



نوسازی ساختمان حوزه علمیه لارستان



نوسازی ساختمان حوزه علمیه لارستان



عملیات بازسازی حوزه علمیه امام علی ابن ابیطالب (ع) لارستان، با اعتباری بالغ بر ۲۱ میلیارد ریال از محل سهم امام انجام و در روز عید ولایت مورد بهره برداری قرار گرفت. به گزارش میلاد لارستان، ساختمان حوزه علمیه امام علی بن ابی طالب (ع) لارستان در اوایل دهه ۷۰ به اهتمام حضرت آیت... آیت الهی (ره) امام جمعه فقید لارستان ساخته و در سال ۱۳۷۴ به بهره برداری رسید. این ساختمان که محل تحصیل و تدریس طلاب زیادی از جنوب فارس بوده با گذشت زمان دچار فرسودگی و تخریب قسمت های مختلف شد. موضوع مذکور به صورت ویژه مورد توجه حجت الاسلام موسوی خرم امام جمعه لارستان و مسئول مدارس علمیه برادران و خواهران لارستان بوده تا اینکه وی موفق شد با کسب اجازه از مراجع عظام تقلید از محل سهم حاج محمد علی محمدی فرزند مرحوم حاج غلامرضا خیاط و سایر مؤمنین به مرمت و بازسازی این حوزه مقدسه اقدام کند. کار بازسازی و مرمت بخش های مختلف ساختمان حوزه علمیه لارستان زیر نظر کارشناسان در ابعاد دیوارهای دور، ستون ها، راه پله ها، نمای طبقه فوقانی، رنگ آمیزی اتاق ها، حجره ها، نمازخانه و موقت تمامی اتاق ها، تعمیرات و تعویض لوازمات و اتصالات ساختمانی از قبیل آب، برق، تلفن، سیستم خنک کننده، ایجاد راه پله اضطراری و تخریب حمام و سرویس های بهداشتی، حفر چاه فاضلاب و ساخت مجدد سرویس ها و حمام ها با اتصالات جدید و بروز و نیز کاشی کاری و سرامیک آنها و باغچه سازی و موزائیک و زیبا سازی محوطه با مساحت ۲ هزار متر مربع از حیاط و... انجام شد. برای اجرای این پروژه تاکنون معادل ۲ میلیارد و ۱۰۰ میلیون تومان هزینه شده و برای تکمیل بخش های تجهیزاتی اداری آن مبلغ ۳۰۰ میلیون تومان دیگر نیاز است.

لینک و آدرس های فضای مجازی ما

کانال ایتا: <https://b2n.ir/213512>

سایت میلاد لارستان: mldl.ir

کانال سروش: <https://b2n.ir/490331>

کانال واتس آپ: <https://b2n.ir/665314>

پیج اینستاگرام: https://www.instagram.com/milad_larestan

جناب سرهنگ داود امجدی
فرماندهی محترم انتظامی لارستان

ارتحال پدر بزرگوار جنابعالی به شما و خانواده محترم و کلیه بازماندگان تسلیت عرض نموده، از خداوند تعالی و غفران برای آن مرحوم و صبر و اجر برای شما آرزویم و کلیه بازماندگان آرزومندیم

مدیر مسئول و کارکنان روزنامه میلاد لارستان

خانواده محترم جانباذ سرافراز
حاج محمدرضا راستی

ارتحال جانباذ سرافراز دفاع مقدس، حاج محمدرضا راستی، به شما و همه بازماندگان تسلیت عرض نموده از خداوند تعالی آرزویم است برای آن مرحوم و صبر و اجر برای شما و سایر بازماندگان مسئلت می نمایم.

مدیر مسئول و کارکنان روزنامه میلاد لارستان

اطلاعیه فروش ۲ واحد تجاری تعاونی مسکن شبکه بهداشت و درمان لارستان

شرکت تعاونی مسکن شبکه بهداشت و درمان لارستان با توجه به انحلال شرکت و فروش اموال غیرمنقول در نظر دارد نسبت به فروش ۲ باب مغازه با سند ملکی ثبتی آزاد واقع در شهر قدیم بعد از باغ ملی - روبروی آتش نشانی به متراژ ۱۲۰ مترمربع که دارای انشعاب آب و برق و تلفن و دارای دو درب (درب غربی از خیابان آیت... خامنه ای و درب شرقی واقع در کوچه پشتی) می باشد با قیمت کارشناسی به مبلغ ۲۲/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (بیست و دو میلیارد ریال معادل دو میلیارد و دویست میلیون تومان) از طریق آگهی مزایده اقدام نماید. لذا از متقاضیان محترم دعوت به عمل می آید پیشنهاد خود را در پاکت «ب» به صورت سر بسته به همراه پاکت «الف» حداکثر تا پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ ۲۶/۰۵/۱۴۰۰ آدرس لار - شهر جدید - ابتدای ۴۰ متری دوم - معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی - دبیرخانه معاونت بهداشتی ارائه و در صورت لزوم با شماره تلفن های ۰۹۱۷۳۸۱۰۱۷۲ - ۰۹۱۷۳۸۱۰۱۷۳ تماس حاصل نمایند. متقاضیان می بایست یک درصد از مبلغ پایه معادل (۲۲۰/۰۰۰/۰۰۰) ریال) بابت تضمین شرکت در مزایده به حساب بانک پاسارگاد به شماره حساب ۱۴۰۲۸۱۰۶۶۶۶۱ به نام تعاونی مسکن کارکنان شبکه بهداشت و درمان لارستان واریز و اصل فیش را در پاکت «الف» به همراه پاکت «ب» (پاکت پیشنهاد قیمت) به دبیرخانه تحویل و رسید دریافت نمایند. در صورت پیشنهاد قیمت برابر، چنانچه یکی از پیشنهاد دهندگان از اعضای تعاونی باشد اولویت با عضو تعاونی خواهد بود شایان ذکر است پرداخت هزینه کارشناسی و آگهی مزایده و کلیه هزینه های نقل و انتقالات به عهده برنده می باشد. ضمناً شرکت حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۰/۰۶/۰۲ نسبت به برگزاری جلسه و بازگشایی پاکت ها و اعلام برنده اقدام می نماید. برنده مزایده موظف است ظرف مدت ۱۰ روز از تاریخ اعلام برنده نسبت به پرداخت باقی قیمت به حساب شرکت اقدام نماید. تا پرداخت باقی مبلغ توسط برنده مزایده، سپرده تضمین نفر دوم در حساب شرکت باقی مانده ولی سپرده سوم به بعد مسترد می گردد. بدیهی است شرکت در رد یا قبول پیشنهادها مجاز و مختار می باشد. همچنین در صورتی که شرکت کننده در مناقصه تنها یک نفر باشد هیئت تصفیه در بازگشایی و با تجدید مزایده مخیر خواهد بود.

هیات تصفیه تعاونی مسکن شبکه بهداشت و درمان لارستان

حوادث و کشفیات

جزئیات دستگیری قاتلان مرد جوان در کوه های کورده

فرمانده انتظامی «لارستان» گفت: با تلاش کارآگاهان پلیس آگاهی قاتل و همدستش در کمتر از ۶ ساعت دستگیر و روانه زندان شدند. به گزارش میلاذ لارستان به نقل از اول فارس، سرهنگ «داود امجدی» در تشریح جزئیات این خبر بیان کرد: در پی تماس شهروندان با مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر وقوع یک قفره درگیری منجر به قتل در روستای کورده لارستان، بلافاصله کارآگاهان پلیس آگاهی برای بررسی موضوع به محل حادثه اعزام شدند. وی افزود: مأموران در بررسی‌های اولیه مطلع شدند که ۲ نفر به هویت معلوم با فردی ۳۵ ساله درگیر و با ضربات سلاح سرد وی را به قتل و سرعیا از محل متواری شده‌اند. فرمانده انتظامی لارستان، خاطر نشان کرد: مأموران انتظامی با اقدامات فنی و تخصصی و اشراف اطلاعاتی موفق شدند هر دو ضارب ۲۷ و ۳۱ ساله را در کمتر از ۶ ساعت در اطراف کوه‌های روستای کورده شناسایی و آنان را دستگیر کنند. سرهنگ «امجدی» با بیان اینکه متهمان در بازجویی اولیه علت و انگیزه قتل را اختلافات شخصی و عدم کنترل خشم اعلام کردند، گفت: قاتل و همدستش برای سیر مراحل قانونی تحویل مراجع قضائی شدند.

تصادف زنجیره ای پنج خودرو در محور لار به بندرعباس

تصادف زنجیره ای ۵ خودرو در محور لار به بندرعباس رخ داد. به گزارش گروه شهروند خبرنگار میلاذ لارستان از هرودمهرخوبی، ۵ خودرو سواری شامل ۲ پژو ۴۰۵، دو ماشین پراید و یک دستگاه ۲۰۶ در گردنه هرودمهرخوبی واقع در ۶۵ کیلومتر جاده لارستان به بندرعباس در یک تصادف زنجیره ای با یکدیگر تصادف کردند. خوشبختانه این حادثه به جز خسارت مالی، تلفات جانی در پی نداشت. جاده بندرعباس-لارستان-چهرم که به عنوان جاده مرگ معروف است، سالهاست که به طور مستمر شاهد بروز حوادث جاده ای بوده و تا زمانی که کار دوبنده سازی آن در برنامه مسئولان به گام اجرایی نرسد، کمکان این مشکلات جانگداز را به چشم خواهیم دید.

راهاندازی موتورلانس در شهر فسا



رئیس سازمان اورژانس کشور از راهاندازی موتورلانس در شهر فسا خبر داد.

به گزارش میلاذ لارستان به نقل از ایرنا، حجت اس. فیروزری نماینده مردم فسا در مجلس شورای اسلامی با رئیس اورژانس کشور دیدار و گفت و گو کردند.

رئیس سازمان اورژانس کشور در این دیدار از اختصاص موتورلانس به فسا خبر داد و گفت: تعدادی آمبولانس و یک اتوبوس آمبولانس به این شهرستان اختصاص خواهد یافت. نماینده مردم فسا در مجلس نیز گفت: فسا شهر دانشگاهی است و بسیاری از درمان های تخصصی در این شهرستان انجام می شود. وی ضمن قدردانی از زحمات اورژانس در این شهرستان در خصوص راه اندازی پایگاه های جدید، با دکتر کولیوند رئیس سازمان اورژانس کشور گفت و گو کرد.

رئیس مرکز فوریت های پزشکی فسا در این دیدار ضمن تشکر و قدردانی از زحمات دکتر کولیوند در راه اندازی و تجهیز پایگاه های اورژانس فسا گفت: این شهرستان دو بیمارستان تخصصی و ۱۷ پایگاه اورژانس دارد و در بسیاری از موارد پذیرای بیماران از شهرستان های اطراف است. پورجعفریان افزود: خیرین سلامت در این شهرستان کمک های زیادی برای تجهیز و ساخت پایگاه های اورژانس کرده اند اما هنوز تا رسیدن به استاندارد فاصله داریم. وی با اشاره به بافت قدیمی شهرستان فسا گفت: موتورلانس ها در این بافت شهری می توانند در کمترین به بالین بیماران و مصدومان برسند.



حسین زاده: وزرای نفت و نیروی آینده زیرساخت‌های این وزارتخانه‌ها را تغییر دهند

باشند. وزرای نفت و نیروی آینده باید بتوانند نظام حکمرانی و اساسنامه این دو وزارتخانه را به درستی تعریف کنند. نایب رییس مجمع نمایندگان فارس همچنین بیان داشت: صنعت برق کشور با مشکلات جدی و مختلفی روبرو است که وزیر آینده نیرو باید به آن توجه داشته باشد. خوشبختانه روز گذشته جلسه‌ای از سوی آیت‌الله رئیسی برگزار و اهم مسائل در آن جلسه بررسی و پیشنهادهایی ارائه شد. وی با اشاره به قطعی‌های اخیر برق افزود: اگر اقدام جدی و فوری صورت نگیرد، در پاییز و زمستان و در سال آینده نیز با کمبود برق روبرو خواهیم شد. موضوعاتی که در جلسه آیت‌الله رئیسی همچون حل ناترازی در تولید و مصرف برق، تدبیر مناسب برای تعمیر و نگهداری نیروگاه‌ها، افزایش ۲ هزار و ۵۰۰ مگاوات به مدار تولید برق کشور، طراحی الگوی جامع مصرف برای بهینه‌سازی مصرف در بخش خانگی، صنعتی و کشاورزی و... مطرح شد، نیاز به اقدام و اجرای سریع دارد. حسین‌زاده، با بیان اینکه اکنون با یک ناترازی در اقتصاد برق و عدم توازن در تولید و مصرف آن مواجه هستیم، گفت: باید زمینه‌های توسعه واردات و صادرات

هیئت رئیسه کمیسیون انرژی مجلس شورای اسلامی، اظهار داشت: وضعیت کشور در صورتی تغییر پیدا خواهد کرد که کابینه‌ای قوی و مردمی شکل بگیرد و با شناختی که از آیت‌الله رئیسی رئیس‌جمهور منتخب و اطلاعیه‌ای که از تلاش‌های شبانه‌روزی ایشان برای تشکیل کابینه داریم، امیدواریم گزینه‌هایی کارآمد، متخصص، انقلابی و مردمی جهت تصدی وزارتخانه‌های مختلف به مجلس معرفی شوند.

به گزارش میلاذ لارستان به نقل از فارس، حسین زاده نماینده مردم لارستان، خنج، گراش و اوز در مجلس خاطرنشان کرد: گزینه‌های پیشنهادی برای تصدی وزارتخانه‌های مرتبط با انرژی باید نگاه توسعه‌محور به صنایع انرژی کشور داشته

کسب سه مقام کشوری توسط نخبگان هنری لارستان



تربیتی شهدا لارستان توسط «امیر حسین جمالی» کسب مقام دوم کشوری رشته برنامه نویسی تحت وب توسط دانش آموز عضو انجمن رسانه و فضای مجازی کانون دانش آموزی شهدا «علی یگانه فرد» کسب مقام دوم کشوری رشته ادیت و مرمت عکس توسط دانش آموز هنرمند و عضو انجمن هنرهای تجسمی کانون دانش آموزی شهدا «حسن زارعی»

گفتنی است مراسم اختتامیه این جشنواره

سه نفر از دانش آموزان نخبه لارستانی توانستند در رشته های مختلف حائز مقام های کشوری شوند.

