

رهبر معظم انقلاب اسلامی: اگر نامزدها به مردم نشان بدهند که دارای کارآمدی هستند، مردم پای صندوقها میروند مشارکت بالایی هم خواهد بود ان شاء الله. مسئله اصلی مردم فضای مجازی و سیاست خارجی و ارتباط با این دولت و آن دولت نیست، مسئله اصلی مردم چیزهای دیگر است؛ مسئله اصلی مردم بیکاری جوانها است، مسئله اصلی مردم معیشت طبقات ضعیف جامعه است، مسئله اصلی مردم مافیای وارداتی است که کمر تولید داخلی را می شکنند، مسئله اصلی مردم سیاستهای غلطی است که فلان جوان مبتکر را که میتواند کار انجام بدهد مأیوس میکنند.

۲

رسانه های غیرمجاز فعال در لارستان، به دنبال اخذ مجوز باشند

۲

انجام عمل جراحی فوق تخصصی ریه در بیمارستان امام رضا(ع) لارستان

۳

جاده یک طرفه پیرفت ایران

۸

تصویب منطقه ویژه اقتصادی لارستان، حاصل تلاش جمعی بود

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - دوشنبه ۱۷ / ۰۳ / ۱۴۰۰ - بیست و ششم شوال ۱۴۲۲ - ۰۷ زون ۲۰۲۱ - شماره ۱۷۲۶ - ۸ صفحه - یک شماره ۳۰۰۰ تومان

۲

اعتقادی به جناح بندی سیاسی اصلاح طلب و اصولگرا ندارم

۲

تاکید معاون بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لارستان بر واکسیناسیون اطفال

۳

اپلیکشن هایی که به کمک تبلیغات انتخابات ۱۴۰۰ آمدند!

۷

«کبه» خود را با این نوشیدنی بیمه کنید

۸

گذر از تابستان داغ با رعایت الگوی مصرف آب

قابل توجه نماینده و مدیر کل اداره راه و شهرسازی لارستان موافقت بانک ملی جهت تامین اعتبار محور لار-بندرعباس به کجا انجامید؟



عکس ها: آرشو

امام خامنه‌ای: راه حل مشکلات، انتخاب درست است نه کناره‌گیری از صندوق رأی در جریان عدم احراز صلاحیت‌ها به برخی جفا شد

رهبر انقلاب با اشاره به قانون اساسی که در آن هم جمهوریت و هم اسلامیت در نظر گرفته شده است، گفتند: در قانون اساسی، از شروط رییس‌جمهور، «رجل سیاسی و مذهبی بودن» و «حفظ تقوا و امانت» است و این بدین معناست که رییس قوه اجرایی با اقدامات خردمندانه، در سیاست مصلحت مردم را در نظر بگیرد و در میدان اعتقادات نیز دین مردم را هدایت و حفظ کند.

ایشان در بخش دیگری از سخنانشان با اشاره به گرم شدن محیط انتخابات گفتند: دعوت مردم به حضور نیافتن در انتخابات با بهانه‌های واهی، عمل به خواست دشمنان است و اگر هر یک از دو رکن مردم‌سالاری و دین تضعیف شود، اسلام و ایران ضربه و سبلی خواهند خورد.

رهبر انقلاب افزودند: گفته می‌شود برخی به‌علت فشارهای معیشتی که همه ما آن را لمس می‌کنیم، برای شرکت در انتخابات مردد هستند یا برخی می‌گویند در دوره‌های قبل با شوق به فردی رأی دادیم اما در آخر دوره، منجر به دلخوری شد، بنابراین در انتخابات شرکت نمی‌کنیم. این موارد استدلال‌های درستی نیستند و نباید ما را از مشارکت در انتخابات دلسرد کنند.

ایشان تأکید کردند: اگر نابسامانی، ناکارآمدی و ضعف در مدیریت‌ها وجود دارد، باید آن را با انتخاب درست و خوب و روی کار آوردن مدیریت مردمی و اسلامی جبران کرد نه با شرکت نکردن در انتخابات.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با تأکید بر دقت در انتخاب و توجه به عملکرد کاندیدها افزودند: صرفاً به وعده‌ها و حرف‌ها نمی‌توان اکتفا کرد همچنان‌که در قضیه مذاکرات هسته‌ای هم که در جریان است، همواره به مسئولان گفته‌ایم به عمل کار برآید و به حرف‌ها و وعده‌ها نمی‌توان اعتماد کرد.

ادامه در صفحه آخر

رهبر انقلاب در سخنرانی به‌مناسبت ارتحال امام خمینی(ره) فرمودند: در جریان عدم احراز صلاحیت به برخی کسانی که صلاحیتشان احراز نشد جفا شد به خودشان و خانواده‌هایشان نسبت‌هایی داده شد که معلوم شد خلاف است.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در سالروز عروج ملکوتی امام خمینی(ره) در سخنانی تلویزیونی، ابداع و تحقق نظریه جمهوری اسلامی یعنی تشکیل حکومتی بر مبنای اسلام ناب و متکی بر مردم‌سالاری برخاسته از عمق اسلام را مهمترین ابتکار امام امام راحل عظیم‌الشان خواندند و تأکید کردند: راز پرشکوه ماندگاری جمهوری اسلامی و نظام امام خمینی، با وجود همه پیش‌بینی‌های دشمنان در باره زوال این نظام، همراهی دو کلمه «جمهوری» و «اسلامی» یعنی حاکمیت توأمان اسلام و مردم است و از این پس نیز همراهی همین دو کلمه تضمین پیشرفت مستمر خواهد بود.

رهبر انقلاب همچنین با اشاره به تأکید همیشگی امام خمینی درباره ضرورت شرکت آحاد مردم در انتخابات، انتخاب فردی شایسته را راه حل نابسامانی‌ها و مشکلات خواندند و با بیان نکاتی مهم درباره لزوم پایبندی رییس‌جمهور آینده به ایجاد عدالت اجتماعی، مبارزه صریح وبدون ملاحظه با فساد و تقویت تولید داخلی افزودند: آحاد مردم خود را به شرکت در انتخابات و تشویق دیگران به این کار ملزم بدانند.

رهبر انقلاب با اشاره به جاری شدن دوباره یاد و خاطره امام در ایام رحلت آن بزرگوار افزودند: ملت و کشور همیشه به نگاهبانی از یاد و رهنمودهای «آن شخصیت عظیم، آن رهبر بی‌جایگزین و آن خردمند حکیم و برخوردار از اراده پولادین، دل عطوف و ایمان عمیق» نیازمند است.

رهبر انقلاب، با اشاره به اول انقلاب وحجم بی‌سابقه پیش‌بینی‌های مکرر زیاده‌خواهان جهانی مبنی بر نابودی دو ماهه، شش ماهه و یا حداکثر یک‌ساله جمهوری اسلامی افزودند: صلابت و قاطعیت امام و پیروزی‌های درخشان ملت در جنگ و مسائل دیگر، این همه را کمرنگ کرد اما بعد از رحلت امام خمینی، دشمنان و بدخواهان بار دیگر به تکرار آرزوی خود مبنی بر زوال جمهوری اسلامی پرداختند. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، اعلام رسمی یک حزب فرسوده و پرمعدها در سال ۶۹، نامه چند سال بعد گروهی از نمایندگان مجلس مبنی بر رو به پایان بودن مهلت جمهوری اسلامی و اعلام علنی برخی مقامات آمریکایی مبنی بر نرسیدن جمهوری اسلامی به چهل سالگی را از نمونه‌های پیشگویی‌های غلط برای زوال جمهوری اسلامی بر شمرده و گفتند: این افراد و گروه‌ها در پیشگویی‌های خود، علاوه بر بیان آرزوهایشان، به شکست و نابودی انقلاب‌های جهان نیز استناد می‌کردند.

رهبر انقلاب افزودند: حتی در داخل کشور نیز دو نهضت مشروطیت و نهضت ملی چند سال بعد از شکل‌گیری با روی کار آمدن دیکتاتوری کاملاً سیاه رضاخان و استبداد کودتایی، پیچیده و عمیق محمدرضا شکست خوردند بنابراین پیش‌بینی‌ها درباره نابودی جمهوری اسلامی به این مسائل تاریخی نیز متکی بود. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با اشاره به شکست کامل پیشگویی‌های دشمنان و اقتدار و پیشرفت و توسعه مستمر جمهوری اسلامی افزودند: راز پرشکوه و افتخارآمیز ماندگاری نظام امام خمینی، همراهی دو کلمه جمهوری و اسلامی است.

ایشان، ابداع نظریه جمهوری اسلامی را کار بزرگ امام خمینی خواندند و افزودند: امام بزرگوار این نظریه را در عرصه نظریات سیاسی بین‌المللی وارد کرد و با قدرت مردم و معرفت بسیار عمیق خود آن را عینیت بخشید و محقق کرد.

رهبر انقلاب، شناخت و تسلط جامع امام خمینی بر معارف اسلامی را پشتوانه ایجاد و تحقق نظریه جمهوری اسلامی بر شمرده و گفتند: امام لزوم حاکمیت اسلام و اعتقاد به مردم را از دل اسلام ناب به دست آورده بود و به آنها عمیقاً ایمان داشت.

ایشان با اشاره به مخالفان سرسخت دو وجه اسلامی و مردمی بودن جمهوری اسلامی، افزودند: بخشی از مخالفان حاکمیت اسلام، «سکولارهای غیرمذهبی» بوده و معتقدند دین شأنیت تشکیل نظام سیاسی و مدیریت کشور را ندارد و محصور به مسائل فردی و عبادات است، البته عده‌ای از سکولارها هم معتقد بودند دین اصولاً مضر و اقیون جامعه است.

رهبر انقلاب افزودند: دسته دیگری از مخالفان حاکمیت اسلام، به دین اعتقاد دارند اما می‌گویند اسلام نباید به سیاست آلوده شود، این افراد در واقع «سکولارهای مذهبی» هستند و به دخالت و حاکمیت دین در شئون زندگی سیاسی- اجتماعی، اعتقادی ندارند.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، مخالفان مردمی بودن جمهوری اسلامی را نیز دو دسته دانستند و گفتند: جمعی از این مخالفان، «لیبرال‌های سکولار» هستند که می‌گویند دموکراسی و مردم‌سالاری را باید لیبرال‌ها و تکنوکرات‌ها ایجاد کنند و این مسئله ربطی به دین ندارد. ایشان خاطرنشان کردند: دسته دوم مخالفان مردم‌سالاری دینی، به دین اعتقاد دارند اما می‌گویند مردم در حاکمیت دینی هیچ کاره‌اند و دین باید بدون اتکا و نقش‌آفرینی مردم، حکومت تشکیل دهد که شکل افراطی این نظر، در سال‌های اخیر در شکل‌گیری گروه داعش ظاهر شد.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای حاکمیت دین با اتکا به مردم را یک استنباط و نظریه عالمانه و نه احساسی خواندند و گفتند: مردم‌سالاری دینی از متن اسلام برخاسته است و هر کس انکار کند در قرآن مطالعه و تدبر نکرده است.

ایشان، با استناد به آیات مکرر قرآن مبنی بر لزوم اطاعت مردم از رسول اکرم افزودند: در صدها آیه قرآن زمینه‌های اطاعت مردم از نبی مکرم تشریح شده است که آیات جهاد، اقامه قسط و عدل، اجرای حدود، معاملات اجتماعی - اقتصادی، قراردادهای بین‌المللی و ده‌ها عرصه دیگر از جمله این زمینه‌ها هستند که مجموعه همین زمینه‌ها، به معنای تشکیل حکومت است.

رهبر انقلاب با استناد به احادیث فراوان و سنت رسول اکرم مبنی بر تشکیل حکومت افزودند: بعد از رحلت پیامبر با وجود اختلاف درباره جانشینی ایشان، احدی از مسلمانان شک نداشته که باید حکومت بر اساس دین و قرآن ادامه یابد.

رهبر انقلاب، در جمع‌بندی این بخش از سخنانشان تأکید کردند: بر اساس آیات قرآن مجید و احادیث و سنت پیامبر، اگر کسی به اسلام اعتقاد داشته باشد باید به حاکمیت اسلام هم معتقد باشد.

رهبر انقلاب بعد از تبیین موضوع حاکمیت اسلام، به موضوع جمهوریت و مردم‌سالاری پرداختند و با تأکید بر اینکه اعتبار رأی مردم مسئله بسیار مهمی است، گفتند: به این موضوع از دو منظر می‌توان نگریست ۱- از منظر دینی و اعتقادی و در چارچوب مسئولیت و حق ۲- از این منظر که تحقق عملی حاکمیت دین بدون مردم امکان‌پذیر نیست.

ایشان در خصوص رأی مردم از منظر دینی و اعتقادی افزودند: در آیات و روایات، آحاد مردم و خواص در قبال سرنوشت جامعه و طبقاتی مسئول دانسته شده‌اند و امر به معروف و نهی از منکر وظیفه عمومی شمرده شده که یکی از مهمترین معروف‌ها برای حکومت دینی است. همچنین انسان‌ها دارای اراده و حق تعیین سرنوشت هستند که حاکمیت مردم یکی از نمادهای حق تعیین سرنوشت است.

رهبر انقلاب به موضوع مردم‌سالاری دینی از منظر نیاز حکومت‌ها به پشتوانه مردمی نیز اشاره کردند و گفتند: حکومت‌ها بدون پشتوانه مردمی، چاره‌ای جز روی آوردن به زور و ظلم نخواهند داشت و از آنجا که در حکومت اسلامی ظلم جایز نیست، تحقق حکومت اسلامی و ادامه آن، فقط با پشتوانه مردمی امکان‌پذیر است.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای تأکید کردند: بنابراین مردم سالاری دینی و جمهوری اسلامی یک طرح ناب و خالص دینی است و اینکه برخی می‌گویند امام مردم سالاری را از غربی‌ها گرفت، سخنی بی‌معنا است زیرا امام کسی نبود که بخاطر روادری‌بایستی از حکم خدا منصرف شود.

ایشان افزودند: روزی که امام موضوع الزام حجاب در اجتماع را مطرح کردند برخی‌ها از جمله بعضی نزدیکان امام مخالف بودند اما رهبر انقلاب اسلامی تأکید کردند: امام بزرگوار با انجام این نوآندیشی دینی که مبتنی بر معرفت عمیق دینی بود، ملت ایران را که قرن‌ها با استبداد خو گرفته بود، به میدان آورد تا با باور به توانایی‌های خود، کارهای بزرگی همچون ساقط کردن سلطنت چند هزارساله و ایستادگی در مقابل جنگ هشت ساله و متکی به پشتیبانی همه قدرت‌های بزرگ دنیا را انجام دهند.

ایشان با تأکید بر اینکه امام دو کلمه «جمهوری» و «اسلامی» یعنی «حاکمیت اسلام» و «حاکمیت مردم» را گره‌گشای همه مشکلات می‌دانستند، افزودند: هر زمان که مردم به‌کار گرفته شدند و معیارهای اسلام رعایت شد، پیش‌رفتیم و هر جا که یکی از این دو رعایت نشد، پیش‌رفتیم.

رهبر انقلاب به یک نمونه اشاره کردند و گفتند: اگر در اقتصاد، رشد کارگاه‌های کوچک و متوسط یعنی زمینه ورود مردم را به حوزه تولید فراهم کرده بودیم اکنون وضع اقتصادی به‌دنبال زدن ریشه اسلام هستند.



نماینده مردم لارستان، خنج، گراش و اوز در مجلس شورای اسلامی، گفت: من اعتقادی به جناح بندی سیاسی اصلاح طلب و اصولگرا ندارم، خدمت به مردم جناح بندی ندارد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری

اعتقادی به جناح بندی سیاسی اصلاح طلب و اصولگرا ندارم

بُرنا، حسین حسین زاده، نماینده مردم لارستان در مجلس یازدهم، در رابطه با لزوم مشارکت مردم در انتخابات اظهار کرد: کاندیدها نباید وعده بدهند بلکه باید با واقعیات موجود در سه سطح میان مدت، کوتاه مدت و بلند مدت که سقف آن چهار سال است برنامه ریزی و برای وضعیت کشور چاره اندیشی کنند. کشور ما در شرایطی قرار دارد که از خیلی ظرفیت های موجود می بایست استفاده بهینه کرد و به بهره وری خوبی رساند. برای مثال در زمینه های انرژی می توان اشتغال زایی، سودآوری و ارزآوری داشته باشیم و بازار مصرفمان را توسعه و از خام فروشی مان جلوگیری کنیم.

