

رهبر معظم انقلاب اسلامی: آنها گفتند تحریمهای هوشمند یا تحریمهای فلج کننده؛ اما می بینیم که این تحریمها نه آنچنان هوشمند بود، نه فلج کننده بود. خوب، همین تحریمها موجب شد که در بسیاری از چیزهایی که خود کفائی نداشتیم، به خود کفائی برسیم؛ تحرک خوبی را در زمینه های علمی به وجود بیاوریم؛ کارهایی بزرگی را در زمینه ی تولیدات صنعتی و نظامی و غیرنظامی در کشورمان شاهد باشیم؛ و به راه های گوناگونی برای اینکه این تحریم را خنثی کنیم، برسیم. ۱۳۹۰/۰۶/۰۶

۲	۳	۸	۸
احداث پنج واحد مسکونی در روستای شرفویه برای نیازمندان	اوج گرفتن مصرف برق، علت خاموشی های خارج از برنامه!	بازسازی شبکه آبرسانی در روستای بالاده بخش بیرم لارستان	رئیس، رئیس جمهور منتخب: گذر زمان، حجت الاسلام و المسلمین ازای رادچار چرخش نکرده است

۲	۴	۵	۸	۸
برگزاری کارگاه آموزشی «گیوه دوزی» در فشور	شکرگزاری، حالتان را خوب می کند	پرورش بلدرچین اهلی در منزل	ثبت هشت میلیون و ۲۸۴ هزار تن فعالیت در بندر نفتی خلیج فارس	مشکل واکنش سبوس لارستانی های مقیم کویت، برطرف شد

اختصاص ۶۳ میلیارد و ۶۱۸ میلیون تومان

از محل اعتبارات تملک دارایی های سرمایه ای استانی، ۳ در صد نفت و گاز و قانون استفاده متوازن از امکانات کشور، به لارستان



معاون استاندار فارس و فرماندار ویژه لارستان: اعتبارات امسال نسبت به سال قبل، ۶۵ در صد افزایش یافته است

اختصاص ۶۳ میلیارد و ۶۱۸ میلیون تومان

از محل اعتبارات تملک دارایی های سرمایه ای استانی، ۳ در صد نفت و گاز و قانون استفاده متوازن از امکانات کشور، به لارستان



معاون استاندار فارس و فرماندار ویژه لارستان گفت: امسال از محل اعتبارات تملک دارایی های سرمایه ای استانی، ۳ در صد نفت و گاز و قانون استفاده متوازن از امکانات کشور (توازن)، ۶۳ میلیارد و ۶۱۸ میلیون تومان به لارستان اختصاص یافت. به گزارش میلاد لارستان و به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلسه کمیته برنامه ریزی شهرستان به ریاست جلیل حسینی معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان و با حضور احسان طاهری معاون برنامه ریزی و توسعه فرمانداری و جمعی از دستگاه های اجرایی عضو کمیته برنامه ریزی شهرستان، در سالن شهید امامی فرمانداری ویژه لارستان برگزار شد.

در این جلسه معاون استاندار فارس و فرماندار ویژه لارستان سرجم اعتبارات تملک دارایی های سرمایه ای استانی، ۳ در صد نفت و گاز و قانون استفاده متوازن از امکانات کشور (توازن)، در سال ۱۴۰۰ برای شهرستان لارستان را ۶۳ میلیارد و ۶۱۸ میلیون تومان اعلام کرد و افزود: از این رقم، ۱۰ میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان سهم اعتبارات تملک دارایی های استانی، ۱۹ میلیارد و ۲۳۸ میلیون تومان سهم اعتبارات ۳ در صد نفت و گاز و ۳۳ میلیارد و ۸۸۰ میلیون تومان سهم قانون استفاده متوازن از امکانات کشور (توازن) به این شهرستان اختصاص یافته است. جلیل حسینی با تاکید بر گستردگی شهرستان، جمعیت زیاد و با وجود ۵ بخش، ۸ شهر و بیش از ۱۵۰ روستا و وضعیت آب و هوایی، خواستار توجه بیشتر در خصوص افزایش اعتبارات شد و تصریح کرد: براساس مصوبات شورای برنامه ریزی و توسعه استان، این اعتبارات در موضوعاتی همچون اتمام پروژه های نیمه تمام شهرستان به عنوان یکی از سیاست های مهم دولت، توزیع می گردد. وی اولویت اول اعتبارات شهرستان را به ترتیب در بحث راه، آب، کشاورزی، بهداشت و درمان، توسعه و خدمات شهری، روستایی و عشایری و فرهنگ و هنر اعلام کرد و افزود: بر این اساس بالغ بر ۶۰ در صد اعتبارات امسال به این موضوعات اختصاص داده شده است. نماینده عالی دولت در لارستان در ادامه با بیان اینکه اعتبارات امسال نسبت به سال قبل، ۶۵ در صد افزایش یافته است؛ اضافه کرد: این اعتبارات در سر فصل های امور عمومی، برق، طرح های روستایی، پوشش فرستنده های رادیویی و تلویزیونی، آموزش و پرورش، نوسازی مدارس، دین و مذهب، آموزش فنی و حرفه ای و مهارت آموزی، میراث فرهنگی، ورزش و تفریحات، کشاورزی و منابع طبیعی، محیط زیست، دفاعی و امنیتی، امور عشایر، بنیاد شهید، بحران، بهزیستی، انرژی، صنعت و معدن و غیره هزینه می شود. حسینی یادآور شد: این اعتبارات برای اجرای ۱۷۴ طرح نیمه تمام عمرانی، زیربنایی، خدماتی و غیره در شهرستان لارستان

تعریف شده است. معاون استاندار فارس با تاکید بر اینکه مدیریت بهینه، جلوگیری از فرسایشی شدن اقدامات و نظارت مستمر از الزامات روسای ادارات در جذب اعتبارات شهرستان است؛ تصریح کرد: هنر مدیران شهرستان در این است که حداکثر استفاده را از اعتبارات و امکانات محدود موجود داشته باشند. فرماندار ویژه لارستان با بیان اینکه پروژه های نیمه تمام، در کنار سایر الزامات قانونی از اولویت های توزیع اعتبارات است؛ خطاب به مسئولین شهرستان گفت: جذب اعتبارات و استفاده از منابع استانی را مدیران شهرستان بطور جد و مستمر پیگیری نمایند. در ادامه این جلسه احسان طاهری معاون برنامه ریزی فرمانداری ویژه لارستان گفت: اعتبارات در قالب الزامات خاص و پیشنهادی شورای توسعه و برنامه ریزی استان توزیع گردیده است. وی در پایان پروژه های مصوب کمیته برنامه ریزی شهرستان لارستان از محل اعتبارات یاد شده را قرائت کرد.




خانه از هر جایی امن تر است

کرونا در کمین است، در خانه بمانیم

#در_خانه_بمانیم

برای سلامت خود و دیگران حتماً از ماسک استفاده کنید

ماسک من از تو محافظت می کند
ماسک تو از من محافظت می کند

میلاد لارستان

سختگوی کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی، گفت:اطلاعات دوربین‌های آژانس که در تأسیسات هسته‌ای نصب هستند باید پاک شود و طبق قانون مجلس تعهدی برای این‌که اطلاعات دوربین‌ها را به طرف مقابل بدهیم نداریم.

محمود عباس زاده مشکینی، سخنگوی کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی، با اشاره به مذاکرات ایران و ۴۰۱ درباره برجام گفت: اخیراً آقای عراقچی مذاکره‌کننده ارشد ایران با طرف‌های غربی در جلسه کمیسیون حضور پیدا کرد و گزارشی از روند مذاکرات را به نمایندگان ارائه کرد.

وی با بیان اینکه طرف‌های غربی علی‌رغم فرصت‌هایی که به آنها برای اجرای تعهداتشان داده شد اقدام مؤثری در این زمینه انجام ندادند، افزود: طبق قانون اقدام راهبردی برای



لغو تحریم‌ها طرف‌های غربی سه ماه فرصت داشتند به تعهدات خود عمل کنند که حتی این فرصت یک ماه دیگر تمدید شد اما اتفاق خاصی رخ نداد.

نماینده مشکین‌شهر در مجلس با اعلام اینکه



«پس از اتمام فرصت‌های داده‌شده به غربی‌ها بر اساس قانون مصوب مجلس عمل خواهیم کرد»، اضافه کرد: به‌طور نمونه اطلاعات دوربین‌های آژانس که در تأسیسات هسته‌ای نصب هستند باید پاک شود و طبق قانون مجلس تعهدی

اصرار مجلس بر اجرای قانون لغو تحریم‌ها / اطلاعات دوربین‌ها در تأسیسات هسته‌ای باید پاک شود

برای این‌که اطلاعات دوربین‌ها را به طرف مقابل بدهیم نداریم.

سخنگوی کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس با ابراز اینکه جمهوری اسلامی در اجرای قانون خطوط قرمزی دارد که بر اساس آنها گام برمی‌دارد و در رسیدن به منافع ملی خودش جدی است، اظهار داشت: غربی‌ها این امکان را داشتند تا در فرصتی که به آنها داده شده بود به تعهدات خود عمل کنند تا ایران نیز به تعهدات خود عمل کند که متأسفانه باز هم شاهد بدعهدی از سوی غربی‌ها در این زمینه بودیم.

عباس‌زاده مشکینی، با تأکید بر اینکه مجلس در اجرای قانون اقدام راهبردی برای لغو تحریم‌ها اصرار دارد، گفت: این نمی‌شود که یک طرف برجام به تعهدات خود عمل کند و طرف مقابل پس از فرصت‌هایی که به آنها داده شده است همچنان به تعهدات خود عمل نکند.

زانو زدن بایدن در مقابل «مقام اسرائیلی»؛ چه کسی بر آمریکا حکومت می کند؟

تندرو با پستی حساس در رژیم اشغالگر است که اگر اینطور نبود، رئیس این رژیم او را با خود به کاخ سفید نمی برد.
شایان ذکر است که به دنیا آوردن ۱۲ فرزند در فرهنگ غرب و آمریکا به هیچ وجه امر قابل احترامی نیست و شاهد این امر، تمسخر زنان غزه توسط آمریکایی ها است که بخاطر به دنیا آوردن تعداد زیادی فرزند، این زنان را واپس‌گرا می دانند.
نکنه دیگر این است که عکس مذکور بایدن در فضای مجازی آمریکا تحسین بسیار را برانگیخت بطوری‌که عنوان «عکس هفته» به آن تعلق گرفت و هیچ احساسی در شهروند آمریکایی برده و بیان داشته که اگر «اسرائیل» ایجاد نکرد که رئیس جمهور خود را زانو زده در مقابل مسئول «ولت» دیگری می دید، آن هم دولتی که هفتاد سال است زنان، کودکان و مردان را با خونسردی می کشد، این



انتشار تصویری از جو بایدن رئیس جمهور آمریکا که در آن مقابل «بوکا ریولین» مدیر دفتر رووین ریولین درنوردیده و «عکس هفته» نام گرفته

اوج گرفتن مصرف برق، علت خاموشی‌های خارج از برنامه!

عنوان کرد و گفت: این درحالی است که امسال شاهد حداقل ۱۴ درصد افزایش مصرف هستیم که پاسخگویی آن براحتی مقدور نیست.

رجبی مشهدی از مهمترین دلایل این میزان افزایش مصرف را ناهنجاری دمای تصویف کرد و خاطرنشان ساخت: در این شرایط شاهد افزایش یکباره و شدید دما درهمه نقاط کشور هستیم که باعث افزایش استفاده از وسایل سرمایشی در کنار استفاده از سایر وسایل برقی می شود.
وی افزایش مصرف برق بخش صنعتی و کشاورزی و اضافه شدن یک میلیون مشترک جدید به شبکه برق را از دیگر دلایل بالا رفتن مصرف برق عنوان کرد و افزود: این درحالی است که امسال شاهد پدیده ای به نام استخراج رمز ارز هم هستیم که به دو بخش غیرمجاز و مجاز تقسیم بندی می شوند.
رجبی مشهدی ادامه داد: مراکز مجاز که براساس دستور رئیس جمهور تا پایان شهریور تعطیل هستند ولی مراکز غیرمجاز اگرچه تاکنون بیش از ۳۵۰۰هزار مرکز کشف شده اند اما همچنان نیازمند افزایش مبارزه و جمع آوری و شناسایی این مراکز غیرمجاز هستیم.
وی درصین حال با اشاره به ضرورت همکاری

وی با عذرخواهی از مشترکان به دلیل بروز این گونه خاموشی‌های خارج از برنامه، تصریح کرد: در صورتی که رله‌های فرکانسی به درستی عمل نکنند، شاهد خاموشی گسترده ای در کشور خواهیم بود و به همین دلیل به این رله‌ها جهت حفظ پایداری شبکه برق کل کشور نیازمندیم.

سخنگوی صنعت برق در عین حال با اشاره به این که در روزهای گذشته نیز تعدادی از واحدهای نیروگاهی در مجموع به ظرفیت ۲۰۰۰ مگاوات از مدار تولید خارج شد، یادآور شد: هم اکنون تمام تأسیسات ما تحت فشار شدیدی قرار دارند بنابراین در این شرایط حفظ پایداری شبکه سراسری نیازمند همکاری و کاهش مصرف همه مشترکان است.
رجبی مشهدی با بیان این که سال گذشته پیک مصرف برق ۵۸ هزار و ۲۵۲ مگاوات بود، یادآور شد: کمبود بیش از ۱۰ هزار مگاواتی برق با صرفه جویی و مدیریت بار قابل جبران است اما ساخت نیروگاه امری زمان بر است که حتی با فرض داشتن زمان مناسب، ۲۰۰ هزار میلیارد تومان سرمایه برای ساخت این میزان نیروگاه نیاز خواهیم داشت.

وی رشد متعارف مصرف برق را ۴ تا ۵ درصد

سخنگوی صنعت برق با بیان این که سه روز بسیار گرم را پیش رو داریم، گفت: روز گذشته نیاز مصرف به ۶۵ هزار و ۹۰۰ مگاوات رسید که تاکنون در صنعت برق سابقه نداشته است اما با توجه به گرمای پیش رو، احتمال این که این میزان حتی از ۶۶ هزار مگاوات نیز فراتر رود، وجود دارد.