به گزارش میلاذ لارستان؛ سه نفر از دانش آموزان نخبه لارستانی توانستند در رشته های مختلف حائز مقام های کشوری شوند که عبارتند از: کسب مقام اول کشوری رشته مجری گری در مسابقات فرهنگی هنری کانون های دانش آموزی کشور توسط دانش آموز توانمند و عضو انجمن مجری گری کانون فرهنگی

تربیتی شهدا لارستان توسط «امیر حسین جمالی» کسب مقام دوم کشوری رشته برنامه نویسی تحت وب توسط دانش آموز عضو انجمن رسانه و فضای مجازی کانون دانش آموزی شهدا «علی یگانه فرد» کسب مقام دوم کشوری رشته ادیت و مرمت عکس توسط دانش آموز هنرمند و عضو انجمن هنرهای تجسمی کانون دانش آموزی شهدا «حسن زارعی»

تجلیل از مقام شامخ ۱۳ مادر شهید بخش بیرم



به حضور دبیرکل مجمع جهانی ایثارگران کشور از مقام شامخ مادران شهدا تجلیل شد.

«یک قدم مانده به ماه» در هنر سرای شهروند لار

«یک قدم مانده به ماه» عنوان ویژه برنامه ای است که به مناسبت عید بزرگ غدیر و با رعایت تمامی پروتکل های بهداشتی با حداقل تعداد نفرات برگزار کننده مراسم و بدون حضور تماشاگر به صورت بخش آنلاین در محل استودیو هنر سرای شهروند لار برگزار شد. به گزارش میلاذ لارستان به نقل از روابط عمومی شهرداری لار؛ در این ویژه برنامه عید بزرگ غدیر که به همت شهرداری و شورای اسلامی شهر لار و با همکاری پایگاه مقاومت شهید عبدالصمد فانی، اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان و کانون بسیج هنرمندان شهرستان و با اجرای خوب مجری توانمند لارستانی و از هنرمندان گروه تئاتر آزاد لارستان، حمیدرضا پریدار برگزار شد؛ مرشد مسعود دراجی با ضرب و آواز زیبای خود به اجرای برنامه پرداخت و با خوانش اشعار دلنشینی در وصف امیرالمؤمنین علی بن ابیطالب (ع) حال و هوای معنوی خاصی به این برنامه بخشید.

در ادامه گروه سرود مصباح الهدی لارستان که یکی از گروه های سرود مطرح کشور، استان و شهرستان محسوب می شود، در این برنامه به اجرای سرود مناسب با این ایام مبارک پرداختند. بازگویی حکایت شیرین و خاطره انگیز باران های موسوم به «چهل پسین» و رسم و رسومات خاص مردم منطقه لارستان همزمان با این بارش های تابستانه و جاری شدن رودخانه ها در دوران گذشته از زبان گلخنی یکی از مردان نیک روزگار



بهبود پوشش مکالمه در دو روستای لارستان



مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات فارس، از احداث سه سایت جدید مکالمه تلفن همراه، یک سایت مکالمه و اینترنت و ارتقا یک سایت موجود در مناطق روستایی استان خبر داد. به گزارش گروه استان های باشگاه خبرنگاران جوان از شیراز، مهرداد سهرابی، مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات استان فارس از احداث سه سایت جدید مکالمه تلفن همراه، یک سایت مکالمه و اینترنت و ارتقا یک سایت موجود در مناطق روستایی فارس با هدف ارتقای سطح کیفی پوشش مکالمه تلفن همراه در سه روستا و همچنین اتصال دو روستای دیگر فارس به شبکه ملی اطلاعات خبر داد. وی با بیان اینکه این سایت‌ها برای بهبود

اقدام تحسین برانگیز زوج جوان بیرمی در مراسم عقدشان



خانواده زوج جوان بیرمی، در یک اقدام تحسین برانگیز شبایش مراسم عقدشان را به یک موسسه خیریه اهداء کردند. به گزارش گروه شهروند خبرنگار میلاذ لارستان از بیرم، در شب عید غدیر در مراسم عقد یک زوج جوان در بیرم، طی اقدام پسنده ای، بجای ریختن پول های شبایش بر روی سر عروس و داماد، بیشتر پول ها به مبلغ بیش از ۷ میلیون ریال جمع آوری و به نیابت از این زوج جوان به صندوق قرض‌الحسنه موسسه خیریه شهر بیرم اهدا شد.

هزینه جشن غدیر گراش، صرف کمک به نیازمندان شد

به گزارش میلاذ لارستان به نقل از خبرنگاری صدا و سیما، عضو هیات امنای حسینیه حضرت ابوالفضل (ع) گراش گفت: به دلیل شیوع کرونا و قمرز بودن وضعیت شهر گراش امکان برگزاری جشن روز عید غدیر محیا نبود؛ لذا مبلغی بالغ بر ۵۰ میلیون ریال هزینه این جشن به مجمع محمودی، افزود: این حرکت با هدف تامین کمک هزینه بیماران نیازمند و همچنین خرید اقلام بهداشتی انجام شد است.



هزینه جشن عید غدیر در گراش صرف کمک به بیماران نیازمند کرونایی شد.

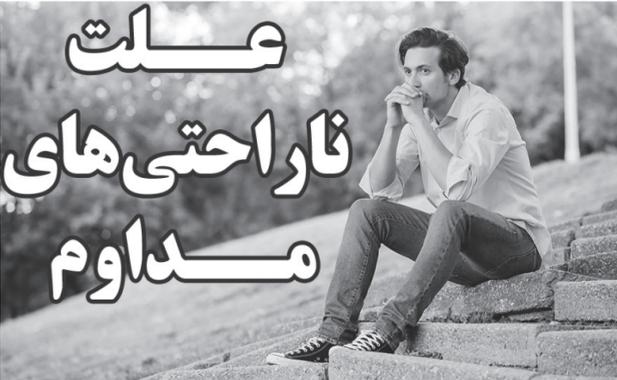
تقابل بایدن با پوتین و تهدید به جنگ با روسیه



بنابر اعلام رسانه ها، رئیس جمهوری آمریکا که در شمال ویرجینیا در اداره اطلاعات ملی آمریکا سخن می گفت، ولادیمیر پوتین رئیس جمهوری روسیه را به تلاش برای ایجاد اختلال در انتخابات میان‌دوره‌ای ۲۰۲۲ منتهم و در عین حال همتای روس خود را به وقوع یک جنگ تمام عیار تهدید کرد.

بنابر گزارش وب‌گاه هندوستان تایمز، جو بایدن، رئیس‌جمهور ایالات متحده آمریکا سه‌شنبه ولادیمیر پوتین، همتای روسی خود را به تلاش برای ایجاد اختلال در انتخابات میان دوره‌ای ۲۰۲۲ ایالات متحده متهم کرد؛ انتخاباتی که قرار است در نوامبر سال آینده برگزار شود. جو بایدن، رئیس‌جمهوری آمریکا سخنان خود علیه روسیه و ولادیمیر پوتین را در شمال ویرجینیا در اداره اطلاعات ملی این کشور و در برابر ۱۲۰ نماینده اطلاعاتی آمریکا بیان کرد. این آزمون برای ۴۳۵ کرسی در مجلس آمریکا است. در سنا هم قرار است که از میان ۱۰۰ کرسی درباره سرنوشته ۳۴ کرسی رای‌گیری شود. رئیس‌جمهور آمریکا با اشاره به «خطرناک» بودن پوتین ادعا کرد که همتای روسی او اقتصاد را هدایت می‌کند که فقط سلاح هسته‌ای دارد، نه هیچ چیز دیگر. بایدن این اظهارات را در مقابل ۱۲۰ نیروی اطلاعاتی این کشور در دفتر مدیر به آدرس www.larcity.ir سایت اینترنتی لار گپ به آدرس www.mesbahgroup.ir در دسترس همگان قرار گرفت.

جلسات توجیهی روزانه خود دریافت می‌کند، گفت: «ببینید روسیه از مدت‌ها پیش درباره انتخابات ۲۰۲۲ و اطلاعات غلط چه کارهایی انجام داده است.» بایدن بدون ارائه جزئیات بیشتر درباره این موضوع گفت که اقدامات رئیس‌جمهور روسیه «نقض کامل» حاکمیت ایالات متحده است. بایدن گفت: «پوتین یک مشکل واقعی دارد. او بالای سر اقتصادی نشسته است که سلاح هسته‌ای دارد؛ اما چیز دیگری ندارد. او می‌داند که واقعا در مضیقه است و از نظر من، همین او را حتی بیشتر خطرناک می‌کند.» رئیس‌جمهور ایالات متحده، در این سخنرانی همچنین به افزایش حملات سایبری اخیر از جمله باج افزارها که ادعا می‌شود، توسط مسکو انجام شده است، اشاره کرد. بایدن هشدار داد: «اگر در نهایت به سمت یک جنگ، یک جنگ تمام‌عیار واقعی با یک قدرت بزرگ پیش برویم، این امر نتیجه نقض قوانین سایبری خواهد بود.» وب‌گاه پولیتیکو هم در گزارشی درباره صحبت‌های اخیر بایدن نوشت که رئیس‌جمهوری آمریکا انتظار دارد تا همتای روسی‌اش، رفتارش را اصلاح کند. در این باره منتقدان کرملین می‌گویند که رئیس‌جمهوری آمریکا به‌جای اقدامات کوچک، باید قدم‌های بزرگ‌تری بردارد. اما برخی نیروهای داخلی کاخ سفید می‌گویند که به‌هم زدن تعادل پوتین می‌تواند عواقب خطرناک‌تری در پی داشته باشد.



چرا من ناراحتم؟ / علت ناراحتی‌های مداوم چیست؟ واقعا هیچ‌کس در دنیا وجود ندارد که بخواهد در غم و ناراحتی عمر خود را سپری کند، اما بسیاری از ما ممکن است از این واقعیت بی‌خبر باشیم که شادی واقعی زمانی میسر می‌شود که دانش‌مان را نسبت به خودمان افزایش دهیم. این بدان معنی است که در جهت بهبود رفاه و سلامت خود آگاهی بیشتری کسب کنید، مطالعه کنید و از همین الان به خودتان حق شاد بودن و شاد زیستن را بدهید.

آیا تا به حال از خود پرسیده‌اید که چرا همیشه ناراحت هستید و هرگز طعم شادی و رضایت از زندگی را نچشیده‌اید. همه ما در طول عمرمان برای شاد زیستن تلاش می‌کنیم و سعی داریم با دست زدن به کارهای مختلف مثل انتخاب

جلوگیری از بلوغ زودرسی کودکان



به گفته برخی روان شناسان سن بلوغ جنسی از دوره نوجوانی در برخی به سن کودکی رسیده است.

«بلوغ» مرز عبور از کودکی به دوران جدید نوجوانی و جوانی است، در واقع دختران و پسران در دوران بلوغ با مسائل جنسی و غرایز خود آشنا می شوند بنابراین دوران بلوغ دوران حساسی است که خانواده ها باید نسبت به فرزندانشان در نظر داشته باشند و به آنها کمک کرده تا به سلامت از این دوره بگذرند.

سالماتس که شاهد هستیم در کشور ما و خیلی دیگر کشورها که شبکه های ماهواره ای، فضاهای مجازی و بازی های اینترنتی در خانه ها فراوان شده سن بلوغ نیز کاهش یافته است یعنی اگر در گذشته سن بلوغ برای دختران ۱۲ سال و پسران ۱۴ سال بود، حال این سن پایین تر آمده است. اینجاست که وظیفه پدران و مادران برای تربیت جنسی فرزندانشان افزایش می یابد چرا که هیجان های این دوره بر نوجوانان باعث تنش ها و اضطراب های زیاد می شود و این هیجان ها گاه به لحاظ منفی باعث بروز خودارضایی و انحرافات دیگر جنسی ، مشکلات عصبی – روانی برای افراد می شود. دکتر غلامعلی افروز روان شناس مطرح کشور، در این چند روز در حساب توئیتری فضای مجازی خود نوشت که درصد قابل توجهی از دانش آموزان ۵ و ۶ ابتدایی بلوغ جنسی را تجربه می کنند. حقوق عاطفی و آموزشی دبستانی ها را پاس بداریم، آقا پسرهای دبستانی حق دارند از معلمان مرد خوش اخلاق و صبورو هوشمند و خلاق برخوردار باشند. این مهم برای رشد پسرانست شخصیت آنها فوق العاده است.

حال با این حساب شاهدیم که درصدی از جامعه سن بلوغشان به دوران کودکی رسیده است و اینجاست که هم خانواده ها و هم مدیران و مشاوران مراکز آموزشی و مدارس می بایست علی وعوامل این بلوغ زودرس را کشف کرده تا هم از آن جلوگیری کرده و هم اگر شاهد بلوغ جنسی زودرس بچه ها شدند بدانند چطور باید مهارت های مدیریت هیجانات جنسی را کسب کرده و به زبان ساده و کودک فهم به بچه ها منتقل کنند.

–علت بلوغ زودرس کودکان در این دوره چیست؟

تک فرزندی و معایب بلوغ زودرس

از عوامل بلوغ زودرس بچه ها، ارتباط کودکان با افراد بزرگتر از خودشان است. تک فرزندها دائما با پدر و مادر خود در ارتباط اند. بلوغ زودرس آسیب هایی را به دنبال دارد. بلوغ عقلی، بلوغ جنسی را کنترل می کند؛ اگر بلوغ جنسی، زودتر از بلوغ عقلی اتفاق بیافتد، آسیب هایی را به دنبال دارد، از جمله باعث اختلالات جنسی خواهد شد.

حسادت یکی از ویژگی های ناخوشایند در انسان ها است که گاه از دوران کودکی در وجود افراد ریشه می دواند وناشی از ترس ها، نامنی و احساس ناخوشی یا بدگمانی به افراد اطراف یا محیط است. کودکان به دلیل صراحت خاصی که دارند به راحتی عشق و نفرت یا حسادت خود را بروز می دهند اما بزرگسالن بیشتر می توانند آن را کنترل و مخفی کنند.

ممکن است کودک شما در سنین متفاوت نسبت به دیگر کودکان مثل خواهر یا برادر یا دیگران، یا وسایل شخصی دیگران احساس حسادت کند که علل آن تفاوت قائل شدن و مقایسه والدین، تندخویی، مراقبت بیش از حد آنها یا راقبت ناسالم بین بچه ها باشد که سبب لجبacht و حسادت یا کمبود اعتماد به نفس در بچه ها نسبت به دیگران می شود. حسادت کودکان نسبت به خواهر و برادر کوچکتر نمونه ای از این دست است که والدین در این زمینه می بایست هوشیار و مراقب باشند و در این طور مواقع تمرکزشان را نسبت به دیگران بچه ها از دست ندهند چرا که بذر حسادت را در وجودشان می کارند. علاوه بر اینها سختگیری و کنترل بیش از حد والدین باعث احساس ناراضایتی و حسادت در بچه ها نسبت به همسالانشان می شود.

