



انجام عمل‌های غیر اورژانسی ممنوع است

امدادرسانی اورژانس هوایی لارستان به مصدوم حادثه رانندگی

گذری بر زندگینامه اولین شهید سلامت شهرستان لار «دکتر محبوب زینلی»

انتصاب دکتر محمد اسماعیل حق پرست بعنوان مدیرکل روابط عمومی سازمان محیط زیست کشور

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - دوشنبه ۱۴۰۰/۰۱/۲۳ - بیست و نهم شعبان المعظم ۱۴۴۲ - ۱۲ آبریل ۲۰۲۱ - شماره ۱۶۹۱ - صفحه تک شماره ۲۰۰۰ تومان

۲ محکومیت بر گزار کنندگان عروسی در پاسارگاد به خدمات عمومی در بیمارستان

۳ مشاغل تعطیل، در ایام تعطیلات کرونایی حمایت می شوند؟

۴ در رفتار با افراد کینه ای به این نکات دقت کنید

۶ آیا آب معدنی، واقعا تاریخ انقضا دارد؟

۸ یگانه: کارمان خدمت رسانی است و بیماران شهرهای دیگر را هم پذیرش می کنیم

از حق لارستان برای دریافت دستگاه پرتو درمانی دفاع می کنیم

پردیس علوم پزشکی در بودجه ۱۴۰۰ سهمی ندارد

مجوز داروخانه هلال احمر فقط برای مراکز استان



جدید ترین خبرها و تحلیل های لارستان و جنوب کشور
و کاملترین بانک اطلاعاتی فرهنگ عامیانه لارستان بزرگ

در پایگاه اطلاع رسانی

میلاد لارستان

WWW.MLDL.IR

از حق لارستان برای دریافت دستگاه پرتو درمانی دفاع می کنیم

پردیس علوم پزشکی در بودجه ۱۴۰۰ سهمی ندارد / مجوز داروخانه هلال احمر فقط برای مراکز استان

از ۲۰۰ میلیارد تومان است که رقم بالایی به حساب می آید و همه از جمله دولت و خیرین باید پای کار بیایند تا این مجموعه احداث شود.

رضائی، در مورد اختصاص دستگاه پرتو درمانی به لارستان، گفت: کلیه مجوزها برای دریافت این دستگاه اخذ شده است اما اتفاق تلخی که رخ داد این بود که مسیر قانونی به درستی توسط جاهای دیگر اجرا و پیگیری نشد و مرکزی جلوتر از لارستان افتتاح شد ولی ما از حق لارستان نمی گذریم و در آخرین جلسه که در وزارت برگزار شد مسئولان وزارت قول دادند که امسال این دستگاه به لارستان اختصاص یابد.

وی با بیان اینکه اولویت بندی احداث ساختمان‌های پردیس صورت گرفته و ساخت هر قسمت در حال انجام است، ادامه داد: احداث ساختمان آموزشی، استادسرا، خوابگاه و مجموعه فرهنگی پردیس در اولویت قرار گرفته و در حال انجام است. این مسئول، همچنین از کلنگ زنی سالن ورزشی چندمنظوره ورزشی در مجموعه پردیس با هزینه وزارت بهداشت در آینده نزدیک خبر داد و اذعان داشت: با پیگیری های صورت گرفته به دنبال اخذ وام از وزارت علوم پزشکی هستیم تا خوابگاه دانشجویی دانشگاه را نیز بزودی تکمیل کنیم.

رضائی، درخصوص دلیل عدم صدور مجوز درمانگاه و داروخانه هلال احمر در لارستان نیز گفت: بنا به قوانین ابلاغ شده هیچ ارگانی اجازه ساخت درمانگاه در داخل کشور را نخواهد داشت و فقط هلال احمر می تواند در خارج از کشور درمانگاه احداث کند.

رئیس دانشکده علوم پزشکی لارستان، با بیان اینکه در بحث داروخانه هلال احمر نیز به قانون کمیسیون ماده ۲۰ اعلام شده است که فقط در هر استان یک داروخانه هلال احمر اجازه افتتاح دارد که معمولا به مراکز استان اختصاص داده می شود، اضافه کرد: حتی داروخانه های شهرستان های بروجرد و کیش نیز بدلیل این که در مراکز آن استان ها داروخانه هلال احمر وجود داشته است فعالیتشان متوقف شد.



های لار، اوز و بیرم هستیم که قاعدتا اولویت با بیمارستان های شلوع تر خواهد بود، افزود: در این دیدار بحث حق ماندگاری متخصصین نیز مطرح شد که وزیر بهداشت قول پیگیری داد.

رضائی با تأکید بر اینکه بنظر من مسئله اصلی بیمارستان بیرم بحث دستگاه اکسیژن ساز است که نصب شده اما هنوز در مدار بیمارستان قرار نگرفته، بیان کرد: بهتر است اولویت پیگیری افزایش دستگاه اکسیژن ساز با توجه به شرایط موجود بیماری کرونا باشد.

وی در خصوص موضوع واکسن جهت بیماران خاص منطقه بیرم، تصریح کرد: می توانیم بر اساس بیماران خاصی که ثبت در سامانه شده اند واکسن کرونا تخصیص دهیم و اگر فردی این کار را نکرده نمی تواند از این سهمیه بهره مند شود و اگر افرادی دارای بیماران خاص هستند و تاکنون خود را در سامانه ثبت نام نکرده اند این کار را صورت دهند.

رئیس دانشکده علوم پزشکی لارستان، با اشاره به اینکه با وجود پیگیری های زیاد صورت گرفته متأسفانه کد اعتباری پردیس دانشکده علوم پزشکی لارستان در بودجه سال ۱۴۰۰ قرار نگرفت، اما تلاش خود را خواهیم کرد که در بودجه سال ۱۴۰۱ این اتفاق رخ دهد، عنوان کرد: هزینه ساخت پردیس دانشگاه علوم پزشکی لارستان بیش

کرد: در کنار این موارد ۱۰۰ دوز واکسن نیز به پزشکان مراکز خصوصی نظام پزشکی اختصاص داده ایم.

وی با درخواست از خیرین و بخش خصوصی مبنی بر اینکه اگر می توانند واکسن را از طریق بخش خصوصی خریداری کرده و به منطقه و کشور وارد کنند، عنوان کرد: در حال حاضر مشکل کمبود نقدینگی نیست بلکه دولت هزینه لازم را جهت خرید واکسن اختصاص داده اما شرایط تحریمی و همچنین قوانین کشورها ورود واکسن به کشور را با کندی روبرو کرده است.

رضائی با بیان اینکه تعطیلی آزمایشگاه اعتیاد و مرکز مشاوره ازدواج بیمارستان بیرم این اتفاق بدلیل تدابیر کرونا رخ داده است، گفت: این موضوع مربوط به کل مراکز است و پس از عادی تر شدن شرایط دوباره فعالیت این مراکز ادامه پیدا خواهد کرد.

رئیس دانشکده علوم پزشکی لارستان، با اشاره به اینکه مرکز مشاوره بصورت آنلاین در حال خدمت دهی است و نیاز به مشاوره حضوری نیست، یادآور شد: در واقع تعطیلی در کار نیست بلکه شرایط کرونا باعث شده آزمایش ازدواج متوقف شود.

وی با بیان اینکه در خصوص دستگاه سی تی اسکن بیمارستان بیرم در دیدار با وزیر بهداشت و بنا به قول های داده شده پیگیری سه دستگاه سی تی اسکن برای بیمارستان

به گزارش میلاد لارستان، نشست خبری مسئولان دانشکده علوم پزشکی لارستان با اصحاب رسانه از طریق ویدئو کنفرانس و به شکل غیرحضور انجام شد.

در این نشست، رئیس دانشکده علوم پزشکی لارستان، با تأکید بر اینکه کسانی که قرنطینه خانگی را می شکنند یا کسبه و افرادی که مسائل مقابله با شیوع ویروس کرونا را رعایت نمی کنند اسامی آنها جهت انتشار در اختیار رسانه ها قرار خواهیم داد، اظهار داشت: اینکه گفته می شود اسامی افراد کرونایی را در اختیار رسانه ها قرار دهیم با توجه به آبروی مردم امکان پذیر نیست، اما اگر افرادی رعایت نکنند ما نیز اسامی آنها را در اختیار رسانه ها قرار می دهیم.

دکتر بهزاد رضائی، با اشاره به اینکه تست های کرونایی که در دنیا انجام می شود دارای دقت ۶۰ درصد است و به همین دلیل معمولا دستگاه سی تی اسکن را نیز به کمک آورده ایم تا از نتایج مطمئن تر شویم، افزود: با این وجود این احتمال دارد که برخی مواقع در پاسخ نمونهها اشتباهاتی نیز اتفاق بیافتد. وی با بیان اینکه تمام نقاط لارستان سعی کنند آمار اصلی بیماری کرونا را از کانال دانشکده علوم پزشکی دریافت کنند، ادامه داد: برخی اوقات در جهت ایجاد تلنگر به برخی مناطق، آمار را بصورت منطقه ای نیز منتشر می کنیم تا مردم از وخامت اوضاع بیشتر با خبر شوند.

این مسئول با اذعان به اینکه تا بحال در منطقه تحت پوشش دانشکده علوم پزشکی لارستان ۹۰۰ نفر واکسن دریافت کرده اند که این افراد بر اساس اولویتها واکسینه شده اند، تصریح کرد: اولویت اول ما پرستاران بخش کرونا، کادر پرستاری بیمارستان، مراکز ۱۶ ساعته، مراکز نمونه گیری، پاکبانان با اولویت خطرناک بودن شرایط آنها و بیماران خاص شامل بیماران تحت شیمی درمانی بوده است.

رئیس دانشکده علوم پزشکی لارستان، با اشاره به اینکه در مرحله بعد سایر بیماران خاص و کل کادر درمان و بیماران زمینه ای را در دستور کار داریم، خاطر نشان



امداد رسانی اورژانس هوایی لارستان به مصدوم حادثه رانندگی

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان از مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی، بالگرد اورژانس هوایی در دومین ماموریت سال ۱۴۰۰ خود، یک مصدوم تصادفی محور روستای هرم به بلغان را به بیمارستان امام رضا (ع) لارستان اعزام کرد.

دکتر محمد صباغی، سرپرست مرکز، اظهار داشت: در پی واژگونی یک دستگاه خودرو آریسان و اعلام شاهدان عینی که منجر به مصدومیت ۳ نفر از سرنشینان این خودرو شد بلافاصله تکنسین های پایگاه اورژانس کاریان به محل اعزام و پس از بررسی اوضاع درخواست پرواز بالگرد را به مرکز اعلام کردند.

وی افزود: یکی از مصدومین این سانحه که در شرایط بحرانی قرار داشت با بالگرد به بیمارستان لار منتقل شد و دو مصدوم دیگر نیز توسط کدهای درمانگاه بلغان و هرم به درمانگاه بلغان منتقل شدند.

نهمین مدافع سلامت در هرمزگان به شهادت رسید



سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، از شهادت نهمین نهمین شهید مدافع سلامت هرمزگان، شهید مسعود منصورى کارشناس اورژانس بندر خمیر بر اثر ابتلا به کرونا خبر داد.

دکتر فاطمه نوروزیان، اظهار داشت: متأسفانه نهمین شهید مدافع سلامت استان هرمزگان در راه دفاع از سلامت مردم استان به شهادت رسید. مسعود منصورى از تکنسین های اورژانس بندرخمیر بوده که به دلیل ابتلا به کرونا به شهادت رسید.

سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، گفت: این شهید مدافع سلامت، چهاردهم فروردین امسال (یک هفته قبل) اولین دوز واکسن را دریافت کرده بود؛ اما با توجه به علائم بالینی و میزان درگیری ریه، به نظر می رسید پیش از دریافت واکسن به کرونا مبتلا شده است.

وی تصریح کرد: شهید منصورى که دارای بیماری زمینه ای نیز بود، هجدهم فروردین در بیمارستان بستری شد که پس از سه روز، درگذشت.

نوروزیان گفت: زنده یاد مسعود منصورى متولد سال ۱۳۵۶، متاهل و دارای ۳ فرزند بود که از سال ۸۵ تا ۹۲ به عنوان تکنسین اورژانس جاده ای کپورستان خدمت می کرد و پس از آن به مرکز دیسپچینگ اورژانس بندرخمیر منتقل شد.

وی در پایان تاکید کرد: این شهید ۱۴ سال خدمت صادقانه انجام داد و حسن خلق و پشتکار در انجام امور محوله از مشخصات بارز نامبرده بود.

انجام عمل های غیر اورژانسی ممنوع است



معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی شیراز تاکید کرد که انجام هرگونه عمل غیراورژانسی (الکتیو) خصوصاً عمل های زیبایی، به دلیل شدت گرفتن شیوع کرونا، در همه مراکز درمانی ممنوع است. دکتر اورنگ ایلامی، با اشاره به ابلاغ دستورالعمل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی مبنی بر ممنوعیت پذیرش بیماران الکتیو و لغو عمل های زیبایی و غیرضروری، گفت: این بخشنامه شامل همه مراکز درمانی دولتی، خصوصی، غیردولتی و خیریه است و تمامی بیمارستان ها مکلفند برای حفظ ایمنی و تأمین سلامت بیماران همچنین آمادگی پذیرش بیماران مبتلا به کرونا، بیماران غیراورژانسی را بستری نکنند.

به گزارش ایسنا به نقل از علوم پزشکی شیراز، ایلامی با تاکید بر اینکه موارد اورژانسی شامل بیماری های حاد و اورژانسی است که درمان آنها فوریت دارد و اگر رسیدگی نشود، جان بیمار به خطر می افتد، افزود: برخی اعمال جراحی را می توان برای چند هفته یا ماه به تعویق انداخت، زیرا اگر با توجه به شرایط

مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری فارس از احیا و راه اندازی ۱۷۶ واحد تولیدی بخش کشاورزی راکد در سال جهش تولید در استان فارس خبر داد. خدام حمزه مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری فارس، گفت: با وجود مشکلات عدیده اقتصادی ناشی از شیوع ویروس کرونا و شدیدترین تحریم های ظالمانه آمریکا علیه نظام مقدس جمهوری اسلامی لیکن با مدیریت شایسته استاندار و تلاش دستگاه های اجرایی استان و همکاری بانکها پارسل تعداد ۱۷۶ واحد کشاورزی راکد، شامل دامداری، دامپروری، مرغداری، ترشیجات و صنایع بسته بندی احیا و به چرخه تولید بازگشتند. مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری فارس، با اشاره به تبعات ناشی از تحریم های ظالمانه آمریکا اضافه کرد: دولت در سال جهش تولید با اقدامات حمایتی سعی

محکومیت برگزار کنندگان عروسی در پاسارگاد به خدمات عمومی در بیمارستان



فرماندار پاسارگاد، گفت: داماد و برگزار کنندگان یک مجلس عروسی در این شهرستان به ۵۴۰ ساعت خدمات عمومی در بیمارستان امام جعفر صادق پاسارگاد محکوم شدند. فلاحی، افزود: شهرستان پاسارگاد براساس آخرین رنگ بندی اکنون در وضعیت نارنجی قرار گرفته است و در مصوبات ستاد ملی استانی و شهرستانی کرونا، محدودیت هایی متناسب با این وضعیت، اعمال شده که برخورد قاطع و قانونی با برگزار کنندگان مراسم دورهمی و به ویژه مجالس عروسی از جمله آنها است. فرماندار شهرستان پاسارگاد، اضافه کرد: در پی نظارتی که توسط کارشناسان

سیاست یک بام و دو هوا

بسیاری از ادارات استان فارس دور کاری دو سوم کارکنان را اجرا نمی کنند



بر اساس تحقیقات و گزارش میدانی بسیاری از مدیران دستگاه های دولتی در استان فارس خود را ملزم به رعایت پروتکل های بهداشتی و دور کاری دو سوم از پرسنل خود نمی دانند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرنگاری تسنیم، محدودیت های قرمز کرونایی از ۲۱ فرودین ماه سال جاری به مدت ۱۰ روز در بسیاری از استان های کشور از جمله استان فارس در حالی اعمال می شود که به جرات می توان گفت پیکره کشور در تب بی تدبیری می سوزد و از شدت وخامت اوضاع تمام کشور رنگ خون به خود گرفته است. بسیاری از استان های کشور به لحاظ شدت شیوع کرونا و آمار بالای تعداد مبتلایان و قربانیان در وضعیت هشدار قرار گرفته است و تعداد آمار مبتلایان و قربانیان ناشی از کووید ۱۹ از شکل پلکانی به آسانسوری تغییر وضعیت داده است و موج چهارم این بیماری به لطف مدیریت از هم گسیخته ستاد ملی مقابله با کرونا در ایام نوروز، کشور را به چالش کشیده است. در این شرایط بحرانی که هر روز شاهد میزان رشد ابتلا و مرگ هموطنانمان در بیماری کووید ۱۹ هستیم، دور کاری دو سوم کارکنان دستگاه های اجرایی و اداری همچنین تشدید

درمانی برای پذیرش بیماران مبتلا به کرونا تا عبور از موج چهارم کرونا اجرا می شود، اظهار داشت: کارشناسان نظارت معاونت درمان دانشگاه با هدف صیانت از سلامت بیماران، اجرای الزامی این طرح را در بیمارستان ها و مراکز درمانی دانشگاهی و غیردانشگاهی، مورد بازرسی قرار داده و در صورت مشاهده هرگونه تخلف، اقدامات قاطع قانونی انجام می شود. دکتر قاسم ایزدی، افزود: مردم می توانند در صورت مشاهده هرگونه تخلف در این زمینه، موضوع را از طریق شماره تماس ۱۸۱۹ به کارشناسان مرکز پیش مراقبت های درمانی دانشگاه «MCMC» اطلاع دهند.