رسانه های غیرمجاز فعال در لارستان، به دنبال اخذ مجوز باشند



مهم را در فعالیت خود مورد توجه قرار دهند و در این راستا رسانه های مجاز و قانونی، خوب فعالیت می کنند، اما حقیقتاً دغدغه اصلی ما در این حوزه، رسانه های غیر مجاز است که گاهی چارچوب و قاعده مجوز اتخاذ می شود. حسنی بیان کرد: برای اینکه آرامش و آسایش مردم و بخصوص اصحاب رسانه مجوز دار در منطقه حفظ شود و در آستانه انتخابات برای اینکه امنیت انتخابات تضمین شود و حاشیه ای برای انتخابات ایجاد نشود، باید رسانه های غیر مجاز مجوز دار شوند؛ لذا اولویت اول برنامه های اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی این باشد که این مهم را به جد پیگیری و در محدوده زمانی مشخصی آنها را ساماندهی کند. این مقام مسئول ادامه داد: فرمانداری، دادستانی و اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی، برای تمامی خبرنگاران و اصحاب رسانه احترام قائل اند، اما قانون، ملاک و معیار فعالیت همه ماهاست و رسانه ای که با اخبار غیر واقعی، تشویش اذهان عمومی را در پی داشته باشد، طبیعتاً باید در مقابل قانون پاسخگو باشد. حسنی تأکید کرد: خدا را شکر؛ لارستان دارای مردمی با فرهنگ و شعور اجتماعی بالا هستند و همان نسبت، رسانه ها باید این

خواهد شد؛ افزود: این تصمیم صرفاً در راستای صیانت از حقوق، بسط و توسعه فعالیت رسانه های خبری با شناسنامه و جلوگیری از هر گونه سوء استفاده از نام رسانه های دارای مجوز اتخاذ می شود. حسنی بیان کرد: برای اینکه آرامش و آسایش مردم و بخصوص اصحاب رسانه مجوز دار در منطقه حفظ شود و در آستانه انتخابات برای اینکه امنیت انتخابات تضمین شود و حاشیه ای برای انتخابات ایجاد نشود، باید رسانه های غیر مجاز مجوز دار شوند؛ لذا اولویت اول برنامه های اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی این باشد که این مهم را به جد پیگیری و در محدوده زمانی مشخصی آنها را ساماندهی کند. این مقام مسئول ادامه داد: فرمانداری، دادستانی و اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی، برای تمامی خبرنگاران و اصحاب رسانه احترام قائل اند، اما قانون، ملاک و معیار فعالیت همه ماهاست و رسانه ای که با اخبار غیر واقعی، تشویش اذهان عمومی را در پی داشته باشد، طبیعتاً باید در مقابل قانون پاسخگو باشد. حسنی تأکید کرد: خدا را شکر؛ لارستان دارای مردمی با فرهنگ و شعور اجتماعی بالا هستند و همان نسبت، رسانه ها باید این

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان از فعالان خبری در پیام رسان ها و سایت های خبری بدون مجوز خواست تا نسبت به ثبت نهایی درخواست اخذ مجوز فعالیت خود اقدام کنند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان؛ جلیل حسنی در جمع اصحاب رسانه شهرستان که با حضور دادستان، رییس پلیس فتا و سرپرست اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان در سالن شهید امامی فرمانداری ویژه لارستان برگزار شد، در سخنانی با بیان اینکه اگر تمامی اقدامات و فعالیت ها قانونی باشد، هیچ کس ضرر نخواهد کرد؛ گفت: اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان هرچه سریعتر در راستای ساماندهی رسانه های غیر مجاز اقدام و بستر مجوز دار کردن این رسانه ها را فراهم کند. وی تصریح کرد: متأسفانه برخی ها در شهرستان می خواهند خودسرانه اقدام به اطلاع رسانی کنند که این خلاف قانون است. فرماندار ویژه لارستان، با بیان اینکه در صورت عدم دریافت مجوز، هرگونه فعالیت رسانه ای خبری، مصداق اخبار رسانه های جعلی قلمداد

تاکید معاون بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لارستان بر واکسیناسیون اطفال



جدی گرفته و طبق برنامه انجام دهند. گفتنی است سرخک از جمله بیماری های واگیری بوده که سابق بر این ریشه کن شده به نحوی که وزارت بهداشت برای گزارش یک مورد ابتلا به سرخک جایزه تعیین کرد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، دکتر وحید یگانه معاون بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لارستان، یک هشدار مهم و جدی به خانواده هایی که اطفال خود را واکسینه نکرده اند داد و اظهار داشت: به دلیل شیوع بیماری کرونا از اواخر سال ۹۸ و ترس همه خانواده ها از مراجعه به مراکز بهداشتی، درمانی و استرس ناشی از درگیری با کرونا، اقدامات واکسیناسیون کشوری در اطفال دچار چالش شده است.

وی خاطر نشان کرد: گزارش ۲۴ مورد بیماری سرخک در اطفال کل کشور نشان میدهد که خانواده ها نباید از واکسیناسیون کودکان غافل شوند و واکسیناسیون اطفال خود را

تجلیل از خیرین خانه کشتی ساحلی لارستان



این خانه کشتی ساحلی در سطح استاندارد اتحادیه جهانی کشتی ساخته می شود و در آن اتاق فرهنگی، سالن کنفرانس، رختکن، حمام، سرویس بهداشتی و... قرار داده شده است. عملیات احداث خانه کشتی ساحلی لارستان، به رویی با هماهنگی واحد فنی و مهندسی اداره کل ورزش و جوانان استان فارس و حمایت و نظارت اداره ورزش و جوانان لارستان آغاز می شود. هیئت کشتی لارستان درصد است تا پس از اهدای لوح سپاس از سوی علی بازاری رئیس کمیته کشتی های سنتی و ساحلی فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران تجلیل به عمل آمد. خانه کشتی ساحلی لارستان، در زمینی به مساحت ۱۲۰۰ متر مربع و با هزینه ای بالغ بر پنج میلیارد ریال در مجموعه ورزشی شهید دانشیار لار احداث می شود.

تجلیل از خیرین خانه کشتی ساحلی لارستان

خیرین خانه کشتی ساحلی لارستان از سوی فدراسیون کشتی مورد تجلیل قرار گرفتند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی فدراسیون کشتی، در مراسمی که با حضور محمدحسن طیبی رئیس اداره ورزش و جوانان و داد عسکریور رئیس هیئت کشتی لارستان برگزار شد، از دکتر حیدر قادری، نضرالله قادری و فضل الله قادری که قرار است خانه کشتی ساحلی لارستان توسط این خیرین ورزش دوست و نیک اندیش احداث شود، با اهدای لوح سپاس از سوی علی بازاری رئیس کمیته کشتی های سنتی و ساحلی فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران تجلیل به عمل آمد. خانه کشتی ساحلی لارستان، در زمینی به مساحت ۱۲۰۰ متر مربع و با هزینه ای بالغ بر پنج میلیارد ریال در مجموعه ورزشی شهید دانشیار لار احداث می شود.

استقبال کم داوطلبان شورای شهر لار برای شرکت در نشست پرسش و پاسخ دانشجویی



دبیر قرارگاه دانشجویی قدر لارستان، با انتقاد از استقبال کم داوطلبان شورای شهر لار برای شرکت در نشست پرسش و پاسخ دانشجویی گفت: فرهنگ شفافیت و پاسخگویی در لارستان جای کار دارد. حمیدرضا شکفته، دبیر قرارگاه دانشجویی انتخاباتی قدر لارستان، اعلام آغاز سلسله نشست های پرسش و پاسخ کارشناسان با کاندیداهای شورای شهر لار، گفت: بر اساس رسالت ذاتی مجموعه تشکیلات قرارگاه مبنی بر رعایت عدالت بین کاندیدها، در روزهای گذشته به صورت مکتوب و از طریق تماس تلفنی از همه کاندیدهای شهر لار جهت حضور در برنامه دعوت به عمل آمده و شیوه نامه اجرایی برنامه و محورهای پرسش و پاسخ برای همه افراد ارسال شده است. وی اظهار داشت: علی رغم همه ای تلاش های مجموعه جهت برگزاری برنامه پرشور پرسش و پاسخ

انجام عمل جراحی فوق تخصصی ریه در بیمارستان امام رضا (ع) لارستان

بیمار انجام شد که این کار نتیجه قابل قبولی در بر نداشت، سپس طی مشاوره جمعی پزشکان این مرکز، تصمیم به عمل جراحی قفسه سینه (توراکتومی) گرفته شد. دکتر خدادادی، اظهار داشت: این عمل جراحی ۵ ساعته حساس و حیات بخش توسط تیم جراحی بیمارستان، دکتر حکیمیان و دکتر محمد حشمتی (متخصصین جراحی عمومی) و همچنین متخصص بیهوشی، دکتر شاکری با همکاری و تلاش همیشگی همکاران اتاق عمل و بیهوشی انجام گرفت.



وی خاطر نشان کرد: با توجه به سنگین بودن عمل جراحی و برداشتن قسمتی از ریه به علت عفونت شدید، بیمار پس از عمل جراحی به بخش مراقبت های ویژه منتقل و فردای آن روز با حال عمومی مساعد به بخش عادی منتقل شد و در حال حاضر رو به بهبود است. رئیس بیمارستان امام رضا (ع) لار، افزود: تیم درمان و همچنین بیمار از عمل جراحی رضایت کامل داشتند و از سلامتی بیمار ابراز شادمانی کردند. دکتر خدادادی، تصریح کرد: امید است با اراده و همکاری جمعی و با لطف پروردگار و همکاری های مردم عزیز لارستان در درمان متخصص این مرکز، تشخیص عفونت و آسبه بزرگ ریه داده شد. وی تصریح کرد: در ابتدا، درمان دارویی برای

درخشش فرهنگیان فارس در نخستین جشنواره معلمان هنرمند کشور

مدیرکل آموزش و پرورش فارس، گفت: استان فارس با ۴ هزار و ۱۱۸ نفر در رشته تکنواز ضرب زورخانه، مریم آموزگار در رشته یادگست رتبه دوم این جشنواره را به خود اختصاص دادند.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری مهر، فزاد اسماعیلی گفت: استان فارس با حضور ۴ هزار و ۱۱۸ نفر در جشنواره و کسب رتبه اول، دوم، سوم و شایسته تقدیر موفق به کسب رتبه اول نخستین جشنواره فرهنگی هنری معلمان هنرمند کشور شد.

وی در تشریح دیگر اسامی برگزیدگانی که موفق به کسب رتبه دوم این جشنواره شدند، افزود: منصوره صداقت در رشته نقد داستان، مجید اسلامی در رشته نقاشی، مجتبی رحمدار در رشته خط شکسته نستعلیق، فرامرز کشتکار در رشته کاریکاتور، رضیه محمدی در رشته نقاشی دیجیتال موفق به کسب رتبه دوم این جشنواره کشوری شدند. مدیر کل آموزش و پرورش فارس، گفت: شهر پادکست در رشته فیلم کوتاه مستند، رضیه زارعی در رشته نمایش عروسکی، محمدحسین کوثری در رشته تکنوازی دف حسین گل صفقیان در رشته تکخوانی محلی (تصنیف)، امیر قره خانی در رشته نرم افزار موبایل، زهرا در دستکار در رشته نقد شعر رتبه سوم این جشنواره کشوری را از آن خود کردند.

وی تصریح کرد: معلمان هنرمند فارس ۸ رتبه اول، ۱۴ رتبه دوم و ۱۴ رتبه سوم را در نخستین جشنواره معلمان هنرمند کشور کسب کردند.

مدیر کل آموزش و پرورش فارس در تشریح اسامی منتخبین استان فارس در این جشنواره کشوری افزود: محمد عباسی در رشته فیلم کوتاه داستانی، حمیدرضا روئین تن در رشته تکنوازی سه تار، حامد قانع در رشته تکنوازی سه تار قشقای، لیلا سادات کریمی در رشته تکنوازی تنبوره، حمیدرضا فرزاد در رشته پادکست، حفظه ربانی در رشته سرایش سرود و ترانه، محمدرضا خالقیان در رشته مجسمه سازی و مختار عیب جو در رشته فوتونماژ موفق به کسب رتبه اول این جشنواره کشوری شدند.

در تشریح دیگر اسامی برگزیدگانی که موفق به کسب رتبه سوم این جشنواره شدند افزود: جلیل منور در رشته سرایش سرود و ترانه، سید یاسین علویان در رشته نقاشی، مجید رستگار در رشته خط نستعلیق، هیلدا خدر در رشته خط شکسته نستعلیق، فخرالسادات صفایی در رشته خط نسخ، امیر پژمان در رشته خط ثلث، الهام زهد در رشته اینفوگرافی موفق به کسب رتبه سوم این جشنواره کشوری شدند.

گفت: مراسم کشاورز در رشته مونولوگ، حمید وامق در رشته نمایشنامه خالقیان در رشته مجسمه سازی و مختار عیب جو در رشته فوتونماژ موفق به کسب رتبه اول این جشنواره کشوری شدند.

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۱۸ فارس لار

آقای معصوم علی فکری لاری احدی از ورثه رحمت اله فکری با تسلیم دو برگ استنهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۸۸ لار تنظیم گردیده است مدعی است تعداد ۱ جلد سند مالکیت مربوط به سه دانگ مشاع از شش دانگ یک باب خانه پلاک ۱۶۶۵ واقع در بخش ۱۸ فارس لار که ذیل ثبت ۱۰۰۸ صفحه ۵۷۷ دفتر املاک بنام زهرا پهنند ثبت و سند مالکیت بشماره چاپی ۸۳۷۹۴ صادر و به موجب سند شماره ۱۲۷۸/۰۶/۱۶-۱۲۷۸۴ دفتر ۲۴ لامع الواسطه به آقای رحمت اله فکری لاری منتقل شده و به موجب سند شماره -دفترخانه نز- در رهن است به علت سهل انگاری مقفود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند العثنی نموده است مراتب طبق ماده ۱۲۰ آیین نامه اصلاحی قانون ثبت آگهی می شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله، تسلیم نماید. و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت العثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۰۳/۱۷

آگهی مزایده اجاره سالن سرپوشیده مجتمع فرهنگی ورزشی عطایی

باشگاه فرهنگی ورزشی شهرداری لار در نظر دارد به استناد مجوز شماره ۱۵/۱۱/۱۴۰۰/هیئت مدیره باشگاه فرهنگی ورزشی شهرداری لار نسبت به اجاره سالن سرپوشیده به منظور ارائه خدمات باشگاه بدنسازی واقع در مجتمع فرهنگی ورزشی عطایی با آدرس: شهر جدید- انتهای بلوار معلم- جنب آتش نشانی از طریق مزایده طبق آیین نامه مالی باشگاه و شرایط زیر اقدام نماید. لذا کلیه متقاضیان می توانند پس از واریز وجه سپرده شرکت در مزایده، پیشنهاد مبلغ خود را به همراه فیش سپرده و مدرک مربیگری پرورش اندام به دبیرخانه شهرداری لار تحویل نمایند.

۱- مبلغ واریزی بابت سپرده شرکت در مزایده ۲۷۰۰۰۰۰۰ ریال می باشد که می بایست به حساب شماره ۸۷۶۳۸۰۷۲۱۶ بانک ملت و یا ارائه ضمانت نامه بانکی معتبر به همان مبلغ واریز گردد. -۲- حداقل قیمت پایه مورد اجاره به ازای هر ماه ۵۰۰۰۰۰۰۰ ریال جمعاً به مبلغ ۵۴۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال می باشد. -۳- متقاضیان شرکت کننده می بایست دارای مدرک مربیگری پرورش اندام تأییدیه فدراسیون و تربیت بدنی شهرستان لار باشند و مدارک را پیوست مبلغ پیشنهاد خود نمایند. -۴- سپرده نقرات اول تا سوم در صورتی که برنده مزایده شناخته شده اند و حاضر به انجام معامله نگردند به ترتیب به نفع باشگاه ضبط خواهد شد. -۵- متقاضیان شرکت کننده در مزایده می توانند جهت دریافت و تکمیل فرم مزایده به دبیرخانه شهرداری لار مراجعه نمایند. -۶- باشگاه در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مجاز و مختار است و به پیشنهادات خارج از موعد مقرر یا مخلوش ترتیبی داده نخواهد شد. -۷- کلیه هزینه های آگهی، کارشناسی و غیره که در اثر مزایده حادث گردیده به عهده برنده مزایده خواهد بود. -۸- آخرین مهلت شرکت در مزایده پایان ساعت کاری ۱۴۰۰/۰۴/۰۴ و تاریخ بازگشایی پاکت ها مورخه ۱۴۰۰/۰۴/۰۵ می باشد.

انتشار نوبت اول ۱۴۰۰/۰۳/۱۷ انتشار نوبت دوم ۱۴۰۰/۰۳/۲۵
رییس هیئت مدیره باشگاه فرهنگی ورزشی شهرداری لار- محمدرضا قنبرنژاد

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۱۸ فارس لار

آقای داود عزیزپور بموجب وکالتنامه شماره ۲۷۴۲۳-۹۹/۱۰/۱۳ دفترخانه ۲۵۹ خور از طرف خانم نصرت عزیزپور با تسلیم دو برگ استنهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۲۵۹ لار تنظیم گردیده است مدعی است تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به ۸۱۹۰۵۳ پلاک ۱۱۸۶۵/۵۵ واقع در بخش ۱۸ فارس لار که ذیل ثبت ۵۲۷۲۴ صفحه ۱۴۲ دفتر ۲۴۵ املاک بنام نامبرده ثبت و سند مالکیت بشماره چاپی ۸۱۹۰۵۳ صادر و به موجب سند ۹۱۱/۱۲/۲۱-۱۰۰۸۳ به نامبرده منتقل گردیده و به علت سهل انگاری مقفود گردیده است مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آیین نامه قانون ثبت آگهی می شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله، تسلیم نماید. و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت العثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد. تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۰۳/۱۷ شمسعلی اسکندری - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک لارستان م الف : ۲۴۴

موافقت دولت «مصطفی کاظمی» با انتقال شماری از خانواده‌های داعشی از سوریه به اردوگاهی در موصل، موجی از اعتراض و نگرانی را در جامعه عراق و شخصیت‌های سیاسی این کشور ایجاد کرد.

«فرانک مک‌کنزی»، فرمانده تروریست‌های آمریکایی در منطقه گفت، شماری از خانواده‌های داعشی حاضر در اردوگاه «الهلول» سوریه، به کشور خود (عراق) برگشتند. وی سپس، نسبت به این اتفاق، ابراز خشنودی کرد. پس از آن بود که گزارش‌هایی درباره تصمیم دولت کاظمی، مبنی بر انتقال ۱۰۰ خانواده عراقی از اردوگاه الهلول به عراق منتشر شد.

مردم و گروه‌های سیاسی هم پس از شنیدن این خبر، به آن شدیداً واکنش نشان دادند.