***علائم حسادت کودکان**

برخی والدین سوال می کنند که این حسادت را چطور تشخیص دهیم؟ زمانی که بچه ها علامتی از قلدری بین دوستان یا خواهر و برادر نشان می دهند، مثلا اسباب بازی های خودشان را با کسی شریک نمی شوند یا زمانی که خود را با دیگران مقایسه می کند مثل اینکه وسایل و مهارت های خود را با دیگران مقایسه می کند و احساس ناراضایتی دارد، می تواند دچار حسادت شده باشد. گاهی اوقات شاید شاهد باشید که بچه ها

در خانواده های چند فرزند، فرزندان در دوران کودکی با خواهران و برادران خود وقت می گذرانند. ولی در خانواده های تک فرزند کودک همواره به کارهای پدر و مادر نگاه می کند و رفتارهای بزرگترها را تقلید و پیروی می کند که این باعث بلوغ زودرس میشود. از این رو توصیه می شود که تک فرزندها وقت بیشتری با همسالانشان بگذرانند!

مصرف بیش از حد داروهای اشتهاآور حاوی زینک نیز از عوامل بلوغ زودرس در کودکان است. مادران ناآگاهانه به هم داروهای حاوی زینک توصیه می کنند؛ بدون اینکه از عواقب آن خبر داشته باشند. بلوغ زودرس نه تنها سبب اختلالات جنسی می شود، بلکه باعث توقف رشد قدی کودکان نیز خواهد شد.

***تماشای بیش از حد تلویزیون و بلوغ زودرس**

طبق تحقیقات اخیر دانشمندان ایتالیایی؛ تماشای بیش از حد تلویزیون باعث بهم خوردن تعادل هورمون های بدن کودکان می شود و می تواند باعث بلوغ زودرس در کودکان بشود.

***هم نشینی بچه ها با بزرگتر از خودشان**
بچه هایی که با بزرگتر از خودشان همنشین می شوند، زودتر به سن عقلی می رسند. مثلا یک بچه ۱۰ ساله که با یک بچه ۱۴ ساله وقت می گذراند و دوستی می کند، ممکن است بچه ۱۴ ساله راجع به مسائل جنسی با او طوری صحبت کند که ۱۰ ساله نباید بشنود اما امروزه خیلی می بینیم که بچه ها بزرگتر از سن خودشان صحبت می

مسلم برای شاد بودن است.

۱. عدم وجود پشتیبان:

زمانی که ما احساس می‌کنیم باید قهرمان خودمان باشیم و باید از دیگران مراقبت کنیم. وقتی چنین شرایطی وجود داشته باشد، غم و اندوه ما زیاد می‌شود. در این حالت افرادی را پیدا کنید که به آن‌ها اعتماد دارید. در این دوره می‌توانید با اتکا به خانواده و دوستان، احساس کنید تنها نیستید. احساس غم و اندوه یک ضعف نیست و دیگران می‌توانند به شما کمک کنند.

۲. عدم توانایی برقراری ارتباط برای نیازهای خود:

غم و اندوه یک روزه به وجود نمی‌آید. ما انتظار داریم دیگران ذهن ما را بخوانند. ما به دیگران فرصت نمی‌دهیم که با مای واقعی آشنا شوند. زیرا ما از رد شدن می‌ترسیم. برای برقراری این ارتباط، لیستی از ارزش‌ها و اهداف خود بنویسید. سپس از دیگران کمک بخواهید. بگذارید دیگران لیست شما را ببینند و انتخاب کنند که چگونه می‌توانند به شما کمک کنند.

۳. از دست دادن هویت:

هویت ما زمانی که می‌خواهیم مردم در مورد ما فکر کنند، پیچیده می‌شود. به جای مخفی شدن در غم و اندوه، احساسات خود را به اشتراک بگذارید. وقتی ماسک می‌زنید، نمی‌توانید معتبر باشید و در این حالت نیازهای زندگی خودتان را برآورده نمی‌کنید. در

این حالت شما یخ می‌زنید و نسبت به رنج دیگران بی‌حس می‌شوید و خود را در انزوا قرار می‌دهید. این ماسک به نحوی است که دیگران را از درد شما دور کند، اما در دراز مدت کارایی ندارد و این ماسک شکسته خواهد شد. تظاهر کردن به بسیاری از چیزها شما را از هویت واقعی خودتان دور می‌کند.

۴. سختی:

مردم برای همه چیز راه‌حلهایی دارند. بزرگ‌ترین پاسخی که می‌توانید به خوتان بدهید این است که به غم و اندیشه خودتان احترام بگذارید و نگذارید تحت کنترل و سلطه آن درآیید. شما از سختی‌ها درس می‌گیرید. برای تحمل درد و رنج، خودتان را حفظ کنید و بهبود بخشید. با خودتان مهربان باشید که بهترین راه رفع غم و اندوه است.

۵. گفتگوی درونی منفی:

شما ارزش همه چیز را دارید. مناسفانه در حالت غم و اندوه، شما فکر می‌کنید که کم‌ارزش هستید. اما زمانی که شروع به داشتن دیدگاه مثبت نسبت به خودتان می‌کنید، شما خودتان را شایسته و مثبت‌تر می‌بینید. احساس می‌کنید که شایسته شاد بودن هستید.

۶. احساس عدم توانایی:

در حالاتی که غمگین هستید و بحران‌زده، احساس کمبود نیرو می‌کنید. شما تجربه‌های ناعادلانه‌ای داشتید. هیچ سیستم حمایتی نداشتید. در شرایطی که مشکلات زیادی به شما حمله‌ور شده‌اند، احساس ناتوانی می‌کنید

راهکارهای کاهش حسادت در کودکان



برای جلب توجه شما دست به کارهایی می زند مثل اینکه داد و فریاد می کند یا عصبانی می شوند ، پرخاشگری کرده و بچه های دیگر را آزار می دهند یا کارهایی می کنند که شما از انجام دادن آنها از سوی فرزندان تعجب می کند و انجاست که احساس می کنید بچه می خواهد جلب توجه کند.

***چرا حسادت تخریب کننده است؟**

حسادت یک احساس منفی است که تأثیر زیادی روی شخصیت فرزند شما دارد و اثراتش در کودکی و بزرگسالی شامل کاهش اعتماد به نفس، پرخاشگری و قلدری،احساس افسردگی و انزوا و … می شود.

روان شناسان معتقد هستند که با حسادت بچه ها می بایست به روش مناسب برخورد کرد چرا که بچه ها بایدباید بگیرند چطور احساسات منفی شان را کنترل و با تکنیک هایی بر آنها مسط شوند.

***با حسادت کودکان چه کنیم؟**

برای اینکه بتوانید با حسادت بچه ها درست برخورد کنید لازم است که نکاتی را مورد توجه قرار دهید:

حال به کودک خود آموزش دهید قبل از ورود به هر اتاقی در بزند. احياناً اگر کودکان یک دفعه وارد اتاق شما شد وانمود کنید اتفاق خاصی نیفتاده و هول نشوید و کودک را دعوا نکنید در این صورت کودک نسبت به مسائل جنسی ترس و احساس گناه پیدا می کند و تا آخر عمر ممکن است همراهش باشد.

***حال چه نکاتی را برای سلامت جنسی فرزندان باید رعایت کرد؟**

رعایت اصول اخلاقی جنسی در خانواده، نقش مهمی در سلامت جنسی کودکان دارد. علاوه بر پوشش مناسب، والدین باید از رفتارهای زیر در حضور فرزندان، پرهیز کنند :
پرهیز از دیدن فیلم های نامناسب جنسی که در آن زنان و مردان با پوشش های نامناسب، عریان و نیمه عریان، روابط و رفتارهای زننده، رقص های تحریک آمیز، معاشرت و روابط جنسی را به نمایش می گذارند.

پرهیز والدین از شوخی های رکیک و زننده، ایماها، اشاره ها، کنایه های جنسی، لمس و در آغوش کشیدن هم دیگر که معنی جنسی بدهد. پرهیز از ناز و نوازش، بوسیدن در حضور فرزندان. برخی والدین فقط به پوشش دختران حساس اند و دختران را بیشتر از پسران می پوشانند و حساسیتی روی برهنگی پسران در سنین کودکی و حتی تا بلوغ ندارند که ممکن است باعث سرخوردگی جنسی دختران در بزرگسالی شود. رعایت پوشش مناسب در خانواده کمک شایانی به رشد طبیعی جنسی

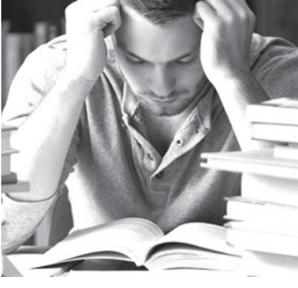
و یکی از دلایل ناراحتی و اندوه شما همین شرایط است.

۷. عدم تمرکز:

شما ممکن است زندگی خوبی داشته باشید، اما نمی‌دانید راه بعدی شما چیست. تا حدی سرگردان می‌شوید که تمرکز خود را از دست می‌دهید و خودتان را در آینده نمی‌شناسید. راهکار جدی در این شرایط این است که انتخاب کنید. طرز فکر شما همه چیزی است که اهمیت دارد. دوباره در این نقطه هم متخصصان گفتگوی درونی مثبت را پیشنهاد می‌دهند که تمرکز شما را بیشتر می‌کند.
الیزابت اسکات: «اگر گفتگوی منفی درونی دارید، احتمالاً سطح استرس بالاتر و عزت نفس پایین‌تری دارید»

۸. سرکوب احساسات در مورد «تغییر» در خود:

فقر، درد و بی‌عدالتی؛ مسائلی که خارج از توان



گفت؛ تو قوی و شجاع هستی و می توانی کارهای خودت را انجام دهی.
هشتم؛ عقده تکانی یعنی نگاه داشتن حسادت به زبان کودک است و لازم است آن را بیان کند و به پدر و مادر بگوید که کودک دیگر را دوست ندارد. برای حفظ خونسردی او اجازه دهید تا احساسش را بیان کند.

گاه کودک حسود می خواهد برادر یا خواهر خود را کتک بزند ، بهتر است یک عروسک بزرگ به او داد تا دق دلی اش را روی آن خالی کند.سعی کنید نقاط مثبتی را در کودک حسود پیدا کنید و او را بدان خاطر بستانید و همچنین دیگر راهکارها می تواند بازی درمانی و نقاشی کردن باشد که بچه ها از این طریق احساساتش را بیان می کنند و تخلیه روانی شده و اعتماد به نفسشان افزایش پیدا میکند.

چند نکته دیگر برای از بین بردن حسادت بچه ها این است که آرامش خود را حفظ کرده و بچه حسود را مقصر ندانید. برخی والدین هستند که منام به بچه شان برخی حسادت می زنند یا او را تحقیر می کنند. گفتن جمله هایی مثل اینکه تو باید از حسادت به برادرت شرمنده باشی یا فقط بچه های ترس و زبدل حسادت می کنند، حس و حال بدتری به بچه ها می دهد و تصویر ذهنی شان را ضعیف می کند. به جای چنین صحبت هایی بهتر است علت اضطراب یا ناراحتی را دربچه کشف کنید و آن را از بین ببرید اگر توجه بیشتر به فرزند دیگری است یا اگر مقایسه و هر چیز دیگری است می بایست با فرزندان صحبت و رفع شود و محبت و اعتماد به نفس در وجود بچه تقویت شود. گوش دادن به ترس ها و نگرانی ها می تواند به کودک کمک کند تا بر حسادت خودش غلبه کند.

زهرة سعیدی

شخصی ما هستند و ممکن است احساس کنیم که ما در شرایط فعلی نمی‌توانیم کاری کنیم. اما باید تلاش کنیم. می‌توانید بجنگید یا متوقف شوید. به جای سرزنش، ببینید چه کاری می‌توانید انجام دهید. همه چیز فورا تغییر نخواهد کرد، اما می‌توانیم تغییر ایجاد کنیم.

۹. افسردگی:

اگر این احساسات که در مورد آن نوشتیم شما را رها نمی‌کند، درونا با خودتان درگیرید، احساس غیرمفیدی دارید و شرایطی دارید که در مورد آن توضیح دادیم گریبان شما را گرفته است، ممکن است دلیل آن افسردگی باشد. غم و اندوه ماندگار و احساس پوچ و خالی داشتن، نشانگر افسردگی است. آمادگی داشته باشید و نزد متخصص بروید و به خودتان برای درمان زمان بدهید.



درستی و با عبارات قابل فهم به سوالات کودک پاسخ دهند و اگر کودک در این خصوص نگرانی هایی داشت و نتوانست سر صحبت را باز کند، لازم است خودشان آغاز کننده صحبت باشند. کودکان از سه تا شش سالگی متوجه تفاوت های جنسیتی خود با جنس مخالف می شوند و با الگوبرداری از بزرگترها بازی می کنند، یعنی در قالب دکتر و مریض، دکتر و پرستار، عروس و داماد، بابا و مامان … به معاینه و کاوش بدن یکدیگر می پردازند.

لازم است والدین دچار ترس و دلپره نشوند و کودک خودشان را تنبیه نکنند، زیرا انجام بازی های جنسی در این سن تا حدودی طبیعی بوده و بدون منظور و فقط از روی کنجکاوی و بدون هیچگونه احساس جنسی انجام می شود.

***چطور بفهمیم فرزندانمان به بلوغ زودرس رسیده‌اند؟**

بطور کلی رسیدن به بلوغ در دخترهای زیر هشت سال و در پسرها زیر نه سال بلوغ زودرس محسوب می شود. البته این طور نیست صرفا با دیدن یک نشانه فکر کنید که بچه شما بالغ شد است، چون فرایند رسیدن به بلوغ حدود چهار سال طول می کشد، ولی برای مثال اگر دختری در هفت سالگی نشانه های جسمانی مثل بزرگ شدن سینه ها و یا رویش مو را داشته باشد و یا در پدر پسرها بزرگ شدن بیضه ها و آلت تناسلی رو شاهد باشیم، می توانیم تشخیص بلوغ زودرس رو بگذاریم. در این شرایط بهتر است به پزشک مراجعه کنید. عموما این بچه ها قدشان بلندتر از همسالانشان می شود.