مصطفی رجبی مشهدی با اشاره به این که نیروگاه‌های کشور توان تولید بیش از ۵۵ هزار مگاوات را ندارند، خاطرنشان کرد: هم اکنون شاهد فاصله ۱۱ هزار مگاواتی تولید و مصرف برق هستیم که این میزان فاصله تولید و مصرف را باید با فعالیته‌ها و برنامه‌های جایجایی بار صنایع و مشترکان عمده پر کنیم یا با اگر امکان پذیر نباشد، ناچار از اعمال خاموشی خواهیم شد.

وی درخصوص دلایل خاموشی های خارج از برنامه نیز اظهار کرد: به منظور حفظ پایداری شبکه، رله‌های فرکانسی بکار گرفته شده است و هنگامی که تراز تولید و مصرف از حد استاندارد فراتر برود و امکان کنترل مصرف وجود نداشته باشد، این رله ها به صورت خودکار بکار افتاده و برق تعدادی از مشترکان را قطع می کنند.

درخشش علمی ایران در دوران کرونا و تحریم به روایت مراکز معتبر علم‌سنجی غربی

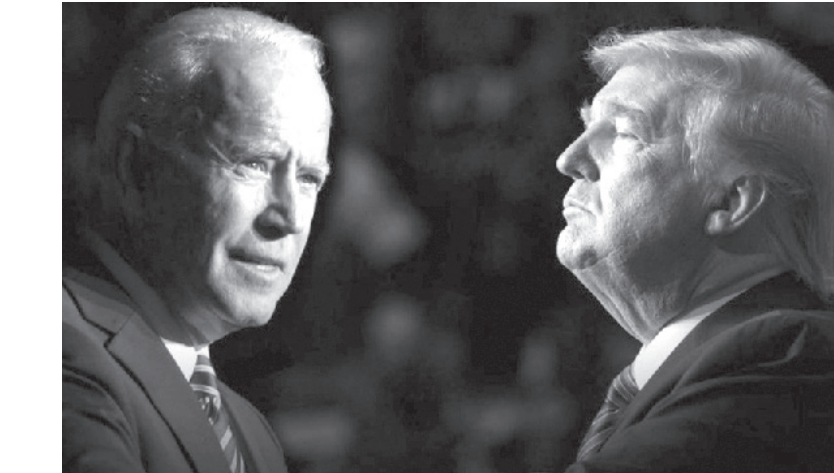


و صنعتی کشور، می‌تواند گذار کشور از اقتصاد نفتی به اقتصاد دانش‌بنیان را تسهیل کند و حاصل آن افتخاری است که شرکت‌های دانش‌بنیان، امروز کسب می‌کنند.

رئیس مرکز فناوری‌های راهبردی معاونت علمی، گفت: گزارش اخیر یونسکو نشان می‌دهد که ایران در دوران کرونا و تحریم، داروهای موثر کرونا را ساخته است و در حوزه ساخت دستگاه ونتیلاتور به اشباع داخلی رسیده‌ایم؛ هفتمین دستگاه سی‌تی‌اسکن داخلی امروز ساخته شده است.
به گزارش خبرنگار علمی خبرگزاری تسنیم؛ دکتر اسماعیل قادری‌فر، رئیس مرکز فناوری‌های راهبردی معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری درباره دستاوردهای علمی و فناوری ایران در یونسکو اظهار کرد: موضوع جهش علم و فناوری در کشور که با تدبیر حکیمانه مقام معظم رهبری از دو دهه گذشته با ورود ادبیاتی همچون «جنبش نرم‌افزاری» و «روند تولید علم» در دهه ۸۰ و «تولید ثروت از علم» در دهه ۹۰ وارد ادبیات علم و فناوری است، روز به روز روند پرشتایی طی کرده است. قادری‌فر با اشاره به گزارش مراکز معتبر علم‌سنجی دنیا و گزارش اخیر یونسکو گفت: در فصل پانزدهم گزارش یونسکو درباره روند رشد علمی ایران، به رشد کمی ایران اشاره شد و از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است.
رئیس مرکز فناوری‌های راهبردی معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری درباره روند رشد علمی ایران، به رشد کمی ایران اشاره کرد و افزود: «تولید ثروت از علم» در دهه ۹۰ وارد ادبیات علم و فناوری شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است.
رئیس مرکز فناوری‌های راهبردی معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری درباره روند رشد علمی ایران، به رشد کمی ایران اشاره کرد و افزود: «تولید ثروت از علم» در دهه ۹۰ وارد ادبیات علم و فناوری شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است.

قادری‌فر ادامه داد: توانمندی شرکت‌های دانش‌بنیان در سخت‌ترین شرایط تحریمی اثبات شده است؛ در موضوع کرونا داروی اختصاصی برای درمان کرونا وجود ندارد اما همین داروهای موقتی درمان کرونا نیز ۱۰۰ درصد تحریم هستند اما در داخل کشور تولید می‌شوند و آنها نیز جلوه دیگری از توانمندی شرکت‌های دانش‌بنیان هستند که در گزارش یونسکو در ۴ صفحه از آن به جزئیات این موضوع پرداخته است که چگونه یک شرکت دانش‌بنیان ایرانی توانسته است با تولید یک محصول «های‌تک» با فناوری پیشرفته در کمتر از ۲ سال، ناشی از تحقیق و توسعه بر پایه دانش و فناوری و نبوغ ایرانی، یک کالای ایران‌ساخت را عرضه کرده است.

وی با اشاره به ساخت دستگاه گران‌قیمت CTSCAN در داخل گفت: هفتمین دستگاه سی‌تی‌اسکن داخلی امروز ساخته شده است که قیمت بسیار بالایی نیز دارد و شاید بالای ۳ میلیون یورو قیمت آن باشد و امروز شاهد آن هستیم که بومی‌سازی و داخلی‌سازی شده است و تمام استانداردهای سختگیرانه سازمان غذا و دارو و وزارت بهداشت را رعایت کرده است چراکه مستقیماً به سلامت و امنیت مردم ارتباط دارد.



دونالد ترامپ رئیس‌جمهور سابق آمریکا ادعای خود درباره حصول توافق با ایران «ظرف یک‌هفته» را تکرار کرد. ترامپ در ادامه تحرکات خود برای حفظ و تقویت جایگاه خود در حزب جمهوری‌خواه این کشور، به شهر «ساراسوتا» در ایالت فلوریدا رفت و در جمع حامیان خود سخنرانی کرد.

وی با تأکید بر اینکه او در دوره ریاست جمهوری خود ضمن حفاظت از منافع آمریکا روابط خوبی با رهبران روسیه و چین داشت، مدعی شد که دولت بایدن در حال تعظیم به مسکو، پکن و تهران است. رئیس‌جمهور سابق آمریکا در این سخنرانی ادعا کرد که در صورت تقلب نشدن در انتخابات ریاست جمهوری ۲۰۲۰ آمریکا، دولت او «ظرف یک هفته» با ایران توافقی می‌کرد.

رئیس مرکز فناوری‌های راهبردی معاونت علمی، گفت: گزارش اخیر یونسکو نشان می‌دهد که ایران در دوران کرونا و تحریم، داروهای موثر کرونا را ساخته است و در حوزه ساخت دستگاه ونتیلاتور به اشباع داخلی رسیده‌ایم؛ هفتمین دستگاه سی‌تی‌اسکن داخلی امروز ساخته شده است.

به گزارش خبرنگار علمی خبرگزاری تسنیم؛ دکتر اسماعیل قادری‌فر، رئیس مرکز فناوری‌های راهبردی معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری درباره دستاوردهای علمی و فناوری ایران در یونسکو اظهار کرد: موضوع جهش علم و فناوری در کشور که با تدبیر حکیمانه مقام معظم رهبری از دو دهه گذشته با ورود ادبیاتی همچون «جنبش نرم‌افزاری» و «روند تولید علم» در دهه ۸۰ و «تولید ثروت از علم» در دهه ۹۰ وارد ادبیات علم و فناوری شده است، روز به روز روند پرشتایی طی کرده است. قادری‌فر با اشاره به گزارش مراکز معتبر علم‌سنجی دنیا و گزارش اخیر یونسکو گفت: در فصل پانزدهم گزارش یونسکو درباره روند رشد علمی ایران، به رشد کمی ایران اشاره شد و از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است، و بعد از آن وارد منظومه اقتصادی کشور شده است.

قادری‌فر ادامه داد: توانمندی شرکت‌های دانش‌بنیان در سخت‌ترین شرایط تحریمی اثبات شده است؛ در موضوع کرونا داروی اختصاصی برای درمان کرونا وجود ندارد اما همین داروهای موقتی درمان کرونا نیز ۱۰۰ درصد تحریم هستند اما در داخل کشور تولید می‌شوند و آنها نیز جلوه دیگری از توانمندی شرکت‌های دانش‌بنیان هستند که در گزارش یونسکو در ۴ صفحه از آن به جزئیات این موضوع پرداخته است که چگونه یک شرکت دانش‌بنیان ایرانی توانسته است با تولید یک محصول «های‌تک» با فناوری پیشرفته در کمتر از ۲ سال، ناشی از تحقیق و توسعه بر پایه دانش و فناوری و نبوغ ایرانی، یک کالای ایران‌ساخت را عرضه کرده است.

وی با اشاره به ساخت دستگاه گران‌قیمت CTSCAN در داخل گفت: هفتمین دستگاه سی‌تی‌اسکن داخلی امروز ساخته شده است که قیمت بسیار بالایی نیز دارد و شاید بالای ۳ میلیون یورو قیمت آن باشد و امروز شاهد آن هستیم که بومی‌سازی و داخلی‌سازی شده است و تمام استانداردهای سختگیرانه سازمان غذا و دارو و وزارت بهداشت را رعایت کرده است چراکه مستقیماً به سلامت و امنیت مردم ارتباط دارد.

تحریم ایران نه در دوران ترامپ جواب داد نه در دوره بایدن جواب می‌دهد

تحریم‌ها بیش از پیش حس ضدآمریکایی را در میان مردم ایران برانگیخته است. هیل ادامه داد که بحث استفاده از تحریم‌ها به امید امتیازدهی بیشتر ایران نه تنها در دوران ریاست‌جمهوری ترامپ کارساز نبود بلکه در دوران بایدن نیز مفید واقع نخواهد بود.

این گزارش سپس در بخش پایانی خود نتیجه‌گیری کرد که دموکرات‌های کنگره باید اطمینان حاصل کنند که توافق هسته‌ای ایران از هم پاشیده نمی‌شود و با چنین توافقی همگی به دیپلماسی کوتاه‌مدت بین آمریکا و ایران امیدوار خواهند شد.

احیای برجام به شکل اولیه، نه چیزی بیشتر میخائیل اولیانوف، نماینده روسیه در سازمان‌های بین‌المللی در توییته تأکید کرد هدف از گفت‌وگوهای برجامی وین، احیای این توافق به شکل اولیه آن است. او در واکنش به صحبت‌های «سرگئی لاوروف» وزیر خارجه روسیه در این خصوص که غرب مسائل دیگر را مانند برنامه موشکی ایران و مسائل منطقه‌ای پیش می‌کند، نوشت: هدف توافق شده گفت‌وگوهای وین، احیای برجام در شکل اولیه آن است. نه چیزی بیشتر نه چیزی کمتر.

وزیر خارجه روسیه پیشتر در کنفرانس مطبوعاتی مشترک با همتای بحرینی خود ضمن اشاره به رونمایی قریب‌الوقوع از نسخه جدیدی از مفهوم امنیت جمعی در خلیج فارس،

یک توافق همه‌جانبه برای حل هرگونه اختلاف میان آمریکا و ایران نبوده و نیست و این توافق تنها تلاش داشته تا هرگونه مسیر بالقوه برای دستیابی ایران به سلاح هسته‌ای را مسدود کند که به خودی خود یک دستاورد دیپلماتیک

تاریخی محسوب می‌شده است و در مجموع، این توافق تا زمان خروج ترامپ، مطابق آنچه در نظر گرفته شده بود، کارساز بود و ایران حتی یک سال پس از خروج آمریکا، همچنان به‌طور کامل به تعهداتش ذیل این توافق پایبند بود اما در نهایت در واکنش به وضع مجدد تحریم‌های آمریکا به تدریج گام‌هایی را در زمینه کاهش تعهدات برجامی خود برداشت و این یکی از پیامدهای رویکرد فاجعه‌بار «فشار حداکثری» ترامپ بوده است.

هیل سپس از تأکید برخی نمایندگان کنگره بر لزوم حصول توافقی فراتر از برجام انتقاد کرد و نوشت که علی‌رغم آنکه دموکرات‌های کنگره به کارزار فشار حداکثری ترامپ بسیار انتقاد داشتند اما رویکرد آنها درخصوص لزوم «یک توافق بهتر» با ایران نیز اساساً رویکردی برای رسیدگی به وضعیت فعلی نیست.

این گزارش با اشاره به ناکارآمدی سیاست تحریم ایران در پیشبرد اهداف آمریکا نوشت، علی‌رغم آنکه تحریم‌ها هزینه جدی به مردم ایران وارد آورده است اما جمهوری اسلامی ایران همچنان در مقابل فشارهای آمریکا مقاومت کرده و این

وبگاه وابسته به کنگره آمریکا گزارش کرد سیاست «فشار حداکثری» علیه جمهوری اسلامی در دوران ریاست جمهوری ترامپ کارساز نبود و در دوران بایدن نیز جواب نمی‌دهد.

پایگاه اطلاع‌رسانی «هیل» طی گزارشی به قلم «برایان بومن» دستیار برنامه «سیاست غرب آسیا» در کمیته دوستان در قانونگذاری ملی، ضمن انتقاد از اقدامات تحریک‌آمیز اخیر دولت «جو بایدن» رئیس‌جمهور آمریکا در حمله به گروه‌های مقاومت عراق و سوریه در تاریخ ۲۸ ژوئن (هفتم تیرماه) درست چند روز پس از منقضی شدن توافق ایران و آژانس در تاریخ سوم تیرماه، تأکید کرد که دیپلماسی تنها راه مناسب برای رویارویی با مسئله هسته‌ای ایران است. هیل سپس مدعی شد که دولت «جو بایدن» رئیس‌جمهور آمریکا بدون بازگشت سریع به برجام، با خطر یک بحران هسته‌ای روبه‌رو است که می‌تواند بسرعت به جنگی مخرب تبدیل شود و هیچ «راه سومی» وجود ندارد.

