هسته بدن قوی یکی از مهم ترین مولفه ها در آمادگی جسمی است و دراز نشست منظم می تواند عضلات شکمی در این ناحیه را تقویت کند اما ممکن است برای برخی افراد خطراتی به دنبال داشته باشد.

به عنوان مثال کسانی که در ناحیه کمر یا گردن خود دچار مشکل هستند لازم است در مورد حرکات ورزشی مناسب با مشاور صحبت کرده و در صورتی که حین دراز و نشست دچار درد یا ناراحتی می شوند حرکت را متوقف و از جایگزین های ساده تر استفاده کنند. ورزش برای جسم و روح مفید است اما زیاده روی در آن می تواند به عواقب جبران ناپذیری منجر شود که استرس، اضطراب یا افسردگی به دنبال دارد.

تاسیس نیروی سایبری ملی انگلیس



انگلیس شاخه نیروی سایبری برای مقابله با کودک آزاری، گروه های تروریستی و غیره تاسیس کرد.

انگلیس، نیروی ملی سایبری خود را تاسیس کرد. این نیرو قادر به مقابله با اقدامات کشورهای مهاجم، گروه‌های تروریستی، شبکه‌های جرایم سازمان یافته و حلقه‌های بین‌المللی آزارگران کودک است.

در حقیقت نخستین نیروی سایبری انگلیس متشکل از مرکز ملی امنیت سایبری، ستاد ارتباطات دولت (GCHQ)، آزمایشگاه علوم و فناوری دفاعی و ارتش انگلیس است.

هدف این سازمان فراهم کردن کمک‌های پیشرفته فناوریانه برای عملیات‌های مختلف جنگی زمینی گرفته تا مقابله با استفاده از اینترنت برای کودک آزاری است.

به گفته مقامات دفاعی و اطلاعات انگلیس، با توجه به تهدیدهای حوزه سایبری، نیاز برای ایجاد چنین نیروی متمرکزی افزایش یافته است.

طی ۶ ماه گذشته حملات سایبری علیه زیربنای استراتژیک و تلاش برای هک تحقیقات درباره کووید ۱۹ در انگلیس افزایش یافته است. از سوی دیگر انتشار اخبار جعلی نیز وسیع‌تر شده است. همچنین به گفته ژنرال پاتریک ساندروز رئیس فرماندهی استراتژیک انگلیس ارتش این کشور ماهانه با ۱۸۰ حمله سایبری دست و پنجه نرم می‌کند.

پیش بینی می‌شود نیروی سایبری انگلیس با ۳ هزار پرسنل فعالیت خود را آغاز کند اما تعداد مقرهای آن در سراسر کشور افزایش می‌یابد.

نشانه‌های آلودگی یک سامانه چیست؟

حتی اگر یک بسته امنیتی کامل را روی سیستم خود نصب کرده باشید، بازم هیچ‌گونه ضامتی وجود ندارد که سامانه شما در امنیت کامل قرار داشته باشد. همان‌گونه که شرکت‌های امنیتی از راهکارهای نوین برای شناسایی و کشف بدافزارها استفاده می‌کنند، هکرها نیز به دنبال به‌کارگیری ایده‌های ناب هستند. به‌طور مثال ویروس BAFRUZ/Win۳۲ نمونه‌ای از این راهکارهای هوشمندانه است که قادر است ضدویروس‌های نصب شده روی یک سیستم را به راحتی غیر فعال کند. این بدافزار خود در نقش یک برنامه ایمن ظاهر شده و به کاربر اعلام می‌دارد سامانه او به بدافزار آلوده شده است، در ادامه فعالیت‌های مخرب خود را در پس‌زمینه انجام می‌دهد. در صورتی که یک یا چند مورد از علائم زیر را در سامانه خود مشاهده کردید، احتمال آلوده شدن سیستم شما به یک بدافزار دور از انتظار نیست.

کند شدن سرعت سیستم

در صورتی که سرعت سیستم شما کاهش یافته و به طور مرتب صداهای عجیبی از هارد دیسک به گوش می‌رسد احتمال آلوده شدن سیستم وجود دارد. (البته این مورد را نباید با عملیاتی که به‌صورت روتین توسط سیستم‌عامل انجام می‌شوند اشتباه گرفت.)

درخواست مکرر برای دسترسی به اینترنت
اکثر برنامه‌های حرفه‌ای و بزرگ برای دریافت وصله‌های امنیتی یا به‌روزرسانی خود از کاربر در خصوص اتصال به اینترنت سوال می‌کنند، اما از طرفی گزینه‌ای برای غیر فعال کردن این درخواست در اختیار کاربر قرار می‌دهند.