احیا و راه اندازی ۱۷۶ واحد تولیدی بخش کشاورزی راکد در فارس



بر آن داشته تا مشکلات واحدهای تولیدی را مرتفع کند. وی برگزاری جلسات کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید استان را بسیار اثربخش دانست و ابراز داشت: بسیاری از این واحدها به علت نداشتن سرمایه در گردش و یا بدهی معوق به سیستم بانکی دچار مشکل و تعطیل شده بودند که با طرح موضوع در کارگروه موصوف مشکلات رفع و مجددا راه اندازی شدند. مدیر کل دفتر هماهنگی امور اقتصادی، با بیان اینکه رفع موانع تولید و حفظ وضع موجود دارای اهمیت ویژه ای است، افزود با راه اندازی این واحدها حدود ۱۲۰۰ شغل احیا شد. حمزه، با تاکید بر اینکه پارسل اقدامات مطلوبی در حمایت از تولید و رونق واحدهای تولیدی و خدماتی صورت گرفت، اضافه کرد: این اقدامات زمینه فعالیت بیشتری برای سال جدید و تحقق شعار تولید، پشتیبانی ها، مانع زدایی ها را فراهم

امام جعفر صادق شهرستان پاسارگاد و تجهیز دستگاه اکسیژن ساز این مرکز درمانی محکوم شدند. وی افزود: قطعاً صدور اینگونه احکام در سطح جامعه بازدارنده خواهد بود و در پی آن نفع عمومی نیز حاصل می شود و جدای از آن متخلفان و افراد بی توجه به مقابله با کرونا، حساسیت و اهمیت این موضوع را درک خواهند کرد. فرماندار شهرستان پاسارگاد، اظهار داشت: صدور این رای، بازتاب مثبت و امیدبخشی در سطح شهرستان نسبت به جلوگیری از برگزاری هرونوع مراسم در زمان شیوع کرونا داشته که جای تقدیر از دستگاه قضایی را دارد.

سیاست یک بام و دو هوا

بسیاری از ادارات استان فارس دور کاری دو سوم کارکنان را اجرا نمی کنند

دستگاه ها و اجرای پروتکل ها تاکید شد اما مشاهدات میدانی نشان می دهد که مدیران این دستگاه های دولتی بر مبنای سلیقه تشخیص می دهند که دور کاری پرسنل انجام شود یا خیر؟ سوال بسیاری از مردم اینجاست که چرا دولت با وجود وخامت اوضاع شیوع کووید ۱۹ در سطح کشور در زمینه رعایت پروتکل های بهداشتی و دستور العمل های ستاد مقابله با کرونا، سیاست « یک بام و دو هوا » را بین دستگاه های دولتی و بخش خصوصی و اصناف خواسته یا ناخواسته دنبال می کند؟! در همین رابطه طی تحقیق خبرنگار تسنیم یکی از این دستگاه های دولتی شیراز در شرایط بحرانی شیوع گسترده کرونا با هدف صفر کردن اعتبارات و بودجه جاری و همچنین تکمیل ارزیابی شاخص های اختصاصی یک ساله از دادن دور کاری به پرسنل خود طفره می روند که جای بسی شگفتی است. مصداق دیگر عدم رعایت پروتکل های بهداشتی در دستگاه های دولتی به گفته برخی از کارکنان یکی از ادارات وابسته به شرکت نفت در استان فارس تا حدودی پروتکل های بهداشتی در آن رعایت می شود اما خبری از دور کاری دو سوم کارکنان نیست و به گفته این پرسنل این مسئله بستگی به نظر رئیس هر اداره دارد.

۱۴ بیمارستان شیراز کرونایی شدند

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز گفت: تعداد بیمارستان های پذیرش بیماران کرونایی در شیراز از ۲ به ۱۴ رسید. معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز گفت: تعداد بیماران کرونایی در فارس بسیار زیاد شده است و وضعیت بستری در بیمارستان ها خوب نیست. او با بیان این که در روزهای ابتدایی امسال فقط دو بیمارستان اختصاصی بیماران کرونایی - بیمارستان های علی اصغر و فقیهی (سعدی) - تعداد اندکی بیمار کرونایی داشتند افزود: متأسفانه اکنون با افزایش ناگهانی تعداد بیماران، تعداد بیمارستان های ویژه کرونایی در شیراز به ۱۴ بیمارستان رسیده است. علاوه بر بیمارستان های دولتی علی اصغر، فقیهی (سعدی)، نمازی و چمران، بیمارستان پشتیبان با ظرفیت ۱۰۰ تخت راه اندازی شده است و بیمارستان های دولتی و خصوصی اردیبهشت، دنا، ام آر آی، کوثر، بعثت، پیوند، شهید بهشتی (شیراز)، تأمین اجتماعی و مسلمین هم بیمار کرونایی بستری خواهند کرد. معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شیراز با بیان این که هم اکنون ۲ هزار و ۹۹ بیمار در بیمارستان های فارس بستری هستند که ۲۴۹ از آن ها تحت مراقبت های ویژه قرار دارند افزود: برای بستری بیماران جدید نیاز به اضافه شدن تخت است. وضعیت موجود ۲۳ شهرستان قرمز و ۱۳ شهرستان نارنجی نگران کننده است و بر اساس تصمیم ستاد ملی و ستاد استانی مقابله با کرونا، محدودیت های جدید اعمال خواهد شد. او از مردم خواست همچنان شیوه نامه های بهداشتی را رعایت کنند و با همکاری با ستاد مقابله با کرونا، برای کاهش تعداد بیماران در روزهای آتی تلاش کنند.

آغاز کوچ عشایر در خنج



به گزارش میلاد لارستان به نقل از گروه استان های باشگاه خبرنگاران جوان، حسن عراقی پور مسئول اداره امور عشایر شهرستان خنج، گفت: با نزدیک شدن فصل گرما، کوچ بهاره خانوار عشایر ایل بزرگ قشقایی از مناطق قشلاقی شهرستان خنج و دیگر مناطق گرمسیری جنوب فارس آغاز شد. وی، بیان کرد: کوچ بهاره ایل قشقایی خنج تا نیمه اول اردیبهشت به مقصد مناطق سرد سیر شمال فارس و استان های اصفهان و چهار محال و بختیاری ادامه دارد.

اتصال ۲۱ روستای استان فارس، به شبکه ملی اطلاعات

سیار ایرانیسل مجهز شده است. مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات استان فارس، شانزدهم فروردین ماه نیز گفته بود: این استان با داشتن چهار هزار و ۲۰۰ کیلومتر فیبر نوری و افزایش ۵۵۵ گیگابیتی پهنای باند بعد از تهران زیرساختی ترین استان کشور از نظر ارتباطی است.



سهرابی افزود: فارس به عنوان هاب منطقه جنوب، علاوه بر سرویس هایی که توسط استان ارائه می شود یکی از درگاه های اصلی کشور است که به استان های همجوار نیز خدمات می دهد و دومین مرکز سویچ بین الملل کشور را دارد.

وی اضافه کرد: پهنای باند ورودی به استان فارس در یک سال گذشته با ۵۵۵ گیگابیت بر ثانیه افزایش ظرفیت به یک هزار و ۹۴۲ گیگابیت بر ثانیه و پهنای باند خروجی استان با ۲۰۰ گیگابیت بر ثانیه افزایش به یک هزار و ۳۱۰ گیگابیت بر ثانیه رسیده و در این دو بخش نسبت به ابتدای دولت تدبیر و امید به ترتیب رشد ۴۷ و ۳۲ برابری داشته است.

سهرابی، گفت: در همین مدت پهنای باند بین الملل یا اینترنت به ۸۷۱ گیگابیت بر ثانیه ارتقا یافته است و نسبت به ابتدای دولت یازدهم با رشد ۱۱۵ برابری و شبکه انتقال نیز با ۱۲۳۳ گیگابیت بر ثانیه افزایش به ۳۳۲۰ گیگابیت بر ثانیه رسیده است و با رشد ۲۱ برابری همراه بوده است.

رسیدگی به ۱۷۰ پرونده گرانفروشی مرغ



مدیر کل تعزیرات حکومتی استان فارس گفت: پرونده های گرانفروشی و یا احتکار مرغ گرم بدون هیچگونه اغماضی در شعب تعزیرات حکومتی استان رسیدگی و متخلفان اعمال قانون می شوند. غلامرضا سالاری، وظیفه سازمان تعزیرات حکومتی را در رسیدگی به پرونده های در حوزه صلاحیت های قانونی یاد آورد شد و گفت: سازمان تعزیرات حکومتی در مقطع فعلی و در راستای حمایت از مصرف کنندگان و به خصوص اقشار ضعیف جامعه اقدام به برگزاری گشت های مشترک نظارتی کرده که در این راستا وضعیت تولید و عرضه مرغ گرم در استان بصورت مستمر توسط گشت های مشترک رصد می شود. وی با اشاره به جزئیات طرح ویژه تعزیرات حکومتی در این رابطه، افزود: مقرر شده به منظور پایه وضعیت تولید و کشتار روزانه مرغ گرم، رییس شعبه تعزیرات به همراه بازرسی در کشتارگاه ها مستقر شوند و خوشبختانه با اقدامات صورت گرفته و افزایش حجم تولید و تشدید نظارت ها در حوزه عرضه، شاهد کاهش نسبی میزان تخلفات بوده ایم. مدیر کل تعزیرات حکومتی استان فارس با اشاره به اینکه اجرای این طرح تا پایان ماه مبارک رمضان ادامه خواهد داشت، گفت: بر متخلفین اقدامات قانونی را بعمل آورند.

پذیرش آنگه
میلاد لارستان
۵۲۲۴۴۷۷۵
۵۲۲۴۴۳۸۴۴

مشاغل تعطیل، در ایام تعطیلات کرونایی حمایت می شوند؟

تعطیلی اصناف به مدت دو هفته، مجدد در شهرهای قرمز اجرا شده است، اما صنوف مختلف معتقدند که دولت توانسته در این راستا از آنها حمایت کند.

تمامی مشاغل گروه دو، سه و چهار به مدت دو هفته یا ۱۰ روز کاری تعطیل خواهند بود. با وجود اینکه این اولین تجربه اصناف مختلف در رویارویی با این گونه تعطیلات نیست، اما همچنان مشکلاتی دارند و در ایام تعطیلات با این مشکلات دست و پنجه نرم می‌کنند. در این حمایت‌ها شاید بیشتر اهل کسبه با موضوعاتی نظیر مالیات، عوارض و حق بیمه‌هایی که شاید به علت عدم درآمد به عقب افتاده است، به چشم می‌خورد.

انقراض بندی بدهی‌های مالیاتی واحدهای کرونانه

رئیس کل سازمان امور مالیاتی کشور، با صدور بخشنامه‌ای اعلام کرد: با توجه به شرایط موجود اقتصادی و به منظور جلوگیری از بروز اختلال در روند تولید و اشتغال، مدت زمان تسطیت بدهی مالیاتی بنگاههای تولیدی غیردولتی، از سه سال به پنج سال افزایش می‌یابد. پارسا با صدور بخشنامه شماره ۹۲/۹۹/۲۰۰ مورخ ۱۱/۱۲/۱۳۹۹، حکم بندهای (۱) و (۲) مصوبه پنجاه و ششمین جلسه شورای عالی هماهنگی اقتصادی مورخ ۲۲/۱۰/۱۳۹۹ را به ادارات کل امور مالیاتی سراسر کشور ابلاغ کرد.

براساس این بخشنامه، حکم بندهای مصوبه مذکور که به تأیید مقام معظم رهبری رسیده است، بدین شرح است:

۱- با توجه به شرایط موجود اقتصادی، تا پایان سال ۱۴۰۰، به منظور جلوگیری از بروز اختلال در روند تولید و اشتغال و با هدف امکانپذیر نمودن وصول مطالبات مالیاتی از بنگاههای تولیدی غیردولتی، مدت زمان تسطیت مندرج در ماده (۱۶۷) قانون مالیات‌های مستقیم، صرفاً برای بنگاههایی که برنامه احیای تولید و ساماندهی مالی آنها به تأیید ستاد ملی تسهیل و رفع موانع تولید رسیده است، به حداکثر ۶۰ ماه افزایش می‌یابد.

۲- به ستاد ملی تسهیل و رفع موانع تولید اجازه داده می‌شود تا پایان سال ۱۴۰۰، به منظور جلوگیری از تعطیلی بنگاههای تولیدی که طرح احیای تولید و ساماندهی مالی آنها به تأیید آن ستاد رسیده است، نسبت به تعویق

یک ساله و فقط برای یک بار اجرائیهایی که به درخواست سازمان امور مالیاتی کشور، تأمین اجتماعی، شرکت‌های آب، برق، گاز، شبکه بانکی و شهرداری‌ها علیه بنگاههای مذکور صادر گردیده، در صورت تعیین تکلیف، استمهال و تسطیت بدهی‌ها توسط ستاد مذکور اقدام نماید. دستگاه‌های مزبور و بانک‌ها می‌توانند در صورت تصویب ستاد ملی تسهیل و رفع موانع تولید، نسبت به تعویق اجرائیه‌های مربوط اقدام کنند. بعد از این تنفس برای مالیات، یکی از مواردی که به نظر می‌رسد باید توسط اتحادیه‌ها به آن توجه شود، بحث راه اندازی سامانه‌های الکترونیکی است. البته طی یک سال و چند ماه گذشته که تمامی کسب و کارها در کشور با ضعف شدن بازار تولید و عرضه مواجه شده‌اند، اما گسترش کسب و کارهای مجازی را به طور بی سابقه در ایران شاهد بودیم.

نقل مکان کسب و کارهای واقعی به دنیای مجازی ۳ برابر افزایش یافت

طبق آمار مرکز توسعه تجارت الکترونیک در ۶ ماه نخست سال ۹۹ تعداد نمادهای اعتماد الکترونیک به سایت‌ها ۳ برابر و حجم معاملات در سایت‌هایی که این نماد را دارند ۳/۸ برابر نسبت به مدت مشابه سال ۹۸ افزایش پیدا کرد. بر این اساس، ارزش اسمی معاملات تجارت الکترونیک ۶۳۹ هزار میلیارد تومان بوده که نسبت به مدت مشابه سال قبل، ۲۸۴ درصد رشد داشته است. ارزش حقیقی معاملات تجارت الکترونیک ۱۱۱۰ میلیارد تومان بوده که نسبت به مدت زمان مشابه سال قبل، ۲۱۷ درصد رشد داشته و مبلغ هر خرید الکترونیک به طور میانگین ۴۱۷ هزار تومان برآورد شده که نسبت به مدت مشابه سال قبل، ۱۵۲ درصد رشد داشته است.

مبلغ تراکنش‌ها در ماه فروردین با رشد ۲۲۷ درصدی از ۱۲ هزار و ۱۶۶ میلیارد تومان در سال ۹۸ به بیش از ۳۹ هزار و ۷۷۰ میلیارد تومان در سال ۹۹ رسیده است که این میزان در اردیبهشت ماه با رشد ۳۲۷ درصدی از ۱۸ هزار و ۵۹۶ میلیارد تومان، به ۷۹ هزار و ۴۷۸ میلیارد تومان دست یافته است.