این گزارش سپس با اشاره به احتمال برگزاری دور هفتم مذاکرات «وین» برای احیای برجام نوشت که با گذشت سه سال از زمانی که «دونالد ترامپ» رئیس‌جمهور پیشین آمریکا در سال ۲۰۱۸ به‌صورت یکجانبه از توافق هسته‌ای خارج شد، هم‌اکنون ایالات متحده به یک لحظه سرنوشت‌ساز برای دیپلماسی میان

آداب استفاده از تلفن همراه در محل کار



هیچ کس نیست که از استفاده کردن راحت از موبایل در محل کار بدش بیاید. معمولاً اعضای خانواده و دوستان تمایل دارند که در هر زمانی به شما دسترسی داشته باشند و فرقی ندارد که کجا هستید اما قطعاً نمی توان در محل کار به راحتی همیشه با موبایل کار کرد و یا به تماس ها پاسخ داد.

استفاده از تلفن همراه در محل کار مشکلات زیر را ایجاد می کند:

روش های تربیت

فرزند کتاب‌خوان

در تحقیقاتی که به تازگی توسط پژوهشگران نروژی انجام شده و به بررسی عادت‌های مطالعه گروهی از کودکان بین ۶ تا ۱۲ سال در چند باشگاه کتاب خوانی پرداخته است، آن‌ها به روش‌هایی دست یافته‌اند که کودکان را به مطالعه در اوقات فراغت در سال ۲۰۲۱ با شرایط خاص آن از منظر پیشرفت فناوری و... علاقه مند می کند. در ادامه به پنج مورد از این روش‌ها اشاره می‌شود.

با صدای بلند کتاب بخوانید

بله، با صدای بلند برای کودک کتاب بخوانید تا این کار را برای او هیجان انگیز کنید. بلند خواندن، علاقه به کتاب را در کودکان پرورش می دهد و به کودکان کمک می کند تا وقتی کتاب را همراه با لذت می خوانند، به آن وابسته شوند. مهم است که کتاب را پرشور و هیجان انگیز بخوانید تا برای کودکان جذاب باشد و تمایل پیدا کنند تا در برابر انتخاب‌های دیگر برای سرگرم‌شدن، دست به کتاب برند.

کتاب را جلوی چشمش قرار دهید

کودکاتی که به آسانی به کتاب دسترسی دارند، بیشتر مطالعه می کنند. به همین دلیل توصیه می‌شود که بیشتر از هر وسیله دیگری در خانه، کتاب را جلوی چشم کودکان قرار دهید. والدینی که ممکن است قادر به خرید کتاب‌های متعدد برای کودک خود نباشند، می توانند کودک را به کتابخانه عمومی ببرند و در امانت گرفتن کتاب به کودک کمک کنند. گزینه دیگر می تواند بارگیری کتاب‌های الکترونیکی رایگان مناسب برای خواندن کودکان از اینترنت باشد.

فضای مطالعه باید آراسته باشد

ایجاد فضای راحت و مناسب برای مطالعه و همچنین اختصاص وقت برای این کار در اوقات فراغت بسیار مهم است. برای این که کودکان بتوانند به طور کامل با مطالعه درگیر شوند و از آن لذت ببرند، والدین باید فضای راحت و ساکت و برای مطالعه فراهم کنند. این فضا می تواند به سادگی گوشه ای از اتاق باشد که برای مطالعه آراسته شده است. این کار کودکان را ترغیب می کند تا کتابی بردارند و مدتی را در گوشه ای به مطالعه بگذرانند.

بگذارید کودکان کتاب را انتخاب کنند

تحقیقات نشان می دهد وقتی کودکان کتاب خود را انتخاب می کنند بهتر از مطالعه لذت می برند و بیشتر اوقات فراغت را به خواندن کتاب می گذرانند. آن ها وقتی مجبور به خواندن کتابی می شوند که توسط والدین یا معلم انتخاب شده است از خواندن لذت نمی برند و گاهی کتاب ها را نمی خوانند. اجازه دهید کودکان هر مطلبی را که برایشان جالب است، چه کمیک، مجله یا شعر، بخوانند. در غیر این صورت ممکن است توانایی آن‌ها برای خواندن تفننی کاهش یابد. البته نظارت والدین در این زمینه، لازم است.

درباره کتاب با کودک صحبت کنید

بحث و گفت‌وگو درباره کتاب راه دیگری برای ایجاد علاقه کودکان به مطالعه و کتاب است. در عین حال، این گفت‌وگو باید درباره کتاب هایی باشد که کودک را مجذوب خود می کند که کتاب هایی که شما به عنوان یک بزرگ سال جذاب می دانید. برای کودکانی که ممکن است علاقه ای به مطالعه نداشته باشند مطالب و موضوعاتی را انتخاب کنید که از شنیدن آن ها هیجان زده می شوند مانند ورزش، فیلم یا حیوانات. بحث و گفت و گو درباره کتاب‌ها با موضوعی که برای کودک هیجان انگیز به نظر می‌رسد به احتمال زیاد اشتیاق وی را برای خواندن کتاب افزایش می دهد.

سطح خلاقیت و بهره وری شما را کاهش می دهد. حتی اگر کسی بالای سر شما نیست، بهتر است که استفاده از موبایل را محدود کنید. اساساً نگه داشتن موبایل در دست، روی میز کار و چک کردن قسمت های مختلف آن باعث می شود که کارهای مهم را از دست بدهید.

۲. گوشی را سایلنت کنید

اگر اعضای خانواده یا دوستانتان قرار است یک تماس مهم با شما داشته باشند، گوشی را در حالت ویبره قرار دهید و آن را داخل جیب لباس خود بگذارید. هر زمان که اس ام اس و یا تماس داشته باشید با ویبره گوشی متوجه آن خواهید شد و همکاران شما از صدای زنگ تلفن عصبانی نمی شوند. همچنین هیچ کس متوجه تماس های شما نخواهد شد.

۳. هنگامی که جلسه دارید به موبایل خود نگاه نکنید، مگر این که...

گوشی موبایل علاوه بر پاسخ دادن به تماس و یا پیامک یک ابزار بسیار ضروری برای محل کار هم محسوب می شود اما این قانون را به یاد داشته باشید که اگر در رابطه با جلسه، کاری با موبایل خود ندارید، بهتر است برای کارهای متفرقه به آن نگاه نکنید. مثلاً استفاده از موبایل برای نوت برداری و یا نگاه کردن به تقویم و یا انجام کارهای مربوط به جلسه مشکل ندارد اما نباید این کار بهانه شود که حین جلسه شبکه اجتماعی را چک کنید،

–حواس پرتی در انجام وظایف

–مزااحمت برای همکاران و بر هم زدن تمرکز آنان
–ایجاد اختلال در مسائل امنیتی و تجهیزاتی که در شرکت وجود دارد

–ترافیک بیش از حد شبکه اینترنت

قوانینی که برای استفاده از تلفن همراه در محل کار باید بدانید و رعایت کنید:

۱. گوشی موبایل را از خودتان دور نگه دارید. استفاده بیش از حد از موبایل در محل کار قطعاً

یست های دیگر افراد را ببینید یا بازی کنید زیرا قطعاً دیگران متوجه حواس پرتی شما خواهند شد.

۴. به جای تماس از پیام متنی یا صوتی استفاده کنید

بدون این که تماس ها را به سرعت پاسخ دهید، می توانید گوشی موبایل خود را تنظیم کنید و همه کارهای خود را با یک پیام صوتی انجام دهید. پیام های خود را چک کنید و به همه آن ها اگر اورژانسی هستند با یک پیام صوتی پاسخ دهید. مثلاً اگر پرستار بچه یک سوال مهم دارد، می توانید با پیام صوتی به او پاسخ دهید.

۵. از موبایل فقط برای تماس های ضروری استفاده کنید

مثلاً شاید دلتان بخواهد در محل کار با یکی از دوستان تان چت کنید اما بهتر است خودتان را کنترل کنید. موبایل در محل کار فقط برای تماس های بسیار ضروری می باشد. به همه اعضای خانواده و دوستانتان اطلاع دهید که نمی توانید در محل کار صحبت های بی مورد و غیر ضروری داشته باشید اما اگر خیر مهم و یا اتفاق خیلی خاصی رخ داده است می توانید با شما تماس بگیرید.

۶. یک مکان خصوصی برای پاسخ دادن به تماس ها پیدا کنید

اگر چه که پاسخ به تماس های شخصی هنگامی که وقت استراحتتان است اصلاً مشکلی ندارد اما بهتر است برای راحتی خود یک مکان خصوصی

شکرگزاری، حالتان را خوب می کند

علاقه‌تان گوش دهید، به عبارن پیاده نگاه کنید و حس کنجکاوی‌تان را به کار ببرید و سعی کنید حدس بزنید کجا قرار است بروند. به این فکر کنید که این افراد هم مانند شما امیدها و آرزوها و ناامیدی‌ها و نگرانی‌هایی دارند. حواستان را از استرس فعلی‌تان پرت کنید و تمرکزتان را روی هدیه‌های کوچک در زندگی بگذارید. حتی شاید موفق شوید همه‌ی زندگی را به عنوان هدیه‌ای که واقعاً هست ببینید.

فواید سپاسگزاری

وقتی به این باور می‌رسید که هر آنچه دارید یک هدیه است و سپاسگزاری خود را بابت آن نشان می‌دهید، نگاهتان از چیزهایی که ندارید به سمت آنچه دارید معطوف می‌شود. با سپاسگزاری کردن بابت داشته‌ها، تغییرات مهمی در مغز و بدنتان روی می‌دهد. ضمناً ابراز قدرتان را روی هدیه‌های کوچک در زندگی دارد که شاید از شنیدن آن‌ها شگفت‌زده شوید.

کاهش علائم فیزیکی و روانی اندوه

طبق مطالعات انجام شده، آن‌هایی که بابت داشته‌های خود سپاسگزار هستند، کمتر دچار افسردگی، اضطراب، خستگی، التهاب و بی‌خوابی می‌شوند.

ایجاد تغییرات مثبت در مغز

وقتی سپاسگزاری را واقعاً احساس و ابراز می‌کنید، حجم قشر خاکستری در قسمت‌هایی از مغز افزایش می‌یابد. این اتفاق به شما کمک می‌کند هیجانات خود را مؤثرتر کنترل و

تنظیم کنید. ضمناً دوپامین و سروتونین در مغزتان افزایش یافته و هورمون‌هایی که به تلاش و ترس و اضطراب مربوطاند کاهش می‌یابند.

تقویت ارتباط با دیگران

وقتی سپاسگزاری و قدردانی خود نسبت به دیگران را ابراز می‌کنید، نه تنها آن‌ها متوجه اهمیت و ارزش خود نزد شما می‌شوند بلکه ارتباط قوی‌تری با آن‌ها برقرار کرده و احساس می‌کنید اطرافیان شما حامی و پشتیبان شما هستند. حتماً می‌دانید که ثابت شده داشتن حمایت اجتماعی، فاکتور مهمی در صبر و تحمل در سختی‌های زندگی است.

کاهش درد و افزایش فعالیت بدنی

وقتی هر روز داشته‌ها و سپاسگزاری‌هایتان را یادداشت می‌کنید، دردتان کمتر می‌شود و بهتر می‌توانید به فعالیت‌های بدنی بپردازید. در نتیجه به سمت سلامتی قدم برمی‌دارید و از درد و ناتوانی بدنی دور می‌شوید.

کاهش استرس

سپاسگزاری کمک می‌کند هورمون کورتیزول یا استرستان کمتر شود. کنترل سطح هورمون استرس، به عملکرد بهتر قلب و عروق در زمانی که استرس دارید کمک کرده و توانایی حفظ تعادل هیجانی‌تان تقویت می‌شود.

بذر سپاسگزاری را بکارید

سپاسگزاری را مانند دانه‌هایی بدانید که در باغچه زندگی‌تان می‌کارید. وقتی سپاسگزاری و قدردانی را وارد فعالیت‌های زندگی روزمره‌تان می‌کنید، ابتدا هیچ تغییر فوری در نگرشتان نسبت به زندگی رخ نمی‌دهد. چون فواید بلندمدت بر سلامت هیجانی و فیزیکی، زمان‌بر هستند اما اگر پیگیر و جدی باشید، به آن‌ها خواهید رسید. در واقع اگر هدف خود را روی کاشتن بذر سپاسگزاری بگذارید، کم‌کم خواهید دید که ظرفیت امید و رضایتتان در زندگی بالا و بالاتر می‌رود. زمانی که میوه‌ی درخت سپاسگزاری‌تان را ببینید، متوجه می‌شوید که ارزش تلاشتان را داشته است.

انجام دهید .

-برای شنیدن پیام های صوتی و یا صحبت با کسی، از حالت بلندگو استفاده نکنید.

-برای اینکه در محل کار دچار حواس پرتی نشوید، اعلامیه ها، پیام ها و یا شبکه های اجتماعی را ببندید.

-از قابلیت Downtime یا Digital Wellbeing استفاده کنید تا برنامه ها تنها به شما نوتیفی ارسال کنند.

-از قابلیت‌های Do Not Disturb استفاده نمایید تا تمام نوتیفی ها و تماس ها به مرکز کنترل و نوتیفی ها انتقال پیدا کنند بدون این که شما متوجه آن شوید.

-کارکنان می توانند از تلفن همراه خود در شرایط نگره دارند.

-مجازهای زیر استفاده کنند:

–برای برقراری تماس های مهم و ضروری

–برای استفاده از برنامه های بهره وری

–برای بررسی پیامهای مهم

–برای برقراری تماس کوتاه شخصی و ضروری نکته : اگر کارمندان از قوانین استفاده از موبایل پیروی نکنند، قطعاً تبعات و پیامدهای انضباطی برای آنها در نظر گرفته خواهد شد. کارفرما می تواند هنگام استخدام نیروهای خود از آنها

بخواهید فرم مربوط به عدم استفاده از تلفن همراه شخصی را امضا کنند تا تمامی عواقب آن را در نظر داشته باشند.