نشانه های ویروسی شدن سیستم با بدافزار



اما بدافزارها معمولاً بدون ارائه اطلاعات خاصی به‌طور مکرر درخواست اتصال به اینترنت را نشان می‌دهند که البته در بیشتر مواقع دیوار آتش این موضوع را به اطلاع می‌دهد.

فایل های ناشناس

وجود فایل‌هایی که در گذشته روی درایوها قرار نداشته‌اند و شما شخصاً آن‌ها را روی سیستم قرار نداده‌اید یکی از نشانه‌های بارز آلوده شدن محسوب می‌شوند.

وجود پردازندهای ناشنا در سیستم

پردازنده‌ای که در یک سیستم وجود دارد، پردازنده‌های شناخته شده‌ای هستند که اولاً نام آن‌ها نشان دهنده فعالیت آن‌ها است و دوماً در بخش description توصیفی در خصوص عملکرد آن‌ها وجود دارد. سوم این که نام کاربری که آن‌ها را اجرا کرده است را در ستون User به آسانی قابل

نحوه پاک کردن اطلاعات شخصی در رایانه ویندوز

قدیمی شما حتی پس از حذف شدن قابل بازیابی نخواهند بود و باید هاردتان را رمزنگاری کنید. **چگونه هارد درایو SSD رمزنگاری می شود؟** راحت‌ترین راه برای رمزنگاری رایانه شخصی، استفاده از گزینه رمزنگاری موجود در ویندوز است اما همه هاردهای SSD از این قابلیت پشتیبانی نمی‌کنند. برای این که درابیند آیا چنین امکان وجود دارد باید مراحل زیر را طی کنید: روی دکمه استارت کلیک کرده و به قسمت **Setting** یا تنظیمات بروید. روی گزینه **System** و سپس روی گزینه **About** (درباره) کلیک کنید.

اگر گزینه **Device Encryption** (رمزنگاری دستگاه) را مشاهده کردید، روی آن کلیک کرده و دستورالعمل‌ها برای رمزنگاری هارد درایوتان را دنبال کنید.

ترفندهای کاهش سرعت اتمام شارژ باتری موبایل

۳. از کابل USB استفاده نکنید
۴. تا ۱۰۰ درصد شارژ نکنید

برای طولانی کردن عمر باتری گوشی هوشمند خود باید تا ۸۰ درصد شارژ کنید و نگذارید به صورت کامل شارژ و به ۱۰۰ درصد برسید، زیرا این کار باعث می‌شود باتری تلفن به سرعت خالی شود. ۵. نگذارید شارژ باتری کمتر از ۳۰ درصد شود تلفن همراه خود را در حالتی که میزان شارژ باتری آن به ۳۰ درصد رسیده به شارژ وصل کنید و تلفن خود را با این مقدار شارژ رها نکنید، زیرا کار کردن با این مقدار شارژ آسیب بسیار زیادی به باتری وارد می‌کند و حتی ممکن است باتری تلفن همراه را کاملاً خراب کند.

۶. از برنامه‌های شارژ سریع استفاده نکنید

برنامه‌های بسیاری برای شارژ سریع گوشی وجود دارد که جایگزینی برای فست شارژها هستند، اما این برنامه‌ها درصد شارژ را به سرعت افزایش می‌دهند و این بالاتر از توان باتری است که موجب تخریب آن می‌شود.



۱. از فست شارژرها استفاده نکنید
 ۲. همیشه از شارژر اصلی گوشی خود استفاده کنید
- استفاده از شارژرهای ضعیف و شارژرهای بی‌متعلق به شرکت تولید کننده گوشی نیست، تاثیری منفی بر عملکرد و عمر مفید باتری تلفن دارد لذا بهتر است تنها از شارژری که هنگام خرید در جعبه تلفن همراه شما قرار دارد استفاده کنید.

ساخت ماده فلورسنت از ضایعات میوه و سبزیجات



یک مهندس فیزیکی با استفاده از ضایعات میوه و سبزیجات موفق به ساخت یک ماده فلورسنت جدید شد. این ماده جدید فلورسنت، نور را جمع‌آوری کرده و سپس آن را به برق تبدیل می‌کند. این نوآوری جدید که Aureus نام دارد و توسط «کاروی ارن میگ» مهندس ۲۷ ساله از دانشگاه «پوونا» در فیلپین اختراع شد. میگ این مواد را با استخراج ترکیبات آلی فلورسنت از میوه‌ها و سبزیجاتی مانند هویج، تولید کرده است. این ترکیبات نور فرابنفش پراثری را به نور مرئی تبدیل می‌کنند و سپس پتل‌های خورشیدی متصل به ماده، این نور مرئی را به برق تبدیل می‌کنند.