هشدار نمایندگان پارلمان

نمایندگان در واکنش به این اقدام دولت، اعلام کردند که اجرای این تصمیم، منوط به موافقت پارلمان است. «محمد کریم» نماینده پارلمان و عضو ائتلاف «فتح»، نسبت به احیای تروریسم در عراق هشدار داد.

وی تصریح کرد که شماری از سرکرده‌های تروریسم و اعضای خانواده‌های آنها، در اردوگاه «الهلول» به سر می‌برند. ورود این افراد به عراق، خطر بزرگی برای امنیت کشور به شمار می‌رود. انتقال این تروریست‌ها به اردوگاه «الجبدعه» در جنوب شهر موصل، مثل کارگذاشتن بمب ساعتی برای مردم عراق است.

استفاده مقاومت عراق از پهپاد نگرانی تازه آمریکا در منطقه



این نماینده عراقی توضیح داد: آمریکا از تروریست‌های اردوگاه الهلول به عنوان سلاح علیه عراق، کشورهای منطقه و طرف‌هایی که مخالف سیاست‌های واشنگتن هستند، سوءاستفاده می‌کند. لذا، باید مراقب باشیم که تروریسم به عراق برنگردد. «بدر الزیادی» عضو کمیسیون امنیت و دفاع در پارلمان عراق، هم نسبت به خطرات تصمیم کاظمی، هشدار داد و تاکید کرد که این اقدام، کل عراق را با خطر مواجه خواهد کرد.

وی در عین حال، تایید کرد که دولت عراق تحت فشار آمریکا، چنین تصمیمی را اتخاذ کرده است. «عباس صروط» عضو کمیسیون امنیت و دفاع پارلمان عراق، نیز قبلاً گفته بود که اردوگاه الهلول یک مشکل امنیتی پیچیده است و به دلیل تفکرات افراطی اعضای

اپلیکشن هایی که به کمک تبلیغات انتخابات ۱۴۰۰ آمدند!

محدودیت حضور فقط هشت‌هزار نفر را در هر اتاق گفتگو دارد و به همین دلیل در شب‌هایی که برخی مسئولان و چهره‌های عمدتاً سیاسی برای گفتگو به کلاب هاوس آمدند، ناچار اتاق‌های دوم و سومی تشکیل شد که صدای اتاق اول را پخش می‌کردند.

مشخص بودن نام و عنوان هر کاربر هم احتمالاً دیگر دلیل اعتماد مسئولان دولتی کشور به کلاب هاوس است. در این پلتفرم کاربران ناشناس را کمتر می‌بینیم و با این حال عموماً شاهد گفتگوهای صریح و تندی می‌شویم؛ شاید این بهترین فضا را در اختیار کاندیداهای بگذارد که در فاصله‌باقی‌مانده تا انتخابات، برخی شب‌ها را به گفتگو با کاربران و پاسخ به سؤال‌های آنان در نظر بگیرند.

این گفت‌وگوها البته می‌تواند به سیاستمداران و سیاست‌گذاران کمک کند چراکه به ابضاح حرف مردم کمک می‌کند و می‌تواند باتزاب بی‌واسطه‌ای از مطالبات و مطلوبات کنونی ملت باشد. کلاب هاوس صدای ملت را بلندتر کرده اما بیش و مهمتر از سایر پلتفرم‌ها، با توسعه دیالوگ، سخن ملت را نیز نتقیح می‌کند. در واقع از رهگذر گفت‌وگووی جدی در این پلتفرم (نسبت به نوع امکان گفت‌وگوهای سایر پلتفرم‌ها)، حرف ملت دقیق‌تر و تراش‌خورده‌تر عرضه می‌شود.

اسپس نویتر؛ فرصتی کمتر دیده شده

تویتر مدت‌ها در ایران فیلتر است و با این حال بیشتر مقامات دولتی کشور در آن صاحب اکانت رسمی هستند و فعالانه توییت می‌کنند. توییتر جندی قبل و هم‌زمان با شروع فعالیت کلاب‌هاوس، از امکان اسپس خود رونمایی کرد که ابتدا فقط برای تعدادی از کاربران پرمخاطب فعال شده بود، اما در آپدیت‌های بعدی تقریباً برای همه قابل استفاده است.

اسپس مشخصاتی کاملاً شبیه به کلاب‌هاوس دارد و اینجا هم فضای گفتگو و شنیدن آسان مکالمه ها امکان‌پذیر است، اما با توجه به اینکه اکثر کاربران فارسی توییت‌را اکانت‌هایی با نام‌های مستعار تشکیل می‌دهند، به نظر می‌رسد کاندیداهای اعتماد چندانی به برگزاری اسپس در این فضا نداشته باشند. احتمالاً تیم‌های رسانه‌ای و تبلیغاتی کاندیداهای انتخابات ریاست

جمهوری به جای استفاده از اسپس،

بیشتر به توییت کردن و ایجاد بحث در خصوص کاندیدها و همچنین داغ کردن هشتک‌های تبلیغاتی‌شان خواهند پرداخت.

اینستاگرام؛ قابلیتی نه چندان جذاب برای انتخابات

لاپوهای اینستاگرامی حالا دیگر اصلاً قابلیت تازه‌ای محسوب نمی شوند؛ هرچند در دوران قرنطینه جهانی همین لاپوهارونقی دوباره پیدا کردند و رکورد تعداد بیننده‌ها پارها جابه‌جا شد. با این حال و در شرایطی که لاپوهای چهره‌های سرگرمی‌ساز و حتی به اصطلاح شاخ‌های مجازی توسط عدیه زیادی دیده می‌شود، لاپوهای سیاسیون و چهره‌های اجتماعی چندان طرفدار نداشته و پرمخاطب نبوده است.

وقایع‌های وی‌اودی‌های کشور که رهاقیستان با یکدیگر داغ است و هر کدام سعی در بالا بردن آمار مخاطبانشان دارند، احتمالاً می‌توانند اقدام به تولید برنامه‌های گفت‌وگومحور با حضور چهره‌هایی از هر جناح کنند و بازار منظره‌سوزی می‌کنند و امکان ایجاد این تلویزیون‌ها در آینده هم از دست می‌رود؟

همچنین وی‌اودی‌های کشور که

مخاطبان با یکدیگر داغ است و هر کدام سعی در بالا بردن آمار مخاطبانشان دارند، احتمالاً می‌توانند اقدام به تولید برنامه‌های گفت‌وگومحور با حضور چهره‌هایی از هر جناح کنند و بازار منظره‌سوزی می‌کنند و امکان ایجاد این تلویزیون‌ها در آینده هم از دست می‌دهند.

تلویزیون اینترنتی؛ وی اودی ها و پلتفرم‌های داخلی
در هفته‌ای که گذشت امیر ناظمی معاون وزیر ارتباطات، در صفحه توییتیر خود از اختصاص تلویزیون اینترنتی به کاندیداهای انتخابات خبر داد. وی گفت بر اساس مصوبه کمیسیون تبلیغات انتخابات ریاست‌جمهوری، نظارت محتوایی انتخابات در فضای مجازی بر عهده ساترا است و وزارت ارتباطات ایجاد زیرساخت‌ها را در این زمینه بر عهده دارد.
تلویزیون هر کاندیدا از طریق کانال مستقل روی IPTVای‌های مجوز پخش می‌شود و تمام نامزدهای انتخابات ریاست‌جمهوری می‌توانند در زمان رقابت‌های انتخاباتی تلویزیون اینترنتی ایجاد کنند.
وجود تلویزیون خصوصی و اینترنتی

وی هشدار داد: جمع کردن بیش از ۳۰ هزار نفر از استان‌های مختلف عراق، که تحت تاثیر افکار داعش بوده‌اند، در اردوگاه الجدعه، یک بمب ساعتی خواهد بود و امنیت کل کشور را تهدید می‌کند.

«فاضل جابر» نماینده پارلمان، خواستار برگزاری نشست ویژه پارلمان درخصوص این تصمیم بغداد شد.

وحشت از پهپاد حشد

استفاده نیروهای حشدالشعبی از پهپاد برای دور زدن سامانه‌های نظارتی نصب‌شده در اطراف پایگاه‌های نظامی و مراکز دیپلماتیک، فرماندهان ارشد ارتش آمریکا را نگران کرده است. واشنگتن پست در این باره، تصریح کرد، نیروهای حشدالشعبی در برخی مواقع، به جای استفاده از راکت، از پهپاد استفاده می‌کنند. این پهپادها به خاطر اینکه در ارتفاع کم پرواز می‌کنند، سامانه‌های دفاعی قابلیت رصد آنها را ندارند.یک مقام آمریکایی در ائتلاف ضد داعش، این اتفاق را «بزرگترین نگرانی» ائتلاف در عراق توصیف کرد. واشنگتن‌پست به نقل از منابع خود افزود، یک آشیانه هواپیما در داخل مجموعه فرودگاهی واقع در شمال شهر اربیل، هدف حمله پهپادی قرار گرفته است.

این مقام ائتلاف افزود، مسیر پرواز این پهپاد، تا شعاع ۱۰ کیلومتر مورد حمله مورد رصد قرار گرفت، اما با ورود این پهپاد به مسیر پروازهای غیرنظامی، رد آن گم شد.



هویت ملی، مجموعه ای از گرایش ها و نگرش‌های مثبت نسبت به عوامل و عناصر و الگوهای هویت‌بخش و یکپارچه‌کننده در سطح یک کشور، به عنوان به واحد سیاسی، است. هویت ملی دارای عناصر سازندهی گوناگونی، چون ارزش‌های ملی، دینی، فرهنگی، جامعه‌ای، انسانی، و در ابعاد فرهنگی، اجتماعی، تاریخی جغرافیایی، سیاسی، زبانی و … است. هویت ملی ایرانی نیز به اتحای مختلف، دارای ابعاد و عناصر فوق هستند؛ امام مهم‌ترین مسایل آن، وجود دو عنصر اسلامیت و ایرانیت و تأثیرپذیری آن از فرهنگ غربی است. لذا، در تاریخ معاصر ایران، چالش و بحران در عناصر هویت ملی ایرانی در این دو مؤلفه‌ی اساسی و رابطه‌ی آن با فرهنگ غربی بود. استاد مطهری، به عنوان یک روشنفکر دینی و آسیب‌شناس مذهبی، که دردهای جامعه را از زاویه‌ی دینی مورد شناسایی و ارزیابی قرار می‌داد، به طرح دیدگاه‌هایی درباره‌ی هویت ایرانی پرداخته و از میان عناصر متفاوتی که هویت ایرانی شکل داده است، به مذهب اولویت و اصالت بخشیده و عواملی، چون جغرافیا، نژاد، زبان، سنن، فرهنگ و سایر عناصر هویتی را در درجه‌ی دوم اهمیت قرار داده است. از نظر ایشان مهم‌ترین عامل هویت‌یابی ایرانیان، گرایش آنان به دین اسلام می‌باشد، چرا که اسلام به واسطه خصوصیات معنوی خود، توانست به ایرانیان هویت جدیدی اعطا کند و به ایرانی بودن نیز معنای جدیدی بدهد.

اول- به شهادت دانشمندان علوم اجتماعی ما و به خصوص هویت شناسانی از جمله شهید مطهری و مرحوم دکتر شریعتی، هویت ملی ایرانی با این که جذب و یا حتی شیفتهٔ مظاهر تجدد غربی شده، اما هرگز از لحاظ هویتی با تجدد غربی کنار نیامده است. این مساله منحصراً به بعد از جمهوری اسلامی نیست بلکه از دوستان سال پیش تاکنون این دعوا وجود داشته است.

دوم- یک فرهنگ مهاجم با یک هویت و فرهنگ مستقر چه می‌کند؟ اگر وجههٔ مثبت داشته باشد و این وجههٔ مثبت در حیثیت فرهنگی و نه نظامی، غالب باشد، فرهنگ مستقر را تسخیر می‌کند؛ روحش را و جانش را-سوم- اما اگر فرهنگ مهاجم، توان و ارزش غلبه در حیثیت فرهنگی نداشته باشد، هر چند از حیث تکنولوژی و با نظامی، غالب باشد، به صورت مستمر در فرهنگ و هویت مستقر، حالت بحران ایجاد می‌کند؛ یک حالت عدم آرامش و عدم سکون. چهارم- این حالت عدم آرامش و سکون اگر چه

جادهٔ یک طرفه پیشرفت ایران

می‌تواند در جهت مبارزه و رشد و به روز شدن فرهنگ و هویت مستقر مفید باشد، ولی اگر به درستی مدیریت نشود موجب از هم گسیختگی اجتماعی و به هم خوردن انسجام ملی می‌گردد. پنجم- بعد از انقلاب اسلامی در مقطع زمانی اندکی، کسانی که به غرب اعتقاد جدی داشتند و مسحور علوم انسانی و هژمونی غرب بودند، یعنی پیران نهضت آزادی، سکان هدایت اجرایی کشور را در دست گرفتند. اما به خاطر حوادث اول انقلاب و بعدتر ماجرای دفاع مقدس، ناگزیر به شکل موقت از دایرهٔ هویت مردمی انقلاب حذف شدند.

ششم- اما بعد از جنگ و در سال‌های سازندگی و اصلاحات، سکان اجرایی کشور در دستان برخی فن سالارانی قرار گرفت که علوم انسانی غرب از علوم سیاسی گرفته تا اقتصاد و علوم اجتماعی و… آنان را مسحور کرده بود. از عمق جان معتقد بودند و هستند که راه نجات کشور تکیه به آن مبانی است: حتی اگر نسل‌هایی فدا شوند!

هفتم- اینان هر وقت در مسند بودند، شکاف عمیق اجتماعی، بحران‌های عجیب هویت ملی و روح یأس و نا اُمیدی حاکم شده است بر این سرزمین و بر این هویت ریشه دار. هشتم- این شکاف و این بحران موجب کاهش چشمگیر نقش مردم در ادارهٔ کشور بوده است. هر چند که اینان بر خلاف مکتب حضرت امام اساساً به نقش مردم باور ندارند، اما رفتار عملی شان نیز علاوه بر اعتقاداتشان، باعث حذف ملی مردم از صحنه می‌شود. همان چیزی که امام ما به ما فرموده بود مظهر ارادهٔ خدا هستند و تا

باشند هیچ قدرتی حریف شان نیست. نهم- بدون مشارکت حداکثری همهٔ مردم در صحنه‌های مختلف ادارهٔ کشور، مسیر برطمطراق یک ایران قوی در سایهٔ اسلام عزیز، محال است. دهم- اعتماد و تکیه به جریان غربگرا و کسانی که راه توسعه را از تجدد می‌دانند و تکنوکراسی را بر مردم سالاری ترجیح می‌دهند، یعنی کاهش مشارکت یعنی ایجاد شکاف اجتماعی در بدنهٔ منسجم یک هویت تاریخی ریشه دار تمدن ساز. یازدهم- رهبر معظم انقلاب آیت الله خامنه‌ای حفظه الله تعالی در پاسخ یک رزمنده که برای دفاع وطن بیابیم جبهه یا برای اسلام؟ فرمود: امروز وطن و اسلام بر هم منطبق شده اند و نمی‌شود بین آن‌ها دویت انداخت.

امروز برای یک ایران قوی نیازمند مشارکت حداکثری مردم هستیم. چیزی که یک ضرورت غیر قابل چشم پوشی است و به هیچ وجه نباید از آن دست برداشتی و آن چه باعث مشارکت حداکثری می‌شود این است که باید به کسانی اعتماد نکرد و سکان اجرایی را به ایشان نسپرد! چهارم- حضورشان موجب شکل نگرفتن یک ایران قوی است. به دلیل تقابل هویتی ذاتی ایران با نگاه توسعه و مسیری که اینان برای توسعه ترسیم کرده اند یعنی تجدد!

و این دو یک حقیقت اند در دو چهره.

نویسنده : مهدی قرب کرکانی

آگهی تحدید حدود عمومی املاک واقع در بخش

۲۰ فارس جویم

برابر مقررات ماده ۱۲ قانون ثبت تحدید حدود قسمتی از پلاکهای واقع در حوزه ثبتی بخش ۲۰ فارس جویم با ذکر شماره پلاک، نام و نام خانوادگی محل و نوع ملک به شرح زیر آگهی در روز تعیین شده ساعت ۹ صبح تجدیدی حدود بعمل خواهد آمد .

قطعه ۲ بخش ۲۰ فارس

پلاک ۲۷۵/۹۷- آقای زینل حسینی فرزند نجف قلی به شماره ملی ۲۵۱۰۹۶۹۶۲۵ موازی ۲۱۳،۷۵۸ سهم متناع از جمله ۲۶۰،۷۵۸ سهم سهام ششدانگ غارسی یکدرب باغ گزی و چاه آب مخروبه به مساحت ۲۶۰۷۵۸ متر مربع واقع در قطعه دوبخش ۲۰ فارس شرفویه .

تاریخ تحدید حدود ۰۸/۰۴/۱۴۰۰

قطعه ۴ بخش ۲۰ فارس

پلاک ۲۲۱/۱- آقای علیمراد عبداللهی فرزند محمدحسن به شماره ۶۴۹۹۹۰۸۹۸۳ نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۷۶۱۳ مترمربع واقع در قطعه ۴ بخش ۲۰ فارس هود.
پلاک ۲۲۱/۲- آقای علیمراد عبداللهی فرزند محمدحسن به شماره ۶۴۹۹۹۰۸۹۸۳ نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۷۳۱۶ مترمربع واقع در قطعه ۴ بخش ۲۰ فارس هود.
پلاک ۸۸۱/۱- آقای علیمراد عبداللهی فرزند محمدحسن به شماره ۶۴۹۹۹۰۸۹۸۳ نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۵۹۴۲۰ مترمربع واقع در قطعه ۴ بخش ۲۰ فارس بیدشهر .