الان شنیده‌ها حاکی از آن است که خیلی از والدین بچه هایشان را به پزشک غند تاخیر ببانندازند این والدین به نظر خود می‌خواهند فرزندان دیر به بلوغ برسند، در حالیکه این یک کار اشتباه است و مشکلاتی برای تخمدان‌ها یا بیضه‌ها ایجاد می‌کند و بر عملکرد نرمال بچه اثر منفی می‌گذارد. در هر حال به طورکلی سن رسیدن به بلوغ به ژن و سن بلوغ والدین نیز مرتبط است ، البته در بچه های چاق و نواحی گرمسیری امکان زودتر شدن بلوغ و یا در خانواده هایی که مشکلات و اختلالات بیشتر است، بیشتر است.

خانواده‌ها باید این نکته را در نظر داشته باشند که بلوغ زودرس هیچ ایرادی ندارد بهتر است که اطلاعاتمان را نسبت به بلوغ بالاتر ببریم تا بچه‌ها کمتر دچار اضطراب بشوند . اگر مسائل جنسی متناسب با سن کودکان و بنا بر ارزش‌های اجتماعی و حفظ خانواده به آنها آموزش داده شود موجب شکل‌گیری اطلاعات درست و صحیح در آنها می‌شود.

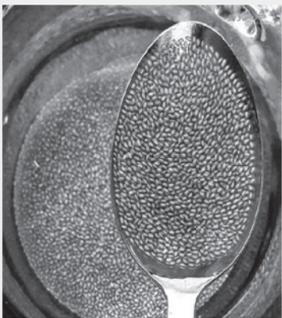
برخی از والدین گمان می‌کنند که نباید مسائل جنسی را به کودکان خود آموزش داد چراکه در این صورت کنترل آنها را از دست می‌دهند؛ در صورتی که دادن اطلاعات صحیح به کودکان و متناسب با سن آنها باعث می‌شود که اطلاعات غلط وارد سیستم آنها نشود و رو به رفتارهای پرخطری نیفتادند. آموزش مسائل جنسی به کودکان سبب شده تا بتوانند از خودشان محافظت کنند؛ بنابراین اطلاعات جنسی باید توسط والد، مشاوره همجنس، معلمان یا بنابر توافق والدین توسط خواهر و برادر بزرگ‌تر همجنس به کودک و نوجوان آموزش داده شود.

خبرگزاری فارس

حرارت ملایم قرار دهید و همچنان هم بزنید تا به جوش آید.
نکته: به محض حل شدن پودر انبه و اضافه کردن نمک و فلفل باید محلول را روی حرارت بگذارید، در غیر اینصورت پودر انبه دوباره ته نشین میشود و دوباره باید آن را هم بزنید.
بعد از جوشیدن، سس انبه کم کم غلیظ میشود و چیزی حدود ۱۰ دقیقه طول میکشد تا به غلظتی شبیه ماست برسد. بعد از این مدت، سس انبه را از روی حرارت برداشته و پس از سرد شدن داخل ظرفی در بسته ریخته و در یخچال نگهداری کنید.
به عنوان نکته پایانی این موضوع را در نظر داشته باشید که سس انبه بر اثر ماندن در یخچال و سرد شدن، باز هم غلیظتر میشود، پس دقت کنید تا غلظت سس گرم، بیش از اندازه نشود.

سخن آخر
علاوه بر سس انبه که درباره طرز تهیه آن گفتیم، شما میتوانید از این میوه خوشمزه به طرق دیگری هم استفاده کنید. مثلا انواع سالادهای میوه، انواع یخمکها و بستنیها و مربا یا ترشی انبه هم بسیار خوشمزه هستند و پیشنهاد میکنیم حتما این موارد را امتحان کنید. به علاوه خود میوه خام انبه هم بسیار پرخاشی و خوشمزه است و بهتر است حتما آن را در سبد غذایی خانواده خود بگنجانید.

روش صحیح شستن خاکشیر



خاکشیر یکی از شربت های سنتی ما ایرانیان است که برای رفع تشنگی روزه داران بسیار مفید است. خاکشیر املاح و شن ریزه هایی دارد که اگر به درستی شسته نشود می تواند برای شما مشکلاتی ایجاد کند.

نحوه شستن خاکشیر با این روش صحیح است

خاکشیر یکی از بهترین شربت ها برای رفع تشنگی و عطش در روزهای گرم سال است، فقط باید بدانید که باید شستن خاکشیر و اصطلاحا ریگ شوری آن لم خاصی دارد. برای شستن خاکشیر، مقداری از خاکشیر را در یک کاسه بزرگ می ریزیم و به آن آب اضافه می کنیم. در این حالت خاکشیر حالت گلوله ای پیدا می کند. بنابراین باید با قاشق یا چنگال آن را هم بزنید تا به مرور ته نشین شود.

اگر خاکشیر دارای برگ و خاشاک است، بهتر است مدتی در آب باشد تا برگ های شستن خشک شود. بعد از این کار آب ظرف را خیلی آرام خالی می کنیم. دوباره ظرف را از آب پر می کنیم و کنار می گذاریم و باز هم روی سطح آب را خالی می کنیم. این کار را تا جایی تکرار می کنیم که دیگر هیچ برگ و خاشاک روی آب نباشد و آب روی خاکشیر کاملا زلال باشد.

در مرحله بعدی شستن خاکشیر یک ظرف بزرگ تر بر می داریم (بهتر است از ظروف روی استفاده شود) و خاکشیر را آرام هم

می ریزیم و در ظرف بزرگ تر می ریزیم. این کار را برای این انجام می دهیم که اگر شن یا سنگریزه ای ته ظرف جمع شده است با خاکشیر مخلوط نشود و ته همان ظرف بماند. شن های ته ظرف را خالی می کنیم و ظرف را می شویم و دوباره عمل شستن را تکرار می کنیم (یعنی خاکشیر را آرام هم می ریزیم و وارد ظرف دیگر می کنیم). برای شستن خاکشیر باید این کار را چند مرتبه تکرار کنیم تا دیگر هیچ شنی کف ظرف باقی نماند. (از آب شست و شو می توانید برای آبیاری گلدان استفاده کنید.)



طرز تهیه سس انبه با پودر انبه

بهتر است سس انبه برای سمبوسه و بعضی ساندویچها کمی تندتر باشد. بنابراین شاید اضافه کردن کمی فلفل قرمز بد نباشد. البته این موضوع هم کاملا سلیقه های است و میتوانید فلفل را به طور کامل حذف کنید. در صورتی که انبه تازه در اختیار نداشتید، این دستور را امتحان کنید.

پودر انبه: یک قاشق سوپخوری
آب: نصف پیمانه
سرکه سفید: دو سوم پیمانه
نمک: به مقدار لازم
فلفل قرمز (در صورت تمایل): یک چهارم قاشق چایخوری
دستور تهیه:

ابتدا سرکه سفید و آب ار داخل ظرفی مناسب ریخته و پودر انبه را به آن اضافه کنید. باید محلول را خوب هم بزنید تا پودر انبه کاملا در آب و سرکه حل شود. در صورتی که این مرحله را به خوبی انجام ندهید، با حرارت دیدن، پودر انبه حل نشده به صورت گلوله گلوله درآمده و دیگر حل کردن آن کار سختی خواهد بود.
حالا مقدار کمی نمک اضافه کنید. اگر میخواهید سس انبه تندی داشته باشید، در همین مرحله فلفل قرمز هم باید اضافه شود. پس از آن ترکیب سس انبه را روی



طرز تهیه سس انبه

الی ۳ دقیقه با هم تفت دهید.
نکته: توجه داشته باشید که ترکیب ادویهها کاملا اختیاری است. ادویه های دیگری هم وجود دارند که سس انبه را بینهایت خوشمزه میکنند و شما بنا بر ذائقه خود میتوانید از آنها هم استفاده کنید. ادویه هایی مثل زنجبیل، جوز هندی، برگ بو، سیاهدانه و ...
بعد از اضافه کردن ادویهها نوبت اضافه کردن شکر و پودر سیر است. پس از یک تفت مختصر، باید گوشت خشک شده انبه، آب انبه، آب و آبلیمو را اضافه کنید و همه

چرا مردم ژاپن و چین از چوب برای خوردن غذا استفاده میکنند؟



با چوب غذا خوری دشوار است. برای بار اولی که این میلهها را در دستانتان بگیرد انتظار نداشته باشید بتوانید حتی کوچکترین غذایی را هم با آن بردارید.
برای نگه داشتن این چوب ها در دست روشهای مختلفی وجود دارد اما با طی کردن مراحل زیر و تمرین میتوانید با آن ها غذایتان را میل کنید.
البته غذا خوردن با چوب چابستیک برای شما که تازه کار هستید بسیار سخت خواهد بود، اما به محض اینکه یاد گرفتید با لذت بیشتری غذایتان را میل میکنید.

آداب جالب استفاده از چاپ استیک در کشورهای مختلف

در مجموع استفاده از چوب های چابستیک در هنگام غذا خوردن آداب خاصی دارد، مهم نیست که شما در کدام یک از کشورهای شرق آسیا باشید، اگر وارد یک رستوران شدید و تصمیم گرفتید که غذای محلی آن کشور را سفارش دهید و با چابستیک غذا بخورید باید این آداب را بدانید.
عموما در رستوران ها چابستیک های بسته بندی شده و یک بار مصرف به گردشگران داده می شود، چوب ها به یکدیگر چسبیده اند و بایستی آن ها را از یکدیگر جدا کنید، اکنون با دو چوب غذایی که در دست دارید، می توانید غذای خود را به شیوه مردم چین بخورید.
از دیگر آداب غذا خوردن با چوب چابستیک این است که هنگامی که غذای خود را تمام کردید یا اینکه سیر شده اید، باید چوب ها را در کنار یکدیگر روی ظرف غذای خود بگذارید، طوری چوب ها را روی لبه ظرف بگذارید که سمت انتهایی چوب ها رو به شما نشانه رفته باشد، اگر در کنار بشقاب غذای شما مکان قرار

محبوب شدند و هنوز هم به عنوان وسیله غذا خوری اصلی انتخاب می شوند.
در حالی که چاپ استیک اولیه اغلب از مواد ارزان قیمت ساخته نمی شد، مانند بامبو و بعد چوب غذاخوری نقره در زمان سلسله ای چینی برای جلوگیری از مسمومیت غذایی مورد استفاده قرار گرفت.
اعتقاد بر این بود که اگر آن ها با هر گونه زندگی سعی در تماس باشند، ظروف نقره به رنگ سیاه تبدیل خواهند شد و متأسفانه برای آن هایی که در این روش دخیل هستند، نقره وقتی که با امثال سیانور یا آرسنیک و دیگر سموم در تماس باشد سیاه نمی شود. اما به طور حتم اگر ماده ای از سیر، پیاز یا تخم مرغ گندیده باشد، قطعاً تغییر رنگ خواهد داد که همه آن ها سولفید هیدروژن را آزاد می کنند که با نقره واکنش می دهد و باعث تغییر رنگ خواهد شد. برای هر کسی که تا به حال برای خوردن برنج با چوب غذاخوری مشکل داشته باشد، ممکن است تعجب آور باشد که چرا کسی این ظرف مخصوص را برای مصرف چنین غذاهایی انتخاب می کند و شاید یکی از اولین وسایل آشپزخانه مانند قاشق در اینجا بهتر عمل می کند.
اما همانطور که می بینید، در آسیا اکثر برنج با یک نوع دانه های کوتاه یا متوسط غالباً ویتنام نیز منتقل شد و یک تفاوت متمایز بین چوب غذاخوری ژاپنی و چینی این بود که اولی از یک تکه از بامبو ساخته شد که به پایه متصل بود. علاوه بر این، چوب غذاخوری ژاپنی در اصل برای مراسم مذهبی مورد استفاده قرار گرفت و با توجه به تفاوت های آن ها، چوب غذاخوری در هر دو کشور

شکر قهوه ای یا عسل: یک قاشق غذاخوری
زردچوبه: نصف قاشق مرباخوری
روغن زیتون: یک چهارم پیمانه
آبلیمو: ۳ قاشق غذاخوری
نمک: یک قاشق مرباخوری
فلفل سیاه: نصف قاشق چایخوری
پاپریکا: یک قاشق غذاخوری
پودر سیر: نصف قاشق چایخوری
دانه خردل: یک قاشق چایخوری
دانه زیره سبز: ۲ قاشق چایخوری
پودر گشنیز: نصف قاشق چایخوری
پودر شنبلیله: یک قاشق چایخوری
دستور تهیه:

ابتدا انبه را خوب شسته و هسته و پوست آنها را جدا کرده و روی آنها نمک بپاشید. سپس انبهها را داخل ظرفی شیشه ای و استریل ریخته، در آن را ببندید و ظرف را به مدت ۵ روز در محیط باز و زیر نور خورشید قرار دهید تا میوه انبه، آب بیندازد.

بعد از گذشت این مدت، آب انبه را از گوشت آن جدا کرده و کنار بگذارید. گوشت انبه را هم روی پارچهای تمیز بپن کنید و اجازه دهید حدود ۳ الی ۴ ساعت بماند تا کاملا خشک شود.

در ظرفی مناسب مقداری روغن بریزید و بگذارید گرم شود. سپس پودر خردل، شنبلیله، گشنیز و پاپریکا و همچنین زردچوبه، زیره و فلفل را اضافه کرده و ۲

سس انبه یک چاشنی پرترفدار و خوشمزه است که در کنار انواع ساندویچها و فینگر فودها و شیرینیجات قابل استفاده است. در این مقاله شما را با طرز تهیه سس انبه با پودر انبه و طرز تهیه سس با انبه تازه آشنا خواهیم کرد. اگر از طرفداران فلافل باشید، حتما نام سس انبه را هم شنیده‌اید. در واقع سس انبه برای فلافل، برای سمبوسه و در کنار فینگر فودها و انواع ساندویچهای گرم مثل ساندویچ همبرگر و ... سرو میشود. به علاوه سس انبه برای کیک و انواع سالادها هم استفاده میشود. سس انبه طعمی ترش و شیرین و گاهی تند دارد که هم میتوان آن را با میوه تازه انبه درست کرد و هم با پودر انبه که در عطاریها میفروشند. به شما اطمینان میدهم چنانچه اصول گفته شده در این مقاله را به درستی رعایت کنید، سس انبه خانگی شما بسیار بهتر از سسهای آماده خواهد شد.