تولید پدهای ضدویروس کرونا برای پوشاندن سطوح در فروشگاه‌ها

مردم همچنان از لمس درهای عمومی، دستگیره‌ها، صفحه نمایش و غیره به بهترین نحو ممکن پرهیز می‌کنند و محصولات متنوعی که به راحتی در هر جایی قابل نصب و استفاده باشد، عرضه نشده است. چندین مطالعه نشان داده است ویروس‌ها، از جمله COVID-19، می‌توانند درزها روی سطح زنده بمانند؛ این در حالی است که با وجود مراقبت مردم از پاکیزگی دست و شستن مکرر آن‌ها، گاهی اوقات افراد فراموش می‌کنند که دست‌ها را بشویند. این محصولات به صورت فوری، ۲۴ ساعت و در تمام طول هفته، قابلیت حذف میکرووب‌ها را داشته و حداکثر تا ۲ سال پس از نصب نیز کار می‌کنند. این شرکت در حال حاضر با NHS، نوبوتا، دانشگاه متروپولیتن لندن و COS کار می‌کند.

جوج استراگ، یکی از بنیانگذاران این شرکت گفت: در دنیای پس از کرونا، بیشتر به بهداشت و مراقبت اهمیت می‌دهیم،

شرکت وراکو پدها و پوشش‌های آنتی‌باکتریال و ضد ویروس کرونا برای پوشاندن سطوح عمومی در فروشگاه‌ها نظیر چرخ‌دستی، زرده و دستگیره ارائه کرده است. به گزارش میلادلاستان به نقل از معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری، شرکت وراکو (Veraco) مستقر در لندن، طیف وسیعی از پدها و پوشش‌های آنتی‌باکتریال قابل چسبیدن را طراحی و تولید کرده است. این پدها در سطوحی با امکان لمس مکرر مانند دستگیره درها، چرخ دستی‌ها و زرده راه‌پله‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد. این شرکت از فناوری «Ions Silver» یون نقره استفاده می‌کند که با شکستن ساختار زیستی میکروارگانیسم‌ها از انتشار و تولیدمثل عوامل بیماری‌زا و خطرناک جلوگیری می‌کند.

این محصولات تا ۹۹٫۹۹ درصد از باکتری‌های رایج را از بین می‌برد و همچنین در برابر ویروس کرونا موثر است. استفاده از فناوری

مورد برنامه Explorer، ممکن است دسترسی به گزینه‌های قرار گرفته در منوی Tools امکان‌پذیر نباشد. Explorer.exe مرتب پیغام خطایی نشان داده، بسته شده و به‌طور خودکار باز شود، زمانی که عملیات حذف و اضافه فایل‌ها انجام می‌شود، هیچ‌گونه تغییری به لحاظ ظاهری بر روی آیکن‌ها مشاهده نشود یا Explorer.exe بیش از حد مجاز از پردازشگر مرکزی سیستم استفاده کند.

نصب خودکار یک ضدویروس

طراحی ضدویروس‌ها به گونه‌ای است که نه تنها خود به خود نصب نمی‌شوند، بلکه خود به خود نیز پاک نمی‌شوند. به عبارت دیگر در بیشتر موارد زمانی که ضدویروسی را نصب می‌کنید، پاک کردن آن به سختی امکان‌پذیر است!

راه‌اندازی خودکار سیستم

در صورتی که راه‌اندازی یک سیستم منشاء سخت‌افزاری نداشته باشد، وجود یک بدافزار دور از انتظار نیست. بعضی از بدافزارها به گونه‌ای عمل می‌کنند که باعث می‌شوند سیستم کاربران به طور مرتب راه‌اندازی شود. (اگر نرم‌افزار جدیدی را نصب نکرده باشید).

نمایش پیغام‌های آلوده بودن

گونه‌ای از بدافزارها که به نام باج افزار نامیده می‌شوند، زمانی که سیستمی را آلوده می‌کنند پیغامی را به کاربر نشان می‌دهند که باید سیستم خود را برای اصلاح یک مشکل نرم‌افزاری راه‌اندازی مجدد کند. در زمان راه‌اندازی مجدد باج‌افزار یک صفحه شبیه به صفحه تعمیرات فایل‌های ویندوز را نشان می‌دهد و در این مدت اقدام به رمزنگاری فایل‌های می‌کند.