همچنین در خردادماه مبلغ تراکنش‌های اینترنتی ۲۰۴ درصد رشد نسبت به سال گذشته را تجربه کرد و از ۱۹ هزار و ۳۰۶ میلیارد تومان در سال



گذشته به بیش از ۵۸ هزار و ۶۸۹ میلیارد تومان در سال ۹۹ رسید، در تیرماه شاهد رشد ۴۰۰ درصدی در مبلغ تراکنش‌های اینترنتی بودیم که از ۲۱ هزار و ۴۷۳ میلیارد تومان در سال ۹۸ به بیش از ۱۰۷ هزار و ۴۷۱ میلیارد تومان در سال جاری رسیده است. مرداد ماه، رشد ۳۲۱ درصدی مبلغ تراکنش‌های اینترنتی را داشتیم که ۲۱ هزار و ۶۳۸ میلیارد تومان در سال ۹۸ را به بیش از ۹۱ هزار و ۱۹۱ میلیارد تومان در سال ۹۹ به ثب رساند و در آخرین ماه تابستان با رشدی ۲۰۳ درصدی از ۲۳ هزار و ۴۰۱ میلیارد تومان به ۷۰ هزار و ۹۲۳ میلیارد تومان رسید. برخی از کاسبان معتقدند که از زمان شیوع ویروس کرونا در ایران تاکنون، فروش اینترنتی بهتری را نسبت به فروش حضوری شاهد بودند به طوری که برخی از واحدهای مغازه‌های به طور کامل تعطیل و در فضای منزل خود اقدام به فروش اینترنتی می‌کنند. یکی از مشکلات واحدهای صنعتی، چک‌هایی است که باید در این ایام تعطیلی پاس کنند، اما به دلیل بسته بودن واحد صنعتی و نداشتن درآمد کافی معمولاً چک‌ها برگشت می‌خورند.

درخواست اصناف برای مرعات برگشت زدن چک‌ها

ابراهیم درستی نماینده وزارت صمت در اتاق اصناف، اظهار کرد: اصناف چه در تجربه‌های گذشته و چه در تجربه رویارویی با کرونا، پای کار بوده‌اند و از قوانین پیروی می‌کردند، اما انطور که باید نتیجه این رعایت کردن‌ها را نمی‌بینند. وی افزود: در اواسط پاییز سال گذشته که ستاد ملی مقابله با کرونا اقدام به تعطیلی دو هفته‌ای اصناف گروه شغلی ۲، ۳ و ۴ در شهرهای قرمز کرد، پیشنهاد دادیم بستری فراهم شود تا تاریخ

افزایش ۳۹ درصدی حقوق مستمری بگیران تأمین اجتماعی



مدیرکل مستمری‌های سازمان تأمین اجتماعی گفت: پرداختی اردیبهشت ماه به مستمری بگیران حداقل ۴ میلیون و ۳۰۰ هزار تومان است.

به گزارش میلادلاستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، ناهید حیدری مدیرکل مستمری‌های سازمان تأمین اجتماعی با اشاره به مبلغ مستمری فروردین ماه اظهار کرد: مبلغ مستمری ماه فروردین همراه با افزایش‌های سایرانه طبق قانون سازمان تأمین اجتماعی است.

وی ادامه داد: متناسب‌سازی مرحله دوم در سال ۱۴۰۰ محاسبه شده و تقدیم حضور بازنشستگان و مستمری بگیران می‌شود.

مدیرکل مستمری‌های سازمان تأمین

عراقچی: بزرگترین مانع احیای برجام، عدم تمایل آمریکا به توقف تحریم‌های دوره ترامپ است



معاون سیاسی وزیر خارجه کشورمان در مصاحبه‌ای تأکید کرد: بزرگترین مانع احیای برجام این است که ایالات متحده تمایلی به متوقف کردن تحریم‌های اعمال شده توسط دولت ترامپ ندارد.

به گزارش میلادلاستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، سیدعباس عراقچی در گفت‌وگو با شبکه NHK ژاپن تأکید کرد: ما در مسیر درستی حرکت می‌کنیم و فضای گفت‌وگوها سازنده و مثبت است. اما باید بدانیم که این کار آسان نخواهد بود، بنابراین ما دوباره مذاکره خواهیم کرد و مذاکرات را از سر خواهیم گرفت.

وی افزود: بزرگترین مانع احیای برجام این است که ایالات متحده تمایلی به متوقف کردن تحریم‌های اعمال شده توسط دولت ترامپ ندارد. موضع ما این است که اگر

ایران، از صادرکنندگان رادیوداروها در جهان است



رئیس سازمان انرژی اتمی گفت: امروز رادیوداروهای بسیاری به هند، لبنان، عراق و برخی کشورهای اروپایی صادر می‌کنیم و با مقیاس وسیع‌تری صادرکننده رادیو دارو خواهیم بود.

به گزارش میلادلاستان به نقل از خبرگزاری مهر، علی اکبر صالحی رئیس سازمان انرژی اتمی در برنامه نگاه یک سیما به مناسبت روز ملی انرژی هسته‌ای گفت: همواره وقتی نامی از سازمان انرژی اتمی می‌آید، همه یاد غنی‌سازی می‌افتند؛ در صورتی که حوزه فعالیت ما وسیع است و در سلامت، صنعت و کشاورزی کارهای گسترده‌ای انجام داده‌ایم.

وی ادامه داد: بخش بزرگی از ۱۳۳ دستاورد هسته‌ای کشور شامل حوزه‌هایی همچون کشاورزی می‌شود. سامانه پروتودی در شهرهای مختلف برای بالا بردن عمر

گزارش از حسین فطرتی

خلیفه داعش، نمونه ای از اقدام آمریکا در تروریست‌پروری

بعثی و در رأس آن داعش در زندان‌های آمریکا در عراق به ویژه زندان بوکایا بصره بوده زیرا آمریکا همه تندروها و جنایتکاران سابقه دار بعثی و غیر بعثی را گرد هم آورد و به آنان اجازه کرده‌هایی و تبادل آرا برای دست یافتن به تقاهم و ایجاد سازمانی نه برای هدف گیری اشغالگران آمریکایی بلکه شهروندان عادی عراق داد زیرا بیشتر سرکرده های داعش از ابوبکر البغدادی تا خلیفه ابو ابراهیم الهاشمی القرشی و دیگر فرماندهان نظامی امنیتی و قانونی!! داعش از زندان های آمریکا درآمده اند که نمی تواند انقافی باشد.

روزنامه آمریکایی واشنگتن پست چندی پیش اعلام کرد ابوابراهیم الهاشمی القرشی سرکرده فعلی داعش با زندانبانهای آمریکایی در بازجویی همکاری داشته به ویژه هنگامی که

بعثی و در رأس آن داعش در زندان های آمریکا در عراق به ویژه زندان بوکایا بصره بوده زیرا آمریکا همه تندروها و جنایتکاران سابقه دار بعثی و غیر بعثی را گرد هم آورد و به آنان اجازه کرده‌هایی و تبادل آرا برای دست یافتن به تقاهم و ایجاد سازمانی نه برای هدف گیری اشغالگران آمریکایی بلکه شهروندان عادی عراق داد زیرا بیشتر سرکرده های داعش از ابوبکر البغدادی تا خلیفه ابو ابراهیم الهاشمی القرشی و دیگر فرماندهان نظامی امنیتی و قانونی!! داعش از زندان های آمریکا درآمده اند که نمی تواند انقافی باشد.

روزنامه آمریکایی واشنگتن پست چندی پیش اعلام کرد ابوابراهیم الهاشمی القرشی سرکرده فعلی داعش با زندانبانهای آمریکایی در بازجویی همکاری داشته به ویژه هنگامی که



کاهش

آیا الیزابت آخرین مقام سلطنتی انگلیس خواهد بود؟



عمدا مارکل را تحت فشار روحی قرار داده‌اند؟ کارشناسان معتقدند که فقط از طریق تحقیقات مستقل درباره سابقه طولانی اتهامات وارد شده می‌توان به پایان ماجرا رسید.

الیزابت برای مهار فشارها علیه دستگاه سلطنتی با صدور بیانیه‌ای ۶۱ کلمه‌ای تصدیق کرد که موضوعات مطرح شده توسط نوه و عروس خانواده سلطنتی، به ویژه در مورد نژاد، نگران کننده بود. وی با این حال ادعا کرد که برخی از خاطرات مطرح شده در مصاحبه، ممکن است متفاوت باشد. الیزابت تصریح کرد که نگرانی‌های مطرح شده به طور جدی اما خصوصی رسیدگی خواهد شد. همان زمان فعالان حقوق بشری تأکید کردند که الیزابت یک فرصت مهم را برای شناسایی و محکوم کردن این معضل رفتاری از دست داد. کنشگران هشدار دادند که طرح این موضوع به عنوان یک مسئله خانوادگی خصوصی از سوی الیزابت به معنای «عدم پاسخگویی عمومی». درباره و شخص او در کسوت رهبر کشور است. حلیمه بیگم، رئیس یکی از سازمان‌های مبارزه با نژادپرستی در انگلیس گفت «دربار حق دارد تا به این مساله در خلوت خود رسیدگی کند اما افکار عمومی به

طومار می‌خوانیم: ما می‌توانیم یک حکومت دموکراتیک، در کنار پارلمان منتخب داشته باشیم.

پادشاه، ملکه، لرد، شاهزاده و دوشیزه کافی است. مردم باید بتوانند آزادانه رهبر کشور را انتخاب کنند. این درحالیست که بر اساس طومار پادشاه، اعضای خاندان سلطنتی سالانه ۳۴۵ میلیون پوند پول مالیات دهندگان را صرف تجملات و زندگی شخصی‌شان کرده و فقط برای تحکیم پایه‌های قدرت خود در امور سیاسی دخالت می‌کنند. نظام سلطنتی به گفته جمهوری خواهان، خلاف ارزش‌ها و اصول انگلیسی است که برای حفظ آبروی کشور باید برچیده شود.

تاکنون ۷ هزار و ۵۰۹ نفر این طومار را در تارنمای republic.org.uk امضاء کرده و این آمار از دیرپوز که پرنس فیلیپ همسر ملکه انگلیس درگذشت به سرعت روبه افزایش است. هم زمان طومار الکترونیکی دیگری در تارنمای پارلمان انگلیس ثبت شده که در آن امضاء کنندگان خواستار برگزاری همه‌پرسی پیرامون ضرورت ادامه نظام سلطنتی هستند. این طومار نیز تاکنون ۵ هزار و ۳۰۲ امضاء جمع کرده است. درگذشت پرنس فیلیپ، همسر ۹۹ ساله ملکه انگلیس گمانه‌زنی‌ها درباره کناره‌گیری الیزابت از تاج و تخت را تشدید کرده است. او پیشتر به نزدیکانش گفته بود در صورتی که تا سن ۹۵ سالگی زنده بماند، قدرت پادشاهی را به پسرش «پرنس چارلز» اعطا می‌کند. او که برای فوت همسرش ۸ روز عزای عمومی اعلام کرده، اکنون ۹۴ سال سن دارد و دو هفته دیگر ۹۵ ساله می‌شود. رسانه‌های انگلیس نیز ضمن بازتاب درگذشت پرنس فیلیپ این سوال را مطرح کرده‌اند که آیا الیزابت می‌تواند با این ضایعه کنار آمده و تاج و تخت را حفظ کند. گفتنی است که درباره سلامت جسمانی او نیز اخبار ضد و نقیضی منتشر می‌شود.

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

رفتار با افراد کینه ای باید به گونه ای باشد که مانع از بروز سوء تفاهم شود شما باید شناخت خود را بر روی این افراد بیشتر کنید و روابط خودتان را با یک کنترل نمایید توجه داشته باشید که قطع ارتباط کامل با این افراد می تواند روابط شما را بدتر کند بنابراین باید توجه کنید این افراد به شدت روی رفتارهای شما حساسیت دارند همچنین باید در زمان بروز اشتباهات به سرعت از آن ها عذرخواهی کنید. همه ما ممکن است در روابط اجتماعی خود با دیگران افرادی که دارای کنیه هستند را دیده باشیم رفتار با این دسته از افراد بسیار سخت و دشوار است و احساسی در شما همواره ایجاد می کند جانب احتیاط را با آن ها رعایت کنید اغلب این افراد حافظه بسیار قوی دارند و به دقت رفتارهای شما را مورد وارسوی قرار می دهند چنین ویژگی هایی می تواند هر فردی را برای برقراری ارتباط دچار ترس کند. اما به راستی چگونه می توان به این افراد روابط اجتماعی برقرار کرد؟ پیش از هر چیز در برقراری ارتباط با این افراد باید بدانید که آن ها به شدت به رفتارهای دیگران توجه نشان



بی‌خوابی مشکل رایجی است و دلایل مختلفی برای آن وجود دارد. اما یکی از متفاوت‌ترین آن‌ها حس «انتقام» است.

آیا با وجود اینکه می‌دانید فردا باید صبح زود بیدار شوید، سرکار بروید یا به کارهای مهم خود رسیدگی کنید، باز هم بیدار می‌مانید؟ بسیاری از افراد با وجود اینکه می‌دانند باید زود بخوابند اما باز هم بیدار می‌مانند و انقدر سر خودشان را با کارهای مختلف از بازی با گوشی گرفته تا انجام کارهای غیر ضروری گرم می‌کنند که کار از کار می‌گذرد و به روال همیشگی خود باز هم دیر به رخت‌خواب می‌روند.

چرا با وجود خواب آلودگی به خواب نمی‌روید؟

در حقیقت این افراد با مایع‌تراشی خوابیدن را به تأخیر می‌اندازند. ایدهٔ به تعویق انداختن خواب در مطالعه‌ای در سال ۲۰۱۴ در هلند مطرح شد که تعریفش این است: «خوابیدن در زمان مقرر به‌طوری‌که هیچ دلیل بیرونی مشخصی برای این کار

در رفتار با افراد کینه ای به این نکات دقت کنید

می دهند رفتارهای نمایشی که از سوی این

افراد رخ می دهد و دارای شکل های نامناسب است می تواند موجب آزار شما و دیگران شود به همین جهت پیش از ارتباط گرفتن با این افراد به خوبی باید آن ها را بشناسید و به این ویژگی ها واقف باشید. یکی از نکات مهم در رفتار با افراد کینه ای این است که باید از آن ها عذرخواهی کند در این صورت کمتر مورد کینه قرار می گیرید.

نحوه رفتار با افراد کینه ای:

اگر باعث ناراحتی یک فرد کینه ای شده اید باید چگونه با او برخورد کنید؟ بهترین گام برای بهبود رابطه با اینگونه از افراد معذرت خواهی کردن است اگر واقعا اشتباه و خطا از سوی شما رخ داده است باید از فرد مقابل خود معذرت خواهی کنید سعی کنید این اشتباه خود را جبران کنید و از فرد مقابل این فرصت را بخواهید اما اگر اشتباه از سوی شما رخ نداده است می توانید بگویید با اینکه مشکل از سوی من نبوده است بابت بروز این ناراحتی و سوء تفاهم عذرخواهی می کنم نشان دهید که بابت این اتفاق متاسف هستید و تلاش خود برا

ی خود را جبران کنید و از فرد مقابل این فرصت را بخواهید اما اگر اشتباه از سوی شما رخ نداده است می توانید بگویید با اینکه مشکل از سوی من نبوده است بابت بروز این ناراحتی و سوء تفاهم عذرخواهی می کنم نشان دهید که بابت این اتفاق متاسف هستید و تلاش خود برا

آیا در برابر خوابیدن مقاومت می کنید؟

وجود نداشته باشد.« مفهوم «انتقام گرفتن» در سال ۲۰۲۰ به این عنوان اضافه شد. در واقع به تعویق انداختن خواب در افرادی که حس می‌کنند بر زمان خود کنترل ندارند و به دنبال راهی برای پیدا کردن اوقات فراغت شخصی هستند اتفاق می‌افتد. این افراد انگار در حال انتقام گرفتن از اوقات کار هستند و برای به دست آوردن اوقات فراغت بیشتر بیدار می‌مانند. این افراد به هر ترتیبی که هست تلاش می‌کنند بیدار بمانند و در این میان انگار می‌خواهند از زندگی انتقام بگیرند.