تاریخ تحدید حدود ۰۹/۰۴/۱۴۰۰

بدنویسوله باطلاح عموم می رساند بموجب ماده ۱۴ قانون ثبت از صاحبان املاک ومجاورین به وسیله این آگهی دعوت می شود که در وقت مقرر در محل حضور بهم رسانند . واخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتقائی برابر ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتمجلس تا سی روز پذیرفته خواهد شد ./ تاریخ انتشار آگهی: ۱۴۰۰/۰۲/۱۷

قلمس برخورداری - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک جویم م ف ۲۰۱۴- شناسه آگهی: ۱۱۴۴۸۹۷

تاسیس شرکت سهامی خاص نیک حساب ارفع لارستان

تاسیس شرکت سهامی خاص نیک حساب ارفع لارستان درتاریخ ۱۴۰۰/۰۲/۱۷ به شماره ثبت ۱۵۷۲ به شناسه ملی ۱۴۰۱۰۰۷۳۳۰ ثبت و امضا ذیل دفاتر تکمیل گردیده که خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم آگهی میگردد.
موضوع فعالیت: خدمات مالی و مالیاتی بجز حسابرسی ویاژرسی
قانونی شرکتها وموسسات با رعایت قوانین ومقررات جاری کشور درصورت لزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذریبط مدت فعالیت : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود
مرکز اصلی : استان فارس ، شهرستان لارستان ، بخش مرکزی ، شهر لار، محله شهرجدید ، خیابان ابن سینا ، خیابان (بشت) ، پلاک ۰ ، مجتمع تجاری پارس ، طبقه اول ، واحد ۳۵ کدپستی ۷۴۲۱۸۲۹۳۵۵
سرمایه شخصیت حقوقی عبارت است از مبلغ ۱۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال نقدی منقسم به ۱۰۰ سهم ۱۰۰۰۰ ریالی تعداد ۸۵ سهم آن بی نام عادی تعداد ۱۵ سهم آن با نام عادی مبلغ ۱۰۰۰۰۰۰ ریال توسط موسسین طی گواهی باتکی شماره ۱۴۰۰/۲ مورخ ۱۴۰۰/۰۲/۲۱ نزد بانک ایران زمین شعبه لارنو با کد ۲۲۸ پرداخت گردیده است
اعضا هیئت مدیره آقای ابوالفضل ارفع به شماره ملی ۲۵۰۰۴۱۵۸۱ و به سمت عضو اصلی هیئت مدیره به مدت ۲ سال و به سمت رئیس هیئت مدیره به مدت ۱ سال خانم کوثر شوقی به شماره ملی ۲۵۰۰۵۳۲۵۶ و به سمت مدیرعامل به مدت ۲ سال و به سمت منشی هیئت مدیره به مدت ۲ سال خانم سیده حدیث ضیاءپور به شماره ملی ۲۵۱۱۳۱۶۹۵ و به سمت نایب رئیس هیئت مدیره به مدت ۲ سال دارندانگ حق امضا : کلیه اوراق وامسناد بهادار وتعهد آور شرکت از قبیل چک، سفته ،بروات، قراردادها وعقود اسلامی وهمچنین کلیه نامه های عادی واداری با امضا آقای ابوالفضل ارفع وخانم کوثر شوقی به همراه مهر شرکت معتبر می باشد
اختیارات مدیر عامل : طبق اساسنامه بازرسان آقای عارف سمیعی لاری به شماره ملی ۲۵۰۰۴۳۲۵۱ به سمت بازرس اصلی به مدت ۱ سال آقای ابوالفضل تقوی فرد به شماره ملی ۲۵۰۰۶۷۲۱۱ به سمت بازرس علی البدل به مدت ۱ سال روزنامه کثیر الانتشار میلاد لارستان جهت درج آگهی های شرکت تعیین گردید.
ثبت موضوع فعالیت مذکور به منزله اخذ و صدور پروانه فعالیت نمی باشد.

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان فارس مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری لارستان (شناسه آگهی: ۱۱۴۴۷۰۷) (۱۴۴۷۰۷)

آگهی مزایده فروش زمین نوبت دوم



شهرداری لار در نظر دارد به استناد مجوز شماره ۷۸۱-۱۱/۰۱/۹۹ شورای اسلامی شهر لار نسبت به فروش یک قطعه زمین به مساحت حدوداً ۲۵۰ متر مربع با کاربری مسکونی قطعه ۳۴ به شماره پلاک های ثبتی ۴۵۵۷ و ۴۵۵۹ واقع در شهر قدیم - شهرک بوستان-بلوار عدالت - ضلع شمالی پارک نخل از طریق مزایده طبق آئین نامه مالی شهرداری و شرایط زیر اقدام نماید . لذا کلیه متقاضیان خرید زمین می توانند پس از واریز وجه سپرده شرکت در مزایده پیشنهاد مبلغ خود را به همراه فیش سپرده به دبیرخانه شهرداری تحویل نمایند.

۱- مبلغ واریزی بابت سپرده شرکت در مزایده ۴۷۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد که می بایست فیش مخصوص واحد درآمد اخذ و به حساب شماره ۱۰۰۹۹۰۳۲۹۷۶۶ بانک شهر و یا ارائه ضمانت نامه بانکی معتبر به همان مبلغ واریز گردد.-۲- حداقل قیمت پایه زمین مورد نظر به ازای هر متر مربع ۳۸/۰۰۰/۰۰۰ ریال جمعاً به مبلغ ۹/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد .-۳- سپرده نفرات اول تا سوم در صورتیکه برنده مزایده شناخته شده اند و حاضر به انجام معامله نگردند به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.-۵- شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مجاز و مختار است و به پیشنهادت خارج از موعد مقرر یا مخدوش ترتیب اثر داده نخواهد شد.-۶- کلیه هزینه های آگهی، کارشناسی و غیره که در اثر مزایده حادث گردد به عهده برنده مزایده خواهد بود.-۷- آخرین مهلت شرکت در مزایده پایان ساعت اداری ۱۴۰۰/۰۲/۲۶ و تاریخ بازگشایی پاکتها مورخه ۱۴۰۰/۰۳/۲۷ می باشد.

انتشارنوبت اول:۰۹/۰۳/۱۴۰۰

انتشار نوبت دوم:۱۷/۰۳/۱۴۰۰

شناسه آگهی: ۱۱۴۱۴۹۸ م الف م ۱۹۲۲

محمد رضا قنبر نژاد - شهردار لار

دانستی های یخچالی



یخچال یکی از لوازم خانگی اساسی در زندگی روزمره ماست که همیشه حتی در فصل زمستان به آن احتیاج داریم. حال اگر برای این وسیله مشکلی پیش آید بدون شک ما در منزل خود برای نگهداری مواد غذایی به مشکل برخورداهیم خورد. یکی از اصلی‌ترین مشکلات برای انواع یخچال‌ها کاسته شدن سرمایش آن است که دلایل مختلفی برای آن وجود دارد. گاهی ممکن است افراد به اشتباه خالی شدن گاز یخچال را به عنوان دلیل اصلی برای کاهش سرمای دستگاه در نظر بگیرند اما همیشه چنین نیست.

گازهای موجود در مبرد یخچال

گازی که در مبرد یخچال از آن استفاده می‌شود در حال حاضر «فریون» است که یک گاز بی‌رنگ و بدون بوست؛ اما در صورت نشت کردن از یخچال ممکن است بوی بدی بدهد. در گذشته به جای فریون از گاز «آمونیاک» برای مبرد یخچال‌ها استفاده می‌کردند که به علت سمی بودن آن کنار گذاشته شد.

علامت خالی شدن گاز یخچال چیست؟

در صورتی که یخچال شما دچار مشکل شده و سرمایش گذشته خود را ندارد ممکن است دلایل مختلفی داشته باشد. اما اگر فکر می‌کنید که مشکل از خالی شدن گاز یخچال است بهتر است در ابتدا موارد زیر را بررسی کنید.

۱. موتور یخچال به طور مداوم در حال کار کردن است

زمانی که یخچال، گاز موجود خود را از دست

نحوه شستن موی عروسک

موهای عروسک تاثیر زیادی بر زیبایی آن دارد و اگر موهای او کثیف وژولیده باشد، عروسک شما دیگر دلپذیر و نو به نظر نرسد پس حتما مو های عروسک خود را به بهترین شکل مراقبت کنید و درست شانه بزنید. همچنین لباس هایش را بشویید و بگذارید کثیف شوند.

روش شستشوی موها با نرم کننده

به آرامی موهای عروسک را با آب خیس کنید و با دقت و آرامش مقدار کمی اسپری تمیز کننده به موهای عروسک اسپری کنید و به عنوان شامپو از آن استفاده کنید. سپس موهای عروسک را با آب گرم بشویید و با حوله خشک کنید دقت کنید از آب زیاد برای شستشوی موهای عروسک استفاده نکنید که چسب موهای عروسک شل شود، اگر دیدید چسب قسمت هایی شل شده است بعد از خشک شدن موهای عروسک می توانید از چسب حرارتی برای چسباندن آن استفاده کنید.

بعد از خشک کردن موهای عروسک با حوله، مقداری نرم کننده را روی موهای عروسک اسپری کنید و سپس به آرامی موهای عروسکتان را شانه بزنید.

۱. هر چیزی که در خانه طبخ کنید خوب خواهد بود

با مواد سالم شروع کنید و هر چیزی که درست می کنید حتی غذاهای فست قودی و من در آوردی هم طعم خوبی خواهند داشت و اگر هم آنطور که فکر می کنید خوب نشده باشند چه اهمیتی دارد؟ حتی بدترین اشتباهات احتمالاً هنوز هم خوراکی هستند. آنها را تجربه کرده و به پیش بروید. بدانید که فقط با کمی تمرین روز به روز بهبود خواهید یافت.

۲. قبل از شروع دستور العمل را بخوانید

توصیه های قدیمی آشپزی، هنوز هم ارزشمند هستند. آشنایی با یک دستور العمل قبل از شروع پخت و پز به شما این امکان را می دهد که تمام تجهیزات و مواد لازم را قبل از موعد جمع کنید و از هرگونه غافلگیری ناخواسته جلوگیری کنید. وقتی که آماده پخت و پز می شوید، به شما کمک می کند قبل از شروع پخت و پز (مواد خرد شده و اندازه گیری شود) همه مواد غذایی خود را آماده کنید. این کار در ابتدا حداقل به شما کمک می کند تا قادر به تمرکز روی کار مورد نظر باشید.

این گاز نیستید؛ اما در زمان نشت از یخچال می‌تواند بویی شیمیایی از خود منتشر کند. به همین دلیل ممکن است شما با حس کردن بویی عجیب نشت گاز را متوجه شوید. البته قبل از آن مطمئن شوید که این بو متعلق به مواد غذایی درون یخچال نباشد. بعد از اطمینان پیدا کردن از این که بو به دلیل نشت گاز است هرچه سریع‌تر یک تعمیرکار خبر کنید.

هشدار: تنفس کردن این گاز بسیار مضر است. دلیل اصلی خروج گاز از یخچال را می‌توان نشئی آن عنوان کرد. نشتی گاز به دلیل سوراخ شدن لوله‌ها رخ می‌دهد که این امر به علت ضربه‌خوردگی، پوسیدگی یا کیفیت پایین لوله‌هاست.

– گاهی ممکن است بعضی از افراد به اشتباه اقدام به کندن برق‌های یخچال فریزر با چاقو یا وسیله‌ای نوک تیز کنند که این کار می‌تواند به لوله‌های مبرد در فریزر آسیب برساند.
– گاهی هم ممکن است بر اثر جابه‌جایی اشتباه،

قوانین طلایی در آشپز خانه

۳. برخی از غذاها را گرم و برخی را در دمای اتاق سرو کنید

هیچ عجله ای برای سرو کردن غذا نداشته باشید و بدون فشار کارتان را انجام دهید. این نکته را در نظر داشته باشید که در واقع غذاهایی مانند ماکارونی باید داغ سرو شوند. اگر به شما گفته شود باید بیش از یک بشقاب را به طور همزمان سرو کنید، سرو یک غذای بزرگ و پیچیده غیرممکن است اما اگر برخی از ظرف ها این کار را برای شما انجام دهند بسیار کارتان آسان می شود. فقط سوپ، تخم مرغ و بعضی از غذاها مانند ماکارونی را باید گرم سرو کنید. به غیر از این به خودتان استراحت دهید و از روند کار لذت ببرید.

۴. به حواس خود اعتماد کنید

دستورالعمل های پایه ای به گونه ای طراحی شده اند که قدرت مشاهده شما را به چالش بکشند. اگر چیزی به همان سرعتی که در دستور غذا گفته شده، طبخ نمی شود، شاید حرارت در قابلمه خیلی کم است. اگر بوی سوختنی بلند شد مشکلی نیست سریع ظرف خود را از روی اجاق گاز بردارید. چشم، گوش، بینی، انگشتان و زبان

لوله‌های اپراتور جابه‌جا شده و به مرور زمان باعث پوسیدگی در آن‌ها شود.

– اما در نهایت دلیل اصلی نشت در جنس لوله‌هاست که به‌طور عموم از آهن ساخته می‌شوند و در طول زمان با رطوبت و هوا واکنش نشان می‌دهند و باعث نشتی می‌شود.

برخی تصورات غلط درباره خالی شدن گاز یخچال
درب یخچال گاز آن خالی می‌شود و نبودن گاز یعنی این که گاز یخچال تمام شده اما خوب است بدانید گاز یخچال هیچ‌گاه به اتمام نمی‌رسد و به جز نشتی بر اثر سوراخ شدن لوله‌ها، راه دیگری برای خروج گاز وجود ندارد!
– یکی از لوازم ضروری در هر خانه ای یخچال است که همه ی افراد خانه هم با آن در تماس هستند. از بچه ها که در آن به دنبال خوراکی می گردند تا خانم خانه که وظیفه ی سر و سامان دادن و نظافت آنرا هم بر عهده دارد.
– برای از بین بردن بوی بد یخچال می‌توانید

طرز تهیه رنگین پلو



مواد لازم:

۲ پیمانه نخود سبز

۱ پیمانه هویج

نصف پیمانه فلفل دلمه‌ای

۳ پیمانه برنج

۳۰۰ گرم گوشت چرخ شده

۱ عدد پیاز

زردچوبه، فلفل سیاه، دارچین، ادویه پلویی

یا کاری ۱ قاشق چایخوری،



قیماق درواقع سرشیری است که چرب نیست. در ایران در گلپایگان این نوع سرشیر پیدا می‌شود. به‌جز قیماق چای، در افغانستان، به میزان قابل‌توجهی چای سبز نوشیده می‌شود. در همه خانه های افغانستان، چای‌سبز دم‌کرده در همه زمان‌ها می‌توان پیدا کرد.

آشک، شیبه منتو

مواد لازم: موادلازم خمیر آشک: آرد: ۲ پیمانه، آب: یک پیمانه، نمک و تره: ۲۰۰گرم.

مواد لازم آشک: لوبیا: یک پیمانه، لپه: یک پیمانه، ماست: یک پیمانه، پیاز: ۴عدد، گوشت چرخ‌کرده: ۲۰۰گرم، سیر، نمک و فلفل، روغن و زردچوبه.

طرز تهیه: مواد خمیر را با هم مخلوط کنید و بعد ۲۰دقیقه اجازه دهید تا استراحت کند. لوبیا و لپه را بشویید و بپزید.

پیاز را با روغن و گوشت تفت دهید و بعد



شما به شما می گوید اگر اشتباهی رخ داده باشد و شما با بیشتر آشپزی کردن روی آنها حساس تر می شوید بنابراین آنها را نادیده بگیرید. حتی اگر فکر می کنید در مورد آشپزی چیزی نمی دانید، شهود و حواس شما می تواند شما را از طریق دستور العمل ها راهنمایی کند. حواس شما با تجربه تشدید و بهبود می یابد و به زودی قادر خواهید بود تشخیص دهید که چطور بوی چیزی را قبل از سوختن تشخیص دهید.

۵. در مورد پاکیزگی مطمئن باشید

در آشپزخانه دستان خود را قبل از دست زدن به مواد غذایی بشویید، تجهیزات و سطوح کاری خود را تمیز نگه دارید و اجازه ندهید که غذای



پخته شده در تماس با غذای خام باشد. شما باید یخچال خود را در دمای ۴۰ درجه فرانهایت و فریزر خود را در ۰ درجه فرانهایت یا سردتر نگه دارید. وقتی صحبت از خوردن گوشت نیم پخت یا خام، مرغ، ماهی یا تخم مرغ می کنیم مسائل کمی پیچیده تر می شوند. اگر می خواهید خطر باکتری ها به حداقل برسد، باید همه چیز را به طور کامل طبخ کنید اما از آنجایی که این همیشه خوشمزه ترین روش برای خوردن بعضی از غذاها نیست خوب از قضاوت خود استفاده کنید اما حداقل محصولات با کیفیت بالا را از منابعی که به آنها اعتماد دارید خریداری کنید و سریعاً آنها را در یخچال و فریزر قرار دهید.

با آن پاک کنید. سپس با دستمال تمیز خشک نمایید. جوش‌شیرین بوی نامطبوع یخچال را از بین می‌برد

برقک یخچال و فریزر را به‌صورت منظم آب کنید، چون با افزایش ضخامت برقک، مصرف انرژی بالا می‌رود.

–اگر لاستیک‌های دور در یخچال و فریزر خراب باشد، داخل فریزر مقدار زیادی برقک می‌زند. نوارهای لاستیکی در یخچال و فریزر به مرور زمان انعطاف خود را از دست داده و جدا می‌شوند و این سبب ایجاد برقک می‌شود. سالی، یک بار سالم‌بودن این نوارها را کنترل کنید تا در صورت کوچک‌ترین نشت هوا، آنها را تعویض کنید.