چگونه رایانه ویندوز را پاک کنید؟

پس از این که هارد درایو را رمزنگاری کردید یا اگر به رمزنگاری آن نیازی ندارید، می‌توانید از ویندوز برای پاک کردن رایانه شخصی و بازگرداندن تنظیماتش به وضعیت پیش فرض کارخانه استفاده کنید. برای این منظور: روی دکمه استارت و سپس روی گزینه **Setting** کلیک کنید.

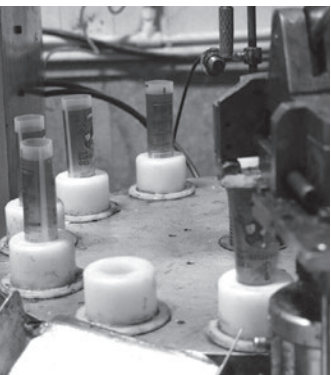
روى Update&Security کلیک کنید.

روى Recovery کلیک کنید.

در صفحه **Recovery** در بخش **Reset this PC** روی **Get Started** کلیک کنید.

در صفحه **Choose an option** روی **Remove everything** کلیک کنید. سپس دستورالعمل‌ها را برای کامل کردن این فرآیند دنبال کنید. ویندوز رایانه را به تنظیمات اولیه با نصب جدید ویندوز برخواهد گرداند.

تولید ۱۰۰ محصول فناورانه برای مقابله با کرونا



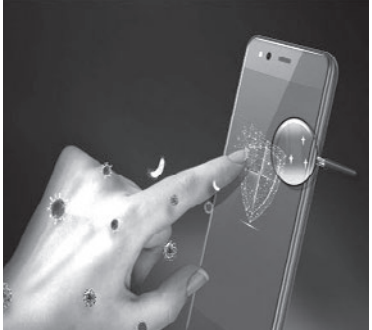
یکصد محصول مرتبط برای کرونا با حمایت ستاد توسعه زیست‌فناوری معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری تولید شد.

تولید محصولات موثر در کاهش عوارض بیماری کرونا یکی از دغدغه‌های اصلی نظام سلامت کشور برای مقابله با این بیماری مرموز است که هر روز چهره جدیدی از خود نشان می‌دهد. ستاد توسعه زیست‌فناوری معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری هم از تولید یکصد محصول مرتبط با این حوزه حمایت کرده است.

تولید محصولات درمانی همیشه اولویتی مهم در نظام بهداشت و درمان کشورهاست. محصولی پرکاربرد که نقشی تاثیرگذار در درمان انواع بیماری‌ها دارد. اما تولید این محصولات با فناوری پیچیده، توان علمی و دانش ویژه‌ای نیاز دارد. ایران هم به واسطه داشتن نیروی انسانی متخصص به خوبی از پس این نیاز خود برآمده است.

کرونا هم که آمد ضرورت تامین این نیازها را در دنیا بیشتر کرد. تولید داروها و محصولاتی که بتواند درد بیماران را کمی کاهش دهد و عوارض بیماری دردناک و پرعارضه کرونا را کمتر کند. ستاد توسعه زیست‌فناوری معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری هم با حمایت از تولید این محصولات پیچیده، کمک کرد تا در این ۹ ماهی که از شیوع کرونا می‌گذرد، بیماران با داروها و محصولات تولیدی داخلی راحت‌تر بتوانند با این بیماری دست و پنجه نرم کنند.

ساخت اولین تلفن هوشمند ضدباکتری جهان



یک شرکت الکترونیکی موفق به ساخت اولین تلفن هوشمند ضدباکتری جهان شد که قادر است از گسترش میکرووب‌ها جلوگیری کند. به گزارش روزنامه دلیلی میل، این تلفن هوشمند با استفاده از یون های نقره می‌تواند از گسترش ۹۹٫۹ درصد میکرووب‌ها در مدت ۲۴ ساعت جلوگیری کند.

این تلفن ضدباکتری که Cat S۴۲ نامیده می‌شود و توسط شرکت «بولیت» (Bullitt) ساخته شد، مقاوم، با دوام و چند کاربردی است. تلفن هوشمند Cat S۴۲ را در حال حاضر می‌توان با قیمت ۲۲۹ پوند خریداری کرد اما مدل های مجهز به فناوری ضد میکروبی Biomaster تا اوایل سال ۲۰۲۱ در دسترس نخواهند بود. شرکت بولیت امیدوار است که بتواند ویژگی ضد میکروبی را در اواخر سال آینده برای سایر تلفن های Cat نیز ارائه دهد. تلفن هوشمند Cat S۴۲ با کمک یون های نقره جاسازی شده در مواد گوشی در طی فرایند تولید، با گسترش باکتری مقابله می‌کند. اگرچه این تلفن باکتری و با ویروس‌ها از جمله کووید-۱۹ را به طور فعال خنثی نمی‌کند، اما گسترش و تکثیر عوامل بیماری‌زا را متوقف می‌کند. با متوقف ساختن تکثیر میکرووب‌ها تعداد آن‌ها به‌طور طبیعی کاهش می‌یابد.