عوامل شخصیتی نیز در این عمل دخیل هستند. بین میزان تأخیر در زندگی روزمره و تعویق خواب رابطه وجود دارد. ویژگی‌هایی مانند تکانشگری، حواس پرتی، و فقدان خودتنظیمی با تعویق خواب رابطه دارند. افرادی که دارای این ویژگی‌ها هستند در زمان قبل از خواب شروع به پردازش احساساتی می‌کنند که در طول روز سرکوب کرده‌اند. احساساتی از قبیل ناامیدی، ترس، عصبانیت و اضطراب که در طول روز خاموش بوده‌اند در هنگام شب باز می‌گردند. برخی تحقیقات نشان می‌دهند هرچه افراد بتوانند خودشان و زمانشان را بیشتر تنظیم کنند این امکان دارد که بتوانند بر خواب خودشان نیز کنترل بیشتری داشته باشند.

تمرین کنید و زمانبندی داشته باشید

اخیرا تکنیکی مطرح شده است به نام «ساعت خاموشی» که به بیماران مبتلا به اختلال خواب کمک کرده است. این تکنیک‌ها برای یک ساعت قبل از خواب برنامه‌ریزی می‌کند و به این معنی است که شما باید یک ساعت پیش از ساعتی که می‌خواهید به خواب بروید، در حقیقت آماده خواب شوید. این تمرین‌ها آماده سرعت پردازش ذهنی را کاهش می‌دهند و به شما کمک می‌کنند در هنگام خواب از فناوری فاصله بگیرید. این تکنیک از سه بخش تشکیل شده است:

دیگران آزرده می شوند و خانواده باید به خوبی این ویژگی آن ها را بشناسند. از سویی ممکن است خانواده این افراد را مورد سرزنش قرار دهند تفاوت قائل شدن والدین میان فرزندان نیز از دیگر علت هایی است که می تواند در بروز این مشکل سهیم داشته باشد.

فاصله ها را بر نندارید:

توضیه می شود تا فاصله خود را با این افراد حذف نکنید در واقع این امر زمانی باید مورد توجه باشد که شما بعد از رابطه داشتن با این فرد متوجه کینه ای بودن او می شوید در این زمان ها نباید به طور کامل رابطه خود را قطع کنید زیرا روابط شما را بدتر می کند. شما باید سعی کنید تا فاصله کافی را حفظ کنید همچنین باید به حساسیت های بی مورد این افراد نسبت به سایرین نیز توجه کافی داشته باشید. توجه داشته باشید که رفتارهای کوچک شما نیز می تواند این افراد را تحت تاثیر قرار دهد این افراد به محض قطع کردن رابطه ممکن است از شما انتقام بگیرند.

کینه ای بودن دلیلی دارد:

در رفتار با افراد کینه ای باید توجه داشته باشید که برخی از عوامل موجب بروز این رفتار می شود حال این علت ها منطقی یا غیر منطقی باشد شما باید با این افراد رفتار خاصی داشته باشید خیلی از این افراد از انتقادهای

۲۰ دقیقه اول به کارهایی اختصاص بدهید که واقعا ضروری است و باید انجام شود.

۲۰ دقیقه دوم برای بهداشت اختصاص داده شده است. (مانند حمام رفتن یا مسواک زدن)

۲۰ دقیقه آخر برای آرامش است. (مانند مراقبه، سکوت، بستن چشم‌ها یا نوشتن یادداشت‌های روزانه و کوتاه)

با استفاده از این روش، شما فقط به رفتارهای خاص خودتنظیمی نمی‌پردازید بلکه افکار و احساسات خود را در نظر دارید. یک زمان سنج تنظیم کنید و برای هرکاری زمانبندی در نظر بگیرید. برای مسواک زدن، زمان حمام رفتن زمان و کارهای آخر شب خود از زمان سنج استفاده کنید، سعی کنید خود را حفظ کنید و در زمان تعیین شده کارتان را انجام دهید. سعی کنید حساسیت‌هایتان برای خوابیدن را بشناسید؛ از حساسیت به نور گرفته تا سکوت محیط. فراموش نکنید که به تعویق انداختن خواب می‌تواند نوعی انتقام گیری از خود و زندگی باشد برای همین با علم به این احساسات سرکوب شده سعی کنید روند و ضرباهنگ رفتارهای قبل از خوابتان را به دست بگیرید. مطابق یک برنامه مشخص قبل از خواب رفتار کنید. اگر برنامهٔ مشخصی نداشته باشید همواره دچار یک اضطراب و احساس دوگانه خواهید بود. وقتی دیر می‌خوابید دچار عذاب خواهید شد و صبح هم که سرحال نیستید خودتان را به خاطر دیر خوابیدن ملامت خواهید کرد اما این احساس ملامت لزوماً به شما کمک نمی‌کند. شما باید ضرباهنگ زمان قبل خوابتان را تنظیم کنید تا بتوانید از شر احساسات منفی خلاص شوید. وقتی احساس کنترل بر زمان خود را ندارید بیشتر خودتان را سرزنش می‌کنید و این فرایند مانند یک چرخه تکرار خواهد شد. راهی وجود ندارد، شما باید تلاش کنید حداقل به زمان قبل خوابتان کنترل بیشتری اعمال کنید و از این طریق به خودتنظیمی برسید.

چرا نباید علائم بیماری را در گوگل جستجو کنیم؟

ششمین پایگاه اینترنتی محبوب جهان برای اطلاعات پزشکی است. این یک حقیقت بسیار رعب آور است، زیرا این وبسایت به هیچ عنوان قابل استناد نیست، زیرا هر فردی می‌تواند از هر جایی در جهان مطالب آن را ویرایش کند. گرچه ویکی پدیا در حال اصلاح قوانین ویرایشی خود است، اما در حال حاضر نمی‌توانید به طور قطع به داده‌های آن اطمینان کنید.

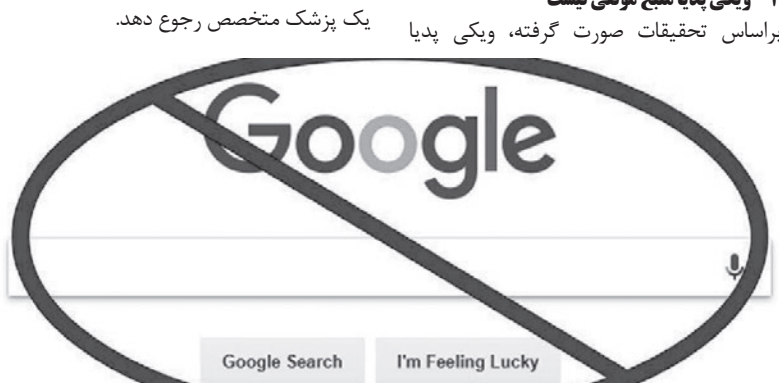
۳- جستجوی اینترنتی علائم بیماری باعث اضطراب و نگرانی می‌شود

بسیاری از علائم بیماری‌ها با یکدیگر شباهت دارند. در بسیاری از موارد گوگل در جستجوی علائم بیماری، به فرد عمل جراحی یا شرایط حاد مانند ابیلا به سرطان را معرفی می‌کند. این موارد باعث ضربات روحی به فرد و مشکلات روانی می‌شود. اضطراب، استرس و نگرانی از جمله مواردی است که در این افراد دیده می‌شود.

۴- هزینه‌های بیمار را افزایش می‌دهد

جستجوی علائم بیماری در گوگل می‌تواند باعث ایجاد مشکلات روحی و روانی شود که در برخی موارد فرد مجبور به مراجعه به روانشناس می‌شود. همچنین اطلاعات اشتباه درباره بیماری ممکن است باعث انحراف از درک بیماری و مراجعه به یک پزشک متخصص غیر مرتبط با بیماری خود شود. همچنین متأسفانه ممکن است فرد به طور سر خود اقدام به خرید و مصرف برخی داروها کند. در تمامی موارد ذکر شده هزینه‌های اضافی به بیمار تحمیل می‌شود.

به طور کلی بهتر است در صورتی که شناختی از بیماری خود ندارید، در ابتدا به یک پزشک عمومی مراجعه کنید. پزشک عمومی می‌تواند براساس علائم و شرایط بیمار، او را برای درمان به یک پزشک متخصص رجوع دهد.



کار خود کارفرمایی کینه ای دارید باید بدانید که ممکن است این موقعیت دشوارتر شود در این زمان ها باید سعی کنید تا حمایت های همکاران خود را نیز داشته باشید شما نباید شکایتی از دیگران داشته باشید زیرا شکایت کردن در این مواقع می تواند شرایط را بدتر کند و موجب کینه ای تر شدن فرد می شود. بهتر است به جای تغییر اوضاع افکار خودتان را تغییر دهید بنابراین باید دید خود را نسبت به موضوع تغییر دهید مثلا باید تصور کنید که این فرد نسبت به همه کینه ای رفتار می کند.



دو راه اساسی

برای جلوگیری از نگرانی‌های بی‌دلیل

مشکلی است که می‌توانم حل کنم؟ و یا باید احساس خودم را درمورد مشکل تغییر دهم؟ « اگر شرایط تحت کنترل شمامست، می‌توانید با مشکل مقابله کنید، اما اگر از کنترل شما خارج است، بر تغییر حالت عاطفی خود تمرکز کنید. بنابراین، برای مقابله با احساسات ناخوشایند خود هنگامی که امور از کنترل شما خارج می‌شوند، از مهارت‌های سالم کتر آمدن با مشکلات مانند سرگرمی یا تمرین مدیتیشن استفاده کنید.

زمانی برای نگرانی در نظر بگیرید

بیشتر افرادی که به مطب روانشناسان مراجعه می‌کنند و به دنبال راه حلی برای چگونگی جلوگیری از نگرانی هستند، راه سریع و آسان آن را می‌خواهند، اما اگرچه یک حقه جادویی یا یک قرص خاص وجود ندارد که باعث شود شما نگران نباشید، ولی یک تفرد روانشناختی وجود دارد که می‌تواند به شما کمک کند تا نگرانی خود را حفظ کنید و این تفرد برنامه‌ریزی زمان نگرانی است. این تفردند شاید مضحک به نظر برسد، اما واقعا مؤثر است و مطالعاتی برای تهیه نسخه پشتیبانی از آن انجام شده است.

هر روز ۱۵ دقیقه از زمان خود را برای نگرانی درمورد مسئله ای اختصاص دهید و این موضوع را در تقویم خود علامت‌گذاری کرده و یا آن را به برنامه خود اضافه کنید و اگر می‌توانید با آن سازگار باشید و به این جمله فکر کنید: «من هر شب از ساعت ۷ تا ۷:۱۵ بعد از ظهر به موضوع موردنظر خود فکر می‌کنم و بعد از آن نگران می‌شوم» (هرچند ممکن است درست قبل از خواب نگران نباشید و این کار ممکن است شما را از خواب بیدار کند)

هر وقت خارج از محدوده در نظر گرفته خود، نگران مسئله‌ای شدید، به خود یادآوری کنید که وقت آن نرسیده است و زمان کافی برای فکر کردن در مورد این نگرانی‌ها در زمان خودش وجود دارد. نگرانی‌ها که به زمان نگرانی خود رسیدید، در مورد هر چیزی که می‌خواهید نگران باشید، بنشینید و به همه نگرانی‌هایی که از عهده شما خارج است، فکر کنید و در صورت تمایل می‌توانید آن‌ها را یادداشت کنید.

سپس، پس از گذشت ۱۵ دقیقه، به خود بگویید که زمان آن فرا رسیده است که به زندگی روزمره خود بگردید. به همین خاطر، برخیزید و به کار معمول خود بپردازید، چرا که تحقیقات نشان می‌دهد با تمرین مداوم، فقط ۱۵ دقیقه در روز نگرانی خواهید داشت و اگر هر روز و هر دقیقه نیز نگران هستید، می‌توانید از این شیوه استفاده کنید.

عضله ذهنی خود را بسازید

تقویت ذهنی، مستلزم داشتن حس کنترل متعادل است. به هر حال، شما می‌توانید کارهای زیادی برای افزایش شادی و موفقیت خود انجام دهید، اما نمی‌توانید همه عوامل اطراف خود مانند شرایط آب و هوایی، اقتصادی یا رفتار دیگران را کنترل کنید.

وقتی دیگر نگران چیزهایی نیستید که نمی‌توانید کنترل کنید، وقت و انرژی بیشتری خواهید داشت تا به چیزهایی که کنترل آن‌ها را دارید، اختصاص دهید و این مسئله می‌تواند شما را به بالاترین میزان پتانسیل‌تان برساند.



همه ما گاهی اوقات سر مسائلی نگرانی داریم که نمی‌توانیم شرایط مربوط به آن‌ها را کنترل کنیم، اما برخیترفندهای روانشناسی به ما کمک می‌کنند تا این نگرانی‌ها را کنار بگذاریم. نگرانی افراد ناشی از تمایل به کنترل همه شرایط است، چرا که آن ها اغلب می‌خواهند محیط خود را کنترل کنند و یا ممکن است تمایل داشته باشند نتیجه هر کاری را تحت کنترل خود درآورند، اما باید بدانند هرچه بیشتر سعی کنند که همه چیز را در اطراف خود کنترل کنند، احساس اضطراب بیشتری خواهند داشت.

این مسئله یک چرخه ناقص است که باید شکسته شود. یعنی نگران می‌شوید، تلاش می‌کنید که کنترل را به دست بگیرید، شکست می‌خورید، دوباره نگران می‌شوید و باز هم این کارها را تکرار می‌کنید.

نگرانی در مورد مسائلی مانند وضعیت اقتصادی یا رفتار شخص دیگری که بر آن‌ها کنترلی ندارید، شما را از قدرت ذهنی لازم برای بهترین بودن خودتان دور می‌کند.

این مسئله همچنین می‌تواند به عادت‌های سعی دیگر مانند سرزنش بیشاز حد خود یا دیگران منجر شود.

خوشبختانه، شما مجبور نیستید که تا آخر عمرتان، به عنوان یک فرد همیشه نگران باقی می‌مانید و می‌توانید ذهن خود را کنترل کنید و به‌میزان آموخته شوید تا متفاوت فکر کنید. در ادامه، روش های روانشناسی را مشاهده می‌کنید که می‌توانند هنگام نگرانی برای مسائلی که روی آن‌ها کنترلی ندارید، مورد استفاده قرار گیرند.

یک حس کنترل واقع‌بینانه برای خود ایجاد کنید

شما باید آنچه را که تحت کنترل شما است و آنچه را که کنترل نمی‌کنید، شناسایی کنید. به‌عنوان مثال، شما می‌توانید دید که می‌توانید بودن تبلیغات بازاریابی خود را کنترل کنید، اما نمی‌توانید کنترل کنید که مردم محصول شما را خریداری می‌کنند یا خیر؟

علاوه بر این، شما می‌توانید ابزارهای لازم برای موفقیت را به کارمندان خود ارائه دهید، اما نمی‌توانید آن‌ها را وادار به بهره‌وری بیشتر کنید. هنگامی که در کنترل کردن شرایط یک تعادل سالم ایجاد می‌کنید، خواهید دید که می‌توانید نگرش و رفتار خود را انتخاب کنید، اما نمی‌توانید بسیاری از عوامل خارجی را کنترل کنید. بنابراین، وقتی با چنین مشکلی روبه‌رو شدید یا ناراحتی دارید، از خود بپرسید «آیا این

آموزش ساخت خمیر دندان عسلی برای کودکان

به طور کلی امروزه با استفاده از عسل خمیر دندان هایی ساخته می شوند که فواید بسیار زیادی برای دندان ها به ویژه در کودکان دارد و از آنجایی که اصول تهیه و نگهداری راحتی دارد و فاقد هر گونه عوارض جانبی است ساخت خمیر دندان عسلی مورد توجه بسیاری از افراد قرار است تا بتوانند در هزینه های خود نیز صرفه جویی نمایند.

آشنایی با ساخت خمیر دندان عسلی

بهبتر است بدانید که می توان با استفاده از عسل و نمک نوعی خمیردندان ساخت که مصرف این نوع خمیر دندان طبیعی و ارگانیک نه تنها آثار سوء برای دندان و لثه ها ندارد بلکه خواص درمانی متعددی هم خواهد داشت و از آنجایی که یک ترکیب خوراکی محسوب می شود با بلعیدن احتمالی آن باز هم از مصرف خمیردندان لذت خواهید برد و نگرانی نخواهید داشت که اگر کودکان خمیر دندان را بخورد آیا واقعا از آن آسیبی خواهد دید یا خیر.