–برقک یخچال و فریزر را به‌صورت منظم آب کنید، چون با افزایش ضخامت برقک، مصرف انرژی بالا می‌رود. شما می‌توانید یخچال‌های مجهز به سیستم برقک آب‌کن اتوماتیک را انتخاب کنید تا مصرف انرژی کاهش پیدا کند.

تفت بدهید تا کاملاً تغییر رنگ بدهد و عطر ادویه آزاد بشود. بعد نخود و در آخر فلفل دلمه اضافه بشود، یک قاشق مرباخوری رب گوجه و کمی زعفران و نمکش را اضافه کنید و از شعله بردارید.

برنج را به حالت کته درست کرده، وقتی آب برنج در حال خشک شدن بود، داخل یک قابلمه دیگر ته دیگ تان را بگذارید و کمی از برنج را انتقال بدهید، مواد گوشتی و سبزیجات را اضافه کرده و دوباره برنج و بگذارید تا دم بکشد. اگر قالبی خواستید یک ساعت و قالبی نخواستید ۳۰ دقیقه دم بکشند.

نکته:

اگر ذرت و قارچ دوست دارید می‌توانید اضافه کنید، فلفل دلمه رنگی هم همینطور فلفل دلمه رادر آخر اضافه کنید و خیلی تفت نخورد، چون تلخ می‌شود.

برنج را می‌توانید بصورت آبکشی تهیه کنید یا کته، اگر خواستید کته باشد، یادتان باشد از حالت عادی مقداری زنده‌تر بردارید تا موقع دم کشیدن با مواد شفته نشود.

رنگ قالب این غذا زعفرانی هست، پس رب باید کم باشد، اما می‌توانید بر اساس ذائقه رب بیشتر هم بزنید.

زمانی که از غذاهای افغانستانی حرف می‌زنیم، این غذاهای گوشتی است که بیشتر از همه به چشم می‌آید؛ بیشتر غذاهای افغانستانی با ترکیبی از گوشت قرمز و سبزیجات درست می‌شود؛ غذاهایی که البته در مناطق مختلف به‌شکلی متفاوت طبخ می‌شود.

به عنوان مثال، قابلی پلوی افغانستانی در شمال به شکلی و در شرق و جنوب شرق این کشور به شکل دیگری طبخ می‌شود. تنوع غذایی در افغانستان بالاست. هرچند پیتزا و ساندویچ بین جوانان رواج دارد اما غذاهای سنتی هنوز، مروریاد سفره‌های رنگارنگ مردم افغانستان است.

یک نکته مهم درباره غذاهای افغانستان این است که کمتر غذای را با مرغ طبخ می‌کنند و مرغ تازه در ۵۰سال گذشته وارد فرهنگ غذایی این کشور شده است. در ادامه اطلاعاتی درباره غذاهای افغانستانی آمده است.

دورچین های متنوع عروسی

هر کسی بسته به توان مالی‌اش، سفره بزم عروسی را از غذاها رنگین می‌کند. هرچه غذاها بیشتر باشد، توان مالی صاحب عروسی هم بیشتر است. کباب گوسفند کامل در سفره‌های غذای عروسی‌ها دیده می‌شود؛ کبابی که البته برای عروسی ثروتمندان است.

جای قابلی پلو البته در همه سفره‌هاست و فرقی ندارد که صاحب جشن، ثروتمند باشد یا فقیر. منتو، یکی دیگر از غذاهایی است

که به عنوان هوسانک در سفره‌های عروسی دیده می‌شود.

خلیلی وقت‌ها هم سبزی‌چلو برای شام عروسی سرو می‌شود. کباب بوقلمون که افغان‌ها به آن قیل مرغ می‌گویند، یکی دیگر از غذاهای عروسی است…

در سفره های عروسی افغان غذاهایی هم برای تست وجود دارد که مردم به آنها اصطلاحاً قجیرقورت می گویند و درواقع در روزمره به‌عنوان غذای اصلی سرو می‌شود ولی در عروسی ها هر کسی فقط آنها را تست می کنند.

در مراسم عزاداری همان غذاهای عروسی وجود دارد البته با تنوع بسیار کمتر. مراسم معمولاً با تک‌غذا برگزار می‌شود. درست مثل مراسم ما؛ البته جای شاه غذای افغانستان یعنی قابلی‌پلو هم محفوظ است. منتو هم ممکن است در مراسم عزاداری سرو شود.

منتو

منتو شبیه دلمه ایرانی‌ها و ترک‌هاست. با این تفاوت که به‌جای این‌که مواد آن درون سبزیجات ریخته شود، درون ورقه‌ای نازک از خمیر ریخته می‌شود و بعد بقیچه می‌شود. مواد لازم: مواد لازم برای خمیر: آرد: ۲ پیمانه، آب: یک پیمانه، روغن: نصف پیمانه و نمک. مواد داخل منتو: گوشت چرخ‌کرده: ۲۰۰گرم، پیاز خردشده، نمک، فلفل‌سیاه و زیره.

مواد لازم برای سس ماست: ماست پرچرب: ۲۰۰گرم، سیر رنده‌شده: ۳حبه، نمک، نعنائ‌خشک و روغن: یک قاشق غذاخوری. مواد لازم برای سس گوجه: روغن، پیاز

اهمیت شناخت زبان مناسب در سخنرانی



ارتباطات کلامی و غیرکلامی موجود در زبان، به مخاطبان شما کمک می‌کند تا سخنان شما را درک کنند. زبان ایزاری است که با استفاده از واژه‌هایی که می‌گویید و نکتات و موضوعاتی که بیان می‌کنید، به مخاطبان شما کمک می‌کند تا گفته‌ها و استدلال‌های شما را درک کنند و بپذیرند. در گفت‌وگویی برای متقاعد کردن مشتری یا در هنگام چانه‌زنی با مدیر بالادستان برای ترغیب یا افزایش حقوق و به‌ویژه هنگام سخنرانی، شناخت زبان مناسب به افزایش تأثیرگذاری شما بر مخاطب کمک می‌کند.

انتخاب واژگان

شما باید تک‌تک واژه‌ها را با دقت برگزینید. از خود بپرسید آیا این بهترین واژه‌ای است که شما برای انتقال پیام یا منظور خود به‌کار ببرم؟ آیا درک عبارتی که به‌کار برده‌ام آسان است؟ آیا از زبان توصیفی استفاده کرده‌ام؟ آیا برای درک بهتر مخاطب خود، افکار مشابه را یک‌دیگر ارتباط داده‌ام؟ آیا برای نشان‌دادن نکات گسترده‌تر، به‌ویژه در سخنرانی نکات متضاد را نیز بیان کرده‌ام؟ اینها همه پرسش‌های مهمی هستند که هنگام انتخاب واژگان در سخنرانی خود باید به آنها توجه کنید. حتی مهم‌تر از آن، واژگانی هستند که تصمیم می‌گیرید به‌کار نبرید؛ شما باید متوجه این

چه کنیم تا کودک، اشتباهی را بپذیرد؟

الگوی فرزندتان باشید

یکی از بهترین روش‌ها برای این که کودک با کمترین مقاومت، مسئولیت کار یا رفتار نادرستش را بپذیرد، شیوه الگوبرداری از رفتار والدین است بدون این که نیاز باشد توضیحی به او بدهید. در این روش سعی کنید محیط مثبتی ایجاد و الگویی برای او فراهم کنید تا در مسیر درست هدایت شود. مثلا



خشم‌مان را در مواجهه با اشتباه کودک کنترل کنیم
اجازه دهید گاهی کودک دچار اشتباه شود و او را خاطر جمع کنیم که در صورت اشتباه کردن عواقب سختی در انتظارش نیست چراکه غالبا کودکان از ترس سرزنش و به دردمس افتادن، در برابر پذیرش اشتباهات خود مقاومت می‌کنند. کودک باید مطمئن شود که حتی در صورت ارتکاب اشتباه باز هم شما از او برای اصلاح رفتار و اشتباهش حمایت می‌کنید. در برابر رفتار اشتباهش آرام باشید و اجازه دهید برای توضیح اقدامش یا شما احساس امنیت و راحتی کند بنابراین



بچه‌ها باید ببینند که والدین و اعضای بزرگ تر خانواده وقتی کار اشتباهی انجام داده‌اند، از هم عذرخواهی و ابراز پشیمانی می‌کنند و مسئولیت آن را می‌پذیرند. به این ترتیب والدین گفتن «متأسفم» را برای کودک عادی‌سازی می‌کنند و او متوجه می‌شود بزرگ ترها هم مرتکب اشتباه می‌شوند و رفتار درست آن‌ها را تقلید می‌کنند.

کودک بدون ترس از تنبیه شدن، مسئولیت اشتباهش را می‌پذیرد و با شما درباره آن صحبت می‌کند.

اشتباه کودک را به یک فرصت یادگیری تبدیل کنید
وقتی کودک به اشتباه خود نزد شما اعتراف می‌کند، تحسین او برای پذیرش مسئولیت کاری که کرده به جای سرزنش کردنش تأثیرگذارتر خواهد بود. حتی اگر اشتباه به قدری بزرگ باشد که کودک باید به خاطرش

سخنرانی و استدلال‌های پشتیبان و همچنین شیوهی توصیف این نکات، همگی برای ارائه‌ی بهترین سخنرانی ممکن ضروری هستند. با

روش‌های تفکر در مورد زبان

وقتی تلاش می‌کنید سخنرانی خود را به‌صورتی طرح‌ریزی کنید که بیشترین تأثیرگذاری ممکن را داشته باشد، حتماً باید به زمینه‌ها و عوامل گوناگون مؤثر بر زبان ببندیدشید.

درواقع عوامل پیرامونی در چگونگی و میزان اثرگذاری زبان نقش دارند. پس علاوه بر زبان باید عوامل دیگری را هم در نظر بگیرید.

انتخاب بهترین عبارات

هنگام نگارش متن سخنرانی، تک‌تک واژه‌ها و عبارات را باید هوشمندانه انتخاب کنید؛ هر واژه باید در خدمت پیشبرد منطق شما و پردازش موضوع سخنرانی شما باشد. چگونگی سازمان‌دهی سخنرانی شما، بیان نروس مطالب

اینکه چه گروه‌ها و گونه‌هایی از مخاطبان در سخنرانی شما شرکت می‌کنند، می‌توانید زبان شما در زمان نوشتن متن سخنرانی، یافتن شواهد پشتیبان و اثبات ادعای شما برای مخاطبان‌تان باشد. اندیشیدن درباره‌ی اینکه می‌خواهید به چه هدفی دست یابید، به شما کمک می‌کند تا برنامه‌ای تنظیم کنید و برای رسیدن به آن هدف، زبان مناسبی برگزینید.

خلاصه کلام

انتخاب زبان مناسب یکی از عناصر اصلی سخنرانی موفق است. این موضوع نه‌تنها در سخنرانی بلکه در هر نوع ارتباط کلامی تأثیرگذار است. باید توجه داشته باشید که در کنار انتخاب زبان مناسب نباید نقش و تأثیر عوامل پیرامونی در فراموش کنید. سسته زبان و عوامل پیرامونی در کنار هم شما را به هدف می‌رسانند.

اینکه چه گروه‌ها و گونه‌هایی از مخاطبان در سخنرانی شما شرکت می‌کنند، می‌توانید زبان شما در زمان نوشتن متن سخنرانی، یافتن شواهد پشتیبان و اثبات ادعای شما برای مخاطبان‌تان باشد. اندیشیدن درباره‌ی اینکه می‌خواهید به چه هدفی دست یابید، به شما کمک می‌کند تا برنامه‌ای تنظیم کنید و برای رسیدن به آن هدف، زبان مناسبی برگزینید.

خلاصه کلام

انتخاب زبان مناسب یکی از عناصر اصلی سخنرانی موفق است. این موضوع نه‌تنها در سخنرانی بلکه در هر نوع ارتباط کلامی تأثیرگذار است. باید توجه داشته باشید که در کنار انتخاب زبان مناسب نباید نقش و تأثیر عوامل پیرامونی در فراموش کنید. سسته زبان و عوامل پیرامونی در کنار هم شما را به هدف می‌رسانند.

فراموش کاران بخوانند

یک روانشناس «امتزیا» را فراموش‌کاری و ناتوانی نسبی در به خاطر آوردن تجربیات و خاطرات تعریف کرد. دکتر یاسر عزیزی‌سعید گفت: دو نوع فراموشی داریم که در روانشناسی مطرح می‌شود؛ فراموش‌کاری پیش‌گستر و فراموشی پس‌گستر است که در فراموشی پیش‌گستر ممکن است در اثر یک آسیب، یک ضربه به سر یا یک اتفاق هیجان‌انگیز خیلی بد خاطرات یا اتفاقات روزمره را دیگر به خاطر نیاوریم؛ مثلاً در میان بکسورها، فوتبالیست‌ها و کشتی‌گیران وقتی ضربه‌ای به سرشان وارد شده یادشان است چه کی هستند و چه خاطراتی از قبل دارند اما خاطرات آن روز یعنی خاطرات بعد از آسیب را خیلی به خاطر نمی‌آورند.

وی با اشاره به اینکه در فراموشی پس‌گستر فرد خاطرات قبل از آسیب را به یاد نمی‌آورد، مطرح کرد: علاوه بر این دو مورد، یک نوع فراموشی هم وجود دارد که مربوط به مشکلات روانشناختی است و به آن فراموشی روانزاد یا یادزدودگی تجزیه‌ای می‌گویند.

معمولاً یاد زدودگی تجزیه‌ای در اثر یک اتفاق ناخوشایند که بار هیجانی شدیدی دارد، اتفاق می‌افتد. امروزه فراموشی اضطرابی را متداول‌ترین فراموشی می‌دانیم که از نوع فراموشی



روانزاد است به طوری‌که وقتی اضطراب فرد زیاد شود معمولاً بیماری افسردگی را شاهد هستیم که خود را اینگونه نشان می‌دهند.

یکی از دلایلی که ممکن است مشکلات حافظه برای کودکان به وجود بیاورد مصرف الکل توسط مادر در دوران بارداری است یکی از بیماری‌های خیلی مشخص اما نادر در این زمینه سندروم کورساکوف است که علاوه بر انواع فراموشی‌ها ممکن است فشار روانی زیادی به وجود آورد؛ مثل فراموشی اضطرابی که در طول روز فرد را با استرس و فشار روانی زیاد مواجه می‌سازد که بخشی از فراموشی ربطی به حافظه ندارد بلکه مربوط به توجه است. در واقع در روند ورود اطلاعات به حافظه است که مشکل به وجود می‌آید؛ به عنوان مثال شما توجه کامل و کافی به موضوع ندارید بنابراین اطلاعات به صورت کامل وارد حافظه شما نمی‌شود اما وقتی می‌خواهید بازبایی کنید فکر می‌کنید که شما اطلاعات را فراموشی کردید در صورتی که اصلاً اطلاعات در مرحله اول درست وارد حافظه نشده است.

بنابراین مهارت‌های توجه و راهبردهایی که برای توجه استفاده می‌کنیم می‌تواند در پیشگیری از فراموشی بسیار مؤثر باشد، یعنی اگر ما درست به مطالب توجه کنیم و توجه انتخابیمان را صرف



اخلاق انتخاباتی و انتخابات اخلاقی/ عفت کلام را از قرآن بیاموزیم
بدخوترین دشمن پیامبر، ابولهب بوده است. می‌گویند وی حضرتش را با لفظ «تأ لک» دشنام داده است. سوره «مسد» که پاسخ خداوند به ابولهب است را ببینید! می‌فرماید: تَبَّتْ بَدَأُ أَبِي لَهَبٍ وَتَبَّ... اسم ابولهب، عبدالعزی است. خدا می‌توانست برای تحقیر بیشتر او هم که شده، با اسم کوچک خطایش کند ولی نه تنها چنین نمی‌کند بلکه با کنیه از او یاد می‌کند! و می‌دانیم که کنیه را عرب برای تکریم به کار می‌برد. ابولهب اگر چه دشمن خدا و رسول است، اما هر چه باشد باز در دایره بندگان خداست و خدا حتی به همین اندازه هم نمی‌خواهد او را عبد بت عزیزی ببیند! خدا با سرسخت‌ترین دشمن خود اینگونه رفتار می‌کند تا یاد بگیریم با هیچ انسانی درشت و حقارت‌آمیز سخن نگوئیم حتی اگر کافر حربی باشد؛ چه رسد به اینکه مسلمان باشد و شیعه.

(بیباید با انتخابی برخاسته از شعور، انتخاباتی پرشور و اخلاق‌مدار بیافرینیم!)

مزایا و معایب ازدواج فامیلی

از آن جا که در پیمان ازدواج نه تنها ۲ نفر، بلکه در واقع ۲ خانواده با هم وصلت می‌کنند بنابراین لازمه یک ازدواج مناسب، داشتن تناسب خانواده‌ها در زمینه‌های فرهنگی، اقتصادی و اعتقادی است که در ازدواج‌های فامیلی از آن‌جا که افراد سال‌ها با هم زندگی کرده‌اند، در بیشتر موارد این تناسب با دیده می‌شود و حتی سبک تربیتی که دختر و پسر با آن بزرگ شده‌اند، در بیشتر موارد یکسان است چرا که طرفین از کودکی بنا به سلیقه خانواده و والدین خود تحت قواعد خاصی پرورش یافته‌اند و به همین دلیل به احتمال زیاد مشکلی با خانواده عروس یا داماد نخواهند داشت. همچنین از نظر آسیب‌های اجتماعی نظیر مصرف سیگار، داشتن ارتباط‌های نامناسب و... امکان رسیدن به اطمینان بیشتر است و این موارد از مهم‌ترین مزیت‌های این نوع ازدواج‌هاست.