مراقب اپلیکیشن های کرونایی باشید

برخی از مجرمین سایبری در این حوزه هستیم. به همین دلیل پلیس فتا نیز با اشاره به برخی از روش‌های مجرمانه رایج در این ایام، هشدار داده است هدایت به سایت‌های جعلی و دریافت اطلاعات، طراحی اپلیکیشن‌های جعلی و سرقت اطلاعات هویتی و بانکی از مهم‌ترین روش‌های مجرمانه در ایام کرونایی است. این روزها شاهد افزایش فعالیت اپلیکیشن‌های مختلف در زمینه تست و شناسایی کرونا، خوداظهاری و پاسخ‌گویی به سوالات مربوط به کرونا، تب‌سنج و دیگر اپلیکیشن‌های مربوط به این ویروس هستیم اما اکثر این برنامه‌ها فاقد کارایی لازم بوده و گاهی اوقات به دنبال سرقت اطلاعات کاربران نیز هستند؛ بنابراین مراجعه به اپلیکیشن‌های مجاز و تحت نظر وزارت بهداشت اهمیت زیادی دارد. خود را به لینک و درگاه‌های بانکی جعلی و سرقت اطلاعات هویتی و کاری از مهم‌ترین اهداف اپلیکیشن‌های جعلی طراحی‌شده است بنابراین لازم است کاربران اپلیکیشن‌های موردنیاز خود را از مارکت‌های معتبر و دارای نماد اعتماد الکترونیک دریافت کرده و به

تبلیغات و برنامه‌های ارائه‌شده در کانال‌ها و گروه‌های مختلف توجه نکنند. همچنین پلیس فتا هشدار داده است که کاربران قبل از هرگونه اقدام در خصوص ویروس کرونا از قبیل انتشار اخبار ابتلا و فوت، ثبت‌نام در اطلاعات، طراحی اپلیکیشن‌های جعلی و سرقت اطلاعات هویتی و بانکی از مهم‌ترین روش‌های مجرمانه در ایام کرونایی است. این روزها شاهد افزایش فعالیت اپلیکیشن‌های مختلف در زمینه تست و شناسایی کرونا، خوداظهاری و پاسخ‌گویی به سوالات مربوط به کرونا، تب‌سنج و دیگر اپلیکیشن‌های مربوط به این ویروس هستیم اما اکثر این برنامه‌ها فاقد کارایی لازم بوده و گاهی اوقات به دنبال سرقت اطلاعات کاربران نیز هستند؛ بنابراین مراجعه به اپلیکیشن‌های مجاز و تحت نظر وزارت بهداشت اهمیت زیادی دارد. خود را به لینک و درگاه‌های بانکی جعلی و سرقت اطلاعات هویتی و کاری از مهم‌ترین اهداف اپلیکیشن‌های جعلی طراحی‌شده است بنابراین لازم است کاربران اپلیکیشن‌های موردنیاز خود را از مارکت‌های معتبر و دارای نماد اعتماد الکترونیک دریافت کرده و به

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
چهارم	۵:۰۰	۶:۲۱	۱۱:۳۹	۱۶:۵۸	۱۷:۱۶

(طول جغرافیایی ۵۲°۲۰' عرض جغرافیایی ۲۷°۴۱')

امام صادق (ع) فرمودند: **إِيَّاكُمْ وَ النَّظْرَةَ فَأَيُّهَا تَزْعُجُ فِي الْقَبِّ الشَّهْوَةُ وَ كَفَىٰ بِهَا لِصَاحِبِهَا فِتْنَةً؛** از نگاه ناپاکه بیهیضید که چنین تگاهی تخم شهوت را در دل می‌کارد و همین برای فتنه صاحب آن دل بس است.

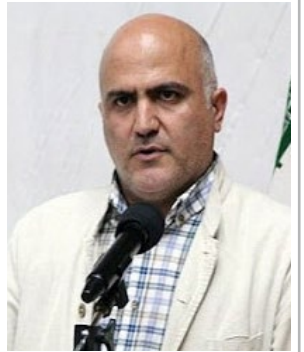
کتاب روایت آدوی درس سوئد مجرب را می‌آموزد.