بر غول تنبلی غلبه کن!

اشتیاق در حال انجام وظیفه تصور کنید. این کار را قبل از شروع با یک کار یا هدف انجام دهید و همچنین زمانی که احساس تنبلی می کنید، یا زمانی که ذهن تان خسته است آنچه را که انجام می دهید رها کنید.

برای غلبه کردن بر تنبلی، تاییدها را تکرار کنید: به خود بگویید می توانم هدف خود را به انجام برسانم. « انرژی و انگیزه لازم برای اقدام و انجام هر کاری که بخواهم و یا باید انجام دهم را دارم.»« انجام کارها من را قوی تر می کند»

برای غلبه بر تنبلی به کارها مثل ورزش نگاه کنید:

هر کار را به عنوان ورزش در نظر بگیرید تا شما را قوی تر، مصمم تر کند.

تا حد ممکن کارها به تعویق نیندازید:

از تعویق انداختن کارها اجتناب کنید که نوعی تنبلی است. اگر کاری دارید که باید انجام دهید، چرا همین حالا این کار را انجام نمی دهید چرا اجازه می دهید عقب بیفتد؟

برای غلبه بر تنبلی از افراد موفق یاد بگیرید: به افراد موفق نگاه کنید و اینکه چطور اجازه نمی دهند تنبلی وارد زندگی شان شود. از آن ها یاد بگیرید، با آن ها صحبت و ارتباط برقرار کنید. غلبه بر عادت تنبلی، از طریق یک سری فعالیت های روزمره به دست می آید، زمانی که انتخاب می کنید به جای ساکن ماندن، فعالیت کنید. هر بار که بر تنبلی خود غلبه می کنید، قوی تر می شوید. هر زمان که می خواهید عمل کنید، توانایی خود برای برنده شدن، رسیدن به اهداف و بهبود زندگی خود را افزایش می دهید.

برای غلبه بر تنبلی با خودتان مهربان باشید: وقتی احساس می کنید شاید این اواخر خیلی تنبل بوده اید و سعی می کنید خودتان را در این مورد شکست دهید امیدوار باشید این کار باعث می شود شروع به اقدام کنید. بعضی وقت ها این اتفاق می افتد. اما متوجه شده ام شمامت خودتان اغلب منجر به احساس افسردگی و شکست می شود. و بنابراین به نظر می رسد انگیزه کمتری برای رفتن و به تعویق انداختن آن وجود دارد، زیرا به نظر می رسد نقطه کمی برای تلاش کردن وجود دارد.

به طور موقت مسیرهای قرار را مسدود کنید: فقط نشستن در مقابل کامپیوتر و تلاش برای انجام کامل کار برای ۵ یا ۲۰ دقیقه ممکن است منجر به هیچ کار مهمی نشود. اگر آن چیزهایی که معمولاً باعث به تعویق انداختن کارهایتان می شود را کنار بگذارید کارها با نظم بیشتری پیش می رود.

پس از خود برسید:معمولاً به جای انجام کار از کجا فرار می کنیم ؟

بنابراین تلفن را در حالت سکوت قرار دهید و وقتی کار می کنید آن را در انتهای دیگر خانه قرار داده. با تنظیم این مانع فیزیکی کوچک، دام تلفن دوری کنید شاید ۹۵٪ مواقع.

مشغله زندگی خود را کم کنید :

زمانی که زندگی تان بیش از حد شلوغ است ممکن است شما راضی شده کرده و با تنبلی کارها را به تعویق بیندازید و فقط به تلویزیون و یا گوشی هوشمند خود نگاه کنید. کارهای مهمتر را در لویت قرار دهید.

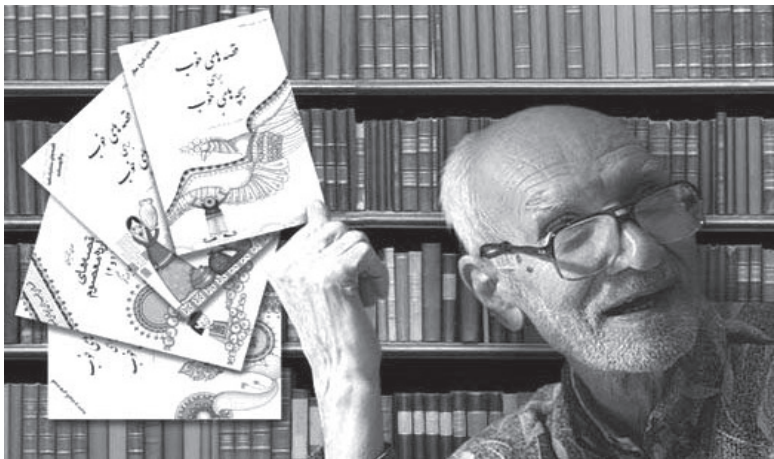
روز مالیات



۱۶ تیر به‌عنوان روز مالیات نامگذاری شده است. ایرانیان از زمان هخامنشیان برای دریافت مالیات و امور مالی کشور دفا تر سازمان‌های مرتبطی داشتند. در زمان ساسانیان اخذ مالیات شکل کامل‌تری به خود گرفت و سه نوع مالیات تحت عنوان مالیات اراضی، سرشماری و سرانه دریافت می‌شد. پس از حمله اعراب و فتح ایران، دفا تر مالیاتی از فارسی به عربی برگردانده شد و در دوره سلجوقی با دستور عبدالملک کندری، وزیر طغرل مجدداً به فارسی برگردانده شد. در زمان سلطنت صفویه تجارت خارجی و درآمد گمرکی به مالیات اضافه و در دوره افشاریان گسترش بیشتری یافت. در دوره قاجاریه وضع مالیه کشور به دلیل جنگ‌ها، مسافرت‌ها و ضعف پادشاهان رو به رکود گذاشت یکی از اقدامات امیرکبیر سروسامان

کار خود ادامه می‌داد تا اینکه ماجرای شورش شعاع‌السلطنه برادر محمدعلی‌شاه مخلوع برای اعاده وی به مقام سلطنت و اقدام دولت برای ضبط اموال او، بهانه‌ای به‌دست روس‌ها داد تا برای انقصال و اخراج مورگان شوستر از ایران، دولت ایران را تحت فشار قرار دهند. با اولتیماتوم روسیه، شوستر و مستشاران آمریکایی از ایران اخراج شدند که اعتراض گسترده روشنفکران آن زمان ایران را به دنبال داشت. شوستر پس از بازگشت به آمریکا کتابی نوشت با عنوان «اختناق ایران.» او در مقدمه این کتاب چنین از اوضاع مالیات در ایران یاد کرد «قرار ایرانیان از پرداخت مالیات، در برابر آنان به‌صورت یک عادت درآمد است و مجبورساختن‌شان به ترک این عادت آسان نخواهد بود و تا مساله مالیات‌گیری دقیق در ایران حل نشود و در این مورد دقت لازم به عمل نیاید هیچ‌یک از مشکلات این کشور برطرف نخواهد شد. قدرت دولت‌ها از مالیات رونق می‌گیرد، همان‌طور که در بررسی تاریخ ملل، اضمحلال زمامداری‌ها نیز با مالیات مرتبط بوده.» از سال ۱۳۰۰ به بعد دگرگونی‌های زیادی در وزارت مالیه رخ داد. بالاخره در سال ۱۳۵۳ قانون تشکیل وزارت امور اقتصادی و دارایی با ۶ ماده به تصویب مجلس شورای ملی سابق رسید.

۱۸ تیرماه، روز ملی ادبیات کودک و نوجوان



۱۸ تیر به عنوان روز رسمی ادبیات کودک و نوجوان در کشور اعلام شده است. روزی که مقارن است با روز درگذشت مهدی آذریندی نویسنده و بازنویس خوب کشورمان در سال ۱۳۸۸. مرحوم مهدی آذریندی، نویسنده کشورمان، ۱۸ تیرماه سال ۸۸ در ۸۸ سالگی در بیمارستان آتیه تهران دار فانی را وداع گفت و در حسینیه خرمشاه بزد در نزدیکی محل زندگی‌اش به خاک سپرده شد. «قصه‌های خوب برای بچه‌های خوب»، «قصه‌های تازه از کتاب‌های کهن»، «گرچه ناقل»، «گرچه تنبل»، «مثنوی» (برای بچه‌ها)، «مجموعه قصه‌های ساده» و «صحیح «مثنوی» مولوی (برای بزرگسالان) از جمله آثار این نویسنده کودک و نوجوان است. زنده‌یاد آذریندی که او را پرتیرازترین نویسنده تاریخ ادبیات کودک و نوجوان ایران می‌دانند، در مجموع، بیش از ۲۰ عنوان کتاب برای بچه‌ها نوشته است. جند سال می‌شود که از سوی شورای عالی انقلاب فرهنگی، بنابر پیشنهاد شورای فرهنگ عمومی، ۱۸ تیر به عنوان روز رسمی ادبیات کودک و نوجوان



سالروز ربوده شدن سردار حاج احمد متوسلیان

احمد متوسلیان سال ۱۳۳۲ در محله «امامزاده سید اسماعیل» واقع در خیابان مولوی تهران به دنیا آمد. تحصیلات ابتدایی خود را در مدرسه «شرافت» و دبستان اسلامی «مصطفوی» گذراند. پس از اتمام سیکل اول در دبیرستان «فخاری»، از «هنرستان صنعتی شماره ۴ تهران» دیپلم برق گرفت.

در سال ۱۳۶۰ پس از بازگشت از مراسم حج، از طرف فرماندهی کل سپاه مامور شد با بکارگیری برادران سپاه میروان و پناه تیب محمدرسول... (ص) - که بعدها به لشکر تبدیل شد - را تشکیل دهد و فرماندهی تیب مذکور را به عهده گیرد. ۱۷ بهمن ۱۳۶۰ تیب محمدرسول... فعالیت خود را در اردگان دوکوهه آغاز کرد. در شب دوم فروردین سال ۶۱، در محور دشت عباس(چنانچه) ودر قالب عملیات فتح‌المبین وارد عرصه پیکار شدند و در این عملیات نقش اساسی ایفا کردند. در طرح عملیات «بیت‌المقدس» حاج احمد متوسلیان علاوه بر فرماندهی تیب، در مأموریت های شناسایی نیز شرکت داشت. سرانجام طی این عملیات، حاج احمد و نیروهایش توانستند وارد خرمشهر شوند و این شهر را از اشغال نیروهای رژیم بعث آزاد کنند. در ۱۴ تیرماه ۱۳۶۱، حاج احمد متوسلیان به همراه سه نفر دیگر از همراهانش جهت تهیه گزارشی از وضعیت پایتخت لبنان، عازم این کشور شدند و در حالی که عازم محل کار خود در سفارت ایران بودند، در مسیر طرابلس به بیروت به دست نیروهای حزب فلائو لبنان به اسارت درآمدند. از آن زمان تا کنون خبر موقتی از سرنوشت آنان در دست نیست. پایگاه مرکز اسناد انقلاب اسلامی

«کودتای نوزه» از شکل گیری تا شکست

هستند، اینها بتوانند فتح کنند. اینها غلط فکر کردند. این‌ها نفهمیدند که شوروی با همه قدرتی که دارد و با همه ابزار که دارد و با همه سلاح‌های مدرنی که دارد، در افغانستان پوزه اش به خاک مالیده شده. در عین حالی که اینها یک حماقتی است، منتها بعضی جوان‌ها، بیچاره ها، نفهم‌ها اینها را وادار می‌کنند یک همچو کاری بکنند. یک همچو کارهایی که همین دو- سه روز مثلاً ایود. خوب، اینها نمی‌فهمند که اگر فرضاً هم شما از پایگاه همدان یا شده بودید و آمده بودید و فرض کنید چند تا جا [را] هم کوبیده بودید، شما بالاخره باید زمین هم بیایید یا همان آسمان می‌مانید؟ ما از این امور نمی‌ترسیم» (صحیفه امام، ج ۱۳، ص ۱۸)



فرمان امام(ره) در ۲۰ تفر در رابطه با کودتا در سراسر ایران دستگیر شدند که ۵۰۰ نفر از آن‌ها نیروهای نظامی بودند. پنج نفر از سران کودتا که در دادگاه انقلاب اسلامی محاکمه شده و به مرگ محکوم شدند عبارت بودند از آیت محقق (ژنرال و یکی از طراحان اصلی)، بیژن ایران‌نژاد، فرخزاد جهانگیری، محمد مالک و یوسف پوررضایی.

امام خمینی (ره) در بیستم تیرماه طی سخنان بلندی به یاری و نصرت خدا در حفظ و پیشبرد انقلاب اسلامی اشاره کردند که فرازی از بیانات ایشان چنین است: «مگر ملت ما حالا دیگر نشسته آنجا که یک فانتوم و دو فانتوم کاری انجام بدهد. این احمق‌ها نفهمیدند این را که با چهار تا مثلاً سرباز- سربازها که با اینها موافق نیستند- با چهار نفر از این درجه‌دارها مثلاً و امثال اینها می‌شود یک مملکت ۳۵ میلیونی که همه مجهز

و سختی را برطرف ساختی، از تو می‌خواهم در این روز از روزهایی که حق آن را بزرگ نمودی، هر گرفتاری و مشکلی را برطرف سازی» اهمیت ویژه دحوالارض به روزه این روز برمی گردد. روزه اش مثل روزه هفتاد سال و در روایت دیگر کفار هفتاد سال گناه است. هر که این روز را روزه گرفته و شیش را به عبادت بگذراند گویی برای او عبادت صد سال نوشته می‌شود.

مناسبت های دیگر این روز
گذشته از واقعه دحوالارض، رویدادهای دیگری نیز در این روز رخ داده اند که اهمیت آن را دوچندان کرده اند؛ از جمله: میلاد ابوالانبیاء حضرت ابراهیم علی نبینا و آله



دعای روز دحوالارض یکی از برنامه های پیشنهادی در روز مبارک گسترده شدن زمین، خواندن دعای ویژه این روز است. در بخشی از این دعا، به مسأله دحوالارض چنین اشاره شده است: «ای خدای بی‌مفسران، منظور از «ذحیها» در این آیه، همان دحوالارض است.