در ازدواج فامیلی به هیچ وجه از اهمیت تحقیق غافل نشوید:

قبل از هر ازدواجی لازم است دو طرف یکدیگر را مورد ارزیابی قرار دهند و بررسی کنند که آیا با هم تناسب دارند یا خیر. این مورد در ازدواج‌های فامیلی نباید فراموش شود. بسیاری از مردم گمان می‌کنند چون خانواده دختر و پسر یکدیگر را می‌شناسند، فضای را که دختر و پسر در آن پرورش یافته‌اند و حتی آسیب‌های آن را خوب می‌شناسند و به قولی جمله معروفی دارند که می‌گویند «و او مثل بچه خودم بزرگ کرده‌ام» پس نسبت به بررسی و ارزیابی این تناسب‌های مهم نیازی



شاید ماجرا به غلظت گذشته و عهد آسمانی دخترعمو و پسرعمو نباشد اما هنوز هم فامیل، یکی از منابع مهم همسریابی برای دختران و پسران ایرانی است. اما فکر می‌کنید با سبک زندگی امروزی هنوز هم می‌توان ازدواج فامیلی موفق‌تری را تجربه کرد؟ اصلاً ازدواج فامیلی بهتر است یا ازدواج غیرفامیلی؟ مزایا و معایب ازدواج با اقوام چیست؟

کارشناسان موافق و مخالف ازدواج فامیلی نظریه‌های مختلفی دارند که شنیدنی است اما همه، این مساله علمی را قبول دارند که احتمال بروز مشکلات ژنتیکی در ازدواج‌های غیرخویشاوندی ۲ تا ۳ درصد است. در حالی که این رقم برای ازدواج‌های خویشاوندی به ۴ تا ۵ درصد می‌رسد. هرچند شاید به نظر این تفاوت یک درصدی اندک باشد اما با احتساب آمار مولد سالیانه عدد قابل‌توجهی می‌شود یعنی اگر بخواهیم بدون ضرورت انجام مشاوره ژنتیک ازدواج‌های فامیلی را توصیه کنیم، نمی‌توانیم به سادگی بار اقتصادی و مشکلات دیگر این افراد بیمار را که به جامعه تحمیل می‌شود، نادیده بگیریم. در ازدواج فامیلی آشنایی بیشتر است:



که بعد از ازدواج، نسبتی که بین آن‌ها و عمو یا خاله یا عمه‌شان بوده است حالا تغییر می‌کند و باید آن‌ها را والدین همسرشان بدانند. بنابراین توجه داشته باشید که ممکن است بعد از گذشت مدتی از شروع زندگی مشترک، توقعات شما از خانواده همسرتان تغییر کند و با ادامه این روند تعارضاتی میان شما و خانواده همسرتان شکل گیرد.

همچنین در برخی مواقع دیده می‌شود اختلاف‌های خانوادگی و فامیلی پدر و مادرها به زندگی زوجین کشیده می‌شود و بر روابط میان آن‌ها تأثیر می‌گذارد و به سلامت زندگی آن‌ها آسیب وارد می‌کند. بنابراین شما پس از بررسی‌های لازم اگر تصمیم به ازدواج گرفتید، لازم است با کسب مهارت‌های زندگی، رفتاری جدید و والدین همسرتان داشته باشید که نه تنها نقش قبلی‌شان را حفظ کنید بلکه در جایگاه خاص‌تری

احساس نمی‌کنند. اتفاقاً اکثر مشکلات هم از این طرز فکر ناشی می‌شود که دو خانواده بی‌گدار به آب می‌زنند. پس اجازه بدهید بدون آنکه بگوئیم ازدواج فامیلی خوب است یا بد، با هم بدی‌ها و خوبی‌های این تصمیم یعنی وصلت با فامیل را بررسی کنیم. شاید وقتی محاسن و معایب آن را بدانید بهتر بتوانید انتخاب کنید و در هر ازدواجی که دارید چه با فامیل و چه غریبه، موفق و خوشبخت شوید. هرچند در ازدواج‌های فامیلی دختر و پسر از یکدیگر و خانواده‌هایشان شناخت خوبی دارند اما به هیچ وجه به خاطر فامیل بودن نباید از اهمیت بیماری‌های قلبی و عروقی و عقب ماندگی‌های ذهنی در ازدواج‌های فامیلی بیشتر است.

بنابراین مهم‌ترین شرط قبل از خواستگاری و درگیر کردن طرفین در یک رابطه عاطفی و قبل از اعلام رسمی به اطرافیان انجام مشاوره ژنتیک زیر نظر خانواده‌هاست. بنابراین توصیه می‌شود قبل از هر اقدامی و حتی قبل از علنی کردن این خواستگاری، حتماً مشاوره ژنتیک صورت گیرد و بعد از اطمینان یافتن از نبود مشکل در این مورد، خواستگاری رسمی صورت گیرد و به دختر و پسر اجازه داده شود در جلسات خواستگاری، یکدیگر را از نظر اخلاقی و شخصیتی محک بزنند.

نقش جدید والدین همسران را بپذیرید:

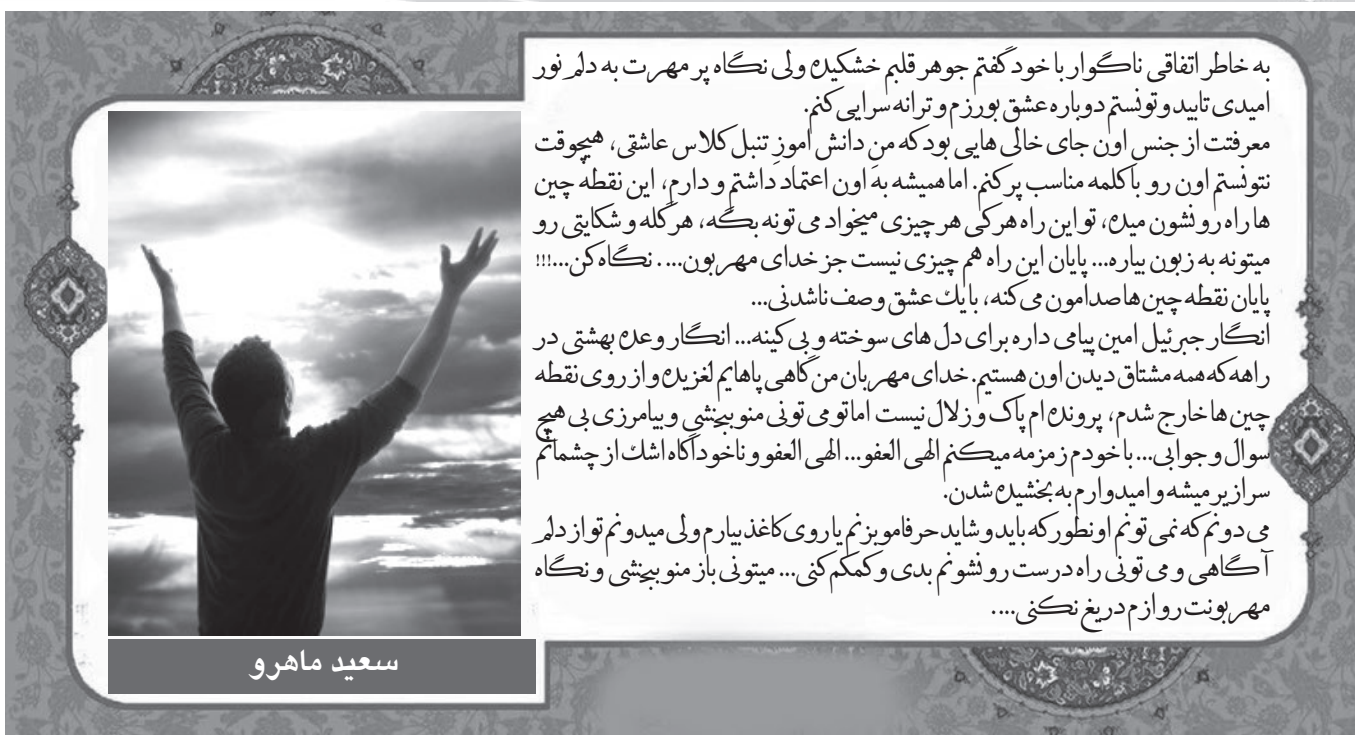
یکی از نکات قابل توجه که در ازدواج‌های فامیلی وجود دارد این است که اگر اختلافی بین زن و شوهر جوان ایجاد شود، مشکل آن‌ها به خانواده‌هایشان و در نتیجه به کل فامیل منتقل می‌شود. زوج‌های جوان باید بدانند

وادی بجران

عطار

ای دل بزبان در آئی که جان پدید نیست
باز در او ساز که دمان پدید نیست
هر تو صبر کردن و خون خوردن است بوی
ز زرا که حد وادی بجران پدید نیست

تاریخ طبری



سعید ماهر و

به خاطر اتفاقی ناگوار با خود گفتم جوهر قلم خشکین ولی نگاه پر مهرت به دلبر نور
امیدی تابید و توستم دوباره عشق و روزم و ترانه سرایی کنم.
معرفتت از جنس اون جای خالی هایی بود که من دانش آموز تنبل کلاس عاشقی، همچوقت
تو توستم اون رو با کلمه مناسب پر کنم. اما همیشه به اون اعتماد داشتم و دارم، این نقطه چین
هاراه روشنون میل، تو این راه هر کی هر چیزی میخواد ی تونه بگه، هر کله و شکایتی رو
میتونه به زبون بیاره... پایان این راه هم چیزی نیست جز خدای مهر بون... نگاه کن...!!!!
پایان نقطه چین هاصدامون ی که، بایک عشق و صفت ناشدنی...
انگار چربیل امین پای داره برای دل های سوخته و بی کینه... انگار وعده بهشتی در
راهه که همه مشتاق دیدن اون هستم. خدای مهربان من گاهی باهامم لغزیدن و از روی نقطه
چین ها خارج شدم، پروانه ام پاک و زلال نیست اما تومی منوبیشی و بیامری بی هم
سوال و جوابی... با خودم زمزمه میکنم الهی العفو... الهی العفو و ناخوداگاه اشک از چشماتم
سرازیر میشه و امیدوارم به بخشیدن شدن.
ی دویم که نمی توتم اونطور که باید و شاید حرفامو بزیم یاروی کاغذ بیارم ولی میدونم تو از دلبر
آگاهی وی تویی راه درست روشونم بدی و کمکم کنی... میتونی باز منوبیشی و نگاه
مهر بونت روزم در رخ نکنی....

حق شناسی و سپاس

دوای شفقت

مولوی در دفتر سوم مثنوی حکایت می کند: برای ارباب لقمان، خربزه ای به عنوان هدیه آوردند. ارباب خربزه را قطعه قطعه کرد و جز یکی، همه را به لقمان داد. لقمان آن قطعه ها را می خورد و مرتب به تحسین خربزه و شیرین بودن آن لب کشوده یا اشتیاق و میل می خورد. ارباب که خوشحال شده بود، در پایان کار شروع کرد به خوردن سهم خود از خربزه. اما همین که قاچ خربزه را در دهان گذاشت، دریافت که مثل زهر تلخ است.

چون بخورد، از تلخی اش آتش فروخت
هم زبان شد ابله، هم حلق سوخت

ارباب لقمان با تعجب از لقمان پرسید: (این زهر را و این خربزه تلخ را چگونه با رغبت میل کردی؟) لقمان که به حق سزاوار لقب (حکیم) بوده است، در جواب حکیمانه اش چنین گفت:

شرم آمد که یکی تلخ از گفت می نوشم ای تو صاحب معرفت
چون همه اجزایم از انعام تو رسته اند و غرق دانه دام تو
گر ز یک تلخی کنم فریاد و داد خاک صدمه بر سر اجرام باد
این حکایت در مقام طعن و اعتراض به آن دسته از انسان هایی است که در نعمت های خداوند غرق بوده اند و حتی از همان زمانی که نطفه ای بیش نبودند، احسان و لطف و توجه پروردگار در حق آنان جاری بوده و با گذشت روزگار، نعمت های خداوند بر ایشان فرونی یافته است.

ولی به محض برخورد با اندک ناگواری و اندوه که به نسبت خوشی ها و لذت ها بسیار ناچیز است، لب به انکار نعمت های الهی می گشایند و به اعتراض روی می آورند و همه رحمت ها و نعمت های خداوندی را از یاد می برند.

بی شک، چنین صفت ناپسندی، ریشه در ناسپاسی و فراموش کاری این گونه افراد دارد، چنان که مولانا گفته است:

ناسپاسی و فراموشی تو یاد نورد از عسل نوشی تو
نویسنده ای در کتاب خویش، بر این زمینه می آورد:

اگر قلب کسی آکنده از شکر و سپاس باشد، قدرشناس همه چیز است و نمی تواند ذهن خود را به آنچه ندارد، متمرکز کند. آن گاه که همه توجه شما به کمبودها جلب شود، مانند آن است که به دستگاه آفرینش می گویند: به خاطر آنچه دارید، سپاس گزار نیستید و نیاز به بیشتر و آبا هم بیشتر از آن دارید. سپاس گزاری، نگرش به جهان بر اساس عشق است، حتی هنگامی که روند امور بنابر خواسته های ما نیست. مولوی می گوید: (از باب آنچه در زندگی شما رخ نمی دهد و به سوی شما نمی آید، غمگین نباشید، زیرا به جهت خیر و صلاح شمامست و شما را از آفات و بلاها حفظ می کند)

بهره کلام آنکه، بنده واقعی خدا، در همه حال شکرگزار اوست، چه آن گاه که در خوشی باشد و چه آن زمان که دچار تلخ کامی شود. او به داده های خدایش راضی است و آن را می پسندد که چنانست پسندیده است و زبان حالش این است:

عاشقم بر لطف و بر قهرش به جد ای عجب من عاشق این هر دو ضد
مولوی

هر چه خشونت در کوچ و خیابان و خازورک و روح بیشتر می شود، به لطافت محتاج تری شویم. خشونت، عفو نیست، درونک و مهملک. این درو، جز شفقت دمانی ندارد.

اگر روی این زخم چرکین دو انگذاریم، ما همه خواهیم مرد. بنی آدمیم و اعصای یکدیگر؛ و هر عضوی که به درد آید ما همه بی قرار می شویم. هر عضوی که بمیرد، ما همه می میریم.

آدمی مگر چیست؟ جز شفقت، جز لطافت، جز مروت!

هیولا مگر چیست؟ جز خشونت، جز قساوت، جز شرارت!

خزار هیولادتن من پنهان است، خزار اثری هانک در ساقه نازک ریواسی. می خواهیم آدم را نجات دهیم و نگذاریم که این ساقه ریواس، ضحاک شود.

در برابر خنجر و خون و خشم، سپری جز لطافت ندارم؛ آن گونه که سعدی مراد او را که زیر پیراهن جنگلی ام «قرانگ» پوشتم. زیرا که شمشیر بر ابریشم خواهد لغزید.

بر زخم تانما، مرمم گل سرخ می گذارم. بر تنخی روح، طعم ریحان می چشانم. استخوان شکسته جان را با شرمی می بندم و گوشه را که سکین شده از نقل اندوه اخبار، به دوای موسیقی شستوشمی دهم. عود امید روشن می کنم تا در خفتان خاتفاه سینه

نفس بگشتم هوایی را که نیست. دستایم چرک است، رخت هایم چرک است، تم چرک است، روانم چرک است. همه را به جام شفقت می برم، سال نماید. نشینم زیر بارش بگریز لطافت تا خوب شوم.

آتش جز آب دوایی ندارد، انسان جز شفقت چاره ای...
ادامه دارد....

عرفان نظر آماری

نقش او

هم از آن دلدار و دوری زان همکار
که می گفتم که بتوانم بشد
کی فراموشم شود یادش ز دل به
نقش او خون هرگز از جام نشد

ابوسعید و مسئله پند و عبرت

ابوسعید ابو الخیر جامعی از اصحاب از کنار دهی در نیشابور به طرف مقصدی می گذشتند.

مردی کتاس مشغول خالی کردن چاه مستراح بود، اصحاب از بوی تعفن کتافات دماغ خود را گرفتند و به سرعت از آن محل گذشتند، ولی مشاهده کردند شیخ نیامد.

چون نظر کردند دیدند شیخ با حالت تفکر کنار کتافات ایستاده. فریاد زدند: استاد! یا.

فرمود: می آیم، پس از مدتی تأمل در کنار کتافات به سوی اصحاب روان شد، چون به آنان رسید، عرضه داشتند: ای راهنما! برای چه کنار کتافات ایستادی؟

فرمود: چون شما دماغ خود گرفتید و به سرعت حرکت خود افزودید، آوازی از کتافات و فضولات برخاست که هان ای روندگان! دیروز ما با حالتی طیب و ظاهر و پاکیزه و رنگ و بویی بسیار عالی بر سر بازار به صورت سزنجات و میوه جات و حیوانات قرار داشتیم و شما بنی آدم به خاطر به دست آوردن ما، بر سر و بار یکدیگری زدید و به انواع حیلها و خدعه ها متوسل می گشتید و از هیچ گونه تقلب و زوری خودداری نمی کردید، چون ما را به دست آوردید خوردید، ما بر اثر چند ساعت همنشین با شما تبدیل به این حال گشته و به این سیه روزی افتادیم، به جای این که ما از شما فرار کنیم، شما بی که باعث این تیره بختی برای ما شدید، شما از ما فراری کنید؟! ای اف بر شما!!

من کنار کتافات ایستاده و به پند و نصیحت آنان گوش فراداده تا شاید عبرتی از آنان بگیرم!

سرخک، مسری‌ترین بیماری عفونی

سرخک بیماری است که هر بیمار در تماس با افراد دیگر می‌تواند تا ۱۸ نفر را بیمار کند و مهم‌ترین سد حفاظتی در برابر این بیماری واکسیناسیون است.