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: ابوالحسن مهندس

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن: ۰۲۲۴۳۴۴-۰۲۲۴۴۷۷۰
کد پستی: ۷۴۳۱۸-۳۴۳۵۰
شماره شاپا: ۹۹۶۱۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیات تحریریه)
پتوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار
www.mildl.ir miladlarestan@gmail.com

فروش میلیاردری کتابفروشی های استان فارس

جلد کتاب در طرح یاد شده توسط کتابفروشی ها به فروش رسیده افزود: در این دوره از پاییزه کتاب ۳۸ کتابفروشی شیراز و ۷ کتابفروشی شهرستانهای فارس مشارکت یافتند. امیدبخش به آمار کشوری طرح اشاره کرد و گفت: با توجه به اینکه در سراسر کشور فروش پاییزه کتاب معادل ۱۹۸ میلیارد ریال بود، وضعیت فروش استان فارس حکایت از این دارد که کتابفروشی های فارس ۶ درصد کل فروش را به خود اختصاص دادند.



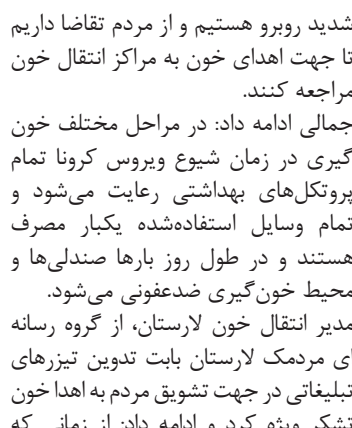
معاون فرهنگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس از فروش بیش از ۱ میلیارد تومان در طرح پاییزه کتاب ۱۳۹۹ خبر داد. به گزارش میلادلارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی و روابط عمومی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس؛ مهدی امیدبخش، اعلام کرد: در طرح پاییزه کتاب که از شنبه ۲۴ آبان ماه آغاز شد بیش از ۱ میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان کتاب توسط هم استانیها خریداری شد. وی با بیان اینکه ۳۳ هزار و ۸۰۱



Photo: MOHAMMAD PASYAR MiladLarestan

رئیس انتقال خون لارستان: شش شهرستان را تحت پوشش داریم در تمام گروه های خونی با کمبود شدید مواجه ایم

شدید و برور هستیم و از مردم تقاضا داریم تا جهت اهدای خون به مراکز انتقال خون مراجعه کنند. جمالی ادامه داد: در مراحل مختلف خون گیری در زمان شیوع ویروس کرونا تمام پروتکل های بهداشتی رعایت می‌شود و تمام وسایل استفاده شده یکبار مصرف هستند و در طول روز بارها ضدلایه ها و محیط خون گیری ضدعفونی می‌شود. مدیر انتقال خون لارستان، از گروه رسانه ای مردمک لارستان بابت تدوین تیزرهای تبلیغاتی در جهت تشویق مردم به اهدای خون تشکر ویژه کرد و ادامه داد: از زمانی که اعلام عمومی نسبت به وضعیت حاد ذخایر خونی شده است در لارستان و همچنین تمام کشور مردم نسبت به اهدای خون اهتمام جدی داشته‌اند و طبق اخبار واصله در بسیاری از شهرستانها و مراکز استان مردم مشتاق خوندهی شده‌اند اما کمکان تا وضعیت مطلوب ذخایر خونی فاصله داریم. جمالی، با اعلام اینکه کسانی که به بیماری



مراکز انتقال خون در لارستان، چشم انتظار اقدام خدایسندانه مردم جهت اهداء خون است. به گزارش میلاد لارستان، در روزهایی که بسیاری از مردم درگیر بیماری کرونا هستند و بیشتر به فکر رعایت بهداشت و فاصله گذاری اجتماعی هستند بیمارانی چشم‌به‌راه خون دادن مردم هستند. در حال حاضر وضعیت ذخیره انتقال خون کشور با توجه به حساسیت‌های موجود به وضع بسیار حادی رسیده است بگونه ای که اگر مردم کشور کمر همت نبندند ممکن است تا چند روز آینده این مقدار ذخیره خونی به پایان برسد و چشم امید بسیاری از بیماران به نامیدی تبدیل شود. بهروز جمالی، مدیر انتقال خون لارستان در این خصوص و در گفت و گو با میلاد لارستان می‌گوید: مرکز انتقال خون لارستان بیمارستان‌های لارستان، خنج، گراش، اشکنان، اوز، خنج، لامرد و درمانگاه تالاسمی لار، لامرد، خنج و مهر را تحت پوشش قرار داده و در حال حاضر در تمامی گروه‌های خونی ما با کمبود