توجه داشته باشید که با تهیه این خمیردندان ساده در هزینه های خانواده صرفه جویی و به



کردن دهان و افزایش خاصیت ضدعفونی کنندگی این نوع خمیردندان خواهد شد. توصیه می شود که به ترکیب پایه یک واحد دارچین اضافه نمایید، زیرا این امر باعث افزایش خاصیت ضدعفونی کنندگی، تسریع درمان آفت به ویژه آفت سفید دهان خواهد شد. همچنین می توانید به ترکیب پایه سه الی پنج قطره ایلیمو یا لیمو عمانی اسباب شده و سه تا پنج قطره عصاره نعناع اضافه نمایید که این امر باعث احساس خنکی در دهان و کاهش عطش شبتگاهی به ویژه برای افراد

جالب است بدانید که همین ترکیب پایه به عنوان یک خمیر دندان کامل قابل استفاده خواهد بود اما به منظور بهره وری بهتر و همچنین پاسخگویی به ذائقه های مختلف یا امراض ویژه دهان و دندان می توانید از آن ترکیب پایه خمیر دندان های مختلف با ارزش درمانی متنوع بسازید.

چندین راهکار برای ساخت انواع خمیر دندان های عسلی:
پیشنهاد می شود که به ترکیب پایه یعنی عسل و نمک حدود سه تا پنج قطره عصاره نعناع اضافه نمایید زیرا انجام این کار باعث خوشبو

طرز تهیه حلیم بادمجان اصفهانی



حلیم بادمجان را ۵ دقیقه دیگر روی شعله متوسط گاز بگذارید تا طعم خامی کشک گرفته شود. در مرحله آخر هر نصف زعفران، پیاز داغ و سیرداغ را اضافه کنید و با باقی مانده این مواد به علاوه نمنا داغ حلیم بادمجان سرو شده را تزئین کنید.

نکات مهم پخت حلیم بادمجان مجلسی در شهرهای ایران

- در برخی مناطق کرمانشاه به حلیم بادمجان «آش بادمجان» هم می گویند و برای درست کردن آن از حبوبات شامل عدس، لوبیا سفید و نخود استفاده می کنند. البته برای درست کردن این سبک از حلیم بادمجان مقداری از گوشت را جداگانه می گویند و کف هر کدام از ظرف ها می گذارند. در هر ظرف برای هر نفر هم یک یا دو ورقه بادمجان کوبیده نشده می گذارند و سپس سایر مواد کوبیده شده را برای تمام افراد روی این مواد می ریزند و سرو می کنند.
- طرز تهیه حلیم بادمجان شیرازی هم مثل اصفهانی است با این تفاوت که شیرازی ها در حلیم بادمجان عدس و برنج را نصف نصف می ریزند و کمی گردوی خرد شده هم به حلیم بادمجان اضافه می کنند.
- در طرز تهیه حلیم بادمجان بدون گوشت به همین ترتیب عمل کنید و فقط گوشت را حذف کنید.
- در طرز تهیه حلیم بادمجان با گندم، بهتر است از بلغور گندم استفاده کنید و موقع پخت بلغور و برنج در حد له شدن اجازه دهید بپزد.
- حلیم بادمجان با لوبیا سفید هم مشهور است. لوبیاها را از شب قبل خیس و چند بار آب آن را عوض کنید. لوبیاها را جداگانه بپزید و بعد از پخت به مواد حلیم بادمجان اضافه و با سایر مواد له کنید.
- دستور پخت حلیم بادمجان کرمانی هم باز به همین سبک است، اما کرمانی ها به جای برنج به مقدار مساوی لوبیا سفید و عدس در حلیم بادمجان می ریزند و مثل بقیه غذاهای کشکی کرمانی که تعدادشان هم کم نیست از کشک محلی برای پخت آن استفاده می کنند.
- حلیم بادمجان یک نمونه عالی غذای نونی برای ناهار است، اما اگر وعده شام را زود میل می کنید هم از حلیم بادمجان غافل نشوید. حلیم بادمجان به این علت که مواد مغذی بسیاری از قبیل برنج، بادمجان، سیر و... را در خود دارد غذایی کامل است که می توانید بعنوان شام یا ناهار آن را تهیه و میل کنید. وجود کشک که نوعی لبنیات غنی است می تواند در بهبود وضعیت سلامت استخوان ها و دندان های شما مفید باشد همچنین وجود سیر در این غذا باعث می شود که حتی اکسیدان های سرشار موجود در این ماده غذایی را یکجا داشته باشید.

طرز تهیه کوکو سبزی

همین ترتیب سرخ شود. **نکات مهم طرز تهیه کوکو سبزی ساده و پفدار در فر و بدون فر** حتماً از سبزی تازه استفاده کنید. سبزی کوکو نباید آب داشته باشد به همین دلیل هم سبزیجات منجمد معمولاً آب می اندازند و باعث می شوند کوکو وا برود و پف نکند. **برای این** که کوکو به کف ماهیتابه نجسید و از هم نپاشد روغن باید داغ باشد. **اضافه کردن** کمی ادویه پلویی عطر و طعم بی نظیری به کوکو سبزی شما می دهد. **گردوی** کوکو سبزی را ریز خرد کنید، اما پودر نکنید. آب زرشک بعد از شسته شدن حساسی باید گرفته شود و سپس در مایه کوکو بریزید. **در روش** پخت کوکو سبزی در فر می توانید به جای روغن روی کوکو داغ قاشق غذاخوری کره آب کرده بریزید که طعم و عطر لذیذتری به کوکو بدهد. **اما** چطور کوکو سبزی پف می کند؟ برای پف کردن کوکو سبزی به آن جوش شیرین اضافه نکنید. در واقع راز پف کردن کوکو سبزی خوشمزه و ضخیم در فر و بدون فر این است که به هنگام هم زدن تخم مرغها این کار را به سرعت و بدون وقفه انجام دهید. بهتر است این کار را با چنگال انجام دهید. **طرز تهیه** کوکو سبزی مجلسی تبریز هم به همین روش است. کوکو سبزی از غذاهای سبک است که می تواند به عنوان یک شام سبک و مقوی مورد استفاده قرار بگیرد. سعی کنید در تهیه کوکو سبزی از سبزیجات و مواد اولیه تازه استفاده کنید تا طعم و عطر غذایی که تهیه می کنید بیشتر به مذاق میهمانان بنشیند. کوکوسبزی به دلیل دارا بودن مقادیر بالای سبزی می تواند غذای بسیار خوبی برای همه سنین باشد و مواد غذایی ماندن ویتامین ها و فیبر را برای بدن افراد تأمین کند. همچنین با کالری نسبتاً پایینی که این غذا دارد می تواند از آن در رژیم های لاغری نیز بهره ببرید.

تنظیم کنید تا گرم، تخم مرغها را در یک ظرف بشکند و با زعفران، سیر رنده شده، پیاز رنده شده و آب گرفته شده، پیاز خشک، نمک و فلفل سیاه خوب هم بزنید. بعد از این که تخم مرغ را کاملاً هم زدید سبزی را هم به تخم مرغ اضافه کنید و باز هم بزنید تا سبزی و تخم مرغ خوب با هم ترکیب شوند. سبزیها باید به تخم مرغ آغشته باشند و مقدار تخم مرغ کم نباشد. حالا گردو و زرشک را اضافه کنید. کف قالب فر را چرب کنید و مواد را در قالب فر بریزید و با ته قاشق پهن کنید. مایه کوکو سبزی را ابتدا به مدت ۵ دقیقه در دمای ۲۰۰ درجه فر بپزید و سپس دمای فر را به ۱۷۰ درجه سانتی گراد برسانید تا کوکو حساسی در دمای کمتر مغز پخت شود. به محض این که بوی کوکو سبزی را حس کردید قالب را از فر بیرون بیاورید، روی کوکو سبزی دو قاشق غذاخوری روغن مایع بریزید و سپس گریل فر را روشن کنید. قالب را به فر برگردانید تا کوکوها به مدت ۵ دقیقه دیگر گریل شوند. بعد از ۵ دقیقه یا کمتر (اگر احساس کردید روی کوکو پخت نشده) قالب را از فر بیرون بیاورید و بلافاصله کوکو را در ظرف مورد نظر سرو کنید.

طرز تهیه کوکو سبزی ساده و خوشمزه بدون فر:
برای درست کردن کوکو سبزی بدون فر برای آماده کردن مواد به همین ترتیب عمل کنید و سپس روغن را در ماهیتابه داغ کنید. مایه کوکو را به آرامی در مرکز ماهیتابه بریزید یا مایه کوکو سبزی را با قاشق در ماهیتابه بریزید و کوکو سبزی را ماهیتابه ریختید درب ماهیتابه را به صورت کامل در دقیقه بگذارید و شعله گاز را ملایم کنید. بعد از ۱۵ دقیقه دم کنی را بردارید اگر دور کوکو طلایی شده بود می توانید کوکو را برش بزنید. بین برشها را کمی باز کنید و به مقدار لازم روغن بریزید. ۱۵ دقیقه دیگر درب ماهیتابه را با دم کنی بگذارید. بعد از این زمان دوباره کوکو را چک کنید و اگر حساسی خودش را گرفته بود کوکو را برگردانید و اجازه دهید سمت دیگر کوکو به

طرز تهیه فرنی با آرد برنج

فرنی یکی از وعده های خوراکی بسیار خوشمزه که در گذشته به عنوان یک خوراکی چاق کننده شناخته می شد و بر اساس پژوهش های جدید برای تناسب اندام بسیار مفید است. فرنی اگر شیرین نباشد میتواند گلو را نرم و صاف کند و آمادگی برای صرف شام و افطار را فراهم آورد. فرنی از آن دست خوراکی هایی است که زمان و مکان نمیشناسد و هر موقع از سال در هر فصلی در هر شرایطی و برای هر سنی خوشمزه و دلچسب است. در سفره های افطاری و ماه رمضان هم که جایگاه ویژه ای دارد و به دلیل شیرین بودن و همچنین گرم بودن میتواند گزینه عالی برای افطار باشد.

مواد لازم:
شیر: ۲ لیوان-آرد برنج: ۲ قاشق غذا خوری
شکر: ۴ قاشق غذا خوری- آب: ۵، ۰ استکان
گلاب: ۱ قاشق غذاخوری

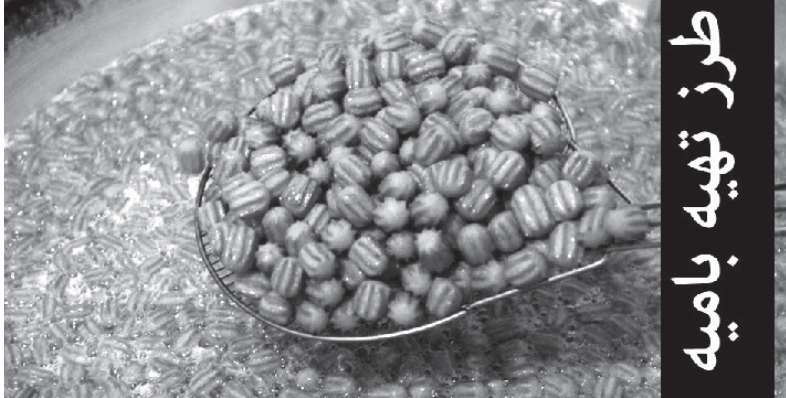
طرز تهیه:
ابتدا شیر سرد را با لیوان های دسته دار که در تمامی خانه ها یافت می شود در قابلمه مورد



کوکو سبزی از آن دسته غذاهای آسان و در عین حال پر از رمز و راز برای خوشمزه شدن است که آن را به غذایی مناسب برای افطار و سحری تبدیل کرده است. **طرز تهیه کوکو سبزی ساده فری** به صورت سرخ کردن کوکو در ماهیتابه است، اما اگر کوکو سبزی را در فر درست کنید حالت رژیمی پیدا می کند و به همین دلیل برای سرو در ماه رمضان مناسب تر است.

مواد لازم برای ۶ نفر:
سبزی پاک کرده و خرد شده کوکو شامل تره، جعفری، گشنیز، شوید و برگ سیر تازه: ۷۰۰ گرم-تخم مرغ: ۷ عدد- سیر ریز رنده شده: ۲ حبه درشت- پیاز کوچک: ۱ عدد ریز رنده شده- پیاز داغ خشک: ۱ قاشق غذاخوری- زعفران دم کرده غلیظ: ۱ قاشق غذاخوری- گردو ریز خرد شده: ۲ قاشق غذاخوری- زرشک: ۱ تا ۲ قاشق غذاخوری- نمک و فلفل سیاه: به مقدار لازم- آرد: ۱ قاشق غذاخوری

طرز تهیه کوکو سبزی:
برای درست کردن کوکو سبزی ساده و خوشمزه پفدار در فر ابتدا باید فر را روشن کنید و در دمای ۲۰۰ درجه سانتی گراد



طرز تهیه بامیه

مواد لازم
آرد: ۱ لیوان - آب: ۱ لیوان - تخم مرغ درشت: ۲ عدد - کره: ۵۰ گرم - شکر: ۲ قاشق غذاخوری

مواد لازم برای بامیه:
شکر: ۲ لیوان - آب: ۱ لیوان - گلاب: ۲/۱ لیوان - زعفران دم کرده: ۲ قاشق غذاخوری - آلیمو: ۱ قاشق چایخوری

طرز تهیه و دستور پخت بامیه:

۱. آب و شکر را مخلوط کرده و روی حرارت ملایم قرار دهید تا به جوش بیاید و تمام شکر حل شود؛ سپس زعفران، گلاب و آلیمو را اضافه کنید و پس از ۱۰ دقیقه که جوشید شربت را از روی حرارت بردارید (در زمان افزودن بامیه شربت باید ولرم باشد)
۲. آب و کره را داخل قابلمه بریزید و روی حرارت قرار دهید تا به جوش بیاید. سپس آرد و شکر را اضافه کنید و مرتب هم بزنید تا خمیر جمع شود. در ادامه ۲ قاشق غذاخوری شربت به آن اضافه کنید و هم بزنید تا کامل به خورد خمیر برود.
۳. حدود ۱۰ دقیقه خمیر را با حرارت ملایم تفت دهید و مدام هم بزنید تا خمیر بپزد. سپس قابلمه را از روی حرارت بردارید و پس از اینکه خمیر خنک شد تخم مرغها را به نوبت اضافه و خوب مخلوط کنید تا خمیر نرم و لطیف بدست بیاید.

فوت و فن ها:
- در زمان ریختن خمیر داغ داخل شربت، شربت باید خنک شده باشد.
- موقعی که خمیر را داخل روغن می ریزید، روغن نباید داغ شده باشد. در غیر این صورت بامیه فرصت پف کردن پیدا نمی کند و ترد نمی شود.

مشکلات شهری اجتماعی، فرهنگی و ...
با سامانه مشکلات مردمی
«میلاد لارستان»
دو هزار سی هزار پنجاه هزار ۲۰۰۰۳۰۰۰۵۰۰۰

www.mldl.ir
milad.larestan
miladelarestan@gmail.com

همگام و همراه با شما

نشان دادن نمودار قیمت کالاها نشانه شفافیت فروشگاه های آنلاین و به اشتراک گذاری فرایند تغییر قیمت‌ها به صورت روزانه است که در شرایط کنونی اقتصاد کشور ما، می‌تواند تضمین‌کننده خرید آگاهانه باشد. روش‌هایی که به آن اشاره شد، ساده‌ترین و البته کارآمدترین روش‌های ممکن برای خرید آنلاین بهترین محصولات با پایین‌ترین قیمت ممکن هستند. استفاده از این روش‌ها به شما کمک می‌کند بتوانید از فروشگاه‌های آنلاین معتبر و شناخته شده خرید اینترنتی خود را با اطمینان و البته قیمت پایین‌تر انجام دهید و کالای خود را در اسرع وقت درب منزل تحویل بگیرید.