تر شدند. از سوی دیگر، زمین در آغاز به صورت پستی‌ها و بلندی‌ها یا شیب‌های تند و غیرقابل سکونت بود. بعدها باران های سیلابی مداوم باریدند، ارتفاعات زمین را شستند و دره ها گسترند. اندک اندک زمین های مسطح و قابل استفاده برای زندگی انسان و کشت و زرع پدید آمد. مجموع این گسترده شدن، «ذخو الارض» نام گذاری می شود.

دحوالارض در قرآن
در قرآن کریم به دحوالارض اشاره شده است. خداوند در آیه ۳۰ سوره نازعات می فرماید: «و زمین را پس از آن (آفرینش آسمان و زمین) گسترش داد». بر پایه نظر بیشتر مفسران، منظور از «ذحیها» در این آیه، همان دحوالارض است.

(ع) متولد شده اند. در این روز، رسول خدا (ص) به قصد حجۃ الوداع از مدینه با یکصد و چهار هزار یا یکصد و بیست و چهار هزار و حضرت فاطمه (ع) و تمامی اهل بیت خود از راه شجره به مکه عزیمت نمودند. توبه، استغفار، عبادت و شب زنده داری از اعمالی است که در شب دخو الارض سفارش و تأکید بسیاری برای انجام دادن آنها شده است. شب و روز دحوالارض نمازها و ادعیه مخصوصی دارد که کیفیت آنها در کتاب مفاتیح الجنان مرحوم شیخ عباس قمی (ره) آمده است. برخی از اعمال و آداب روز بیست و پنجم ذی القعدة (دحوالارض) عبارتند از: روزه گرفتن، ذکر فراوان خدا، غسل، نماز دو رکعتی.

معنای دحوالارض
«ذخو» به معنای گسترش است و برخی نیز آن را به معنای تکان دادن چیزی از محل اصلی اش تفسیر کرده اند. منظور از دحوالارض (گسترده شدن زمین) این است که در آغاز، تمام سطح زمین را آب های حاصل از باران های سیلابی نخستین فراگرفته بود. این آب ها، به تدریج در گودال های زمین جای گرفتند و خشکی ها از زیر آب سر برآوردند و روز به روز گسترده



«ذخو» به معنای گسترش است و برخی نیز آن را به معنای تکان دادن چیزی از محل اصلی اش تفسیر کرده اند. روز بیست و پنجم ذی القعدة، هم زمان با دحوالارض یعنی گسترش یافتن زمین است. از امیرالمؤمنین - علیه السلام - روایت شده است که فرمودند: «نخستین رحمتی که از آسمان به زمین نازل شد، در بیست و پنج ذی القعدة بود. کسی که در این روز روزه بگیرد و شیش را به عبادت بایستد، عبادت صد سال را که روزش را روزه

استراتژی حفظ کار کنان خوب و شایسته

هر کارفرما و یا مدیر همیشه خواهان داشتن کارکنان با دقت و مسئولیت پذیر و ادامه همکاری با آن ها می باشد، کارفرما برای حفظ کارکنان خوب و شایسته باید به برخی نکات توجه ویژه ای داشته باشد.

بهترین تکنیک و راه‌ها برای حفظ کارکنان خوب

این روز ها بی کاری بسیار زیاد شده است.با وجود این که بسیاری از افراد در انجام کار مهارت دارند، اما هنوز نتوانستند شغل مورد نظر خود را پیدا کنند.از طرفی کارکنان بسیار کمی هم هستند که بتوانند کار خود را با دقت و مسئولیت بالا به انجام برسانند. بسیاری از افراد از شغل خود رضایت کافی ندارند و ترجیح می دهند که به دنبال یک شغل مناسب دیگر بروند. به همین دلیل کارفرما هم باید بتواند کارکنان خوب خود را حفظ کند اما چگونه باید این کار را انجام داد؟

۱.استخدام یک کارمندمناسب از زمان شروع کار

در واقع حفظ یک کارمند باید از همان زمانی که شروع به کار می کند،انجام شود. کارفرما از قبل باید جنبه های مختلف را بررسی کند و اولویت های خود را قبل از استخدام مشخص نماید.

۲. اولویت بندی گزینه ها برای بلند مدت

بسیاری از اوقات هست که بعضی از افراد در جایی استخدام می شوند که این استخدام فقط برای مدت زمان خاصی است. از طرفی گاهی اوقات مشکل خاصی در یک شرکت به وجود می آید و آن ها تصمیم می گیرند یک فرد را برای برطرف کردن این مشکل استخدام کنند اما باید استخدام را برای بلند مدت در نظر بگیرند تا کارمند استخدام شده بتواند در بلند مدت

مهارت های لازم

برای محتوا نویسی

تولید محتوا به معنی فعالیت‌ها و اقداماتی

گفته می‌شود که برای خلق محتوا (در اشکال متنی، تصویری، صوتی، ویدیویی و…) و انتقال پیام و اطلاعات به مخاطبان انجام می‌شود.

مطابق با این تعریف، تقریباً هر آن چیزی که ما در طول شبانه روز با آن برخورد می‌کنیم نوعی محتواست؛ سریالی که تماشا می‌کنید، پیام‌های تبلیغاتی، پست‌هایی که در شبکه‌های اجتماعی می‌خوانید، استوری هایی که می‌بینید و… علاوه بر آن، همه ما هم به نوعی تولید کننده محتوا هستیم. چرا که به هر حال با انتشار پست در پروفایل‌هایمان در شبکه‌های اجتماعی، پیام و اطلاعاتی را به مخاطبان خود منتقل کرده‌ایم.

پس آیا می‌توان این چنین ادعا کرد که هر کسی می‌تواند ادعای تولیدکنندگی محتوا و محتوا نویسی کند؟ پاسخ این سؤال منفی است. زیرا کاری که یک محتوا نویس حرفه‌ای و ماهر می‌کند، ظرافت‌های بسیاری دارد.

یک محتوا نویس دقیقاً چه می‌کند؟

تولید محتوای حرفه‌ای، بسیار فراتر از صرفاً انتشار پست‌ها و مطالب جالب در پلتفرم‌های مختلف است. تولید کننده محتوای حرفه‌ای ویژگی‌ها و مهارت‌هایی دارد که هر کسی از آن‌ها بهره مند نیست. محتوا نویسی امروزه امری حرفه‌ای و تخصصی شده و هر کسی را نمی‌توان تولید کننده محتوا دانست.

خود تولید کننده‌های محتوا در یک سطح نیستند. آن چه که باعث این تفاوت‌ها می‌شود، مهارت‌های محتوا نویسی است. اگر از یک فرد عادی و یک محتوا نویس حرفه‌ای بخواهیم محصول یکسانی را توصیف کنند، تفاوت زیادی بین نتیجه کار آن دو خواهد بود: فرد عادی توصیفی سطحی خواهد داشت؛ اما توصیف یک محتوا نویس می‌تواند کاملاً مخاطب را تحت تأثیر قرار دهد.

برای آن که به یک تولید کننده محتوای حرفه‌ای تبدیل بشویم، به مهارت‌های محتوا نویسی نیاز داریم. ممکن است در نگاه اول این طور به نظر برسد که هر کس بتواند خوب بنویسد، پس تولید کننده محتوای خوبی هم خواهد بود. این شرط لازم است، اما کافی نیست. تولید محتوا به چندین مهارت دارد

که یکی از آن‌ها، توانایی خوب در نویسندگی است. اما کار به همین جا محدود نمی‌شود. یک تولید کننده محتوای خوب، از مهارت‌های محتوا نویسی در سطح بالایی برخوردار است.

هر چه یک تولید کننده محتوا حرفه‌ای‌تر بوده و پروژه‌های پیشرفته‌تری را بر عهده بگیرد، باید در مهارت‌های بیشتری مسلط باشد. در این جا، به مهم‌ترین مهارت‌های محتوا نویسی اشاره می‌کنیم.

مهارت‌های مورد نیاز برای محتوا نویسی

۱- برنامه ریزی و مدیریت زمان

داشتن برنامه ریزی دقیق و مدیریت کردن زمان، از آن دست مهارت‌هایی است که هر انسانی لازم است داشته باشد. اما برای یک تولید کننده محتوا، مدیریت زمان به شیوه‌ای کاربردی، یک امر ضروری است. تولید محتوا، کاری آسان و سریع نیست؛ به زمان نیاز دارد. باید مطالعه کنید، درباره آن چه خوانده‌اید ببینیدشید، ساختار متن خود را طراحی کنید و در نهایت آن را از جنبه‌های مختلف مورد ارزیابی قرار بدهید.

برای افزایش رضایت شغلی در کارکنان می‌شود.

۶. تندرستی کارمند

معمولاً در یک کار تجاری هدف همه افراد مخصوصاً کار فرما این است که موقعیت شرکت یا سازمان را به جایگاه بالاتری برسانند اما بهتر است در کنار آن به سلامت و تندرستی خود کارمند هم فکر کنند، به کار آن‌ها ارزش بیشتری بدهند و به دنبال افزایش رضایت روحی و جسمی در آن‌ها باشند. در نتیجه می‌توانند انتظار جایگاه بهتری را هم برای کل کار داشته باشند.

۷. نظارت روی عملکرد سالانه

بررسی عملکرد سالانه افراد یک راه عالی برای نظارت روی اهداف کوتاه مدت و بلند مدت آن هاست و یک استراتژی برای نگه داشتن کارکنان شرکت می باشد. همچنین زمانی که کارمندان بلداند یک نظارت سالانه روی عملکرد آن‌ها وجود دارد، قطعاً بهتر از همیشه کار می‌کنند و انگیزه آن‌ها برای پیشرفت کاری بالاتر خواهد رفت.

۸. پاداش

اگر زحمات و مهارت های کارمند خود را ببینید ترقی داشته باشند. در واقع آن‌ها باید بتوانند با تلاش بیشتر جایگاه بالاتری پیدا کنند، مهارت های جدیدی یاد بگیرند و آن را در حیطه کاری افزایش دهند. با این کار انگیزه و بهره وری آن‌ها بالاتر خواهد رفت.
۵. برقراری ارتباط راحت
اگر کارمندان بتوانند ارتباط راحتی با اطرافیان و رئیس خود برقرار کنند و در مورد مشکلاتشان و انتظاراتی که دارند، صحبت کنند، قطعاً احتمال افزایش رضایتمندی در آن‌ها بالا تر می‌رود. یک ارتباط راحت در محیط کار عاملی

پرورش بلدرچین اهلی در منزل



می‌توانید در خانه و خصوصاً مناطق روستایی برای بلدرچین ها، قفس دست ساز درست کنید و آنها را برای جفت گیری و تخم گذاری درون قفس قرار دهید. فقط باید به این نکته توجه نمایید که در صورت گرم شدن یا سرد شدن زیاد هوا، باید آنها را به مکانی سر پوشیده و دارای بخاری یا کولر منتقل کنید چون امکان سرماخوردگی و گرمزدگی و در نتیجه تلفات وجود دارد.
بهترین زمان برای خرید بلدرچین های بالغ «در لارستان»، بهممن ماه است چون بلدرچین ها در این فصل تخم گذاری می کنند. ولی اگر می‌خواهید جوجه بلدرچین خریداری نمایید، بهتر است آنها را در آذر ماه خریداری نمایید تا زمان رسیدن بهار کاملاً بالغ شده و شروع به جفت گیری و تخم گذاری نمایند.
هم چنین می‌توانید با خرید تعدادی تخم

نحوه حفظ کسب و کار در زمان رکود اقتصادی



۲-ارزش بیشتری برای مشتریان خود قائل شوید:

وقتی اقتصاد به خوبی پیش نمی رود، مشتریان تمایل به کاهش هزینه های شان دارند. حتی اگر شما پیشنهاد چیزی را بدهید که مورد نیازشان است، باز هم مشتریان قصد کمتر کردن مصرف خود از آن را دارند، و این در فروش شما تاثیر گذار خواهد بود. برای نمونه

صاحب خانه از هزینه رسیدگی به باغچه و نظافت ساختمان می‌کاهد، یا افراد کمتر به سینما و مکان های تفریحی می‌رود. شما به عنوان صاحب کسبوکار، با توجه به کاهش قدرت خرید مشتریان و کاهش درآمدهتان می‌توانید به ازای پولی که دریافت می‌کنید، پیشنهادهای بهتری به مشتریان ارائه دهید. به عنوان مثال، سینماها می‌توانند پاپ کورن رایگان به مشتریان خود ارائه دهند. آرایشگران می‌تواند برای یکسال به طور محدود مبلغ ثابتی را به ازای کوتاه کردن موی مشتریان‌شان دریافت کنند.

بعضی مدیران با وجود رکود اقتصادی تصمیم به کمک کردن به کارکنان خود را می‌گیرد. اما اگر کسب و کار از بین برود، جایی برای بازگشت کارمندان وجود ندارد. بنابراین، در حالیکه این نظر بحث برانگیز قابل درک است، شاید بهتر باشد با دوراندیشی بیشتر عمل و به ماندگاری کسب و کارتان توجه کنید.

اگر چه ممکن است در کوتاه مدت خیر خوبی برای کارمندان تان نباشد، اما بهترین راه برای نجات کسب و کار، کارکنان و بطور کلی اقتصاد، در بلند مدت است.

چقدر زمان لازم دارد و…

۲- تایپ ده انگشتی

این مورد را می‌توان در ارتباط با مهارت قبلی مطرح کرد. البته که تایپ ده انگشتی برای تبدیل شدن به یک محتوا نویس حرفه‌ای یک امر ضروری نیست، اما تأثیری غیر قابل انکار در سرعت عمل یک محتوا نویس دارد. کسی که بتواند به صورت ده انگشتی تایپ کند هم از کار خود لذت بیشتری هم می‌برد.

علاوه بر آن، به دلیل این که نوشتن مطالب زمان کمتری از فرد می‌برد، با یادگیری این مهارت می‌توان حجم کار بیشتری را در همان مدت زمان قبلی انجام داد؛ این هم مستقیماً به بالا بردن بهره وری و درآمد منجر می‌شود.

۳- توانایی کار با فتوشاپ

فتوشاپ بدون تردید پادشاه دنیای گرافیک است. در میان تمام نرم افزارهای گرافیکی در سال‌های گذشته از سوی شرکت‌های مختلف منتشر شده‌اند، فتوشاپ همیشه با اختلاف بهتر بوده است. آن قدر که امروزه بسیاری از مواقع به جای آن که بگوییم فلان عکس ویرایش و اصلاح شده، از عبارت «فتوشاپ شده» استفاده می‌کنیم!