Photo: MOHAMMAD PASYAR MiladLarestan

از توزیع ۲۸ هزار بسته معیشتی تا اهداء ۲۰۰ دستگاه موبایل توسط بسیجیان در لارستان

باید برای پیشبرد اهداف از پتانسیل همه نهادها و افراد بهره برد. وی در پاسخ به این سؤال که چرا از ظرفیت قرارگاه سازندگی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی برای انجام پروژه‌های بازسازی به‌ویژه حوزه راه‌سازی که از معضلات بزرگ منطقه لارستان است، بهره‌گیری نمی‌شود، گفت: برای ورود قرارگاه سازندگی به پروژه‌های کلان سازوکار خود را دارد و معمولاً پروژه‌هایی است که توسط دولت کددار می‌شود و طبق روال قانونی نظیر مناقصه‌ها قرارگاه سازندگی به پروژه‌ها ورود می‌کند.



Photo: MOHAMMAD PASYAR MiladLarestan

فرمانده ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان، از توزیع ۲۸ هزار و ۱۰۰ بسته بهداشتی در موج نخست و دوم ویروس کرونا در بین اقشار مختلف مردم با تلاش شبانه‌روزی بسیجیان خبر داد و گفت: ۲۰۰ دستگاه تبلت و موبایل به دانش‌آموزان کمتربرخوردار اهداء شده است. به گزارش میلاد لارستان، سرهنگ امیر جاهدی در نشست خبری با اصحاب رسانه که به مناسبت هفته بسیج و آغاز سومین مرحله از آزمایش مؤمنانه برگزار شد، ضمن تقدیر از انعکاس اخبار تلاش‌های بسیج و سپاه در سطح رسانه‌های محلی، استانی و ملی، با بیان اینکه شعار محوری هفته بسیج امسال «بسیج پیشرو خدمت و امیدافزین» نامیده شده است، اظهار داشت: ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان با مشارکت پایگاه‌های مقاومت بسیج به مناسبت گرامیداشت هفته بسیج ۲۱۰ ویژه‌نامه با محوریت خدمت‌رسانی در بیش از ۳۰۰ عرصه خدمتی به اجرا درمی‌آورد.

فرمانده ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان، از توزیع ۲۸ هزار و ۱۰۰ بسته بهداشتی در موج نخست و دوم ویروس کرونا در بین اقشار مختلف مردم با تلاش شبانه‌روزی بسیجیان، خبر داد و گفت: این اقدام بسیار بزرگ و در نوع خود بی‌نظیر بود به‌گونه‌ای که بسته‌ها و پرورش بهداشتی در بین تمامی منازل شهر لار و برخی از روستاها و مراکز بخش‌ها توزیع شد که شاید یکی از دلایل همه‌گیری استفاده از ماسک و رعایت نکات بهداشتی در لارستان، سرچشمه گرفته از این کار باشد و به نظر می‌رسد اگر این اتفاق در همان ابتدا در سایر نقاط کشور رخ می‌داد، امروز شاهد آسیب کمتری از کرونا بودیم.

فرمانده ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان با اشاره به اینکه ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان، با اشاره به اینکه معتمد جای یک پروژه کلان که به قرارگاه سازندگی سپاه در لارستان خالی است، تصریح کرد: این امر نیازمند رایزنی نماینده مردم در مجلس شورای اسلامی، استاندار فارس و همچنین معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان است تا با تلاش مضاعف پای قرارگاه سازندگی سپاه را به لارستان باز کنند و در این میان سپاه‌های شهرستانی نقش کهرنگ‌تری می‌توانند ایفا کنند. جاهدی با بیان اینکه سپاه‌های شهرستانی در شناسایی و تعریف پروژه‌های خرد و محرومیت‌زایی نقش ایفا می‌کنند ادامه داد: ساخت پروژه‌های ورزشی و ساخت زمین ورزشی در محلات کم‌برخوردار نظیر ساخت زمین چمن مصنوعی در محله کهنوپه توسط قرارگاه محرومیت‌زایی لارستان به اجرا در آمده است. وی از پیش‌بینی پروژه‌های محرومیت‌زایی برای محلات محروم شهر لار و همچنین در سطح بخش‌های لارستان خبر داد و گفت: در صورت تأمین اعتبار از سوی قرارگاه محرومیت‌زایی سپاه و همراهی دستگاه‌های اجرایی این پروژه‌ها به اجرا در خواهد آمد.