طرز تهیه سس انبه با انبه تازه:
سس انبه ای که با انبه تازه تهیه میشود، تا یک هفته در یخچال قابل نگهداری است. به علاوه شما میتوانید میزان تندی یا ترشی و شیرینی این سس را بنا به طبع و ذائقه خود تنظیم کنید.

مواد لازم
انبه تازه: ۲ عدد
آب: نصف پیمانه

طرز تهیه

نرگسی سیب زمینی



نرگسی سیب زمینی یک غذای فوری و ساده است. غذایی که ماده اصلی آن سیب زمینی است و میتوانید با انواع ادویههای دلخواه خود، آن را مزه دار کنید.

طرز تهیه:

نرگسی سیب زمینی با مواد ساده ای تهیه میشود و عطر و بوی سیر و گشنیز خوشمزه ای آن را چند برابر میکند. برای زمانهایی که در پی درست کردن یک غذای لذیذ و فوری هستید، حتما این گزینه را امتحان کنید.

مواد لازم
سیب زمینی متوسط: ۴ عدد
سیر: ۴ حبه (یا یک قاشق چایخوری پودر سیر)

تخم مرغ آب پز: ۲ عدد
گشنیز ریز شده: یک دسته کوچک
پودر تخم گشنیز: به مقدار لازم
زرد چوبه، نمک و فلفل: به مقدار لازم
شیر: یک قاشق غذاخوری
آرد سوخاری یا پودر نان: به مقدار لازم
دستور تهیه:

برای شروع کار، سیب زمینیها و یکی از تخم مرغها را آب پز کنید. بعد از سرد شدن، سیب زمینیها را کاملا له کرده یا بکوبید و به آن نمک، فلفل، پودر سیر و تخم گشنیز اضافه کنید. تخم مرغها را هم به چهار قسمت مساوی تقسیم کرده و کنار بگذارید.

نکته: در نرگسی سیب زمینی هر تخم مرغ برای چهار عدد نرگسی کافی است. در ظرفی مناسب، تخم مرغ خام را شکسته و شیر را به آن اضافه کنید و خوب بزنید تا مایه ای صاف و یکدست حاصل شود. در یک ظرف مناسب دیگر هم مقداری آرد سوخاری ریخته و کنار دست خود بگذارید.

از سیب زمینیها گلولههایی به اندازه یک نارنگی برداشته و داخل آن را گود کنید. سپس یک برش از تخم مرغ آب پز شده را داخل آن قرار داده و با دست آن را پوشانده و سیب زمینی را به شکل یک گلوله نسبتاً کوچک درآورید.

گلولههای سیب زمینی را اول داخل مخلوط تخم مرغ و شیر و پس از آن در آرد سوخاری بغلطانید و در روغن سرخ کنید. حرارت شعله حین سرخ کرده سیب زمینیها باید متوسط باشد.

دقت داشته باشید که رویه سیب زمینیها اجازه نمیدهد این غذا روغن زیادی به خود جذب کند. به علاوه هر چقدر دانههای آرد سوخاری درشتتر باشند، نرگسی سیب زمینی خوشمزهتری خواهید داشت.
نکته: شما میتوانید ادویههای دلخواه خود را به آرد یا پودر نان اضافه کنید.

نکات مهم برای تهیه خیار شور خانگی



دور ظرف خیارشور را گچ بگیرد تا مانع داخل شدن هوا به ظرف شود.
می توانید خیارشور را داخل شیشه نوشابه ی خانواده بریزید. به این صورت که از خیارهای ریز استفاده کنید و به دلیل اینکه در آن محکم

ببندید.
نکاتی برای تهیه خیارشور خانگی
خیارشور به عنوان چاشنی برای انواع سالاد، دسر و غذا بکار می رود به طرز جالبی طعم غذا را دلنشین می سازد و بسته به طرز تهیه آن میتواند برای بدن انسان مفید یا مضر باشد. در کشورهای دیگر از جمله ایالات متحده همراه باشوید و در ساندویچ بکار برده میشود. با رعایت نکات زیر می توانید درون منزل تان اصطلاحا خیارشورهای بازاری درست کنید.

خیارشور به عنوان چاشنی برای انواع سالاد، دسر و غذا بکار می رود به طرز جالبی طعم غذا را دلنشین می سازد و بسته به طرز تهیه آن میتواند برای بدن انسان مفید یا مضر باشد. در کشورهای دیگر از جمله ایالات متحده همراه باشوید و در ساندویچ بکار برده میشود. با رعایت نکات زیر می توانید درون منزل تان اصطلاحا خیارشورهای بازاری درست کنید.

نکاتی برای تهیه خیارشور خانگی
خیارشور به عنوان چاشنی برای انواع سالاد، دسر و غذا بکار می رود به طرز جالبی طعم غذا را دلنشین می سازد و بسته به طرز تهیه آن میتواند برای بدن انسان مفید یا مضر باشد. در کشورهای دیگر از جمله ایالات متحده همراه باشوید و در ساندویچ بکار برده میشود. با رعایت نکات زیر می توانید درون منزل تان اصطلاحا خیارشورهای بازاری درست کنید.

چند نکته مهم در تهیه خیارشور :
-سرکه داخل خیارشور نریزید چون باعث کپک زدن خیار شور می شود.
-روی ظرف خیارشور تکه ای نان را به اندازه دهانه ظرف قرار دهید و در ظرف را محکم ببندید.

بررسی تاثیر کاکل ذرت در دفع سنگ کلیه



کاکل ذرت و داروی تامسولوسین، کاهش معنی داری در تعداد سنگ ها، میزان درد و اندازه سنگ ها در گروه مداخله و گروه کنترل مشاهده شد؛ با این وجود این تغییرات به طور کلی بین گروه مداخله و گروه کنترل از نظر آماری معنی دار نبودند.

بررسی‌ها از نظر کارایی درمان بعد از مداخله نشان داد که در گروه تامسولوسین ۱۷/۵ درصد به طور کامل و ۳۲/۵ درصد به طور نسبی درمان شدند. همچنین افرادی که کاکل ذرت مصرف کرده بودند، ۲۵ درصد به طور کامل و ۲۷.۵ درصد به طور نسبی درمان شدند.

نتایج این پروژه تحقیقاتی با عنوان «مقایسه اثر کاکل ذرت و تامسولوسین بر کاهش درد و میزان دفع سنگ‌های چهار تا ۱۰ میلی متر کلیه و حالب مراجعه کننده به کلینیک اورولوژی شهیدفتح یاسوج در سال ۹۸» در پایگاه نتایج پژوهش‌های سلامت کشور منتشر شده و صدرا... محرابی، مجید حیدری، ناهید شاکری و دکتر حسین صادقی؛ پژوهشگران دانشگاه علوم پزشکی یاسوج در انجام این طرح تحقیقاتی مشارکت داشتند.

منبع: ایسنا

نکاتی برای تشخیص و درمان خانگی اگزما صورت



گذازد و باعث تحریک، خشکی، خارش و بیثورات پوستی می شود.

همچنین تغییر در وضعیت آب و هوایی، آلودگی هوا، استرس، مواد شیمیایی موجود در شوینده های خانگی، برخی مواد غذایی می‌تواند از فاکتورهای خارجی موثر در بروز اگزما صورت باشد.

آیا درمان خانگی برای عارضه درماتیت آتوپیک وجود دارد؟

یک روش موثر برای کنترل علائم بیماری در خانه، شناسایی عوامل تحریک کننده اگزماست. گزارشی از فعالیت‌ها و مواد غذایی مصرفی پیش از بروز علائم بیماری تهیه کنید تا به شناسایی عوامل محرک در بروز اگزما کمک کند. کاهش سطح استرس نیز می‌تواند کمک کننده باشد. خواب کافی و باکیفیت و داشتن یک رژیم غذایی متعادل و سالم می‌تواند استرس را کاهش دهد.

دیگر نکاتی که التهاب و حساسیت پوست را کاهش می‌دهد، شامل موارد زیر می‌شود:



روزانه پوست خود را به خصوص پس از دوش گرفتن مرطوب کنید.

برای کاهش التهاب کمپرس سرد روی پوست خود قرار دهید.

برای تسکین پوست مستعد اگزما از روغن های حد سیستم ایمنی می‌تواند به بروز علائم این بیماری منجر شود. سیستم ایمنی بدن واکنش التهابی ایجاد می کند که روی پوست تاثیر می

منبع: ایسنا



دستکش‌های استریل هم لزوماً جلوی انتقال میکروب‌ها را نمی‌گیرند چراکه سوراخ‌های ریزی دارند که میکروب از آن‌ها عبور می‌کند. همچنین حین عمل (وقتی عمل طولانی است و بیش از دو ساعت است) بیش از یک سوم دستکش‌های جراحان سوراخ می‌شوند پس دست باید ضد عفونی باشد تا موجب انتقال میکروب‌ها نشود.

به جراحان توصیه شده است به مدت ۵ دقیقه تا آرنج و زیر هر ناخن را دست بکشند تا خطر آلودگی را کاهش دهند. استفاده از آب گرم باعث افزایش اثر صابون می‌شود اما آب خیلی گرم موجب پاک شدن اسیدهای محافظ پوست می‌شود و این یک نکته مهم برای همه ما است.

شستن دست‌ها را نوعی آرامبخش عصبی نیز می‌توان توصیف کرد. شستن دست‌ها به شدت در مغز ما طنین‌انداز می‌شود و پیام‌هایی بهداشتی را به ما می‌فرستد. پس شستن دست‌ها را نباید فقط یک انتخاب بدانیم، بهداشت عمومی ما به شستن دست‌های ما وابسته است. اغراق نکرده‌ایم اگر شستن دست‌ها را بنیاد رعایت بهداشت عمومی بدانیم. هیچ عضوی به اندازه دست نمی‌تواند ناقل ویروس‌ها و باکتری‌ها باشد به همین خاطر است که پاکیزه نگه داشتن آن‌ها قدم اول برای حفظ سلامتی در برابر ویروس‌ها و باکتری‌ها است.

مدعی هستند که بدون کم‌خوری و نیاز به انجام فعالیت بدنی می‌توانند مقادیر زیادی از کاهش وزن را برای شما ایجاد کنند، همین مسئله باعث بروز خطرات بسیار جدی برای افراد می‌شود که برخی از این خطرات کوتاه‌مدت و برخی از آن‌ها بلند مدت هستند. از جمله عوارض کوتاه مدت این داروها و قرص‌ها می‌توان به عوارض گوارشی مثل دل درد، حالت تهوع اسهال و در بعضی از موارد بروز عوارض عصبی اشاره کرد. همچنین در مواردی، حالت‌هایی مثل پرخاشگری و عدم تحمل و مشکلاتی که باعث عوارض دنباله دار دیگری می‌شوند به وجود می آید.

در برخی از موارد شاهد اثرگذاری این داروها و جذب چربی‌ها در بدن هستیم و در نتیجه ویتامین‌های محلول در چربی جذب بدن می‌شوند و بعد از یک مدت افراد با کمبود املاح و ویتامین‌هایی مواجه می‌شوند برخی از این قرص‌ها روی اشتهای افراد اثر می‌گذارد بعضی از پودرها نیز میزان فیبر بسیار بالایی دارند و مصرف ۲ تا ۳ بار در روز آن‌ها برای افراد می‌تواند در طولانی مدت منجر به عوارض گوارشی مثل نفخ اسهال و احساس سیری کاذب در فرد شود.

در برخی از افراد عوارض طولانی مدت می‌تواند منجر به بروز مشکلات قلبی و عروقی، افزایش فشار خون، عوارض کبدی و کلیوی و حتی مرگ شود. از عوارض مصرف این قرص‌ها باید به بروز عوارض پوستی ریزش مو و مهتر از همه مسئله نقص سیستم ایمنی اشاره کرد همین مسئله خطر بیماری‌های مختلف به ویژه ابتلا به کووید ۱۹ را افزایش می‌دهد.

راه‌های میانبر لاغری و چاقی، جز اثرات منفی سود دیگری ندارد

کاهش وزن درست و اصولی باید باعث ارتقاء سلامتی ما بشود و فقط عدد وزنمان را کم نکند نکته حائز اهمیت این است که کاهش وزن بیش از ۴ کیلوگرم در ماه یعنی بیش از یک کیلوگرم در هفته می‌تواند باعث شکسته شدن عضلات بدن و از دست رفتن پروتئین‌های بدن آسیب سیستم ایمنی بدن و عوارض جدی باشد.

توصیه می‌شود قبل از مصرف هر مواد دارویی، ابتدا به تاییدیه پزشک و متخصص اهمیت بدهند. روشی که برای کاهش وزن شما انتخاب می‌شود متناسب با شرایط فردی شماست برای مثال افرادی که دچار دیابت فشار خون بالا و مشکلات کبدی هستند به دلیل مصرف داروهایی که برای درمان بیماری زمینه‌ای شان دارند به هیچ وجه نباید خودسرانه دارو استفاده کنند و حتماً باید برای جلوگیری از تداخل دارویی با پزشک معالج در ارتباط باشند.

بهترین راه برای کاهش وزن با استفاده از یک رژیم غذایی علمی و درست همراه با افزایش فعالیت بدنی است و باید راه‌های میانبر را فراموش کنیم.



عادات‌هایی که با رفتن کرونا نباید ترک شوند



بسیار بالا است. برای مثال یک گرم از مدفوع انسان حاوی یک تریلیون میکروب است. لذا بعد از توالت رفتن حتماً باید دست‌ها را شست. تحقیقات نشان می‌دهند که شستن دست‌ها تا ۴۰ درصد احتمال ابتلا به انواع اسهال را کاهش می‌دهد. شستن دست‌ها قبل از غذا خوردن یکی از ضروریات است. شستن دست‌ها برای جراحان بسیار بسیار ضروری است. در قرن نوزدهم مشخص شد که ضدعفونی کردن دست‌ها قبل از جراحی احتمال ابتلای بیمار به عفونت را بسیار پایین می‌آورد به همین خاطر در ابتدای قرن نوزدهم شستن دست‌ها برای جراحی به یک قاعده تبدیل شد که باید رعایت شود. حتی

هر چه این ممکن است معنی یک بار در روز را داشته باشد. ۵۸ درصد از افراد این پژوهش دیده‌اند دیگران بدون شستن دست از دستشویی خارج می‌شوند. بیش از نیمی از آن‌ها گفتند که پس از حمل و نقل عمومی، استفاده از تجهیزات اشتراکی یا جابه‌جایی پول دستانشان را نشت‌اند و ۳۹ درصد اظهار داشتند که پس از عطسه یا سرفه روی دست دست‌ها را نشت‌اند. برخی از دیگران از داده‌ها نشان می‌دهند که تا قبل از همه‌گیری، رعایت دستورالعمل‌های بهداشت دست در بین پرستاران در کشورهای مختلف تنها ۴۰ درصد بوده است. اهمیت شستن دست در بهداشت فردی

یکی از عاداتی که در دوران کرونا فراگیر شد شستن دست‌ها است که باید بعد از پایان همه‌گیری هم آن را حفظ کنیم.