سه شنبه ۱۳۰۰/۰۴/۱۵ - بیست و پنجم ذی القعدة ۱۴۴۲ - سال بیست و نهم - شماره ۱۷۴۶

کمتر از ۱۰ میلیون تومان است. یکی دیگر از روش های نگهداری بلدرچین استفاده از قفس می باشد. در یک قفس بلدرچین ۵ طبقه یک طرفه میتوان ۱۶۵ قطعه بلدرچین بالغ پرورش داد. در زمان پرورش بلدرچین در خانه به شکل سنتی معمولاً به ازای هر ۲۰ بلدرچین یک آبخوری و یک دانخوری قرار داده می شود. هم چنین برای جلوگیری از انواع بیماری ها بهتر است فضولات بلدرچین ها را هر دو الی سه روز تمیز کنید، مرتب آب و غذایی تازه در اختیار آنها قرار دهید و دانخوری و آبخوری آنها را روزانه بشوید. در صورتی که خودتان قصد تهیه غذای بلدرچین ها را دارید باید یک جیره غذایی کامل برای آنها در نظر بگیرید تا انواع ویتامین ها و مواد معدنی را دارا باشد و هم چنین مقدار پروتئین بیشتری داشته باشد. در مورد بلدرچین های تخم گذار باید توجه کنید که در جیره غذایی آنها مقدار زیادی کلسیم و پروتئین وجود داشته باشد، چون به دلیل تخم گذاری بدشان به کلسیم بیشتری احتیاج پیدا می کند. هر بلدرچین روزانه ۳۰ گرم دان مصرف می کند. درحال حاضر، قیمت بسته ۱۵ عددی تخم بلدرچین، حدود ۱۰هزار تومان است. قیمت گوشت تازه بلدرچین هم درحال حاضر کیلویی ۸۰ هزار تومان است.



ابوذر حق پناه

برای مخاطبان می‌نویسد.

در همین راستا، اگر می‌خواهید یک محتوا نویس حرفه‌ای باشید باید بتوانید به خوبی با ابزارهای Google Analytics و Google Console Search کار کنید. این دو ابزار به شما کمک می‌کنند تا محتواها را از نظر میزان بهینه بودن برای جستجو آنالیز کنید. در یک کلام، بدون تسلط بر اصول سئو ، حتی اگر بهترین محتوا را هم بنویسید و در میان رتبه‌های برتر گوگل قرار نگیرد، کار شما هیچ فایده‌ای ندارد (متأسفانه).

۶- آشنایی با کد نویسی وب

یکی دیگر از مهارت‌های مورد نیاز برای تبدیل شدن به یک محتوا نویس حرفه‌ای، آشنایی داشتن با کد نویسی وب است. آشنایی با کد نویسی وب و به خصوص CSS و HTML می‌تواند به شما در درک بهتر زوایه دید موتورهای جستجو کمک کند.

به عبارتی ساده، با آشنایی با کد نویسی وب می‌توانید سایت را از زاویه دید رات‌های گوگل ببینید. ربات‌ها و کراولرهای گوگل سایت را نه به آن صورتی که ما می‌بینیم، بلکه به صورت مجموعه از کدها و برجسب‌ها می‌بینند. حال اگر بتوانید همانند آن‌ها سایت را مورد ارزیابی قرار دهید، محتوای بهتری هم برای آن خواهید نوشت.

۷- تسلط بر سیستم‌های مدیریت محتوا و به خصوص وردپرس

در نهایت هر محتوایی که برای سایت آماده می‌کنید باید از طریق سیستم مدیریت محتوا یا CMS منتشر بشود. پس به نظر می‌رسد که برای تبدیل شدن به یک محتوا نویس درجه یک، باید بر این سیستم‌ها مسلط باشید. رایج‌ترین و مهم‌ترین سیستم مدیریت محتوا در ایران که باید کار با آن را بلد بود، وردپرس است.

درصد زیادی از سفارش‌هایی که دریافت می‌کنید، با وردپرس کار می‌کنند. وردپرس، یک محیط آسان و کاربر پسند دارد و می‌توان به راحتی کار با آن را یاد گرفت. تسلط بر وردپرس و ابزارهایش در مدت زمان کوتاهی امکان پذیر است. ضمن آن که معمولاً آموزش‌های آن نیز رایگان بوده و بسیار فراوانند.

در کنار وردپرس، سیستم‌هایی مانند جوملا و دروپال نیز جز پرکاربردترین CMS های وب به شمار می‌آیند. به عنوان یک محتوا نویس، لازم است کار با وردپرس را به خوبی بلد باشید. اگر بتوانید کار با جوملا و دروپال را نیز یاد بگیرید، بهتر هم می‌شود!

نتیجه‌گیری

مواردی که ذکر شدند، مهم‌ترین مهارت‌های محتوا نویسی بودند. محتوا نویس های حرفه‌ای به دلیل تجربه کاری زیاد خود در سطح بالایی از این مهارت‌ها قرار دارند. آن‌ها قادرند به خوبی زمان را مدیریت کنند، در جریان آخرین تغییرات مربوط به سئو قرار دارند و با تمامی نرم افزارهای مربوطه آشنا هستند.

طبیعتاً با یادگیری مهارت‌های جانبی بیشتر می‌توان به یک محتوا نویس حرفه‌ای‌تر هم تبدیل شد. ضمن آن که اگر هنوز این مهارت‌ها را ندارید یا در آن‌ها مسلط نیستید، جای غصه خوردن نیست؛ مهارت چیزی است که با تمرین به دست می‌آید و حتی برای حرفه‌ای‌ترین افراد هم جای پیشرفت و بهتر شدن هست. پس اگر قصد دارید یک تولید کننده محتوای تمام عیار باشید، مهارت‌های مورد نیاز را تمرین کنید.

محتوای این بخش توسط ربات‌ها تولید شده است.

افزار و اپ هم کاربرد فوق العاده ای دارد. چرا که درون سیستم عامل تلفن قرار گرفته و بسته بندی می‌شود و به محض خارج شدن از بسته بندی مستقیماً مورد استفاده مشتری قرار می‌گیرد.

۴- با پیشنهادهای قیمت گذاری نوآوری کنید:

این یکی از موثرترین راه های حفظ مشتریان در رکود است. اینکار در قیمت گذاری باید روی دو هدف خاص متمرکز شود: پیشنهاد قیمت پایین تر برای مشتری و بالا بردن نقدینگی خود.

شرایطی را ایجاد کنید که به خریداران این امکان را بدهد، محصول یا خدمات شما را به صورت اقساط بپردازند. این باعث می‌شود که خریدار توان خرید بیشتری از محصول شما را داشته باشد. اگر از خدماتی استفاده می‌کنید که امکان قسط بندی را دارد، مطمئن شوید که پرداخت‌ها را بطور کامل دریافت می‌کنید.
بستگی به پیشنهاد شما دارد، می‌توانید نحوه پرداخت را از دریافت کل پول به پرداخت ماهیانه تغییر دهید. اما توجه داشته باشید که راه حلی که انتخاب کردید ممکن است روی جریان نقدی شما تاثیر بگذارد. برای مثال، با دریافت کامل مبلغ، پیشاپیش، پول خود را دریافت کردید، ولی در شیوه پرداخت ماهیانه و اقساطی شما باید به همان اقساط ماهیانه اتکاء کنید

راه دیگر بالا بردن نقدینگی شما، این خواهد بود که مشتریان خود را به پرداخت کامل بهای کالا تشویق کنید. به عنوان مثال، اگر شما ارایه دهنده خدمات هستید، می‌توانید پیشنهاد یک ماه ارایه خدمت رایگان به مشتریانی که اقساط یکساله را یکجا پرداخت می‌کنند، بدهید. این روش هم به نفع مشتری و هم به نفع فروشنده است.

رکود اقتصادی برای همه دشوار است. صاحبان کسب و کار، کارمندان و مشتریان، از حالا به بعد، تمرکز شما باید روی حفظ کسب وکارتان باشد. تمام تلاش خود را انجام دهید تا مطمئن شوید جزء صدها کسب و کاری نیستید که احتمال ورشکسته شدن‌شان می‌رود.

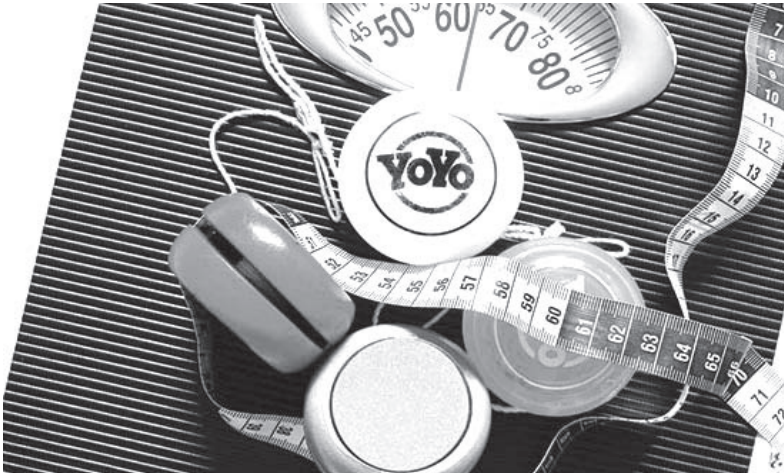
بدون سود مالی، و آن چه مورد نیاز است با آن‌ها مبادله نماید. هر چه این شبکه ارتباطی به فتوشاپ قادر به کار نخواهید بود! اما حتی اگر تخصص اصلی شما در حیطه تولید محتوای متنی باشد، باز هم نیاز است بتوانید با فتوشاپ کار کنید. به هر حال محتواهای متنی نیز برای جذابیت بیشتر به عکس نیاز دارند. یک محتوا نویس نیز لازم است بتواند با تسلط بر ابزارهای اولیه فتوشاپ عکس‌ها را مطابق نیاز ویرایش کند (با همان فتوشاپ کند!).

۴- شبکه سازی

در هر شغلی برای رسیدن به موقعیت‌های بهتر و پیشرفت سریع‌تر، به ایجاد شبکه با سایر همکاران نیاز است. تولید محتوا نیز از این ماجرا مستثنا نیست. مخصوصاً که کار تولید محتوا تماماً بر پایه گردآوری مطالب، اشتراک آن‌ها و توزیع محتوا در کانال‌های مختلف است. با انزوا نمی‌توان به یک محتوا نویس خوب تبدیل شد.

یک تولید کننده حرفه‌ای محتوا باید با سایر نویسندگان، مدیران سایت‌ها و مجموعه‌ها در ارتباط باشد؛ بتواند به آن‌ها کمک کند (حتی

عواقب بازگشت وزن چیست؟



یعنی وزن زیادی کم می کنند و دوباره آن را اضافه می کنند) تنها نباید نگران خرید لباس وزنشان اضافه می شود. وقتی موضوع تثبیت کاهش وزن است برخی از فاکتورهای مشکل ساز مانند سن، جنسیت و ژنتیک را نمی توان کنترل کرد اما میزان یکجانشینی، آنچه می خورید و اینکه چقدر ورزش می کنید همچنان در اختیار خودتان است. همان مقدار تلاشی که برای کاهش وزن گذاشتید را باید برای تثبیت وزن به کار ببرید چون بعد از رسیدن به وزن ایده آل همه چیز تمام نشده و همان عاداتی که در طول رژیم رعایت می کردید در صورت بی توجهی موجب بازگشت وزن خواهند شد.

افرادی که در رژیم غذایی به بیوی معروفند (

بیماری پوستی که

سبب کاهش عمر

می شود



بیماری لوپوس به عنوان یک بیماری خود ایمنی مزمن شناخته می شود. در این بیماری آنتی بادی‌های بدن فرد مبتلا به پوست، کلیه، کبد، قلب و دیگر ارگان‌های بدن آسیب می‌رساند.

این بیماری در دنوع سیستماتیک و پوستی وجود دارد،نوع سیستماتیک این بیماری که مربوط به حوزه درمانی پزشکان روماتولوژی است با علائم پوستی خود را نشان می‌دهد که به علامت پروانه‌ای شناخته می‌شود، به گونه‌ای که وقتی بینی و گونه‌های بیمار بیشتر در معرض تابش نور خورشید قرار می‌گیرد، دچار التهاب و قرمزی می‌شود. راه‌های تشخیص این بیماری انجام آزمایش تکه برداری است که از طریق آن می‌توان به این بی بره که فرد به کدام یک از انواع این بیماری مبتلا شده است.

باتوجه به اینکه در ۵ تا ۱۰ درصد موارد، افرادی که به نوع پوستی این بیماری مبتلا شده اند در گذر زمان با فرم سیستماتیک درگیر می‌شوند و به همین دلیل این دسته از بیماران باید سالانه آزمایش انجام دهند تا در صورت ابتلا به نوع سیستماتیک روند درمان به سرعت شروع شود که به ارگان‌های داخلی بدن آسیبی وارد نشود.

وجود پلاک‌های قرمز تا بنفش پوسته دار و گود با طهری حاشیه مشخص روی پوست از علائم ظاهری این نوع از بیماری لوپوس است. گاهی اوقات ممکن است این بیماری در سطح پوست سر ایجاد شود که می‌تواند منجر به ریزش مو شده و آسیب‌های غیرقابل بازگشتی را برای فرد به همراه داشته باشد.

این بیماری بیشتر در بین خانم‌ها همچنین در برخی از نژادها از قبیل اسپانیایی‌ها، آفریقایی‌ها و آمریکایی‌ها شایع‌تر دیده می‌شود. نکته حائزاهمیت این است که افراد مبتلا به نوع اول این بیماری (لوپوس پوستی) طول عمر بیشتری را نسبت به افراد مبتلا به نوع سیستمیک را خواهند داشت، زیرا در نوع دوم این بیماری آسیب‌های بسیار زیادی به تمام ارگان‌های بدن وارد می‌شود که سبب کاهش طول عمر بیمار خواهد شد.