داستان ضرب المثل ها

تنبل خانه شاه عباسی



شاه به صورت سزده و با لباس مبدل به صورت ناشناس از تنبلخانه بازدید کرد. دید تنبلها از در و دیوار بالا می‌روند و جای سوزن انداختن نیست. شاه خودش را معرفی کرد. هرچه گفتند: شاه آمده، فایده ای نداشت، آن قدر شلوغ بود که شاه هم نمی‌توانست داخل بشود. شاه دریافت که بسیاری از این‌ها تنبل نیستند و خود را تنبل جا زده‌اند تا مواجب بگیرند. شاه به کاخ خود رفت و مساله را به شور گذاشت. مشاوران هریک طرحی ارایه دادند تا تنبل‌ها را از غیر تنبل‌ها تشخیص بدهند ولی هیچ یکی از این طرح‌ها عملی نبود. سرانجام دلنگ شاه گفت: برای تشخیص تنبل‌های حقیقی از تنبل‌ها همه را به حمامی ببرند و منافذ حمام را ببندند و آتش حمام را به تدریج تند کنند، تنبل‌ها تاب حرارت را نمی‌آورند و از حمام بیرون می‌روند و تنبل‌های حقیقی در حمام می‌مانند. شاه این تدبیر را پسندید و آن را به اجرا درآورد. تنبل‌ها یک به یک از حمام فرار کردند. فقط دو نفر باقی‌مانند که روی سنگ‌های سوزان کف حمام خوابیده بودند. یکی‌ی‌الله می‌کرد، می‌گفت: آخ سوختم، آخ سوختم. دیگری حال ناله و فریاد هم نداشت گاهی با صدای ضعیف می‌گفت: بگو رفیقم هم سوخت!

آیا آب معدنی، واقعاً تاریخ انقضا دارد؟



بله آب معدنی هم واقعاً تاریخ انقضایی دارد که به سر می‌رسد. در بحث تاریخ انقضای آب معدنی آن چیزی که باید نگران‌ش باشید کیفیت آب نیست. پلاستیکی است که آب را با آن بسته‌بندی می‌کنند: معمولاً پلی‌اتیلن ترفتالات (PET) برای بطری‌های آب معدنی کوچک و بزرگ و پلی‌اتیلن سنگین (HDPE) برای بطری‌های آب سردکن‌ها. این‌ها هم مدت‌ها در معرض حرارت قرار می‌گیرند، که باعث مشکلات باروری، سرطان‌های مختلف، مشکلات عصب‌شناختی و وارد شدن سدمه به دستگاه ایمنی بدن می‌شود. بسیاری از تولیدکنندگان آب معدنی یک تاریخ انقضای استاندارد ۲ ساله روی بطری می‌زنند. اما حقیقت آن است که این عدد تقریباً من‌درآوردی است. هیچ روش قطعی وجود ندارد که بتواند تعیین کند دقیقاً از چه زمانی آب درون بطری دیگر

از سویی دیگر در زمان خرید آنلاین از دیجی‌کالا، هنگامی‌که وارد صفحه توضیحات و سفارش یک کالا می‌شوید، اگر آن کالا فروشنده دیگری داشته باشد نیز در پایین صفحه به شما نشان داده می‌شود که در برخی مواقع با تحمل چند روز بیشتر برای تامین کالا، می‌توانید جنس مورد نظرتان را با قیمت پایین‌تری از یک فروشنده خریداری کنید.

به لطف اینترنت و فروشگاه‌های اینترنتی، دسترسی به قیمت تمامی کالاها و نمودار قیمت آن‌ها در چند سال گذشته برای ما امکان‌پذیر شده است. این امکان یک ویژگی منحصر به فرد در فروشگاه‌های آنلاین بوده که به تصمیم‌گیری هوشمندانه و خرید آگاهانه مشتری کمک کند.



عضویت در خبرنامه‌های ایمیلی و پیامکی وجود دارد و با عضویت در این خبرنامه‌ها، می‌توانید از تخفیف‌های ارسالی این بخش‌ها استفاده کنید. یکی دیگر از راه‌های دریافت کد تخفیف، سرچ گوگل است. اگر قصد دارید اولین خرید آنلاین خود را از دیجی‌کالا یا هر فروشگاه اینترنتی دیگری را داشته باشید، با یک سرچ ساده در گوگل می‌توانید کد تخفیف اولین خرید از این فروشگاه‌ها را پیدا کنید و خرید خود را انجام دهید.

۴. کالاهای مشابه، با قیمت‌های متفاوت! برخی از فروشگاه‌های آنلاین، مارکت پلیس (فروشگاهی که به افراد غیر اجازه فعالیت و فروش اجناس می‌دهد) هستند. در این شرایط، برخی از فروشنده‌ها اجناس خود را با قیمت منصفانه‌تری به فروش می‌رسانند. در چنین شرایطی، اسم کالای مورد نظر خود را در فروشگاه مذکور به دو شکل انگلیسی و فارسی (و یا دو نوع نام‌گذاری فارسی برای اجناس ایرانی) سرچ کنید. با این کار احتمالاً می‌توانید برای کالای موردنظرتان فروشنده‌های مختلفی را پیدا کنید که شاید یکی از این فروشنده‌ها، آن کالا را با قیمت منصفانه‌تری به فروش برساند.

نکاتی که در خریدهای اینترنتی نباید از آنها غافل شد



در دنیایی که همه چیز به سمت دیجیتالی شدن پیش می‌رود، خرید آنلاین تبدیل به یکی از عادت‌های روزمره شده است و هر فردی ترجیح می‌دهد در هنگام خرید آنلاین، بهترین جنس را با پایین‌ترین قیمت ممکن خریداری کند. توجه به برخی نکات بسیار ظریف، می‌تواند به ما برای خرید آنلاین بهترین محصول، با پایین‌ترین قیمت ممکن کمک می‌کند.

درست است که ممکن است تمامی نظرات ارسالی تایید و نمایش داده نشوند، اما با این روش خواهید توانست در میان کالاهایی که قیمت نسبتاً پایین و کیفیت بالایی دارند، محصول مناسب خود را انتخاب و خریداری کنید. **۲. برندهای برتر داخلی را دست کم نگیرید!** در ذهن برخی افراد، تصوری مبنی بر برتری هر نوع کالای خارجی به کالای داخلی وجود دارد، اما این تصور کاملاً غلط است و آن را می‌توان به اثبات رساند. به‌طور مثال، برندهای غیر نام‌آشنای چینی را در نظر بگیرید و کیفیت محصولات آن‌ها را با برندی همانند پارس خزر مقایسه کنید.

در اکثر فروشگاه‌های آنلاین، بخش‌هایی مانند

۱. از برندهایی که نمی‌شناسید غافل نشوید!

اگر برای خرید آنلاین‌تان به فروشگاه اینترنتی مانند دیجی‌کالا سر زده باشید، به‌خوبی از وجود کامنت‌های مثبت و منفی افراد واقعی در چنین وبسایت‌هایی باخبر هستید. اگر در دسته‌بندی کالایی که به دنبال آن هستید، مرتب‌سازی کالاها را بر اساس محبوب‌ترین یا پرفروش‌ترین قرار دهید، ممکن است در چند پیشنهاد اول با برندهایی مواجه شوید که هرچند همانند برندهای برتر و لوکس از قیمت بالایی برخوردار نبوده، اما از محبوبیت و کیفیت خوبی برخوردارند. در خرید آنلاین از دیجی‌کالا، می‌توانید وارد صفحه اصلی هر یک از این کالاها شوید و نظرات مردم را بخوانید.

۷ نکته مهم کتاب‌خوانی

کتاب خواندن از نظر خیلی از مردم، عملی شایسته به حساب می‌آید. همه دوست دارند کتابخوان باشند ولی چرا برای برخی از انسانها کتابخوانی سخت است؟ چرا افراد به خواندن کتاب عادت نمی‌کنند و به بهانه‌های مختلف از آن می‌گریزند؟ اجازه دهید از زاویه دیگری به این موضوع نگاه کنیم. احتمالاً این جملات را شنیده‌اید: - وقت خواندن کتاب را ندارم. - نمی‌دانم چه موضوعی را برای خواندن انتخاب کنم. - وقتی چند خط می‌خوانم حوصله‌ام سر می‌رود. - نمی‌توانم کتاب را تا آخر بخوانم و از نیمه راه رهاش می‌کنم. - خیلی‌کند می‌خوانم و زمان زیادی را برای یک کتاب تلف می‌کنم. - تمرکز ندارم و مطالب از ذهنم می‌پرد. - متنهای طولانی حوصله‌سر بر و خسته‌کننده هستند. - خیلی از کتابهایی که مهم هستند و به من معرفی میشوند برای من جذابیت ندارند. - وقتی کتاب می‌خوانم خوابم می‌برد. - اصلاً چرا باید کتاب بخوانم؟

یقیناً شما نیز می‌توانید چندخطی به این طومار اضافه کنید. مشکلات کتاب‌خوانی کم نیستند ولی همانطور که خوب می‌دانیم سختی‌ها همیشه وجود دارند. چیزی که سبب گذشتن از آنها میشود یافتن راه‌حل است نه پا پس نهادن. اینک می‌خواهیم مروری داشته باشیم بر ۷ نکته مهم کتاب‌خوانی. **(۱) زمان مشخصی را برای خواندن تعیین کنید.** ساعت و زمان خاصی از شبانه‌پرز را برای خواندن انتخاب کنید. یکی از تمرین‌های عادت کتاب‌خوانی، مشخص کردن ساعت‌های ثابتی برای مطالعه است.

البته پس‌ازاینکه به کتابخوانی مبتلا شوید دیگر نیازی به تعیین کردن ساعت خاصی ندارید و هرلحظه که اراده کنید مطالعه خواهید کرد.

(۲) مکان مطالعه را مشخص کنید. در خانه، محل کار، سالن مطالعه یا هرجایی که احساس راحتی بیشتری می‌کنید، مکانی را برای خود در نظر بگیرید. اگر دوست داشتید می‌توانید نوشیدنی موردعلاقه‌تان مثل چای یا قهوه را آماده کنید و در محل کتاب‌خواندنتان بگذارید. قرار است یک کار لذتبخش را تجربه کنید.

(۳) نگران به پایان نرساندن کتاب نباشید. یکی از دلایل تمام نکردن کتاب این است که برای شما جذابیت نداشته است. شما نباید خود را سرزنش کنید. دانفقه خواندن افراد با یکدیگر متفاوت است. شاید کتابی را که دهها نفر به شما توصیه کنند برای شما جذابیتی نداشته باشد؛ بنابراین می‌توانید به سراغ موضوع دیگری بروید. قطعاً پس از مدتی می‌توانید طعم خاص کتابهای موردعلاقه خود را بیابید.

(۴) از هر چیزی که حواستان را پرت کند دور بمانید. گوشی موبایل، کامپیوتر، تبلت، تلویزیون و دهها حواسپرتکن دیگر را از خود دور کنید. این وسایل همیشه راهی برای بر هم زدن تمرکز و آرامش شما خواهند یافت.

(۵) تند نخوانید، با آرامش و دقت بخوانید. همه کلاسهای تندخوانی شیوههای مختلفی را برای بالا بردن سرعت خواندن، آموزش می‌دهند. به خاطر داشته باشید که تند خواندن مزیت چندانی به‌حساب نمی‌آید. یکی از اصول یادگیری اثربخش، استفاده از روش کندخوانی است نه تندخوانی. مطالب خوانده شده باید آرام آرام در ذهن جای بگیرند تا بتوانند اطلاعات آن موضوع را کامل کنند.

(۶) کتابهایتان را به صحبت بنشینید. در دوره‌های هایتان در مورد کتابی که خوانده‌اید بحث کنید و نظر خود را بگویید. بگذارید دیگران نیز در این همصحبتی شریک شوند. اگر سایت یا وبلاگ دارید می‌توانید نظراتتان را در آنجا منعکس کنید و از خواننده‌هایتان بخواهید که آنها نیز نظر بدهند. حتی می‌توانید خلاصه‌ای از کتاب را نشر دهید. **(۷) از محیط‌های کوتاه نویسی دور باشید.** امروزه باوجود شبکه‌های مختلف اجتماعی از قبیل فیس‌بوک، تلگرام و اینستاگرام، متنهای کوتاه و مینیمال جایگاه خاصی در میان مردم پیدا کرده است. متأسفانه این کوتاه نویسی و کوتاه خوانیها سبب شده تا اشخاص حوصله خواندن متنهای بزرگتر را نداشته باشند. نکته مهم این است که متنهای کوتاه می‌توانند در لحظه تأثیرگذار باشند ولی هیچگاه نمی‌توانند جای نوشته‌های بلند را پر کنند. مواظب باشیم که استفاده از این ابزار، ما را از خواندن متنهای بلند غافل نکند.



دوری نسل جوان از فرهنگ کتاب و کتابخوانی خطری است که در حال گسترش است و ضروری است در این ایام کروناوی قرنطینه که کتابخانه‌ها هم تعطیل هستند مسوولان فرهنگی چاره ای بیندیشند و این را بدانیم روزانه حجم عظیمی که اطلاعات و شبهات نادرست در فضای مجازی می‌چرخد که ذهن نسل جوان را با خطر رو به رو می‌کند.



برگزاری مسابقات کتابخوانی و خلاصه نویسی، معرفی کتاب های جدید هر رده سنی و توزیع آن، گرایش بزرگترهای خانواده به فرهنگ مطالعه و نهادهای کردن آن در منزل موجب تقویت فرهنگ کتابخوانی در جامعه می‌شود زیرا هر چه با کتابخوانی بیگانه تر باشیم فردی فقیر از لحاظ فرهنگی هستیم و چیزی در چننه نداریم.



فواید بازیافت و تأثیر آن در فضای کسب و کار

آگاهی از فواید بازیافت و درآمذزایی از طریق تفکیک و جداسازی زباله‌ها به رشد تجاری‌تان بسیار کمک می‌کند. این امر نه تنها نظم و دقت عمل را در میان کارکنان افزایش می‌دهد بلکه روحیه ابتکار و ایده‌پردازی را نیز در ذهنتان به هر روشی رشد و توسعه می‌دهد. عده‌ای فکر می‌کنند که این موضوع یک کار حاشیه‌ای است اما وجود چنین سیستمی یک چیز کاملاً بدیهی بوده و مربوط به فرهنگ سازمانی می‌شود و قطعاً باید وجود داشته باشد.

۴ گامی که بعد از آشنایی با فواید بازیافت باید انجام دهید؟

۱- از خودتان شروع کنید. در موفق‌ترین شرکت‌ها عملیات بازیافت از رئیس شرکت آغاز می‌گردد. ما معتقدیم برای مشارکت هر چه بیشتر کارمندان بایستی عملیات بازیافت از بالا به پایین آغاز گردد. به قطع زمانی که عملیات بازیافت از طرف راهبر یک سازمان اجرایی می‌شود، منابع انسانی احساس مسئولیت بیشتری خواهند کرد. با توجه کردن به همین جزئیات کوچک می‌توان در زمان کوتاه، یک مسیر طولانی را برای ایجاد عادت مثبت در کارمندان، طی کرد.

نکته: در ابتدا برای ایجاد اشتیاق در کارکنان می‌توان پاداش‌های منحصر به فردی را در نظر گرفت. **۲- یک برنامه بازیافت ایجاد نمایید.** با ایجاد یک برنامه بازیافت مؤثر در محل کارتان می‌توانید تعیین کنید که کدام مواد قابل بازیافت هستند و کدام مواد در دسته بازیافتی‌های محل کارتان قرار می‌گیرند.

پروسه بازیافت اگر شما به کارکنان پیشنهاد دهید که ۱۰ چیز متفاوت را در روز نخست بازیافت کنند آن‌ها دست‌پاچه خواهند شد. پس روش اصولی این است که کارکنان از مواد کم و در دسترس خود همانند پلاستیک و کاغذ شروع کنند. **۳- عملیات بازیافت را گسترش دهید.** بعد از گذشت چندین ماه از آشنایی با فواید بازیافت و راه‌اندازی برنامه‌ای برای آن، همکاران شما به حد کافی به آگاهی لازم رسیده‌اند و مشارکت بیشتری خواهند داشت. پس وقت آن رسیده که اهداف بزرگتری در پیش بگیرید. به عنوان مثال می‌توانید بازیافت مواد الکترونیکی را نیز شروع کنید. اگر تولیدی‌سپماند تر و خشک شما بیشتر از حد معمول است، نیاز به یک نفر جهت هماهنگی خواهید داشت تا به کارها سرکشی کرده و زباله‌ها را سازمان دهی کند. بهترین راه این است که این شخص کوتاه و دوستدار محیط زیست بوده و مشتاق به تحمل شرایط سخت باشد و از جان و دل بخواهد که به عملیات اجرایی بازیافت و زیبایی محل کار شما کمک کند.