ماسک زدن و شستن دست‌ها برای بسیاری از افراد تجربه جالب توجهی بوده است. بسیاری از افراد بیان می‌کنند که کمتر از سال‌های قبل از شیوع کرونا مریض شده‌اند و از این حیث سالم‌تر بوده‌اند. اما در برخی از کشورها که موج همه‌گیری کنترل شده است و واکسیناسیون انجام شده است تعداد سرماخوردگی‌ها بالاتر رفته است چراکه افراد عادات بهداشتی خوبی که در دوران کرونا آموخته بودند را کنار گذاشتند. این به ما هشدار می‌دهد که شستن دست‌ها را باید جدی بگیریم.

دست‌های ما روزانه با صدها سطح تماس دارند و صدها هزار میکروارگانیسم را به خود جذب می‌کنند. البته بیشتر این میکروب‌ها مضر نیستند اما با توجه به اینکه در هر ساعت ۱۶ بار به‌طور میانگین صورت خود را لمس می‌کنیم احتمال ورود میکروب‌های عفونی به بدن بالاتر می‌رود.

سال گذشته تأکید اصلی بهداشتی روی شستن دست‌ها به عنوان یکی از راه‌های مؤثر جلوگیری از ابتلا بود. در یک نظرسنجی آنلاین از ۱۰۰۰ بزرگسال آمریکایی در سال ۲۰۱۲، ۷۱ درصد از پاسخ دهندگان گفتند که به طور منظم دست خود را می‌شستند،

نشانه‌های مهم

خون‌ریزی داخلی بدن



وجود خون در استفراغ و مدفوع، ضعف عمومی، بی حالی و سرگیجه نشانه‌هایی از خونریزی داخلی هستند که گاهی فقط با آزمایش نمایان می‌شوند.

منظور از این خون‌ریزی، خون‌ریزی داخلی شکمی ارگان‌هایی مثل طحال، کبد، کیسه صفرا، روده، معده، اثنی عشر، آئورت و رگ‌هاست.

شایع‌ترین خون‌ریزی شکمی با ایجاد زخم در معده و اثنی عشر رخ می‌دهد. این زخم می‌تواند ناشی از استفاده زیاد مسکن‌ها مثل بروفن و ژلوفن باشد. آنورسپم و پارگی جدار آئورت هم بسیار خطرناک و کشنده است. در هنگام تصادف، طحال اولین ارگان بدن است که دچار خونریزی می‌شود؛ خونریزی کیسه صفرا و کبد هم خطرناک است.

وجود خون در استفراغ و مدفوع، ضعف عمومی، بی حالی و سرگیجه نشانه‌هایی از خونریزی داخلی هستند که گاهی فقط با آزمایش نمایان می‌شوند و بیمار باید تحت بررسی آندوسکوپی و رادیوگرافی قرار گیرد.

بنابراین با ضعف عمومی و کم‌رنگ شدن پلک چشم و ناخن‌ها باید به خون‌ریزی داخلی توجه کنیم. در خون‌ریزی آئورت فرد دچار شوک می‌شود؛ چون خون زیادی به یکباره از بدن خارج می‌شود و بیمار غش می‌کند. هر فردی باید هر ۶ ماه یکبار تحت بررسی کلی قرار گیرد. به عنوان مثال آنورسپم آئورت با یک سونوگرافی ساده مشخص می‌شود. اگر درد و ناراحتی معده داریم هم باید به پزشک مراجعه کنیم.

هرچه سن بالاتر می‌رود خطر خونریزی داخلی به دلیل سفت‌تر شدن جداره رگ‌ها بیشتر می‌شود. افرادی که تصادف می‌کنند و افرادی که مشکل معده دارند هم باید تحت نظر پزشک باشند.

درمان زخم معده و اثنی عشر بسیار آسان است و با انجام آندوسکوپی به راحتی تشخیص داده شده و با مصرف دارو قابل درمان است. پارگی کبد، طحال و آنورسپم آئورت هم با عمل جراحی برطرف خواهد شد.



برای تناسب اندام، از راه‌های میانبر استفاده نکنید

متخصصان معتقدند؛ منطقی‌ترین، درست‌ترین و علمی‌ترین روش برای کاهش وزن اصلاح الگوی تغذیه و افزایش فعالیت بدنی است. در سالیان اخیر، توجه و تلاش برای تناسب اندام، تبدیل به یک پاندمی جهانی شده است به شکلی که ارائه راهکارهای لاغری و چاقی در دنیا یکی از پرسودترین و درآمدزاترین کارها به شمار می‌رود.

اهمیت به سلامتی و تناسب اندام بسیار حائز اهمیت است اما استفاده از هر راهی برای دستیابی به این هدف، منطقی نیست. متأسفانه اخیراً موارد متعددی گزارش می‌شود که افراد به دلیل مصرف خودسرانه داروهای مختلف چاقی و لاغری گرفتار عوارض متعددی می‌شوند و علاوه بر اینکه به تناسب اندامی که مد نظرشان بود نمی‌رسند باید هزینه‌های فراوانی برای درمان عوارض ناشی از مصرف قرص‌ها و پودرهای چاقی و لاغری پرداخت کنند.

محققان و متخصصان یکی از اصلی‌ترین دلایل این تمایل شدید به مصرف داروهای چاقی و لاغری را تبلیغات گسترده و تضمینی فضاهای مجازی و شبکه‌های ماهواره‌ای می‌دانند. تبلیغاتی که با ضمانت صد در صد به شما وعده کاهش وزن‌های عجیب و غریب در کوتاه‌ترین زمان ممکن و بدون داشتن هیچ رژیم غذایی و فعالیت بدنی را می‌دهد، یا در مقابل به شما ضمانت می‌دهند که در زمانی کوتاه، افزایش وزن چشمگیری داشته باشید، چیزی که در حالت طبیعی از نظر علمی امکان پذیر نیست.

چاقی و اضافه وزن یکی از مشکلات شایع کشور ما و بسیاری از کشورهای دیگر جهان است و خیلی از مردم برای رفع این مشکل به افراد مختلف مراجعه می‌کنند در حالی‌که یکی از راه‌های مناسب برای کاهش یا افزایش وزن مراجعه به متخصصان تغذیه و پزشکی است که مدرک رژیم درمانی و تغذیه دارند. کاهش و افزایش وزن، بازار پر طرفداری دارد به گونه‌ای که در تبلیغات مختلف مشاهده می‌شود که برخی سودجویان فقط با مصرف قرص یا پودر افراد را تشویق به لاغری یا چاقی می‌کنند اما مناسب‌ترین راه برای رسیدن به اندام ایده‌آل رعایت رژیم غذایی همراه با فعالیت بدنی است. افرادی که به دنبال کاهش وزن در کوتاه مدت هستند دچار مشکلات جدی مانند بیماری‌های عصبی، بروز کبد چرب، سنگ کیسه صفرا و ... خواهند شد.

نکته مهم این است که ترکیبات اصلی تشکیل دهنده این قرص‌ها آمفتامین یا همان ماده مخدر شیشه است و اولین کاری که در بدن انجام می‌دهد، بی‌اشتهایی است و در مواردی فرد به قرص‌ها وابسته می‌شود و به مواد مخدر اعتیاد پیدا می‌کند.

بعضی از افراد در صدد این هستند که چاق شوند و به همین منظور به فروشندگان داروهای گیاهی مراجعه می‌کنند در حالی که اکثر پودرهای چاق کننده حاوی کورتون هستند وقتی کورتون به صورت طولانی و بدون نظارت

بعضی از افراد در صدد این هستند که چاق شوند و به همین منظور به فروشندگان داروهای گیاهی مراجعه می‌کنند در حالی که اکثر پودرهای چاق کننده حاوی کورتون هستند وقتی کورتون به صورت طولانی و بدون نظارت

بعضی از افراد در صدد این هستند که چاق شوند و به همین منظور به فروشندگان داروهای گیاهی مراجعه می‌کنند در حالی که اکثر پودرهای چاق کننده حاوی کورتون هستند وقتی کورتون به صورت طولانی و بدون نظارت

بعضی از افراد در صدد این هستند که چاق شوند و به همین منظور به فروشندگان داروهای گیاهی مراجعه می‌کنند در حالی که اکثر پودرهای چاق کننده حاوی کورتون هستند وقتی کورتون به صورت طولانی و بدون نظارت

بعضی از افراد در صدد این هستند که چاق شوند و به همین منظور به فروشندگان داروهای گیاهی مراجعه می‌کنند در حالی که اکثر پودرهای چاق کننده حاوی کورتون هستند وقتی کورتون به صورت طولانی و بدون نظارت

بعضی از افراد در صدد این هستند که چاق شوند و به همین منظور به فروشندگان داروهای گیاهی مراجعه می‌کنند در حالی که اکثر پودرهای چاق کننده حاوی کورتون هستند وقتی کورتون به صورت طولانی و بدون نظارت

بعضی از افراد در صدد این هستند که چاق شوند و به همین منظور به فروشندگان داروهای گیاهی مراجعه می‌کنند در حالی که اکثر پودرهای چاق کننده حاوی کورتون هستند وقتی کورتون به صورت طولانی و بدون نظارت

آیه بیداری

شهادت آیت ا…

شیخ فضل ا… نوری



در دوم ذیحجه سال ۱۲۵۹ ق. در خانه مآل عباس نوری، روحانی معتمد روستای لاشک مازندران، نوزادی دیده به جهان گشود که نامش را فضل ا… نهادند. مادر این نوزاد گران قدر، بابویی مؤمن و خواهر محدث نوری، از عالمان بزرگ آن روزگار بود. الطاف خاص

خداوند، جو مذهبی حاکم و تربیت صحیح این نورسیده گرامی، سبب شد که وی در سال های بعد، روحانی شجاع و حق طلبی شود که نقش ماندگاری از اقدامات دل سوزانه اش برای حفظ

روز جهانی

تغذیه با شیر مادر

هفته جهانی تغذیه با شیر مادر، در ایران از ۱۱ تا ۱۷ مرداد است.

تاریخچه و نامگذاری هفته جهانی تغذیه با شیر مادر

در سال ۱۹۹۰ سیاست‌گذاران یونسف و سازمان بهداشت جهانی، با همکاری برای تغذیه نوزاد با شیر مادر اصول و استانداردهای جهانی تنظیم کنند. نتیجه این گردهمایی صدور اعلامیه‌ای بود که به نام محل برگزاری این گردهمایی، به «اعلامیه اینونچنتی» مشهور است و هر سال در سالگرد تصویب این اعلامیه با انتخاب یک شعار برای بالا بردن آگاهی همگان درباره اهمیت تغذیه با شیر مادر و ترویج آن در سراسر جهان تلاش می‌شود.

در سال ۱۹۹۲ این روز توسط اتحاد جهانی اقدام برای شیردهی، با هدف بالا بردن آگاهی‌هایکنانی درباره اهمیت تغذیه با شیر مادر و تشویق مادران به شیردهی برای بهبود سطح سلامت کودکان در سراسر جهان، برای اولین بار جشن گرفته شد و تا کنون ادامه داشته است.

اهمیت شیر مادر

تغذیه شیر مادر سو تغذیه، نامنی غذایی و فقر، میلیون‌ها نفر را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سدی در برابر توسعه پایدار است. تغذیه با شیر مادر زیربنای سلامت و بقای زنان و کودکان و پایه و اساس توسعه و آینده کشور است. افزایش تغذیه مطلوب با شیر مادر می‌تواند از مرگ بیش از ۸۲۳ هزار کودک و ۲۰ هزار مادر در هر سال پیشگیری نماید. همچنین به پیشگیری از تمام انواع سو تغذیه کمک می‌کند، امنیت غذایی شیرخواران و کودکان خرسال را تأمین می‌کند، و در نتیجه به مردم و ملت‌ها برای خروج از چرخه گرسنگی و فقر کمک می‌کند.

اهداف هفته جهانی تغذیه با شیر مادر

«ان ومنن» مدیر اجرایی یونسف گفته است: «هفته جهانی تغذیه با شیر مادر به ما فرصتی می‌دهد تا خانواده‌ها و مردم را از مزایای تغذیه زود هنگام و انحصاری با شیر مادر آگاه کنیم و یونسف به حمایت، ترویج و پشتیبانی از تغذیه با شیر مادر متعهد است.» سایر اهداف هفته جهانی بهداشت شامل موارد زیر است:

آگاه سازی مردم در خصوص ارتباط بین تغذیه با شیر مادر با تغذیه خوب، امنیت غذایی و کاهش فقر

تثبیت تغذیه با شیر مادر به عنوان زیربنای زندگی سالم

مشارکت افراد و سازمان‌ها برای تأثیر بیشتر تقویت موقعیت برای ترفیع تغذیه با شیر مادر به عنوان بخشی از تغذیه خوب، امنیت غذایی و کاهش فقر

اهمیت شیردهی به نوزاد در قرآن

اسلام، دینی جامع است و حتی برای تغذیه مناسب نوزاد با شیر مادر، برنامه دارد. شیردهی به نوزاد در آیه ۲۳۳ سوره بقره آمده است. در ابتدای آیه خداوند می‌فرماید: «وَالْوَالِدَاتُ يُرْضَعْنَ أَوْلَادَهُنَّ». منظور از واژه «الوالدات» مادران حقیقی است که فرزند را به دنیا آورده‌اند. این مادران به حکم عاطفه طبیعی و غریزی به نوزاد خود شیر می‌دهند. همچنین قرآن مدت زمان شیردهی را با تعبیر «خَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ» به معنای دو سال تمام بیان کرده است.