فرمانده ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان با تأکید بر جایگاه علمی، سیاسی و مذهبی آیت‌الله سیدعبدالحسین لاری(ره)، تصریح کرد: متأسفانه تاکنون از ظرفیت‌های بومی منطقه لارستان به‌ویژه این علم‌محور مجاهد به‌درستی بهره برده نشده است و باوجود آنکه قیام‌های مردم بوشهر علیه استعمار با فتوای آیت‌الله سیدعبدالحسین لاری(ره) رقم خورده است اما در گرامیداشت روز مبارزه با استعمار نامی از شخصیت برجسته این عالم برده نمی‌شود. وی با انتقاد از به حاشیه رانده شدن گفت‌وگو مطرح‌شده از سوی مقام معظم رهبری مبنی بر معرفی این خطبه به‌عنوان «لارستان بزرگ» اضافه کرد: هدف از طرح این مهم، موضوعات سیاسی و تقسیمات کشوری نبود بلکه نگاه رهبر معظم انقلاب بلندای اندیشه آیت‌الله سیدعبدالحسین لاری(ره) از مجاهدت، ایثار و مقابله با استعمار و استکبار، فتیله‌های آن عالم از تولیدات داخلی و غیره بود که اصلاً به این موضوعات پرداخته نشده است.

وحشی باقی

کمال‌الدین محمد وحشی باقی در سال ۱۳۲۹ ه.ق در بافق که آبادی بزرگست میان یزد و کرمان چشم به جهان گشود وحشی در آغاز چندی در شهر یزد زیست و سپس به کاشان رفت و به مکتب‌داری پرداخت و در آنجا آغاز شاعری کرد سپس بار دیگر به یزد آمد و تا پایان عمر در آن شهر زیست و هم در آنجا مدفون شد به سال ۱۳۹۱ ه.ق اقسام مختلف شعر، از قصیده و غزل و قطعه و رباعی و ترکیب بند ترجیع بند و مثنوی از او باقیمانده است. مثنوی‌های او خلد برین، ناظرو منظور و شیرین و فرهاد است.

ما چون ز روی پای کشیدیم کشیدیم
ایمیز هر کس که بیدیم، بیدیم
دل نیست کجوتر که چو بر خاست نشیند
از گوشه‌هایی که بیدیم، بیدیم
رم داوین صید خود را آغاز غلط بود
حالا که ماندی و ریدیم، ریدیم
کوی تو که باغ ارم رو خد خداست
الحاک که دیدیم ندیدیم، ندیدیم
صدا باغ بهار است و صلاهی گل و گلشن
کر میوه یک باغ نخیدیم، نخیدیم
سرتابه قدم تیغ دعا میم و تو غافل
مان واقف دم باش ریدیم، ریدیم
وحشی سبب دوری و این تم خنما
آن نیست که ما هم نشیدیم، نشیدیم

رایزنی اولیه راه‌اندازی ایستگاه لرزه نگاری در لارستان

به گزارش میلادلارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی نماینده مردم؛ با پیگیری حسین‌زاده نماینده مردم در لارستان، رایزنی‌های اولیه در خصوص ایجاد ایستگاه لرزه‌نگاری در لارستان در محل پژوهشگاه بین‌المللی زلزله‌شناسی و مهندسی زلزله تهران انجام شد. در جلسه با دکتر جوان، رئیس شبکه لرزه‌نگاری باند پهن ایران در محل پژوهشگاه بین‌المللی زلزله‌شناسی و مهندسی زلزله، شرایط لرزه‌نگاری و لرزه‌زمین‌ساختی منطقه لارستان مورد بررسی قرار گرفت و در ادامه رایزنی‌هایی به منظور راه‌اندازی ایستگاه لرزه‌نگاری باندپهن در منطقه صورت پذیرفت. دکتر مصیب علیشیر، رئیس دفتر نماینده مردم در لارستان، با اشاره به اهمیت این پروژه و اجرای آن در لارستان اظهار داشت: با توجه به لرزه‌خیزی بالای منطقه لارستان و وجود رشته‌های مرتبط در مراکز دانشگاهی و محاسباتی تحقیقاتی گسترش مطالعات تحقیقاتی مشترک، بر غنای پروژه‌های دانشجویی با نگاه کاربردی برای منطقه و کشور نیز افزود. در ادامه، رئیس دفتر نماینده مردم در لارستان با ارزشمند خواندن ایجاد چنین مجموعه‌ای در لارستان، از پیگیری‌های صورت پذیرفته در این خصوص خبر داد و از مسئولان اجرایی چهار شهرستان نیز خواست تا جهت پیشبرد هر چه بهتر و سریعتر این مهم، همکاری‌های لازم با دفتر وی در خصوص مزیت‌های ایجاد