با توجه به اوضاع وخیم اقتصادی ایران، اگر شما در جستجوی راهی برای صرفه‌جویی در هزینه‌ها هستید، آشنایی با فواید بازیافت



عطار نیشابوری، پیشاهنگ سبکی نوین در شعر و ادب فارسی

بیست و پنجم فروردین ماه در تقویم رسمی کشور به نام عطار نیشابوری نامگذاری شده است و همه ساله مراسم بزرگداشت این شاعر و عارف نامی برگزار می شود.



ایرانی در ایران مسلط بودند و از طرف دیگر فضای بسته خرافی و پر از جهل و تعصب بر کشور حاکم بود.

می توان گفت عطار در ۲ زندان رنج می برد، یکی زندان تن، دامی شیطانی که روح او را در خود زندانی کرده و او را از آن اصل الهی و روحانی دور ساخته بود و دیگری زندان ربا و زهدفروشی که بسیار او را آزار می داد و می کوشید این فضای رنج آور را در آزارش به تصویر کشد. عطار برای رهایی از زندان نخواست، همانند بسیاری از اهل عرفان، مرگ پیش از مرگ (قطع تعلق دنیوی در عین زنده بودن) را پیش می گیرد و برای رهایی از زندان دوم، خرابات را درمانگر می داند: «ما ترک مقامات و کرامات گرفتیم در دیر مغان راه خرابات گرفتیم ای بر بی زندان خرابات نهدايم ترک سخن عادت و طماعت گرفتيم». از همین رو است که «عشق» در منظومه اندیشه وی بنیان تمامی باورها و سخنان او، حرف عشق و خرابات و در نهایت معرفت به حق می شود. باید به این نکته توجه داشت که عارفانی همچون عطار، روشی متفاوت با هنجارهای حاکم بر اجتماع داشته اند که این تفاوت را هم در شیوه های عملی آنان و هم در رفتاری که با بیان خویش داشتند، می توان مشاهده کرد.

عطار و آثار او در مغرب زمین چه جایگاهی داشته است؟
آشنایی اروپایی ها با این شاعر و برخی آثار وی از سده ۱۹ میلادی آغاز شد و این امر از راه منظومه «پندنامه» منسوب به عطار روی داده است که در تعلق آن به این شاعر تردید وجود دارد. افرادی مانند «فن لستورم» قطعه هایی از این منظومه و «سیلوس تر دوساسی» این اثر را ترجمه کردند. دوساسی نقش مهمی در معرفی منطق الطیر به غرب داشت، او بخش هایی از این کتاب را نیز ترجمه کرد و شاگرد وی «ژوزف الیدور گارسن دوتاسی» ترجمه ای به فرانسه از داستان شیخ صنعان منطق الطیر فراهم آورد.

بر پایه مستندات موجود، «ادوارد فیتز جرالد» نیز منطق الطیر را به انگلیسی ترجمه کرده است. بعدها «کارمازگرت اسمیت، استنلی نات، اریک هرملین» نیز منطق الطیر را ترجمه کردند. «جان ا. بویل» الهی نامه را به انگلیسی ترجمه کرد. «ایزابل دوگاستینه» مصیبت نامه را به فرانسه برگرداند و در سال های اخیر نیز «لیلی انور و مایکل بری» منطق الطیر را به فرانسه برگرداندند. راه های شناساندن عطار به جهانیان چیست؟ در دهه های اخیر آنگونه که باید توجه چندانی به مفاهیم فرهنگی نشده است و این موضوع در حق بعضی بزرگان همچون عطار بیش از دیگران مشاهده می شود به گونه ای که در این سال ها کمتر سخنی در بزرگداشت او شنیده شده و جز چند مورد، همایش ملی برای این شاعر و نویسندگان تأثیرگذار نشده است.

به نظر می رسد، یکی از راه های شناساندن این بزرگمرد ایرانی به جهان، برگزاری همایش هایی در سطح بین المللی به شمار می رود که می تواند در شناخت عطار و معرفی نیشابور به ایران و جهان باری دهنده باشد. از طرف دیگر باستانی آثار او را به زبان های مهم دنیا ترجمه کرد، اگرچه پیش از این کوشش هایی در این زمینه انجام شده است اما کافی نیست.

فریدالدین ابوحامد محمد بن ابوبکر ابراهیم بن اسحق عطار کدکنی نیشابوری شاعر و عارف نام آور ایران در قرن ششم و آغاز قرن هفتم است. وی به سال ۵۳۷ در کدکن از توابع نیشابور به دنیا آمد. پدرو عطار نیشابوری در شادیاخ نیشابور، عطارمشهوری بود و بعد از وفات او فریدالدین کار پدر را دنبال کرد.

عطار در آغاز حیات و گویا تا مدتی از دوره ی تحقیق در مقامات عرفانی، شغل دارو فروشی خود را که لازمه ی آن داشتن اطلاعاتی از طب نیز بوده حفظ کرده و در داروخانه سرگرم طبابت بوده است. انقلاب درونی و عرفانی عطار در همان ابتداست داد که از راه پزشکی و داروفروشی روزگاری گذراند. وی که سرمایه ی بسیاری از ادب و شعر اندوخته بود، اندیشه های عرفان خود را به نظم روان دل انگیز در می آورد و همچنان به کار خود ادامه می داد و این حالت بسیاری از مشایخ بود که وصول به مقامات و مدراج معنوی آنان را از تعهد مشاغل دنیوی و کسب معاش باز نمی داشت.

درواقع عطار قسمتی از عمر خود را به رسم سالکان طریقت در سفر گذراند و بسیاری از مشایخ را از مکه تا ماوراءالنهر زیارت کرد.

عطار مردی پرکار و فعال بود و چه هنگام اشتغال به کار عطاری و چه در دوره ی گوشه گیری، که گویا در اواخر عمر دست داده بود، به نظم منظومهای بسیار و پدیدآوردن دیوان غزلیات و قصائد و رباعیات خود و تألیف کتاب نفیس و پر ارزش تذکرةالاولیا سرگرم بود.

از کتاب های منصوب به عطار می توان این عنوان ها را نام برد:
سزازنامه، الهی نامه، مصیبت نامه، جواهرالذات (یا جوهر ذات)، وصیت نامه، منطق الطیر، بلبل نامه، بیدرنامه، (یا حیدری نامه)، شترنامه، مختارنامه، شاهنامه، خسرونامه (یا گل و خسرو)، دیوان غزلیات و قصاید و رباعیات، هیلاج نامه، لسان الغیب، مفتاح الفتوح.

عطار نیشابوری برای بیان مقاصد عرفانی خود بهترین راه را که آوردن کلام روان و خالی از هر آرایش و پیچایش است، انتخاب کرده و استادی و قدرت کم نظیرش در زبان به وی این توفیق را بخشیده است که در آثار اصیل و واقعی خود سادگی و روانی را با فصاحت همراه داشته باشد. عطارنیشابوری در قتل عام نیشابور به سال ۶۱۸ به دست سپاهیان مغول به شهادت رسید و مزار آن عارف کم نظیر در جوار آن شهراست.

نقش عطار در ارتقای شعر فارسی
بیشتر آثار این شاعر در قالب مثنوی سروده شده است و می توان او را از تأثیرگذاران در مثنوی سرایی فارسی دانست اما باید اشاره کرد که عطار نقش بزرگی در تحول غزل عارفانه فارسی نیز داشته است.

به گفته شفیعی کدکنی در بسیاری از غزل های این شاعر، نوعی سرگذشت و واقعه به تصویر کشیده می شود و این غزل ها شخ زندگی نامه عارفی بزرگ به شمار می رود که ناگهان تحولی روحی او را دگرگون می سازد.

عطار نیشابوری در چه فضای سیاسی و اجتماعی می زیست؟
او در یکی از تلخ ترین دوره های تاریخی زندگی می کرد، وجود قطعی و خشکسالی های مداوم، وضعیت نامناسب اقتصادی، فرقه گرایی مذهبی - اجتماعی و وجود دسته بندی ها و جانبداری های محلی، نیشابور را ویران کرده بود. در آن زمان از یک طرف حکومت های غیر

کازرونی، شیخ عباسعلی کازرونی و شیخ محمد امام اصطهباناتی فراگرفت. از سال ۱۳۰۵ تا ۱۳۱۲ مدیریت کتابخانه عمومی شیراز را برعهده داشت و مدتی در مدرسه حکیم شیراز تدریس نمود و شاگردان بسیاری از جمله علی اصغر حکمت و دکتر لطفعلی صورتگر را درس می داد و آن دو بزرگواری در پاره ای از نوشته های خود به نیکی از مظفر یاد کرده اند. دیوان اشعار او حدود ۴ هزار بیت به کوشش و مقدمه فاضلانه شادروان علی نقی بهروزی به سال ۱۳۳۷ شمسی در شیراز چاپ و منتشر شده است.

حکیم افضل الدین محمد ابن تامار(کذا) بن عبدالملک خنجی

شرحی که بر کتاب قانون شیخ رئیس ابوعلی سینا نوشته است تاکنون در میان حکما و فضلی اطبا مشهور و باقیست و در حدود سال پانصد و اندی زمان، تألیف شرحی بر قانون است. توضیح آنکه فارسانمه بدون ذکر مرجع مانند همه موارد دیگر، شرح و حالات را نوشته است و معلوم نیست اشتباه پانصد و اندی سال از خود او بوده است یا از مأخذی که شرح خنجی از آن گرفته است، به هر حال صحیح ششصد و اندی می شود که وفات او در سال ۶۴۶ هجری رخ داده است. در منصفات ابن سینا او را یکی از شارحین قانون ابن سینا به شمار آورده است که به عدد ۳ از شارحین او را ابی الفضایل محمدبن نامور الخونیجی (خنجی) متوفی ۶۴۶ نام برده و نسخه آن را در شماره ۷۲۹۳ و ۲۹۳۸ تا پاریس ذکر کرده است در فهرست مؤلفات ابن سینا در این کتاب نامی از کلیات قانون ابن سینا که جز خود قانون در عدد ۷ شارحین صفحه ۱۹۴ مذکور است



زیست و هشتم فروردین، سالروز شهادت سردار شهید «رضا چراغی»

احمد متوسلیان در تیرماه ۶۱ در لبنان و قبول فرماندهی تیپ ۲۷ توسط شهید حاج همت، شهید چراغی در عملیات رمضان و عملیات مسلم بن عقیل در سومار، به عنوان قائم مقام لشکر خدمت کرد و از مهر ماه سال ۶۱ برای مدت کوتاهی معاونت سپاه ۱۱ قدر را که فرمانده آن حاج همت بود، پذیرفت. از آبان سال ۶۱ تا فروردین سال ۶۲ در عملیات والفجر مقدماتی و والفجر یک در فکه، به عنوان فرمانده لشکر انجام وظیفه کرد.

شهید رضا چراغی در عملیات فتح المبین در کنارحاج احمد متوسلیان و شهید حاج همت به بررسی و شناسایی مواضع نیروهای متجاوز عراق پرداخت. او در آن عملیات فرماندهی گردان حمزه را بر عهده داشت و در منطقه دشت عباس در برابر تانکه های دشمن وارد عمل شدند.

شهید رضا چراغی، پس از ماه ها مجاهدت و مبارزه با دشمنان اسلام و انقلاب، سرانجام در عملیات والفجر ۱ که در منطقه عمومی فکه انجام گرفت، پس از ابراز رشادت تمام و ایثار و حماسه، به شهادت رسید و روح بزرگوارش به ابدیت عشق پرواز کرد.

غلامحسین مظفری

فروردین ماه ۱۳۱۲ غلامحسین مظفری شاعر آزاده لارستانی در شیراز وفات یافت و در گورستان شاه داعی الی الله روی در نقاب خاک کشید. وی در حدود سال ۱۲۴۷ شمسی در یکی از دهات بستک لارستان به دنیا آمد در اوان جوانی به شیراز آمد و در مدارس علمیه منضوری و حکیم به تحصیل پرداخت و علوم فلسفه و عرفان را نزد استادین آن زمان شیخ احمد شانه ساز، حاج شیخ حسین سبزواری، شیخ محمود مسجد گنجی، سیدعلی مجتهد

مشاهیر نامی خنج

مولانا ناصرالدین خنجی

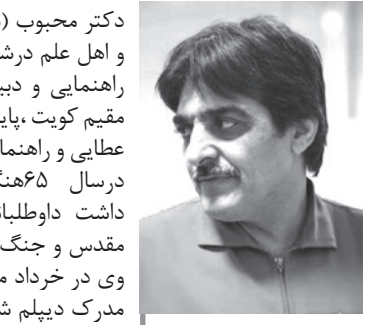
در تاریخ عصر حافظ این شهر دیده می شود. « امیر مبارزالدین قبل از توجه به لرستان مولانا ناصرالدین خنجی و امیر کمال الدین حسین رشیدی و خواجه رکن الدین عمید عمید الملک و خواجه صدرالدین اناری را برای فتح باب دوستی به لرستان نزد اتابک فرستاد ولی فایده نیخشید.» این واقعه در سال ۷۵۷ هجری بود که پادشاه آل مظفر آنان را به سفارت فرستاد و ترجمه ی دیگری از ناصرالدین خنجی دیده نشده ولی مخصوصا از این که اسم و جلوی اسم سه نفر دیگر نوشته شده معلوم است که از رجال مهم فارس بوده و به احتمال قوی ممکن است مقام روحانیت هم داشته و شاید از این جهت اسم او در صدر نگاشته است. ***

گذری بر زندگینامه اولین شهید سلامت شهرستان لار «دکتر محبوب زینلی»

دکتر محبوب (ناصر) زینلی در سال ۱۳۴۸ در خانواده ای مذهبی و اهل علم در شهرستان لار چشم به جهان گشود. مقاطع ابتدایی، راهنمایی و دبیرستان را به ترتیب پایه اول در دبستان ایرانیان مقیم کویت، پایه دوم تا چهارم دبستان کوروش و پایه پنجم دبستان عطایی و راهنمایی امیرکبیر و دبیرستان شهیدغریبی گذراند. در سال ۶۵هنگامی که کلاس سوم تجربی بود و تنها ۱۷سال داشت داوطلبانه عازم جبهه حق علیه باطل شد. در دوران دفاع مقدس و جنگ تحمیلی، عضو گردان «الفتح» بود. وی در خرداد ماه سال ۱۳۶۶ در رشته علوم تجربی موفق به اخذ مدرک دیپلم شد.

پس از دوران دبیرستان، در کنکور سراسری سال ۶۶ در رشته علوم آزمایشگاهی دانشگاه علوم پزشکی شیراز قبول شدند. بلافاصله پس از فراغت از تحصیل در مقطع کاردانی به خدمت سربازی نائل آمدند. باتوجه به پشتکار و همت خود مجددا در کنکور سراسری سال ۷۲ شرکت و در رشته دندانپزشکی دانشگاه شهید بهشتی تهران قبول شد. وی علی رغم اشتغال به تحصیل، به تدریس در مدارس تهران می پرداخت و به عنوان دانشجوی ممتاز آن دانشگاه بارها مورد تقدیر واقع شد ،بلااخره در سال ۷۷ فارغ التحصیل شد.

ایشان در تمام مقاطع تحصیلی عضو تیم منتخب فوتبال آموزشگاهی دانشجویی و شهرستان بودند تحصیلات را با رتبه عالی به پایان رسانید و به زادگاهش بازگشت. از سال ۱۳۷۸ به استخدام شبکه بهداشت و درمان لارستان درآمد البته همزمان در دانشگاه علوم پزشکی لارستان به تدریس می پرداخت و بعد از ظهرا در مطب انجام وظیفه می کرد و با تاسیس کلینیک مهر، زمینه ساز کار آفرینی گروهی از همتایان و همکاران و دندانپزشکان حاذق شد. دکترمحبوب، بلااخره در سن ۵۱سالگی پس از ۵سالیان سال خدمت صادقانه به همشهریان خود حتی در زمان شیوع بیماری منحوس کرونا، متأسفانه در حین خدمت خود دچار این بیماری شد و پس از چند روز بستری در نیمه شب ۹۹/۴/۲۹ در بیمارستان امام رضاع) جان به جان آفرین تسلیم نمود و اولین شهید راه سلامت لارستان لقب گرفت.



آنچه بر همگان اثبات شده بود، اصالت؛ نجابت؛ حسن اخلاق و عملکرد بسیار خوبشان در هر زمان، چه تحصیل؛ چه ایام دفاع مقدس چه در میادین ورزش و بخصوص در محیط کار زبان زد و بی نظیر بود.