اسلام به جای بماند. آری او شیخ فضل ا… نوری، مجتهد بزرگی بود که به دلیل فعالیت ها و عدم وابستگی اش به استعمارگران، مورد خشم عوامل بیگانه و ضداسلام قرار گرفت و مظلومانه، پس از محاکمه ای ظاهری، در ۱۳ رجب ۱۳۲۷ ق. در میدان توپخانه تهران به دار آویخته شد. روحش شاد و راهش پررهرو باد.
«شهادت شیخ»

در زمان محمدعلی شاه قاجار و در بحبوحه فتح تهران از سوی مشروطه خواهان غربگرا، با این که بیم آن می رفت که شیخ فضل ا… نوری، مخالف سرسخت آن ها دیر یا زود دستگیر شده و به شهادت برسد، اما شهادت و آرامش خاصی که در اعمال و رفتار آن عالم مبارز حکم فرما بود که او را مصداق آیه مبارک «لا ینذکرا… تطمئن القلوب» می کرد و او را از پناهندگی به کشورهای بیگانه، برای نجات جان خویشتن بازمی داشت. نقل می کنند با این که صدای تیراندازی فاتحان در مجلس درس آن مرد بزرگ به گوش می رسید، تدریس را با آرامش خاطر ادامه می داد و هنگامی که او را از تصمیم مشروطه طلبان برای دارزدنش آگاه کردند، با خونسردی چنین گفت: «گمان نمی کنم چنین سعادتی داشته باشم که در راه اسلام شهید بشوم، ولی اگر آن ها این کار را انجام دهند، من به سعادت بزرگی دست یافته ام.»

شیخ از نگاه دیگران

مقام ولای دینی، شخصیت مستحکم و کردار و رفتار شایسته شیخ فضل ا… نوری، در طول زندگی پربراش سبب شد که عده زیادی از

صاحب نظران موافق و مخالف، به اظهارنظر در مورد او و شخصیت والایش بپردازند. بنابراین، جا دارد در این جا اظهارات برخی از آنان را بیان کنیم:

شیخ از دیدگاه استادش میرزای شیرازی میرزای شیرازی، صاحب فتوای تنباکو، شیخ فضل ا… نوری را به منزله «نفس خویش» می شمرد. معروف است که میرزا، وقتی در پاسخ به این سؤال که آیا اجازه می فرمایید به عنوان ارجاع احتیاطات فتوا به «غیر»، به شیخ شیخ فضل ا… رجوع کنیم؟ فرموده بود: «میان من و شیخ فضل ا… ، «غیریتی» نیست؛ او خود من، و نفس من است.» هنگامی هم که یکی از اهل تهران به میرزا مراجعه و از وی پرسش هایی کرده بود، جواب شنیده بود: «مگر شیخ فضل ا… در تهران نیست که به من مراجعه می کنید؟» شیخ از نگاه یک مورخ

پیترآوری، استاد تاریخ در دانشگاه کمبریج، در مورد شیخ فضل ا… نوری و اعدامش چنین می گوید: « شیخ فضل ا… نوری ، مرد دانشمند و افتاده ای بود. باید او را نماینده آن مکتب فکری دانست که حاکمیت را از خداوند می داند و نه از مردم و شاه. اعدام شیخ فضل ا… نوری ، یکی از کارهای زشت و تندروانه مشروطه خواهان بود.»

شیخ از نگاه یک مخالف

ساناتور مهدی ملکزاده، یکی از مخالفان سرسخت شیخ فضل ا… در مورد ایشان چنین می گوید: «[حاج شیخ فضل ا…] در پایتخت، بالاترین مقام روحانیت را حائز بود.» او در جای دیگر گفته

است: «گفته می شود از حیث معلومات و تیخر در علوم دینی، از همه همگنانش برتری داشته و بسیار فهیم و باهوش بوده و در قدرت استدلال در میان طبقه خود نظیر نداشته است.»

شیخ از نگاه سفیر انگلستان

سر جورج بارکلی، سفیر وقت انگلیس در تهران، در سال ۱۹۰۹ در تلگرافی که به پیرادوارد گری، وزیر خارجه انگلیس می فرستد، در مورد شیخ فضل ا… چنین می گوید: «شیخ فضل ا… برای مملکت خود خطر بزرگی بود!ا، خوب شد که ایران، او را از میان برداشت!ا.»

عاقبت بدکاران

انسان هیچ گاه نمی تواند از فرجام اعمال خود فرار کند و اگر در این دنیا نتیجه اعمالش را کاملاً نبیند، در آخرت، حتماً خواهد دید. درباره قاتلان شیخ فضل ا… نوری ، یکی از ارادتمندان شیخ فضل ا… نوری ، در مورد عاقبت عوامل قتل ایشان چنین نقل می کند: «به چشم خودمان دیدیم که چه طور یکی به یکی، همشان به غضب الاهی گرفتار گردیدند. یکی درست سر سال آقا، در همان دهه اول ماه رجب، توی خانه اش گلوله باران شد. یکی دیوانه شده بود و همیشه می گفت: شیخ فضل ا… حق داشت، او بهتر از ما فهمید. یکی به تیر غیبی گرفتار شد. یکی که مهم بود، از دوتا چشم کور شد و آن یکی هم که از همه مهم تر بود، با تفنگ شکاری اش خودکشی کرد او!ا عمارت خورشید – همان کاخ گلستان که محاکمه ظاهری شیخ در آن صورت گرفت – هم در آتش سوخت.»

گسیل داشتند. در آن روزها، میثم تمار، به قصد زیارت خانه خدا و انجام حج عمره، در مکه معظمه بود. او در آنجا با ام سلمه همسر پیامبر ملاقات کرده و از آینده خود خبر داد. سپس، مکه را به قصد کوفه ترک کرد و هنگامی که به دروازه شهر رسید، توسط یکصد نفر از مزدوران ابن زیاد دستگیر و روانه دارالاماره شد.

منظره میثم با ابن زیاد

پس از دستگیری میثم تمار، او را نزد عبیدا… بن زیاد، والی کوفه بردند. میثم با شجاعت تمام و بدون ترس و وحشت،در مقابل ابن زیاد ایستاد و یک بار دیگر، ایستادگی و استواری حق در مقابل باطل را به نمایش گذاشت. عبیدا… از میثم پرسید: خدایت کجاست؟ فرمود: در کمین ستمگران است و تو یکی از آنها هستی. ابن زیاد میثم را تحت فشار قرار داد تا از مولای متقیان امیرمؤمنان یزبازی جوید، ولی میثم زیر بار خواسته او نرفته، تمام تشنگی‌ها را تحمل کرد؛ ولی کوچک ترین جسارتی به مولا و مقتدای خود نکرد. ابن زیاد پرسید: شنیده ام که علی کیفیت مرگ تو را گفته است؟ میثم جواب داد: آری، حضرت به من فرمود: تو را شخص پست و مزدور و پسر زن بدکاره ای دستگیر می کند و دست و پا و زبانت را می بُرد. ابن زیاد با شنیدن این حرف ها خشمگین شد و دستور داد دست و پای میثم را قطع کرده، ولی زبانش را نبرند تا به گمان ناقص او، دروغ امام علی (ع) آشکار شود. سپس دستور داد که او را با همان حال بر دار زنند.

میثم و اخبار غیبی

میثم تمار، در طول هم نشینی اش با حضرت علی علیه السلام اخبار غیبی فراوانی از حضرت شنید و در موارد متعددی آن را باز گو می کرد. بعد از شهادت حضرت مسلم، میثم تمار و مختار ثقفی به دستور مزدوران خلفای زمان، دستگیر و روانه زندان شدند. جناب میثم، در زندان از آزادی مختار، شهادت امام حسین علیه السلام و نیز انتقام خواهی مختار به او خبر داد. صلح مسلم میثم می گوید: ابوخلد تمار برایم نقل کرد که: روز جمعه ای با میثم در آب فرات مسافرت می کردیم که ناگهان باد تندى وزیدن گرفت. میثم از داخل کشتی، نگاهی به بیرون کرد و گفت: هم اکنون معاویه به هلاکت رسید. یک هفته گذشت و قاصدى از شام خبر مرگ معاویه را آورد. وقتی از زمان فوت او پرسیده شد، گفت: در روز جمعه در گذشت.

میثم و خبر از شهادت خود

میثم تمار، کیفیت شهادت خود را از مولای متقیان، امیرمؤمنان شنیده و خود را برای مرگ سعادتمند آماده می کرد. روزی حضرت دست میثم را گرفته و درخت خرمایی که میثم بالای آن به دار آویخته می شده، به او نشان داد. میثم همواره به کنار آن درخت می رفت و در سایه آن به عبادت می پرداخت. وقتی عبیدا… بن زیاد را ملاقات کرد، گفت: امیرمؤمنان به من خبر داده است که انسانى ستمگرى و فرودمانه و پسر کنیزى بدکاره، عبیدا… بن زیاد مرا دستگیر کرده و به دار می آویزد و زبانم را می بُرد و من اولین مسلمانى هستم که افسار بر دهانم می بندند تا سخن حق نگویم.

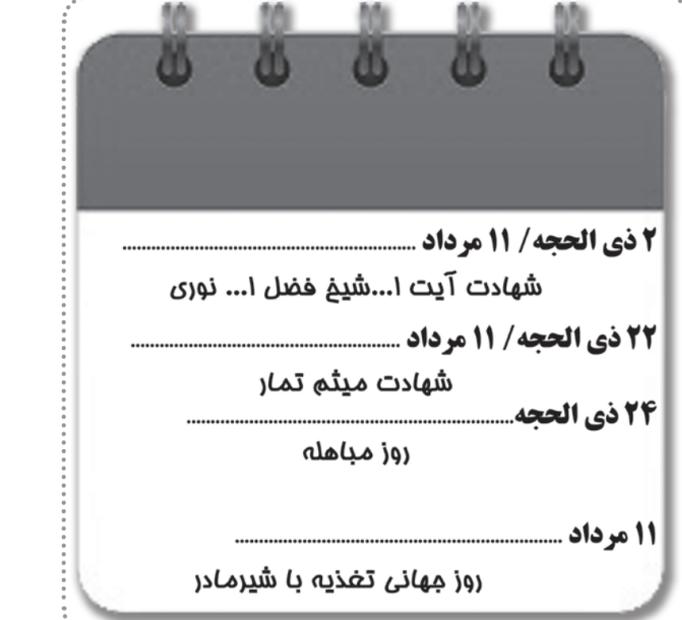
میثم و کربلا

میثم تمار، در هر فرصتی از حوادث خونین کربلا سخن می گفت و حادثه جانگداز عاشورا و مظلومیت اهل بیت پیامبر را باز گو می کرد. او به یکی از اطرافیان خود گفته بود: «به خدا سوگند این امت، نواده رسول خدا را در روز دهم محرم خواهند کشت و آن روز را جشن خواهند گرفت. آنچه می گویم به طور قطع واقع خواهد شد. هنگامی که آفتاب را به رنگ سرخ خونی دیدی، وصایت را به میثم تعلیم داده بود»

میثم بزرگ

فقیه تمار به مدت چهار سال شاگرد امام علی (ع) بوده، در علوم مختلف از حضرت کسب فیض نمود. میثم، علم تفسیر و تأویل قرآن کریم را نیز از اصیل ترین و صحیح ترین منبع آن برگرفت و بعد از امیرمؤمنان، دارای مقام

یکشنبه ۱۰/۰۵/۱۴۰۰ - بیست و یکم ذی الحجه ۱۴۴۲ - سال بیست و نهم - شماره ۱۷۳۲



۲ ذی الحجه / ۱۱ مرداد.....

شهادت آیت ا...شیخ فضل ا... نوری

۲۲ ذی الحجه / ۱۱ مرداد.....

شهادت میثم تمار

۲۴ ذی الحجه.....

(روز مباحله

۱۱ مرداد.....

روز جهانی تغذیه با شیرمادر

مباحله و حقانیت اسلام



وجه، تضمین کننده حمایت خدای متعال نخواهد بود. همچنان که قران کریم نه تنها منافقان را تایید نمی کند بلکه آنها را دروغ گو خطاب کرده و می فرماید: «اذا جاءك المنافقون قالوا نشهد انك لرسول الله... و... يعلم انك لرسوله و... يشهد ان المنافقين لكاذبون؛(منافقون، آیه ۱) چون منافقان نزد تو آیند گویند گواهی می دهیم که تو واقعا پیامبر خدایی و خدا [هم] می داند که تو واقعا پیامبر او هستی و خدا گواهی می دهد که منافقان سخت دروغگویند»

استقامت در دراه حق

نکته دیگر این که، هرگاه مومنان از راه و اعتقاد مومنانه خود دست برداشته یا منحرف شوند به همان نسبت از تائیدات الهی دور خواهند شد چنان که خدای متعال در آیه بعدی ویزگی اولیای الهی را تقوای مداوم و مستمر دانسته و می فرماید: «الذین امنوا و كانوا یقتون؛ (یونس، آیه ۶۳) همان ها که ایمان آوردند، و (از مخالفت فرمان خدا) پرهیز می کردند.»

تلاش مومنانه

سنت الهی در همه موارد بر این است که قبل از بهره بردن از امداد الهی باید در حد توان تلاش و کوشش مورد نظر انجام شود همانگونه که قران کریم، نزول نصرت الهی را مشروط به یاری(دین) خدا شمرده و می فرماید:«یا ایها الذین امنوا ان تصبروا... ان ینصرکم و ینبث اقدامکم؛ (قتال آیه ۷) ای کسانی که ایمان

گام هایتان را استوار می دارد» منظور از استوار در خدا) جهاد در راه خدا و تنها به منظور تأیید دین او و اعلای کلمه حق است، نه این که جهاد کنند تا در زمین سروری نمایند، و یا غنیمت به چنگ آرند، و یا شجاعت و هنر خود را نشان دهند؛ و مراد از اینکه فرمود: (خدا هم شما را یاری می کند) این است که اسباب غلبه بر دشمن را برایتان فراهم می سازد، مثلا ترسی از شما در دل کفار می اندازد، و امور را علیه کفار و به نفع شما جاری می کند و دل های شما را محکم و شجاع می سازد.

حقانیت انقلاب اسلامی

انقلاب اسلامی ایران از ابتدا با تکیه بر نیروی الهی و حقانیت دین اسلام بنیاد نهاده شد و رهبر کبیر انقلاب اسلامی ایران هر لحظه، از قدرت الهی مدد می جست و همه توفیقات را از ان خدا می دانست. ایمان حقیقی مردم، استقامت بی نظیر آنها در راه اسلام و جهاد فوق العاده ملت ایران، همواره زمینه تکیه بر قدرت لایزال الهی را به همراه داشته و از این رو، خداوند متعال نیز در برهه های مختلف تکیه این ملت مومن انقلابی بر حقانیت راه اسلام را با امدادهای الهی پاسخ گفته است.