واکسیناسیون به موقع کودکان همیشه و همه جا مورد تاکید مسئولان وزارت بهداشت بوده و هست. در این خصوص به تازگی رئیس اداره بیماری‌های قابل پیشگیری با واکسن وزارت بهداشت گفت: «متأسفانه شیوع بیماری کرونا، گسترش شیوع سرخک در مرزها، افزایش بار کاری کارکنان بهداشتی و تبلیغات ضد واکسن، سبب شده است از ابتدای امسال تاکنون ۲۴ مورد ابتلا به سرخک گزارش شود.» وی به خانواده‌ها برای واکسیناسیون به موقع کودکان هشدار داده است.

در ادامه به ضرورت واکسیناسیون به موقع و علایم بیماری سرخک اشاره می‌کنیم:

خطر بیخ گوش مان

دکتر سید «محسن زهرایی»، با اشاره به این که از ابتدای امسال تاکنون ۲۴ مورد ابتلا به سرخک گزارش شده که عمده آن‌ها مربوط به استان سیستان و بلوچستان و مواردی هم در استان‌های هرمزگان، خراسان رضوی و تهران مشاهده شده است؛ افزود: «سرخک؛ مسری‌ترین بیماری عفونی است.» وی خاطر نشان کرد: «درخصوص سرخک هر یک بیمار در تماس با افراد دیگر می‌تواند تا ۱۸ نفر را بیمار کند و مهم‌ترین سد حفاظتی در برابر این بیماری واکسیناسیون است»

بیماری سرخک چیست؟

سرخک در کودکان شیوع نسبتاً زیادی دارد و عامل آن ویروسی است که از طریق عطسه

خطرات مرگبار زیاده‌روی در مصرف هلو

مصرف بیش از اندازه‌ی هلو ممکن است به سرعت کالری‌ها موجود در بدن را افزایش دهد و باعث بالا رفتن وزن شود.

هلو حاوی عناصر مختلفی از ویتامین‌ها، مواد معدنی، آنتی‌اکسیدان‌ها، فیبرهای غذایی و مواد مغذی گیاهی است. اگرچه هلو سرشار از این عناصر است اما در صورت مصرف بیش از حد، آسیب‌های زیادی به بار می‌آورد.

اولین آسیب این است که هلو سرشار از آنتی‌اکسیدان‌هایی مانند ویتامین C، ویتامین A و سایر ترکیبات آنتی‌اکسیدان است. با این حال، مصرف بیش از حد هر چیز، حتی اگر مفید باشد، منجر به نتایج معکوس می‌شود، به گونه‌ای که سطح بالای آنتی‌اکسیدان در بدن می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی و همچنین خطر سکته مغزی خونریزی دهنده را افزایش دهد.

در مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۱ انجام گرفت، مشخص شد که ذر بالای ویتامین E می‌تواند خطر ابتلا به سرطان پروستات را ۱۷ درصد افزایش دهد، و به همین ترتیب در مطالعه دیگری در سال ۱۹۹۶ مشخص شد که سطوح بالای رتینول و بتاکاروتن – نوعی ویتامین A – می‌تواند خطر ابتلا به سرطان ریه را افزایش دهد. مصرف بیش از حد هلو که سرشار از پتاسیم است، می‌تواند باعث فشار خون خطرناک شود و علائمی مانند خستگی، سرگیجه، افسردگی و تاری دید را به دنبال داشته باشد.

علاوه براین، خوردن بیش از حد هلو خطر سرطان را افزایش می‌دهد، زیرا بوی‌های ناپایدار که در طی فرآیند اکسیداسیون در بدن ایجاد می‌شوند، با آسیب رساندن به سلول‌های سالم بدن، الکترون‌ها را از مولکول‌های مجاور خود می‌زدند و به آن‌ها آسیب اکسیداتیو می‌رسانند؛ بنابراین خطر ابتلا به انواع سرطان مانند سرطان پوست، سرطان پستان، سرطان ریه و سرطان معده را افزایش می‌دهد.

اگرچه هلو سرشار از منیزیم است که برای حفظ سلامت سیستم عصبی مؤثر است، اما مصرف زیاد آن می‌تواند منجر به عوارضی مانند اسهال، حالت تهوع، خستگی، ضعف عضلانی، ضربان قلب نامنظم، فشار خون پایین و مشکلات تنفسی شود.

آگهی در خواست گواهی حصر وراثت

آقای سعید صالحی فرزند منصور به شرح درخواستی که به کلاسه ۱۴۰۰/۰۶۴/۲ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و اعلام داشته که جهان لطافت فرزند محمداحمد شناسنامه ۳۳۹۲ صادره از ح لارستان-اوز در اقامتگاه دائمی خود از فوت نموده، وراث حین الفوت وی عبارتند از:اعبارتست:از:

۱-محمدرضا صالحی فرزند محمدنور به ش ش ۷۶ متولد ۱۳۲۰ صادره از ح لارستان-اوز(فرزند متوفی)
۲-شهربان صالحی فرزند محمدنور به ش ش ۷۲ متولد ۱۳۲۳ صادره از ح لارستان-اوز(فرزند متوفی)
۳-رقیبه صالحی فرزند محمدنور به ش ش ۲۳ متولد ۱۳۴۰ صادره از ح لارستان-اوز(فرزند متوفی)
ولاغیر، 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.

رییس شورای حل اختلاف شعبه شهری شهرستان اوز- محمود محبی

م الف/۲۴/۵



سرخک در شما بیشتر است.

عوارض جانبی بیماری سرخک
عفونت گوش، برونشیت، ذات الریه، آنسفالیت (التهاب حاد مغزی) و مشکلات بارداری

مرحله چهارم: دوره انتقال بیماری

شخص مبتلا به سرخک در حدود هشت روز می‌تواند باعث انتقال بیماری به دیگران شود که چهار روز قبل از ظاهر شدن لکه‌های پوستی و تا زمانی که آثار پوستی سرخک به‌مدت چهار روز روی پوست است، امکان سرایت به دیگران وجود دارد.

عوامل ایجاد خطر سرخک

۱- واکسینه نشدن
بزرگسالان و کودکان بالای شش ماه که واکسن سرخک نزده‌اند، باید حتما این واکسن را تزریق کنند.

۲- سفرهای بین‌المللی
سرخک در برخی نقاط دنیا مثل کشورهای در حال توسعه رواج بیشتری دارد.
۳- کمبود ویتامین A
اگر در رژیم غذایی شما خبری از ویتامین A نباشد، امکان بروز علایم، شدیدتر و عوارض

روغنی نابودگر برای چربی‌های بدن



اصلی در روغن نارگیل، نسبت داده می‌شود.

موتانس» باشد که باعث ایجاد پلاک دندان، پوسیدگی و بیماری‌های لثه می‌شود. در یک مطالعه تحقیقاتی مشخص شد که شستشوی دهان با روغن نارگیل، که به عنوان روغن جاذب شناخته می‌شود، به اندازه شستشو با دهان‌شویه ضدعفونی‌کننده، باعث کاهش این باکتری‌ها می‌شود.
در مطالعه دیگری مشخص شد، شستشوی روزانه دهان با روغن نارگیل باعث کاهش چشمگیر التهاب و پلاک به خصوص در نوجوانان مبتلا به بیماری‌های التهاب لثه می‌شود.

ویتامین‌ها و مواد معدنی

روغن نارگیل، حاوی ماده معدنی آهن بوده که به انتقال اکسیژن در بدن کمک می‌کند. همچنین مقدار کمی ویتامین K دارد که باعث ممناعت از انعقاد خون در بدن می‌شود. این روغن حاوی ویتامین E است که مانع از آسیب سلول‌ها توسط رادیکال‌های آزاد خواهد شد.

کمک به درمان اسهال شدید

روغن نارگیل خالص دارای خواص ضد باکتری است که به درمان عفونت کمک می‌کند. یک

مطالعه آزمایشگاهی صورت گرفته در این زمینه نشان داد که رشد باکتری‌های روده‌ای «کلوستریدیوم دیفیسیل»، که باعث اسهال شدید می‌شود با مصرف روغن نارگیل متوقف خواهد شد. همچنین به نظر می‌رسد که روغن نارگیل با مخمرها مبارزه می‌کند یعنی همان تأثیری که معمولا به اسید لوریک، اسید چرب

مصرف استامینوفن در دوران بارداری ممنوع

– تمرکز طولانی مدت روی اشیا
– خودزنی
– پرخاشگری
– ناتوانی در بیان اسم
– ناتوانی در برقراری ارتباط چشمی
– علاقه به بازی‌های تکراری
– خیره‌شدن به یک شی یا تصویر
– فقدان حس همدلی و به اشتراک گذاشتن احساسات

عدم تمایل به ایجاد دوستی با هم سن و سالان
اختلال نقص توجه - بیش‌فعالی (Attention- deficit hyperactivity disorder) یا به اختصار ADHD یک اختلال رفتاری رشدی است. این افراد معمولا توانایی دقت و تمرکز بر روی یک موضوع را نداشته، یادگیری کندی دارند و از فعالیت بدنی غیرمعمول و بسیار بلایی برخوردار هستند.

دوشنبه ۱۴۰۰/۰۳/۱۷ - بیست و ششم شوال ۱۴۴۲ - سال بیست و نهم - شماره ۱۲۲۶

عوارض طولانی مدت کووید ۱۹

است ادامه داشته باشد و آیا این اثرات منجر به شرایط مزمن سلامتی می‌شود یا خیر هنوز مشخص نیست.

اثرات درمان یا بستری شدن در بیمارستان ناشی از ابتلا به ویروس کرونا

شرایط پس از ابتلا به ویروس کرونا می‌تواند شامل تأثیرات طولانی مدت درمان یا بستری شدن در بیمارستان نیز باشد. برخی از این اثرات طولانی مدت مشابه با اثرات مربوط به بستری شدن در بیمارستان برای سایر عفونت های تنفسی یا شرایط است، همچنین اثرات درمان ناشی از ابتلا به ویروس کرونا و بستری شدن در بیمارستان می‌تواند شامل سندرم بعد از مراقبت ویژه (PICS) باشد که به اثرات سلامتی مربوط به پس از یک بیماری حیاتی اشاره دارد.

این اثرات شامل ضعف شدید و اختلال اضطراب پس از سانحه (PTSD) است. اختلال اضطراب پس از سانحه شامل واکنش های طولانی مدت نسبت به یک واقعه بسیار استرس زا است.

درمان

روش هایی برای کمک به مدیریت شرایط پس از کووید وجود دارد و بسیاری از بیماران با این علائم با گذشت زمان بهتر می‌شوند. اگر فکر می‌کنید به بیماری بعد از کووید مبتلا هستید یا یک متخصص در مورد گزینه های مدیریت یا درمان علائم برای پشتیبانی صحبت کنید. کلینیک های مراقبت های بعد از کووید در مرکز پزشکی که سراسر ایالات متحده برای رفع نیازهای بیماران در حال افتتاح هستند، اما در نظر داشته باشید بهترین راه پیشگیری از بروز این عوارض طولانی مدت پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا است.

کرونا و واکسیناسیون

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری ها توصیه می کند افراد بدون توجه به اینکه قبلا به کرونا مبتلا شده اند حتما واکسینه شوند. اگرچه برخی مقالات ادعای می دارند برخی از افراد مبتلا به کووید طولانی مدت می گویند علائم آنها پس از تزریق واکسن بهبود یافته، اما برای تعیین اثرات واکسیناسیون در شرایط پس از کووید مطالعات لازم است.

کاری که مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری ها انجام می دهد

این مرکز به کار خود ادامه می دهد تا شناسایی کند این اثرات طولانی چه مدت شایع است، چه کسی احتمال بروز آن را دارد و اینکه آیا علائم در نهایت برطرف می شوند یا خیر. برای بررسی بیشتر شرایط پس از کووید، مطالعات چند ساله در حال انجام است. این مطالعات به ما کمک می کند تا شرایط پس از کووید را بهتر درک کرده و نحوه درمان بیماران با این اثرات طولانی مدت را درک کنیم.

«کبد» خود را با این نوشیدنی بیمه کنید



برخی گروه‌هایی که حساسیت بیشتری به کافئین دارند، ایجاد کند.

سایر مزایای نوشیدن قهوه:

اما فواید قهوه تنها به بهبود کبد خلاصه نمی‌شود. «انجمن قلب آمریکا» (American Heart Association) در یک پژوهش متوجه شده که نوشیدن منظم سه فنجان «قهوه سیاه» (بلک کافی) در روز ممکن است خطر حمله قلبی یا مغزی را تا یک سوم کاهش دهد. همچنین بر اساس اعلام پایگاه Johns Hopkins Medicine) وابسته به دانشگاه جانز هاپکینز، ارتباطاتی میان مصرف قهوه و کاهش خطر سرطان روده بزرگ، بیماری آلزایمر و پارکینسون وجود دارد.

اما این بدان معنا نیست که شما اکنون به بیرون رفته و سه فنجان قهوه لاته و یا کاپوچینوی مورد علاقه خود را بخورید. پژوهشگران می‌گویند اگر قهوه بدون خامه و یا شیرینی‌کننده‌های مصنوعی مصرف شود، بیشترین فواید سلامتی را به همراه خواهد داشت. اگر شما نمی‌توانید خوردن قهوه سیاه را تحمل کنید، آن را با شیر و مقدار بسیار کمی شکر امتحان کنید.

اگرچه این تحقیقات بیانگر آن است که قهوه یک گزینه مناسب برای سلامت شما محسوب می‌شود، اما شما باید با دکتر خود نیز در خصوص مصرف کافئین بر سلامت شخصی

تان گفتگو کنید؛ چرا که ممکن است رژیم غذایی شما متفاوت باشد.

اگرچه بیشتر افراد مبتلا به کووید-۱۹ طی چند هفته از بیماری بهبود می‌یابند، اما برخی از افراد شرایطی آزاددهنده را پس از ابتلا نیز تجربه می‌کنند. شرایط پس از کرونا شامل طیف گسترده ای از مشکلات جدید پیرامون سلامتی، برگشت‌کننده یا مستمر است که افراد می‌توانند بیش از ۴ هفته پس از ابتلا به ویروس عامل کووید-۱۹ تجربه کنند. حتی افرادی که هنگام آلودگی علائمی نداشتند نیز می‌توانند با عوارض پس از ابتلا به کرونا دست و پنجه نرم کنند. این شرایط انواع مختلف و ترکیبی از مشکلات سلامتی را برای مدت زمان مختلف در برمی‌گیرد.

مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها CDC و متخصصان در سراسر جهان در تلاش هستند تا در مورد اثرات کوتاه یا بلند مدت ویروس کرونا روی سلامتی و اینکه چه کسی به آنها مبتلا می‌شود و چرایی آن بیشتر اطلاعات کسب کنند.

کووید طولانی مدت

کووید طولانی شامل یک سری علائم است که هفته‌ها یا ماه‌ها پس از ابتلا به ویروس عامل کووید-۱۹ طول می‌کشد یا حتی هفته‌ها بعد از عفونت ظاهر می‌شوند. کووید طولانی برای هر فردی که به این ویروس آلوده شده باشد ممکن است رخ دهد حتی اگر بیماری خفیف باشد یا بدون علائمی را تجربه کرده باشد. به گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها CDC، افراد با کووید طولانی احتمال می‌رود ترکیبی از علائم زیر را تجربه کنند:

• خستگی یا ماندگی، مشکل در تفکر یا تمرکز (برخی اوقات به عنوان “مه مغزی” نیز شناخته می‌شود) ، سردرد، از دست دادن بویایی یا چشایی، سرگیجه هنگام ایستادن، تپش یا ضربان سریع قلب (همچنین به عنوان تپش قلب نیز شناخته می‌شود)، درد قفسه سینه ،دشواری در تنفس یا تنگی نفس، سرفه، درد مفصل یا عضله، افسردگی یا اضطراب، تب، علائمی که پس از فعالیت‌های جسمی یا ذهنی تشدید می‌شوند

اثرات ویروس کرونا روی چند ارگان

اثرات چند ارگانیک اگر روی همه اندام‌ها نه، اما روی بیشتر سیستم‌های بدن از جمله قلب، ریه، کلیه، پوست و مغز تأثیر می‌گذارد، همچنین اثرات چند ارگانیک می‌تواند شامل شرایطی مانند سندرم التهابی چند سیستم (MIS) و شرایط خودایمنی باشد که پس از کووید-۱۹ رخ می‌دهد. سندرم التهابی چند سیستم شرایطی است که تحت تأثیر آن اعضای مختلف بدن متورم می‌شوند.

شرایط خودایمنی هنگامی اتفاق می‌افتد که سیستم ایمنی بدن به اشتباه به سلول‌های سالم بدن حمله کرده و باعث تورم دردناک در قسمت‌های آسیب دیده بدن می‌شود. اینکه اثرات سیستم چند ارگانیک چه مدت ممکن

است، هنوز مشخص نیست.

محققان بر این عقیده‌اند که مصرف یک نوشیدنی می‌تواند به سلامت کبد شما کمک کند. به نقل از «healthdigest»، شاید بسیاری از ما دوست داشته باشیم روز خود را با نوشیدن یک فنجان قهوه آغاز کنیم؛ اما آیا باید در طول روز نیز از خوردن چند فنجان دیگر نیز لذت ببرد؟ در حالی که ممکن است شما باید در خصوص افزایش مصرف کافئین تجدید نظر کنید، اما پژوهشگران می‌گویند فنجان یا فنجان‌هایی که از قهوه استفاده می‌کنید، می‌تواند به سلامت کبد شما کمک کند.