استفاده از کرم‌های ضدآفتاب، کلاه و عینک آفتابی همچنین قرارنگرفتن در معرض تابش نور خورشید از جمله راه‌های درمان و پیشگیری خواهد بود؛ تجویز داروهای کورتون بصورت موضعی و تزریقی هم یکی دیگر از راه‌های درمانی بیماری لوپوس است.

بد موجود در خونشان کاهش و چربی خوب افزایش و سطح قند خون ثبات پیدا می کند. فشار خون نیز کاهش می یابد اما افرادی که وزن کم شده را بر می گردانند افزایش چربی و قند خون را تجربه می کنند. هر دو اینها در ابتدای کاهش وزن پایین رفته بودند. حتی اگر ۵ کیلو از وزن کم شده را برگردانید نیز چنین اتفاقی خواهد افتاد. با اینکه این بررسی ها روی افراد دیابتی انجام گرفته بود اما سرپرست محققان می گوید این نتایج می تواند برای غیر دیابتی ها نیز به همین شکل باشد. تاثیر مثبت کاهش وزن از کاهش فشار خون گرفته تا بهبود چربی در بین تمام افراد یکسان بوده است. بنابراین می توان گفت تاثیر بازگشت وزن نیز به همین شکل خواهد بود. چه دیابتی باشید چه نباشید، حتی مقدار کمی کاهش وزن (از کاهش ۵ درصد وزن کلی بدن شروع می شود) می تواند میزان سلامت قلب را بهبود بخشد. دلایلش این است که از مقدار چربی های احشایی و یا چربی های قسمت شکمی کم می شود. چربی احشایی در عمق میان تنه قرار دارد و از خطرناک ترین چربی ها به حساب می آید.این چربی ها هورمون ها و مواد شیمیایی از خود ترشح می کنند که با دیابت و حملات قلبی در ارتباط است. مردانی با دور شکم ۱۰۱ سانت یا بیشتر به خاطر عملی که این نوع چربی در بدن انجام می دهد بیشتر در خطر بیماری های قلبی و عروقی قرار دارند. در یک تحقیق که شرکت کنندگان حدود ۱۰ سانت از دور شکمشان را کم کردند مشخص شد این عمل تا حدود زیادی روی کاهش خطر بیماری های قلبی تاثیر گذاشته است.

مجله سلامتی دکتر کرمانی

بهترین عادات غذایی

ممکن است دنبال کردن برخی رژیم‌های غذایی ایده خوبی به نظر برسد، اما فریب نخورید!؛ شاید ۱۰ روز پشت سر هم چیزی به جز میوه یا آمبیوه نخوردن به شما کمک کند چند کیلویی از وزن‌تان را کم کنید و در مدت کوتاه احساس رضایت داشته باشید اما بدن در دراز مدت نمی‌تواند این نوع رژیم‌های سخت و محدودکننده را تحمل کند.

به هرحال ناامید نشوید؛ با داشتن یک الگوی مناسب و اطلاع از برترین عادات غذایی می‌توانید تا حد ممکن به سلامت جسم و روح‌تان کمک کنید.

به این ۱۵ عادت غذایی موثر برای داشتن یک برنامه غذایی سالم نگاه کنید:

اندازه هر وعده، اهمیت دارد

خوردن یک جنبه روانشناختی هم دارد، پس آگاهی از این که وزن کم می‌کنید و پایبند بودن به اندازه درست هر وعده غذایی اهمیت زیادی دارد. گاهی غذاهایی بخورید که به شما لذت می‌دهند پژوهش‌های زیادی نشان می‌دهند، دست یافتن به یک عادت غذایی که بتوانید آن را تحمل کنید سخت است؛ اگر همه غذاهایی را که دوست دارید حذف کنید، احتمالاً آن برنامه غذایی را تحمل نخواهید کرد.

برای خودتان بسته ناهار آماده کنید

یکی از موثرترین راه‌ها برای اطلاع از میزان کالری مصرفی‌تان در روز کنترل سایز وعده غذایی‌تان از طریق بسته بندی و آماده کردن ناهار از قبل است.

ویژگی های کوله پشتی استاندارد برای دانش آموزان



او سخت می‌کنند.

۳. بند روی سینه داشته باشد

بند روی سینه، بندهای شانه را در جای خود نگه می‌دارد.

۴. به‌جای فقط یک محفظه، چندین محفظه‌داخلش داشته باشد

محفظه‌ها به سازماندهی محتویات درون کوله‌پشتی کمک می‌کنند. وجود فضاهای مجزا باعث قرارگیری مرتب وسایل دانش‌آموز درون کوله‌پشتی می‌شود.

۵. جیب‌های کناری یا رویی داشته باشد

وجود جیب‌هایی در کنار یا روی کوله‌پشتی که به جاذب‌های مغناطیسی مجهز شده‌اند، بسیار مفید هستند. این جیب‌ها جای قرارگیری بطری، مداد یا هر وسیله دیگر هستند.

۶. بند دور کمر داشته باشد

در صورت سنگین بودن کوله‌پشتی، بند دور کمر بار را بر روی مفصل هیپ پخش می‌کند و فشار روی شانه و گردن را کاهش می‌دهد.
۷. تکیه‌گاه دارای پدهای مخصوص داشته باشد و وجود یک تکیه‌گاه یا پشتی مناسب در کوله‌پشتی باعث راحتی حمل آن می‌شود.

۸. ضدآب باشد

ضدآب بودن کوله‌پشتی برای جلوگیری از خراب شدن وسایل توسط باران یا عرق کمر، بسیار مفید است.

بررسی مطالعه‌ای در زمینه کوله پشتی استاندارد برای دانش آموزان

حال می‌خواهیم مطالعه‌ای در زمینه میزان استاندارد بودن کوله‌پشتی دانش‌آموزان را بررسی کنیم. این پژوهش را محققان ایرانی انجام داده‌اند. هدف این مطالعه بررسی عوامل ارگونومیکی کوله‌پشتی و سازگاری آن با وزن دانش‌آموزان دوره ابتدایی است. این مطالعه بر روی ۷۲۱ دانش‌آموز ابتدایی انجام شده است. یافته‌های مطالعه

طبق اطلاعات کسب‌شده، حدود ۹۰/۱ درصد دانش‌آموزان شرکت‌کننده از کوله‌پشتی برای حمل وسایل خود استفاده می‌کردند. همچنین وزن کوله‌پشتی در بیشتر آنها، حدود ۱۰ درصد از وزن بدن‌شان بود. در ۴۳٫۵ درصد دانش‌آموزان، عرض کمر با عرض قسمت پایین کوله‌پشتی و در ۹۶٫۶ درصد آنها عرض شانه با عرض قسمت بالای کوله‌پشتی متناسب بود. طبق یافته‌های این پژوهش:

دختران نسبت به پسران، تمایل بیشتری برای تحمل وزن کوله‌پشتی داشتند. نسبت عرض کمر و عرض قسمت پایین کوله‌پشتی هم در دختران بیشتر بود. دانش‌آموزان کلاس‌های اول، دوم و چهارم از کوله‌پشتی‌های سنگین‌تری استفاده می‌کردند. دانش‌آموزانی که مادران آنها کارمند بودند، کوله‌پشتی‌های سنگین‌تری داشتند. به علاوه نسبت پهنای کمر به عرض قسمت پایین کوله‌پشتی در آنها بیشتر بود.

نتیجه‌گیری مطالعه

وزن کوله‌پشتی‌های بسیاری از دانش‌آموزان بیشتر از وزن استاندارد بوده و کوله‌پشتی‌های آنها استانداردهای لازم را نداشتند.

سخن پایانی

کوله پشتی استاندارد برای دانش آموزان وزنی حدود ۱۰ درصد بدن دانش‌آموز را دارد و اندازه آن با اندازه تنه دانش‌آموز کاملا متناسب است. اگر تصمیم به خرید کوله‌پشتی برای فرزندتان دارید، این ویژگی‌ها را مدنظر قرار دهید. یک کوله پشتی استاندارد و مناسب، مدرسه رفتن را به یک تجربه شیرین برای فرزندتان تبدیل می‌کند.

آیا گوشت طبخ شده در حرارت بالا سرطان‌زا است؟

را به جوندگان دادند. بعد از مدتی پستان، روده بزرگ، کبد، پوست، ریه، پروستات و اندام‌های دیگر این جوندگان به تومورهای سرطانی آلوده شد. جوندگانی هم که مکمل‌های غذایی حاوی PAH مصرف کرده بودند، به سرطان‌هایی مانند سرطان خون و تومورهای دستگاه گوارش و ریه‌ها مبتلا شدند.

ترفندهای کاهش ترکیبات شیمیایی مضر در هنگام پختن گوشت

دستورالعمل خاصی برای مصرف HCA و PAH وجود ندارد اما اگر نگران این مواد مضر هستید، می‌توانید با استفاده از ترفندهایی، مقدار این ترکیبات شیمیایی را کاهش دهید:

قرار ندادن گوشت در معرض شعله مستقیم آتش یا روی یک سطح داغ فلزی و پرهیز از پخت طولانی گوشت (به‌ویژه در دماهای بالا) می‌تواند از تشکیل این دو ترکیب شیمیایی مضر پیشگیری کند.

استفاده از مایکروویو پیش از قرار دادن گوشت بالا به آن اشاره شد، می‌توانید از خطر ابتلا به سرطان احتمالی بکاهید.

زمانی به خرید بروید که سیر باشد

زمانی که در حالت گرسنگی به فروشگاه مواد غذایی بروید، احتمال اینکه خوراکی‌های مضر و پرکالری بخرید بسیار بالاتر است.

صبحانه بخورید

مطالعات نشان می‌دهند که وعده اول صبح، موتور سوخت و ساز بدن‌تان را روشن می‌کند، این فرآیندی است که غذای خورده شده را به انرژی تبدیل می‌کند.

بعد از صرف شام دیگر چیزی نخورید

یک مطالعه نشان داد مردان جوان به طور میانگین ۳۳۸ کالری کم‌تر می‌خورند وقتی شام، آخرین وعده غذایی هر روزشان باشد.

از نوشیدنی‌های رژیمی دوری کنید

خوردن نوشیدنی‌های رژیمی یکی از روش‌های سریع کم‌کردن میزان کالری دریافتی است، ولی پژوهشی بلند مدت نشان داد این کار در زمانی طولانی عملاً می‌تواند به افزایش وزن منجر شود.

گرسنه نمانید

یک مطالعه معتبر نشان داد مردان جوانی که به مدت ۲۴ هفته، گاه و بی‌گاه گرسنگی را تحمل می‌کرده‌اند، کارشان به پرخوری کشیده است و بعضی‌ها حتی در این زمینه کنترل خود را از دست داده‌اند.

آهسته غذا بخورید

سرعت غذا خوردن بر میزان غذا خوردن و همچنین احتمال افزایش وزن تأثیر می‌گذارد. در حقیقت، مطالعاتی که سرعت‌های مختلف غذا خوردن را مقایسه کرده‌اند، نشان می‌دهند افرادی که تند غذا می‌خورند تا ۱۱۵ درصد بیشتر کالری مصرف می‌کنند.

ویروس دلتا، جوانان را

بیشتر درگیر می‌کند



محمدرضا صالحی، متخصص بیماری های عفونی و عضو کمیته علمی ستاد ملی مقابله با کرونا در مورد تفاوت کرونای دلتا با سایر گونه‌ها اظهار کرد: قدرت واکنبری این گونه به شدت بیشتر از سایر سویه هاست به گونه‌ای که هر فرد آلوده می‌تواند ۵۰ نفر را آلوده کند. درگیری بالینی این سویه نیز بسیار جدی است به شکلی که خیلی سریع ریه‌ها را درگیر می‌کند. طبق مطالعاتی که در هند انجام شده از نظر شرایط بالینی، این ویروس مشکلات وخیم تری را ایجاد می‌کند. نکتته بعدی این است که قدرت پیشگیری تمام واکسن‌ها نسبت به این سویه جدید کمتر از سایر جشش هاست. هر چند همه واکسن‌ها ادعای ایمنی زایی دارند اما به نظر می‌رسد در مطالعات و تجربیاتی که تا کنون به دست آمده است، قدرت کمتری دارند.

متاسفانه سویه دلتا، اطفال و افراد کم سن را بیشتر درگیر می‌کند.متاسفانه سویه دلتا از نظر بالینی شرایط وخیم تری ایجاد می‌کند، همچنین تمایل این سویه برای درگیری ریه نسبت به سویه انگلیسی بیشتر است.علائم اولیه این ویروس همراه با تشدید نشانه‌های تنفسی سیستم تنفسی فوقانی، مثل آبریزش بینی، سوزش چشم‌ها و عطسه است. در گونه‌های دیگر، ریه‌ها ظرف هفت تا ده روز درگیر می‌شد اما در این سویه، ظرف سه تا ۵ روز، ریه‌ها درگیر می‌شود و این خیلی برای ما حائز اهمیت است، چون جایی که ما نگرانی داریم و برای بحث مرگ و میر برای ما اهمیت دارد، درگیری ریه هاست.

سالمندانی که واکسینه شده اند، کمآکان در خانه بمانند

در صورت بروز علائم بلافاصله به پزشک مراجعه نشود؛ کمآکان، تمرکز ما بر بحث پیشگیری است. توصیه اصلی ما برای پیشگیری مراقبت ویژه از سالمندان در این شرایط است به شکلی که از خانه بیرون نیایند. سالمندان حتی اگر دو دز واکسن را دریافت کرده اند باز هم نباید اعتماد کنند و همچنان استفاده از ماسک و ماندن در خانه و شستشو و ضدعفونی دست و پرهیز از حضور در فضاهای متمرکز و شلوغ و سفرهای غیرضروری مداومت کنند.

همکاران من در کادر درمان نیز با وجود اینکه واکسینه شده اند باز هم باید مراقبت‌های لازم را داشته اند و فکر نکنند که صرف تزریق واکسن از این سویه جدید در امان خواهند ماند. افرادی که به ویروس مبتلا هستند، باید تا یک ماه از تزریق واکسن پرهیز کنند و اگر نشانه‌های بالینی منطبق با کووید ۱۹ مثل تب، بدن درد، ضعف، عطسه و سرفه را دارند، ابتدا به پزشک مراجعه کنند و تست انجام دهند. ترجیح کلی ما این است که افرادی که ناقل بی علامت هستند، دو هفته صبر کنند و سپس واکسیناسیون را انجام دهند.