فعالیت های شهید در کردستان و دفاع مقدس

وی همزمان با تحصیل در سال آخر دبیرستان به فعالیت در صحنه های انقلاب پرداخت. پس از پیروزی انقلاب اسلامی و با شروع غائله کردستان توسط ضدانقلاب به مریوان رفت و مدتی جانشین فرمانده سپاه «دزلی» و زمانی نیز مسوول «محرور مریوان» بود. چراغی پس از شروع جنگ تحمیلی با تیپ ۲۷ محمد رسول الله (ص) به جنوب اعزام شد و از اواسط سال ۱۳۶۰ تا اواخر تیرماه ۱۳۶۱ فرماندهی گردان حمزه را بر عهده داشت. با همین مسوولیت در دو عملیات «فتح المبین» و «بیت المقدس» شرکت کرد.

رضا پس از پیروزی انقلاب اسلامی نیز با شوقی فراوان در حراست از آرمان های آن، با جان و دل کوشید. هر جا که به او نیاز بود، خود را به آن جا رسانده و خدمات شایسته ای را انجام می داد. او پس از شروع غائله کردستان توسط ضد انقلاب، فوری همراه جمعی از دوستان، خود را به مریوان رساند و در مبارزه با گروهک های محاربه، از هیچ کوششی دریغ نکرد.



بیست و هشتم فروردین، سالروز شهادت سردار شهید رضا چراغی (۱۳۳۶ - ۱۳۶۲) است. وی در عملیات «مسلم بن عقیل» به عنوان فرمانده تیپ ۲۷ محمد رسول الله (ص) شرکت داشت و در عملیات «الفجر مقدماتی» پس از این که تیپ به لشکر تبدیل شد، فرماندهی آن را بر عهده و لقب «شمشیر لشکر» گرفت.

رضا چراغی سال ۱۳۳۶ در تهران به دنیا آمد.

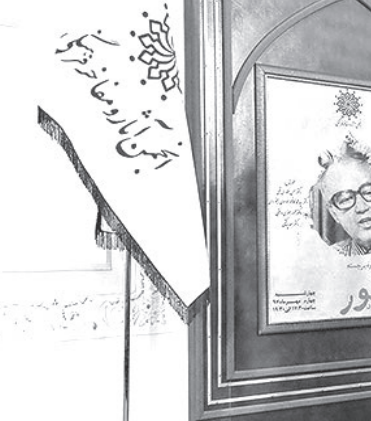
زندگی نامه و خدمات علمی و فرهنگی مر حوم استاد دکتر محمدجواد مشکور

محمدجواد مشکور فرزند حاج شیخ علاءالدین فرزند حاج شیخ محمدحسن فرزند شیخ علی ارموی از علمای بزرگ ارومیه بود. از طرف مادری نیز از نوادگان حاج شیخ حسن سنگلجی از علما و فقهای معروف تهران بود که از اواخر عمر ناصری تا اوایل سلطنت پهلوی از معاریف روحانیون به شمار می رفت. محمدجواد در اسفندماه سال ۱۲۹۷ شمسی در خانواده ای اهل علم و تقوا در تهران متولد شد و در دوره ای طوفانی با دگرگونی های بسیار در زمینه سیاسی، فرهنگی و اجتماعی زیست. تحصیلات ابتدایی را در دارالفنون در سال ۱۳۱۵ به پایان رساند. از آنجا که علاقه زیادی به علوم اسلامی داشت، علم کلام، فقه و اصول، فلسفه و حکمت را نزد دایی های خود شریعت و آقا محمد و محمد مهدی سنگلجی آموخت. در سال ۱۳۱۶ وارد دانشسرای عالی شد، در رشته ادبیات فارسی به تحصیل پرداخت و سرانجام در سال ۱۳۱۸ با درجه لیسانس فارغ التحصیل شد. زبان عبری را نزد ربی نعیم و زبان سربانی را نزد قس

اصول و احکامات علمی و فرهنگی

اصولاً و ربی زیآ آموخت. در سال ۱۳۲۲ برای ادامه تحصیل به پاریس رفت و در دانشگاه سوربن درباره فرهنگ خاورمیانه از قرن نهم پیش از میلاد مسیح تا قرن نهم پس از میلاد به تحقیق و مطالعه پرداخت. دانش خود را وسعت داد و سرانجام در سال ۱۳۲۶ موفق به اخذ دانشنامه دکتری در رشته تاریخ اسلام و فرقه های آن شد و با کولهباری از علم و دانش به وطن بازگشت. پس از مراجعت به ایران در سال ۱۳۴۴ به خدمت تمام وقت در دانشسرای عالی درآمد و هم زمان در دانشکده ادبیات و علوم انسانی و معارف اسلامی دانشگاه تهران نیز به تدریس پرداخت و سرانجام در سال ۱۳۵۸ پس از قریب به چهار سال خدمت بازنشسته شد. اما دمی از تحقیق و پژوهش و تربیت دانشجویانش غافل نشد تا اینکه در ۲۵ فروردین ماه ۱۳۷۴ در تهران چهره در نقاب خاک کشید.

دکتر مشکور افزون بر مدارج بالای علمی، ویژگی های برجسته ای نیز به لحاظ اخلاقی داشت که او را در مقام یک شخصیت فرهنگی کم نظیر قرار می داد، اندیشه و روشی عالمانه داشت، سخت کوش و پرکار و همیشه با روی خوش پاسخ گو و شاگردپرور بود. انسانی خردگرا و در مسائل علمی کمال طلب بود، به علم و عالم احترام خاصی می گذاشت و



ادب درس و ادب نفس را با هم داشت. هم نشین شعر بود و از این رو نه در جلوت که در خلوت خود شعر می سرود که شاید بسیاری افراد با این بعد از وجود صاحب هنری وی آشنایی نداشته باشند. از شعر خوب لذت می برد و اشعار بسیاری از شعری عرب و بنام ایرانی را در حافظه داشت و به

- ۱- نظری به تاریخ آذربایجان
- ۲- کتاب فرهنگ تطبیقی عربی با زبانهای سامی و ایرانی
- ۳- تصحیح المقالات و الفرق (منسوب به سعد اشعری)
- ۴- ترجمه فرق الشیعه بوختی
- ۵- ترجمه الفرق بین الفرق ابومنصور بغدادی
- ۶- الملل و النحل من اجزاء کتاب البحر الزخار ابن مرتضی
- ۷- ایران در عهد باستان
- ۸- تاریخ اجتماعی ایران در عهد باستان
- ۹- کارنامه اردشیر بابکان
- ۱۰- فرهنگ هزوارش های پهلوی
- ۱۱- گفتاری درباره دینکرد
- ۱۲- تاریخ تبریز تا پایان قرن ۹ ق
- ۱۳- نام خلیج فارس در طول تاریخ

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
دو شنبه ۲۳/۱/۱۴۰۰	۵:۱۲	۶:۳۱	۱۲:۵۳	۱۹:۱۶	۱۹:۳۳

(طول جغرافیایی: ۵۲/۲۰ عرض جغرافیایی: ۲۷/۲۱)

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - دوشنبه ۲۳/۱/۱۴۰۰ - بیست و نهم شعبان المعظم ۱۴۴۲ - ۱۲ آپریل ۲۰۲۱ - شماره ۱۶۹۱ - صفحه ۸ - شماره ۲۰۰۰ تومان

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴ - ۰۲۲۴۴۷۷۰
کد پستی: ۷۲۳۱۸-۳۴۳۰۰
شماره شاپا: ۲۰۰۸-۹۹۶۱ (زیر نظر هیات تحریریه)
لیتوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار
www.mld.ir miladelarstan@gmail.com

رسول اکرم (ص) فرمودند:

مَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ أَنْ يَقِيَّ دِينَهُ وَعَرَضَهُ بِإِمَالِهِ فَلْيَفْعَلْ؛ هر که از شما تواند دین و آبرو را به مال خود حفظ کند، حفظ کند.

البخَلُ عَارٌ، وَ الْجِبْنُ مَنْقَصَةٌ
بخیل بودن ننگ است و ترسو بودن کاستی می باشد.

یگانه: کارمان خدمت رسانی است و بیماران شهرهای دیگر را هم پذیرش می کنیم رسانه ها همیاری نمایند



در این مدت تعطیل و فقط گروه شغلی یک که شامل اقلام ضروری مردم است مشغول به فعالیت خواهند بود، تصریح کرد: در این مدت کنترل بیشتری بر روی اصناف و کلینیکهای سطح شهر توسط اکیپ های بازرسی صورت خواهد گرفت. این مسئول با اشاره به اینکه از اصحاب رسانه و فعالین فضای مجازی تقاضا داریم که پای کار بیایند و در عمل ما را در جهت اطلاع رسانی بهتر به مردم یاری دهند و مدیریت بحران کنند، خاطر نشان کرد: برخی می گویند چرا

بیمارانی از شهرستان های دیگر (زرین دشت) را در بیمارستان لار پذیرش می کنید؟ در واقع کار ما خدمت رسانی به مردم است و بیمارستان لار یک قطب پزشکی است و افراد برای بیماری خود به این بیمارستان مراجعه می کنند و ما نیز باید به بیماران خدمات بدهیم. به گزارش میلاد لارستان، نشست خبری مسئولان دانشکده علوم پزشکی لارستان با اصحاب رسانه از طریق ویدئو کنفرانس و به شکل غیرحضوری انجام شد. در این نشست، معاون بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لارستان خطاب به اصحاب رسانه و مردم اظهار داشت: اخبار مربوط به بیماری کرونا و دانشکده علوم پزشکی را از طریق روابط عمومی دانشکده پیگیری کنید، زیرا در این مدت اخبار زیادی در سطح شهر مطرح شده است. دکتر وحید یگانه، با تأکید بر اینکه با توجه به شیوع ویروس کرونا و ورود موج چهارم با کمک فرمانداری ویژه و سپاه ناحیه لارستان محدودیت هایی در سطح شهر برقرار شده است، افزود: در این مدت منع رفت و آمد از ساعت ۲۲ الی ۳ بامداد اعمال و افرادی که خارج از این ساعت رفت و آمد دارند جریمه خواهند شد. وی با بیان اینکه در جهت قطع زنجیره ویروس کرونا گروه های شغلی ۲ تا ۴

انتصاب دکتر محمد اسماعیل حق پرست بعنوان مدیر کل روابط عمومی سازمان محیط زیست کشور



رئیس مرکز روابط عمومی سازمان میراث فرهنگی صنایع دستی و گردشگری را در کارنامه خود دارد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی سازمان حفاظت محیط زیست(پام)، در حکمی از سوی معاون رییس جمهور و رییس سازمان حفاظت محیط زیست، دکتر محمداسماعیل حق پرست از جوانان لارستانی به عنوان مدیر کل روابط عمومی و امور رسانه سازمان حفاظت محیط زیست منصوب شد. در حکم عیسی کلانتری رییس سازمان حفاظت محیط زیست خطاب به محمداسماعیل حق پرست، آمده است:

تقدیم هدیه مقام معظم رهبری به مدیر سابق حوزه علمیه لارستان



زحمت حضور آیتالله دژکام در لار قدردانی کرد.

در متن لوح تقدیر دفتر مقام معظم رهبری خطاب به حجت الاسلام سیدعلی اکبر موسوی آمده است:

استاد محترم جناب مستطاب آقای سیدعلی اکبر موسوی

آیتالله دژکام در ادامه گفت: از طرف دفتر مقام معظم رهبری با توجه به شرایط هم گیری کرونا و عدم امکان حضورشان در لار به بنده ماموریت داده شد تا از زحمات حجت الاسلام موسوی در طول دوران مدیریت شان در حوزه علمیه لارستان تقدیر کنم و حامل لوح تقدیر این دفتر همچنین هدیه ای از طرف مقام معظم رهبری برای ایشان هستم.

مدیر سابق حوزه علمیه لار نیز در این دیدار از لطف و توجه مقام معظم رهبری و دفتر ایشان همچنین

نماینده ولی فقیه در استان فارس هدیه و لوح تقدیر ارسال شده از سوی مقام معظم رهبری به مدیر سابق حوزه علمیه لارستان تحویل داد.

به گزارش میلاد لارستان، آیتالله «لطف الله دژکام» نماینده ولی فقیه در استان فارس و امام جمعه شیراز همراه با سردار «لطف الله بدالی» رئیس نهاد نماینده ولی فقیه و جمع دیگری از مدیران این نهاد به دیدار حجت الاسلام سیدعلی اکبر موسوی در منزل وی رفتند.

در این دیدار صمیمانه، مباحث متعددی در خصوص مسائل منطقه ای صورت گرفت اما عمده سخنان آیتالله دژکام ذکر خاطراتی متعدد از مرحوم آیتالله العظمی سیدعلی اکبر موسوی آیت اللهی امام جمعه فقید لارستان بود.

نماینده ولی فقیه در استان فارس، در بخشی از سخنان خود با تأکید بر اعتماد ویژه مرحوم آیتالله العظمی آیت اللهی به حجت الاسلام موسوی گفت: در یکی از دیدارهای ما مرحوم آیتالله آیت اللهی فرمودند مربوط به لار، ۷ مورد از ۷ مورد خنج و ۵ مورد نیز مربوط به خور و بقیه موارد مربوط به دیگر مناطق بوده است.

مروارید اندیشه



کیفیت نافر روحانی
حضرت ابراهیم (ع)

اما نماز اولیا... نقشه تجلیات است. چون قلوب صافیه خود را شطر عالم غیب قرار داده اند و مرات ذات خود را متوجه شمس حقیقی کردند، به مناسبت قلوب آن ها از حضرت غیب تجلی خاصی بر آن ها شده و چون در امر تجلی تقییدی است، تکبیری گویند -فهو اکبر و منت التجلی التقییدی.

پس آن را از حجاب های نور شمارند و قلب خود را از آن منصرف کنند و با دست سر رفع حجاب قلبی را نمایش دهند.

پس از رفع حجاب، تجلی دیگری و قلب آن ها شود که از تجلی اول ارفع و اعلی است، پس تکبیر گویند و رفع آن حجاب نمایند...

پس، چون تجلی پس چون تجلی ذاتی بر قلوب آن ها بی تقیید و حجاب شد: «و جهتی للذی فاطر السماوات والأرض»،

گویند و وارد نماز شوند و خود را به تکبیر احرام از هر خاطره غیر حرام محروم کنند و هر چه جز دوست را بر خود حرام شمردند

توجه به غیر را پشت بر قبله حقیقی دانند و مبطل صلات شمارند و رجوع به انیت و انانیت خود را از احداث قاطعه ای نماز محسوب

دارند و چون متمکن به این مقام شدند و مستقیم بر امر گردیدند، فقد تم میقات الرب. و اهل معرفت گویند آیه شریفه «فلما جن علیه اللیل... الخ» اشاره به کیفیت سیر معنوی و سفر روحانی

جناب ابراهیم خلیل... است. (سرالطوا، ص ۷۹)

لطایف قرآنی
برگرفته از آثار امام خمینی (ره)

اسامی اعضای شورای اسلامی شهر لار از دوره اول تا پنجم

به گزارش میلاد لارستان، بازخوانی و یادآوری اسامی اعضای سابق و اسبق شوراهای اسلامی شهر لار از دوره اول تا پنجم به منظور بازخوانی خاطرات، نگاه به عملکردها و همچنین چراغ راهی برای انتخابات پیش رو در این برهه مهم در زیر ذکر شده است:

شورای اول: یوسف هدایتی - محمد عباس نیک آواز - جاسنجعلی - محمد شوری پنجم: عبدالله محبی - اشکان عسکری - رحیم بیژنی - رحیم مقیمی - سیدعبدالمهدی میرپور - عشرت قادری - تقی قنبری - محمدرضا نراقی - یوسف سلمان پور - خجسته خرم

شورای دوم: سیدجلال یگانه - نصرالله یعقوب موحدی - سیدجلال یگانه - محمد عبادتکار - یعقوب موحدی

شورای چهارم: حجت الاسلام علی عمرانی - سیدجلال یگانه - صمد کامجو - رامین اقتداری - یعقوب موحدی - خلیل نامدار - اشکان عسکری - مجید عالی - اشکان عسکری - رحیم بیژنی - رحیم مقیمی - سیدعبدالمهدی میرپور - عشرت قادری - تقی قنبری - محمدرضا نراقی - یوسف سلمان پور - خجسته خرم

گزارش تصویری / نمایشگاه عکس مهر مهدوی



عکس: امیر قیومی