بر اساس اعلام پایگاه «کلینیک کلیولند» (از مشهورترین مراکزبیمارستانی آمریکا) قهوه خطر ابتلای شما به بیماری کبد چرب قهوه الکلی و یا مشکلات سلامتی که بر اثر تجمع چربی اضافه در سلول‌های کبد رخ می‌دهد را کاهش دهد. همچنین شواهدی وجود دارد مبنی بر اینکه مصرف قهوه می‌تواند به افرادی که از قبل «سیروز کبدی»، هپاتیت C و یا بیماری کبد چرب غیر الکلی دارند، کمک کند. کلید این مسئله، نوشیدن حداقل سه فنجان قهوه بدون کافئین در روز است. بر اساس اعلام «کلیولند کلینیک» کارشناسان می‌گویند در صورتی که از مشکلات کبدی رنج می‌برید، می‌توانید میزان مصرف خود را تا شش فنجان در روز افزایش دهید؛ به شرطی که بتوانید مقدار کافئین را کنترل کنید. باید توجه داشت که مصرف قهوه زیاد می‌تواند سبب ایجاد حالت ناخوشایند، اضطراب و یا مشکلات خواب برای

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
سیدهم	۴:۲۷	۵:۵۷	۱۲:۵۱	۱۹:۴۵	۲۰:۰۴
چهاردهم	۴:۲۷	۵:۵۷	۱۲:۵۱	۱۹:۴۵	۲۰:۰۴
پانزدهم	۴:۲۷	۵:۵۷	۱۲:۵۱	۱۹:۴۶	۲۰:۰۵
نوزدهم	۴:۲۷	۵:۵۷	۱۲:۵۱	۱۹:۴۶	۲۰:۰۵
هفدهم	۴:۲۶	۵:۵۷	۱۲:۵۲	۱۹:۴۷	۲۰:۰۵

(طول جغرافیایی: ۵۲°۲۰' عرض جغرافیایی: ۲۷°۲۱')

حضرت رسول اکرم (ص) فرمودند:
أَفَّةُ الدِّينِ ثَلَاثَةٌ: فِئَةُ فَاجِرٍ وَ إِمَامٌ جَائِرٌ وَ مُجْتَهِدٌ جَاهِلٌ؛
 آفت دین سه چیز است: نادانای بد کار و پیشوای ستم کار و مجتهد نادان.

نیکوکار، از کار نیک بهتر
 و بدکار از کار بدتر است.

امام خامنه‌ای: راه حل مشکلات، انتخاب درست است نه کناره‌گیری از صندوق رأی

در جریان عدم احراز صلاحیت‌ها

به برخی جفا شد

ایشان افزودند: توقع دیگر از کاندیداها این است که در صورت پیروزی، خود را به «عدالت اجتماعی»، «کاهش فاصله فقیر و غنی»، «مبارزه بدون ملاحظه با فساد»، «تقویت تولید داخلی و مبارزه با قاچاق و واردات بی‌رویه و افرادی که با پر کردن جیب خود از طریق واردات کمر تولید داخلی را می‌شکنند» متعهد بدانند. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای تأکید کردند: کاندیداها صراحتاً درباره این موضوعات موضع بگیرند تا اگر بعد از انتخاب، عمل نکنند، دستگاه‌های نظارتی بتوانند از آنها سؤال و مؤاخذه کنند.



ادامه از صفحه اول

رهبر انقلاب خاطرنشان کردند: کارآمدی را با حرف نمی‌شود تشخیص داد، بنابراین باید نگاه کرد که آیا گذشته و عملکرد کاندیداها، وعده‌های آنها را تأیید و تصدیق می‌کند یا نه؟ ایشان در ادامه چند توصیه مهم به نامزدهای محترم داشتند.

رهبر انقلاب اسلامی با توصیه مؤکد به کاندیداها به پرهیز از بیان وعده‌هایی که از انجام آنها مطمئن نیستند، گفتند: دادن وعده‌های بدون پشتوانه عملی جایز نیست و اینگونه وعده‌ها، گناه و به ضرر کشور است چون با تحقق نشدن آنها مردم از انتخابات و نظام دل‌سرد می‌شوند بنابراین فقط وعده‌هایی بدهید که اهل فن آنها را تأیید می‌کنند.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، توقع دیگر از کاندیداها را صداقت با مردم و بیان شاعرانه‌ای دانستند که در دل خود به آنها کاملاً اعتقاد دارند و افزودند: کاندیداها با مردم صادق باشند و شاره‌هایی ندهند که به آنها اعتقاد ندارند.

رهبر انقلاب اسلامی، تشویق به مشارکت در انتخابات را وظیفه تک تک مردم دانستند و گفتند: تک تک مردم خود را موظف بدانند که همه آحاد مردم اعم از خانواده، دوستان و آشنایان را به مشارکت در انتخابات و دعوت کنند و این، مصداق «نواصی به حق» است.

«قنادی» بجای «میرپور» به شورای شهر لار رفت

محمد قنادی بجای عبدالمهدی میرپور وارد شورای شهر لار شد. محمد قنادی نفر سوم علی البدل شورای اسلامی شهر لار در انتخابات دوره پنجم، کار خود را به عنوان عضو رسمی و ثابت در شورا آغاز کرد. با انتصاب سیدعبدالمهدی میرپور به

گذر از تابستان داغ با رعایت الگوی مصرف آب



به گزارش میلاد لارستان، افزایش حساسیت‌ها در شست و شوها و موج‌های همه گیری ویروس کرونا، مصرف آب را به شکل قابل ملاحظه‌ای افزایش داده، با ورود به فصول گرم، کاهش باران و خشکسالی به ویژه در لارستان که به صورت طبیعی همواره با کمبود آب مواجه بوده، زنگ تنش آب و مدیریت مصرف را به صدا درآورده است. برای گذر از بحران کم‌آبی نیازمند صرفه‌جویی همه جانبه عمومی در مصرف آب است تا برای گذر از تابستان سخت و طاقت‌فرسا نیاز به جیره‌بندی نباشد. به گفته کارشناسان، کاهش ۱۰ درصدی میزان مصرف آب برای گذر از تابستان در سال ۱۴۰۰ لازم و مدیریت مصرف آب و رعایت الگوی مصرف در همه بخش‌ها ضروری است. با توجه به شیوع کرونا و ورود به فصول گرم از مردم درخواست می‌شود مصرف آب را مدیریت کنند تا شرایط بهره‌مندی از این نعمت برای همه فراهم شود.

سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در بیانیه‌ای به مناسبت ۱۴ خرداد تأکید کرد: حضور در صحنه‌های نیاز انقلاب، ضامن صیانت کشور از گزند توطئه‌های دشمن است.

سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در بیانیه‌ای با گرامیداشت ۱۴ خردادماه، سی و دومین سالگرد ارتحال ملکوتی حضرت امام خمینی (ره)، استکبارستیزی و حضور دائمی مردم در صحنه‌های نیاز انقلاب و کشور را از درس‌های مکتب امام و پشوتانه صیانت مبین اسلامی از گزند توطئه‌های دشمنان دانست.

در بخشی از این بیانیه آمده است: با گذشت ۳۲ سال از عروج آسمانی معمار کبیر انقلاب و بنیانگذار فقید جمهوری اسلامی ایران امام خمینی (ره) و طلوع خورشید دل‌انگیز امامت و رهبری خلف صالح، حاضر، شایسته و زرف اندیش ایشان، حضرت امام خامنه‌ای (مد ظله العالی)، انقلاب و نظام اسلامی با عبور از گردنه‌های صعب و پرخطر و فائق آمدن بر زنجیره‌ای از توطئه چینی‌ها و فتنه آفرینی‌های استکبار جهانی و ارتجاع

منطقه، با ایمان به نصرت و وعده الهی، رهبری حکیمانه ولی فقیه زمان، تکیه بر پشتوانه مردمی و ظرفیت‌ها و توانمندی‌های ملی و بومی و معماری راهبردهای هوشمند و موفق، توانسته است به قدرتمندترین کشور منطقه و بازیگری مثبت و تعیین‌کننده در عرصه بین‌المللی تبدیل و با دستیابی به سنگ‌های کلیدی جهان و ایجاد عطش و موج کنجکاو جهانی به سمت معرفت اسلام و انقلاب اسلامی، اردوگاه سلطه و صهیونیسم را مقهور و تماشاکر عظمت و اقتدار روز افزون خود سازد.

این بیانیه می‌افزاید: در چنین ایامی که ملت عظیم‌الشان ایران اسلامی، مهبای خلق حماسه‌ای عظیم، باشکوه و افتخارآفرین در آزمون تاریخی انتخابات ۲۸ خردادماه ۱۴۰۰ می‌شود، بیش از هر زمانی مراجعه به سیره و وصیت امام راحل (ره) به ویژه در «پشتیبانی از ولایت فقیه» و «حضور در صحنه» برای صیانت کشور از گزند تفردها و توطئه‌های دشمنان ضروری تر بوده و سربلندی و پیشرفت پرشتاب تر مبین عزیز اسلامی را تضمین خواهد کرد. این بیانیه با اشاره به جایگاه و نقش

بیانیه سپاه: حضور پر شور در انتخابات، ضامن حفظ کشور از گزند توطئه‌ها است



سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، راهبرد مردم یاری و توجه ویژه نظام به استضعاف زدایی و رسیدگی به محرومان و مستضعفان را الهام گرفته از مکتب امام خمینی(ره) توصیف و با تأکید بر مردم محور بودن امنیت پایدار امروز کشور، خاطرنشان کرده است: بی شک اقتدار امنیتی و بازدارنده امروز کشور، مرهون مقاومت، ایثار، فداکاری و شهادت طلبی فرزندان ملت رشید، قهرمان و با اراده‌ای است که به رغم برخی مشکلات و تنگناها در صحنه زندگی خود، هوشمندانه و هوشیارانه، لحظه‌ای از پیشتازی در «میدان» و عرصه‌های دفاع از آرمان‌ها و ارزش‌های دینی، ملی و انقلابی دریغ نوزیده است.

این بیانیه در پایان با پاسداشت یاد، نام و آرمان‌های بلند و تمدن‌ساز حضرت امام (ره) گوهر ارزشمند «ولایت فقیه» را امیرات ماندگار آن حضرت قلمداد و زعامت حکیمانه مقام معظم رهبری و فرماندهی کل قوا (مظله العالی) را رکن رکن پیشرفت‌ها و پیروزی‌های ملت ایران و جبهه مقاومت اسلامی در میدان‌های گوناگون بویژه غلبه بر فتنه

تصویب منطقه ویژه اقتصادی لارستان، حاصل تلاش جمعی بود



ششمین دوره شوراهای اسلامی شهر و روستا در لارستان، ۱۳۹ شعبه پیش بینی شده است. حسانی تصریح کرد: از این تعداد ۷۴ شعبه در مناطق شهری و ۶۵ مورد نیز در روستاها عم از ثابت و سیار برای جمع آوری آرای مردم پیش بینی شده است. رئیس شورای تأمین شهرستان لارستان، یادآور شد که بیش از پنج هزار نفر نیز مجموع کل عوامل و برگزار کننده دخیل و سهیم در برگزاری این دوره از انتخابات ریاست جمهوری و شوراهای اسلامی در لارستان هستند.

وی با بیان اینکه هیئت های نظارت و بازرسی نیز بر امر انتخابات ناظر و حاضر هستند؛ گفت: تعداد داوطلبان در این دوره در حوزه شهری ۱۲ درصد و در مناطق روستایی نیز ۱۱ درصد نسبت به دوره پنجم در شهرستان لارستان رشد داشته است. رئیس ستاد انتخابات شهرستان لارستان، مجموع ثبت نام کنندگان ششمین دوره انتخابات شوراهای اسلامی شهرهای منطقه لارستان را ۱۶۹ نفر و روستایی و تیره عشایری را ۵۹۴ نفر عنوان کرد.

حسانی با بیان اینکه همه شرایط، امکانات، تدابیر و تمهیدات لازم برای یک انتخابات باشکوه، سالم، امن و قانونمند در شهرستان لارستان فراهم است، گفت: امسال با توجه به شرایط کرونا و لحاظ نمودن همه شرایط، بنا داریم که انشالله مشارکت حداکثری را با تجمعات حداقلی رقم بزنیم.

این مقام مسئول، در بخش دیگری از سخنان خود به بحث خشکسالی نیز اشاره کرد و گفت: با توجه به تنش آبی در منطقه و اینکه در وضع هشدار قرار داریم از همگان می‌خواهیم که در مصرف آب و برق بخصوص در ادارات صرفه جویی شود و در این خصوص امور آبفا، امور آب و شرکت توزیع برق شهرستان هم مدیریت کنند. وی بر انجام اقدامات پیشگیرانه از سوی اداره منابع طبیعی و آبخیزداری شهرستان برای جلوگیری از آتش سوزی احتمالی در ارتفاعات شهرستان، تأکید کرد و گفت: منابع طبیعی شهرستان به کمک همیاران منابع طبیعی و سازمان های مردم نهاد مراقبت کنند که خدای نکرده در فصل تابستان آتش سوزی در

سیاسی، اجتماعی، درمانی، بهداشتی، آموزشی، بیمه‌ای و همه و همه تقویت کننده نظام و انقلاب است.

وی با اشاره به اینکه هرفردی رئیس قوه مجریه باشد، چون از فیلتر شورای نگهبان گذشته است، مورد احترام است، افزود: قوه مجریه مهم است، چرا که یکی از پایه‌های مستحکم و اصلی نظام است و اگر خدایی نکرده این پایه مستحکم، آسیب دید، طبیعی است که نظام نیز با مشکلاتی مواجه می‌شود.

حسانی، ادامه داد: در نظام مقدس جمهوری اسلامی سه قوه قضاییه، مقننه و مجریه در کنار هم تحت زعامت رهبر معظم انقلاب فعالیت می‌کنند و قطعاً تخریب هر کدام از آنها، خدشه ای به نظام وارد می‌شود، لذا نقد خوب است اما باید نقد منصفانه باشد که ضعف‌ها برطرف شود.

رئیس شورای اداری لارستان، یادآور شد: وظیفه همه ما در مرحله اول روشنگری، شفاف سازی و امید آفرینی در موضوع انتخابات و آینده کشور است که می‌تواند دستگاه های اجرایی شهرستان توانمندی ها و اقدامات و فعالیت‌های دولت را برای مردم تشریح کنند و مردم نیز با آگاهی کامل در انتخابات شرکت کنند تا امید در جامعه سرزنده شود و مشارکت خوبی در راستای انتخاب اصح رقم بخورد.

حسانی، با تأکید بر اینکه در انتخابات هم سلامت مردم مهم است و هم سلامت انتخابات؛ افزود: تلاش ما مدیران انتخابات بر این است که روان سازی خوب ایجاد کنیم و طبق دستورالعمل ها و ضوابطی که اعلام کرده اند، فاصله گذاری فیزیکی را رعایت، تا با تجمعات حداقلی، انتخابات پر شوری را برگزار کنیم.

وی ادامه داد: مردم عزیز مطمئن باشند که تمامی پروتکل های بهداشتی در شعب اخذ رای رعایت می‌شود به طوری که در هر یک از شعب اخذ رای ناظر بهداشتی مستقر است و نظارت کامل را دارد و مردم از این بابت هیچ دغدغه‌ای نداشته باشند و با خیالی آسوده می‌توانند رای دهند.

وی تأکید کرد: مسئولین با جدید بیشتر و با دقت نظر و با وجدان کاری بهتر و بیشتر و با دقت نظر و سرعت عمل، کارها و فعالیت‌ها را تا روز آخر کار دولت به پیش ببرند، به خصوص در اتمام پروژه‌های نیمه تمام، اهتمام ورزیده شود.

فرماندار ویژه لارستان، گفت: تعداد شعبه های اخذ رای در انتخابات سیزدهمین دوره ریاست جمهوری در

سازی برگزاری انتخابات برای مشارکت حداکثری مردم در پای صندوق های رای است. حسانی، ادامه داد: مجریان برگزاری انتخابات، تمام سعیشان این است که انتخاباتی قانونمند و سالم برگزار می‌کنند و همچون سال‌های گذشته، امسال نیز بهتر و پرشورتر از سالهای قبل، انتخابات در روز جمعه ۲۸ خرداد برگزار می‌شود.

فرماندار ویژه لارستان، تأکید کرد: ما علاوه بر آن اصالت سازمانی که داریم می‌بایست تا آنجا که توان داریم در راستای مشارکت حداکثری مردم در پای صندوق های رای تلاش کنیم، چون بهترین راه برای بوجود آمدن امنیت پایدار، آرامش، آسایش و استقلال کشورمان، رفتن به پای صندوق‌های اخذ آرمغان آورد، لذا می‌بایست مراسم



وی با تأکید بر اینکه قهر با صندوق رای، عدم تاثیرگذاری در تعیین سرنوشت خویش و آیندگان را در پی دارد، افزود: نظام مقدس جمهوری اسلامی بیشترین خدمات را در راستای محرومیت زدایی، بسترسازی، زیرساختی، خدماتی، عمرانی و اجرایی ارائه کرده است و هیچ کس نافی این تلاش‌ها نیست و این برکات و ثمرات حاصل تلاش و همت تمام دولت های قبل و فعلی بوده است که همه این خدمات قابل قیاس با قبل از انقلاب نیست.

معاون استاندار فارس، اظهار کرد: اگر می‌خواهیم امیدآفرینی داشته باشیم نباید داشته های خود را از بین ببریم، چرا که نادیده گرفتن داشته ها یعنی ایجاد یاس و ناامیدی و عدم تحرک و پویایی برای ایجاد رشد و توسعه بهتر. حسانی، با بیان اینکه برخی محدودیت ها و مشکلات ناشی از خوی استکباری است که بر کشورهایی که به دنبال استقلال هستند، تحمیل می‌شود، تصریح کرد: تمامی اقدامات و فعالیت‌ها در حوزه‌های مختلف عمرانی، اقتصادی،

فرماندار ویژه لارستان، ادامه داد: طبیعتاً در برگزاری یک انتخابات باشکوه، سالم و قاعده‌مند و قانونی فاکتورهای زیادی مؤثر است که مهمتر از همه بسترسازی و روان