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴ - ۰۲۲۴۴۷۷۰
کد پستی: ۷۴۳۱۸-۳۴۳۰۰
شماره شاپا: ۹۹۶۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیأت تحریریه)
لینوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار
www.mld.ir miladelarstan@gmail.com

روز	۱۵ صبح	طلوع آفتاب	۱۵ ظهر	غروب آفتاب	۱۵ مغرب
پانزدهم	۴:۴۳	۶:۰۳	۱۲:۵۸	۱۹:۵۲	۲۰:۱۱

(طول جغرافیایی ۵۴°۲۰ عرض جغرافیایی ۲۷°۲۱)

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - سه شنبه ۱۵ / ۴ / ۱۴۰۰ - بیست و پنجم ذی القعدة ۱۴۴۲ - ۶ جولای ۲۰۲۱ - شماره ۱۷۴۶ - ۸ صفحه - تک شماره ۳۰۰۰ تومان

حجت الاسلام و المسلمین محسنی اژه ای: محور دوره جدید قوه قضائیه عدالت است



حجت الاسلام و المسلمین غلامحسین محسنی اژه‌ای رئیس قوه قضائیه در مراسم تکریم و معارفه روسای قدیم و جدید دستگاه قضا اظهار کرد: خدا را شاکریم که همچنان الطاف خود را بر این کشور و امت سرازیر می‌کند.

وی ادامه داد: از مقام معظم رهبری تشکر می‌کنم که به بهترین وجه سکان کشتی انقلاب را عهده دار هستند و با تمام وجود می‌بینیم این کشتی در حرکت است. حجت الاسلام و المسلمین محسنی اژه‌ای گفت: از ایشان تشکر می‌کنم که بار دیگر از داخل قوه قضائیه رئیس جدیدی را مشخص کردند و بسیار خوشحال می‌شدم اگر فرد دیگری را انتخاب می‌کردند و من خدمت گذار بودم.

رئیس قوه قضائیه تصریح کرد: آن شاه... با قوت این مسئولیت خطیر را دنبال می‌کنم و دلم روشن است که با فضل پروردگار قدهایی را برای خدمت به مردم برداریم و از تمام کسانی که طی روزهای اخیر با اظهار محبت‌های خود طلبه حقیر را دلگرم کردند، تشکر می‌کنم.

وی با بیان اینکه از خداوند می‌خواهم توان تحمل این بار سنگین را به بنده بدهد گفت: از روح رسول اکرم(ص)، انمه اطهار، شهدای بزرگوار مدد می‌طلبم که بتوانم قدمی در راه کمک به اسلام و انقلاب بردارم و آن شاه الله همکارای سایر قوا پشتیبان من خواهد بود.

حجت الاسلام و المسلمین محسنی اژه‌ای با بیان اینکه عدالت محور دستگاه قضا در دوره تحول است گفت: این دوره تعالی خواهد بود و باید با وحدت و یکپارچگی تمام با دولت، مجلس و نیروهای نظامی قدم‌های بلندی را به صورت ویژه برداریم.

رئیس قوه قضائیه گفت: مبارزه قاطع و بدون مرز با فساد در تمام حوزه‌ها، توسعه فناوری و استفاده حداکثری برای پیشگیری از وقوع جرم و کمک گرفتن از ظرفیت‌های مردمی جزء برنامه‌های ما است.

وی ادامه داد: مطابق با قانون باید بتوانیم از آزادی‌های مشروع بیش از پیش دفاع کنیم و اگر آزادی‌های مشروع تبلیغ شود و گسترش یابد بسیاری از محدودیت‌ها انجام نمی‌شود، همچنین بازنگری قوانین و روش‌ها بین ضابط و قاضی از جمله دیگر برنامه‌های دستگاه قضا است.

رئیس قوه قضائیه درباره بازنگری در نحوه سرویس دهی به مقامات امنیتی، سیاسی و اطلاعاتی گفت: ایجاد آرامش برای تمام اقشار جامعه و جلوگیری از

توزیع ماهانه ۶۲ هزار مترمکعب آب در میان عشایر فارسی

مدیر کل امور عشایر فارس، گفت: به‌منظور کاهش اثرات خشکسالی و تنش آبی ماهانه ۶۲ هزار مترمکعب آب شرب انسان و دام در مناطق عشایری استان توسط ۴۸ دستگاه کامیون تانکر آبرسانی حمل و توزیع می‌شود.

روح... بهرامی مدیر کل امور عشایر فارس گفت: باتوجه به شرایط خشکسالی بی سابقه در ۵۰ سال اخیر و خشک شدن اغلب منابع آب از جمله چاه چشمه و قنوات در مراتع مناطق عشایری، به‌منظور کاهش اثرات خشکسالی و تنش آبی ماهانه ۶۲۰۰۰ مترمکعب آب شرب انسان و دام در مناطق عشایری استان به‌ویژه در مناطق ییلاقی استان توسط ۴۸ دستگاه کامیون تانکر آبرسانی حمل و توزیع می‌شود.

وی بیان داشت: ناوگان آبرسانی سیار اداره کل امور عشایر فارس با تعداد ۴۸ دستگاه کامیون که روزانه ۲۴۰۰



پیامبر اکرم (ص):
من یغفر یغفر الله له و من یعف یعف الله عنه.
هر که بیامرزد خدایش بیامرزد و هر که ببخشد خدایش ببخشد.

آن که تور ایشاد را در او چون کسی است که مرده و او را...

رئیس، رئیس جمهور منتخب: گذر زمان، حجت الاسلام و المسلمین اژه‌ای را دچار چرخش نکرده است



رئیس جمهور منتخب، حجت الاسلام و المسلمین محسنی اژه‌ای نسبت به دستگاه قضا آشنا است و روحیه انقلابی دارد و گذر زمان وی را دچار چرخش نکرده است. حجت الاسلام و المسلمین سید ابراهیم رئیسی منتخب سیزدهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری در مراسم تکریم و معارفه روسای قدیم و جدید قوه قضائیه اظهار کرد: شکرگذار ذات حضرت حق هستم که توفیق یافتم مدتی در دستگاه قضایی باشم.

وی ادامه داد: امروز محبت و بزرگواری مقام معظم رهبری به بنده و محبت مردم نسبت به من و دستگاه قضایی سرمایه است و باید خانواده بزرگ را بشناسند و صیانت کامل از قوه قضائیه صورت گیرد، اگر در این قوه کوچکترین لکهای وجود داشته باشد بلافاصله دیده می‌شود.

وی درباره تظلم خواهی گفت: تکریم این افراد با رفتار ما از یک سو و از سوی دیگر فراهم کردن سرویس مناسب انجام می‌شود و قوه قضائیه ملجأ و پناه هر تظلم خواهی خواهد بود و مردم باید بدانند جایگاهی در نظام جمهوری اسلامی وجود دارد که به آن‌ها کمک می‌کند و در مدت زمان کوتاه به تظلم خواهی آن‌ها پاسخ می‌دهد.

حجت الاسلام و المسلمین محسنی اژه‌ای، تصریح کرد: افراد بسیاری هستند که توانایی دسترسی به وکیل را ندارند و نمی‌توانند به مراجع قضایی هم مراجعه کنند، آنان نمی‌توانند حق الزحمه کارشناسی را پرداخت کنند و باید نگاه ویژه‌ای نسبت به این قشر داشته باشیم و ساز و کاری برای آن‌ها تدوین کنیم و در همین راستا باید دولت و مجلس کمک کنند.

رئیس قوه قضائیه گفت: من یقین دارم که با حضور آقای رئیسی در دولت آینده که به تمامی کمبودها در قوه قضائیه آگاه است، می‌توانیم مسائل متعددی را حل کنیم و با همکاری مجلس دست به دست همدیگر می‌دهیم تا مشکلات مردم را کمتر کنیم.

وی با اشاره به اهمیت پیشگیری از وقوع جرم گفت: همه ما به این موضوع واقف هستیم و امیدوارم به کمک مجلس، دولت و همکاران عزیزم بتوانیم زمینه‌های رانت را برطرف کنیم و اگر بستر فساد وجود داشته باشد و مقال گل‌گواه ما نایستیم، مبارزه ناقص می‌شود.

حجت الاسلام و المسلمین محسنی اژه‌ای، گفت: از امروز مسئولیت من سنگین‌تر شد و در مقابل خداوند، همه مجموعه و کسانی که اعلام آمادگی کردند تا کمک کنند و همچنین در مقابل مردم مسئولیت دارم و امیدوارم بتوانم این مسئولیت را به خوبی به پایان برسانم.

علی‌رضا محمدی کرجی‌ران به رسانه‌ها اعلام کرد: در سه‌ماهه امسال عملکرد این بندرگاه نفتی در بخش بنزین یک میلیون و ۱۲۴ هزار و ۴۴۷ تن و در حوزه بانکرینگ (سوخت‌رسانی به کشتی‌ها) را ۱۲۵ هزار و ۸۲۹ تن بوده است.

مدیر منطقه ویژه اقتصادی بندر شهید رجایی، ادامه داد: در این مدت تعداد کل شناورهای پهلو داده شده در این بندر نفتی ۳۴۷ فروند بوده که از این میزان ۳۳ فروند شناور در حوزه بانکرینگ، ۳۴ فروند شناور در حوزه حمل بنزین و بقیه دیگر شناورهای

حمل فرآورده های نفتی بوده است. بندر نفتی خلیج فارس، به عنوان زون نفتی منطقه ویژه اقتصادی بندر شهید رجایی با ۱۲ پست اسکله به عنوان مهم‌ترین بندر نفتی زیرمجموعه سازمان بندر و دریانوردی نقش مهمی در توسعه صادرات فرآورده‌های نفتی دارد. سالانه ۵۰هزار کشتی از تنگه هرمز عبور می‌کند که ظرفیت بزرگی برای بانکرینگ در بندر خلیج فارس ایجاد می‌کند و با سوخت‌رسانی به کشتی‌های خارجی می‌توان تجارتی پرسود را عاید کشور کرد.

سوخت‌رسانی به کشتی‌ها و شناورهای کوچک و بزرگ در دریا و با اسکله را بانکرینگ می‌گویند.

حجت الاسلام و المسلمین رئیسی تصریح کرد: من با همکاری قوا و مردم برای پیشرفت کشور ضرورت دارد. وی با اشاره به قضات گفت: قضات و مدیران شجاع باید مورد حمایت قرار بگیرند در اکثر سال‌ها پیش نهاد قطعنامه توسط کانادا علیه ایران در سازمان ملل متحد مطرح می‌شود، اما ببینید که کانادایی‌ها با بومیان خود چه کردند و کسانی که دست به جنایات هولناک زدند چگونه می‌خواهند پاسخگو باشند.

حجت الاسلام و المسلمین رئیسی گفت: توجهی که در ایران به زندانیان و خانواده آن‌ها شده مبتنی بر حقوق بشر اسلامی است. ما به نام دفاع از اجرای عدالت باید گام‌های استواری برداریم و آنچه از آینده مشخص است درخشان بودنش است. آینده کشور درخشان خواهد بود. امیدوارم با همکاری و هماهنگی بیشتر قوای سه گانه، روند پیشرفت کشور شتاب گیرد.



مجد خوانی

بنابر آنچه در شرح حالش آمده، بیست سال از وطنش مهاجرت کرده و آنگاه به «خواف» برگشته و تحت تأثیر گلستان سعدی به تصنیف «روضی خلد» پرداخته‌است.

روضی خلد مشتمل بر ۱۸ باب و متضمن ۴۲۰ حکایت و دو هزار یکصد و چهل بیت شعر است. روضی خلد همچنین حاوی آیات و احادیث و اخباری است که بجا از آن‌ها سود جسته‌است. از روی قرآنی چند تولدش را در یکی از سنوات ۶۷۵ تا ۶۸۰ هجری قمری می‌دانند تاریخ دقیق وفاتش نیز مشخص نیست اما احتمالاً تا اواخر نیمه اول قرن هشتم هجری در قید حیات بوده‌است.

حکایت:

گاو زوری را دیدم که روزی ده من طعام می‌خورد و بیست خشت پخته به زخم مشت خاک می‌کرد و از مردم چیزی می‌ستاند. گفتم: ای بد نفس بی‌همت، این که خشت را خاک می‌کنی و فلوس می‌ستانی، یا خاک را خشت کن و از من درم بستان!

روزی به مزدوری درآمد، دهم‌درده‌طعام‌خورد و یک‌مردم‌کرده‌نکرد در روز دیگر به گریخت!

شخصی را گفتند کاغذی بنویس. گفت: پیام دردمی‌کند!

گفتند: مانع چیست؟ گفت: آن که به وضعی که نویس به‌غیر از من هیچکس نتواند خواند، هر آینه مرا طلب کند، پس درد پای مانع باشد!

خط نامطبوع خوبان دیدم ای خط‌بنده‌زان بر باشد هنوز غیر بن‌کس نیارد خواندن هم به شرط آنکه ترا باشد هنوز

بازسازی شبکه آبرسانی در روستای بالاده بخش بیرم لارستان



بازسازی ۲۲۰۰ متر از شبکه ای آب شرب روستای بالاده بخش بیرم لارستان، به منظور کاهش هدر رفت و فرسودگی شبکه، کمیت آب شرب این روستا به میزان قابل توجهی افزایش یافت.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی امور ایفا لارستان، امور ایفا شهرستان لارستان در ادامه بهسازی وضعیت آب شرب مردم روستاهای این شهرستان اقدام به بازسازی ۲۲۰۰ متر از شبکه آبرسانی روستای بالاده بخش

مشکل واکسیناسیون لارستانی‌های مقیم کویت، بر طرف شد

از وزارت تامین کنیم. وی خاطرنشان کرد: از انتهای این هفته یا ابتدای هفته آینده واکسیناسیون را برای لارستانی‌های مقیم کویت آغاز می‌کنیم. آن دسته از هموطنان عزیز مقیم کویت که متقاضی دریافت واکسن کووید ۱۹ (آسترازنکا) برای ورود به کشور مذکور هستند، جهت نام نویسی به فرمانداری، بخشداری، دهیاری و شهرداری های منطقه خود مراجعه کنند.