همان طور که گفته شد یکی از انواع امدادهای الهی، اقبالند رعب و وحشت در دل اهل باطل است؛ چنان که رهبر کبیر انقلاب اسلامی در مورد فتح و آزادی خرمشهر فرمودند: (اما نباید فتح های بزرگ مثل خرمشهر را از یاد ببریم که دشمن با همه تجهیزات از سنگرهای بسیار محکم با عده و عدد بسیار کمین کرده بود، و در مقابل عده ای از سلحشوران متعهد اسلام از بیابان باز به آنان تاخته، و خداوند ان چنان رعب و وحشت را بر دشمنان ما غلبه داد که با اسارت هزاران نظامی و غنیمت های بسیار، باقیمانده اشرار با فضاحت تمام رو به فرار گذاشته و شهرها را رها کردند. رزمندگان عزیز ما نباید این پیروزی معجزه اسا را جز با مدهدای الهی ببینند و اگر چنین شد، غرور ان ها خلاصه می شود در این که ما مورد عنایت قادر متعال هستیم و از خود چیزی نداریم.

ایمان حقیقی، نه منافقانه

ایمان، باید در دل انسان رسوخ پیدا کرده باشد و از سر منفعت طلبی و دنیاخواهی نباشد چرا که در غیر این صورت به معنای نفاق بوده و عین باطل است و نمی تواند موید راه انسان باشد و به هیچ

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
دوم	۴:۵۱	۶:۱۶	۱۲:۵۹	۱۹:۴۲	۲۰:۰۰

(طول جغرافیایی ۵۴/۲۰ عرض جغرافیایی ۳۱/۲۷)

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - یکشنبه ۱۰/۰۵/۱۴۰۰ - بیست و یکم ذی الحجه ۱۴۴۲ - ۰۱ آگوست ۲۰۲۱ - شماره ۱۷۶۲ - ۸ صفحه - تک شماره ۳۰۰۰ تومان

دائر شدن یکی از دفاتر امام جمعه لارستان در حوزه علمیه



بیانات رهبر انقلاب در آخرین دیدار با اعضای هیئت دولت دوازدهم بر توجه فعالان سیاسی و اجتماعی بر این فرمایشات تاکید و ادامه داد: فرمایشات ایشان در این دیدار از دو جهت دارای پیام است، جهت اول آنچه بطور صریح بیان فرمودند، و جهت دیگر سیره و مشی ایشان در نقد فعالیت های هشت ساله دولت است که هم نقاط مثبت و نقاط ضعف هر دو را بیان کردند، این شیوه باید الگوی مسولان نظام اسلامی در نقد یکدیگر باشد که شایسته مسولین در نظام اسلامی است.

وی با اذعان به اینکه فرصت خدمت یک نعمت است که باید مسولان، خصوصاً اعضای منتخب شورای شهر نیز مورد توجه قرار داده و میز کار را محلی برای نزدیک تر شدن به خداوند دانسته و قدر بدانند، بیان کرد: هر نعمتی دارای شکر است و شکر نعمت خدمت این است که مسولین توان خود را جلب رضایت خدا و خدمت مردم قرار دهند.

امام جمعه لارستان، با تاکید بر اینکه مبنای کارها باید پیشبرد اهداف انقلاب باشد زیرا این مردم در راه انقلاب جان دادند و ایستادگی کردند، افزود: باید اهداف کلان

انقلاب را بشناسیم و در راستای آن حرکت کنیم چراکه حرکت عظیم انقلاب بود که مستضعفین را از زیر دست مستکبرین نجات دهد و محرومیت زدایی کند.

وی با بیان اینکه هدف انقلاب این بود که نعمت را برای همه طبقات جامعه محقق کند نه برای عده ای خاص، یادآور شد: هدف انقلاب این بود که مردم در هر جا که هستند با آنها با عدالت رفتار شود و به حقشان برسند.

حجت الاسلام موسوی با اشاره به اینکه هر کس به قصد خدمت به مردم کاری را انجام دهد حتی اگر در جایی ثبت نشود و تشکری هم نشود در دیوان الهی فراموش نخواهد شد.

امام جمعه لارستان در ادامه با بازخوانی بخش دیگری از فرمایشات رهبر معظم انقلاب، گفت: بنا به توصیه رهبری آیندگان و دولت جدید باید از تجربه های دولت یازدهم و دوازدهم بهره ببرند.

وی با اشاره به این تجارب ، گفت: بی اعتمادی به غرب یکی از این تجارب است که باید آیندگان از آن استفاده کنند، تصریح کرد: در دولت دوازدهم معلوم شد که اعتماد

امام جمعه لارستان با دعوت از مردم برای ترغیب فرزندان جهت تحصیل در حوزه های علمیه، گفت: اتاقی در محل حوزه علمیه علی بن ابی طالب (ع) جهت دیدار امام جمعه با عامه مردم و بررسی مشکلات آنان در نظر گرفته شده است تا مردم شهردیدیم هم مسائل خود را براحتی بیشتری با امام جمعه مطرح کنند.

به گزارش میلاد لارستان، حجت الاسلام و المسلمین سید مختار موسوی خرم در آئین عبادی سیاسی نماز جمعه این هفته شهر لار ضمن تقدیر و تشکر از گروه های مختلف مردم و دست اندرکاران ستاد غدیر شهرستان به جهت مشارکت پررنگ در اجرای برنامه های دهه امامت و ولایت علیرغم مشکلات اقتصادی اظهار داشت: در این ایام ده ها راس قربانی و هزاران وعده غذایی بصورت مجتمع و خانگی توزیع شد و مراسم خوبی در جای جای لارستان به اجرا درآمد که ارزشمند و قابل تقدیر است.

وی ولادت امام موسی کاظم(ع) را تبریک گفت و با اشاره به ویژگی های اخلاقی و شیوه حضرت در ترویج و حفظ دین افزود: آن حضرت علیرغم فشارها از ترویج دین غافل نبودند.

این استاد حوزه و دانشگاه با ابراز نگرانی نسبت به اینکه وضعیت کرونا در کشور خوب نیست و ویروس دلتا در این مدت در حال پدیده تازی است تصریح کرد: از مسولین و مردم درخواست دارم که پروتکل ها و دستورات بهداشتی را جدی گرفته و رعایت کنند.

وی با تاکید بر خطرات ویروس دلتا خاطر نشان کرد: متأسفانه در یک روز در منطقه با ۵ فوتی مواجه بودیم که جای نگرانی دارد.

امام جمعه لارستان با بازخوانی بخشهایی از

حسین زاده: مخالف اصل ۸۵ شدن «طرح ساماندهی فضای مجازی بودم»



خبرهای مختلفی در خیرگزاری ها مبنی بر اصل ۸۵ شدن طرح ساماندهی فضای مجازی شنیده شده که بر مبنای آن نمایندگان مجلس با ۱۲۱ رای موافق به اصل ۸۵ شدن طرح صیانت از کاربران فضای مجازی رای مثبت دادند و طرح برای تصویب به کمیسیون تخصصی ارجاع داده شد. براساس اصل ۸۵ قانون اساسی، طرح مذکور در کمیسیون تخصصی مربوطه (کمیسیون فرهنگی) بررسی شده و بدون ارجاع به صحن علنی مجلس به شورای نگهبان ارسال و در صورت تأیید، به صورت آزمایشی اجرا خواهد شد.

به گزارش میلاد لارستان در همین خصوص حسین زاده نماینده مردم لارستان، خنج، گراش و اوز در مجلس شورای اسلامی نیز با انتشار توییت در فضای مجازی با بیان اینکه تمام ابعاد زندگی مردم به فضای مجازی گره خورده است و مدیریت این فضا و مقابله با ولنگاری به معنای مسدودسازی نیست بیان داشته بود مخالف اجرای اصل ۸۵ برای طرح ساماندهی-فضای-مجازی بودم و باید دولت جدید لایحه ای ارائه خصوصی بررسی های لازم در مورد آن انجام پذیرد.

رئیس بررسی طرح بدین نحو خواهد بود که هر حکم تصویبی از سوی این کمیسیون به طور عمومی و روزانه انتشار پیدا خواهد کرد و پس از مهلت یک تا دو ماه، طرح مجدداً به صحن علنی ارجاع خواهد شد تا در صورت موافقت نمایندگان، مهلت آزمایشی بودن آن تعیین و برای تأیید به شورای نگهبان ارسال شود.

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، گفت: ۱۸ طرح عمرانی، زیربنایی و آموزشی، با اعتباری افزون بر ۲۲۰۰ میلیارد ریال در بخش بنارویه در دست اجراست.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلیل حسینی معاون استاندار و فرماندار احمد دلاور لارستان به همراه همکاران امور عمرانی فرمانداری، مهدی ظریف بخشدار بنارویه و جمعی از روسای ادارات شهرستان، از پروژه های در حال ساخت و بخش بنارویه بازدید و از اجرای عملیات این طرح ها اطلاع یافت.

فرماندار ویژه لارستان ابتدا از اجرای عملیات سد روستای شرفویه بازدید کرد.

جلیل حسینی، در حاشیه بازدید از این طرح گفت: عملیات ساخت سد خاکی شرفویه از سال ۱۳۸۹ با انجام مطالعات آغاز و در سال ۱۳۹۱ وارد مرحله اجرا شده است، اما به دلیل عدم تخصیص اعتبار، این عملیات مدتی متوقف و پس از گذشت ۵ سال با پیگیری های جهاد کشاورزی، از سال ۱۳۹۶ با تأمین اعتبار از محل مدیریت بحران، توازن و استانی، مراحل اجرایی این پروژه از سر گرفته شد که هم اینک پیشرفت فیزیکی آن به ۸۵ درصد رسیده است.

وی با بیان اینکه تاکنون ۴۵ میلیارد ریال توسط دولت برای این سد هزینه شده است، اظهار کرد: برای اتمام این پروژه نیز به ۴۰ میلیارد ریال اعتبار نیاز است.

حسینی اضافه کرد: این سد سالانه ۶ میلیون مترمکعب آب به ذخیره سفره های آب زیر زمینی در این منطقه اضافه می کند و افزون بر این، با حجم آبیاری ۲ میلیون مترمکعب در هر نوبت آبیاری، ۸۰۰ هکتار از اراضی پایین دست خود را از طریق ۵۰ حلقه چاه آبیاری می کند.

وی اظهار داشت: دبی رودخانه اصلی منتهی به این سد ۴۷ مترمکعب در ثانیه و مساحت حوزه آبیاری آن ۶۰ کیلومتر مربع است.

فرماندار ویژه لارستان ادامه داد: با توجه به

اجرای ۱۸ طرح عمرانی در بخش بنارویه لارستان

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، گفت: ۱۸ طرح عمرانی، زیربنایی و آموزشی، با اعتباری افزون بر ۲۲۰۰ میلیارد ریال در بخش بنارویه در دست اجراست.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلیل حسینی معاون استاندار و فرماندار احمد دلاور لارستان به همراه همکاران امور عمرانی فرمانداری، مهدی ظریف بخشدار بنارویه و جمعی از روسای ادارات شهرستان، از پروژه های در حال ساخت و بخش بنارویه بازدید و از اجرای عملیات این طرح ها اطلاع یافت.

فرماندار ویژه لارستان ابتدا از اجرای عملیات سد روستای شرفویه بازدید کرد.

جلیل حسینی، در حاشیه بازدید از این طرح گفت: عملیات ساخت سد خاکی شرفویه از سال ۱۳۸۹ با انجام مطالعات آغاز و در سال ۱۳۹۱ وارد مرحله اجرا شده است، اما به دلیل عدم تخصیص اعتبار، این عملیات مدتی متوقف و پس از گذشت ۵ سال با پیگیری های جهاد کشاورزی، از سال ۱۳۹۶ با تأمین اعتبار از محل مدیریت بحران، توازن و استانی، مراحل اجرایی این پروژه از سر گرفته شد که هم اینک پیشرفت فیزیکی آن به ۸۵ درصد رسیده است.

وی با بیان اینکه تاکنون ۴۵ میلیارد ریال توسط دولت برای این سد هزینه شده است، اظهار کرد: برای اتمام این پروژه نیز به ۴۰ میلیارد ریال اعتبار نیاز است.

حسینی اضافه کرد: این سد سالانه ۶ میلیون مترمکعب آب به ذخیره سفره های آب زیر زمینی در این منطقه اضافه می کند و افزون بر این، با حجم آبیاری ۲ میلیون مترمکعب در هر نوبت آبیاری، ۸۰۰ هکتار از اراضی پایین دست خود را از طریق ۵۰ حلقه چاه آبیاری می کند.

وی اظهار داشت: دبی رودخانه اصلی منتهی به این سد ۴۷ مترمکعب در ثانیه و مساحت حوزه آبیاری آن ۶۰ کیلومتر مربع است.

فرماندار ویژه لارستان ادامه داد: با توجه به



معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، گفت: ۱۸ طرح عمرانی، زیربنایی و آموزشی، با اعتباری افزون بر ۲۲۰۰ میلیارد ریال در بخش بنارویه در دست اجراست.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلیل حسینی معاون استاندار و فرماندار احمد دلاور لارستان به همراه همکاران امور عمرانی فرمانداری، مهدی ظریف بخشدار بنارویه و جمعی از روسای ادارات شهرستان، از پروژه های در حال ساخت و بخش بنارویه بازدید و از اجرای عملیات این طرح ها اطلاع یافت.

فرماندار ویژه لارستان ابتدا از اجرای عملیات سد روستای شرفویه بازدید کرد.

جلیل حسینی، در حاشیه بازدید از این طرح گفت: عملیات ساخت سد خاکی شرفویه از سال ۱۳۸۹ با انجام مطالعات آغاز و در سال ۱۳۹۱ وارد مرحله اجرا شده است، اما به دلیل عدم تخصیص اعتبار، این عملیات مدتی متوقف و پس از گذشت ۵ سال با پیگیری های جهاد کشاورزی، از سال ۱۳۹۶ با تأمین اعتبار از محل مدیریت بحران، توازن و استانی، مراحل اجرایی این پروژه از سر گرفته شد که هم اینک پیشرفت فیزیکی آن به ۸۵ درصد رسیده است.

وی با بیان اینکه تاکنون ۴۵ میلیارد ریال توسط دولت برای این سد هزینه شده است، اظهار کرد: برای اتمام این پروژه نیز به ۴۰ میلیارد ریال اعتبار نیاز است.

حسینی اضافه کرد: این سد سالانه ۶ میلیون مترمکعب آب به ذخیره سفره های آب زیر زمینی در این منطقه اضافه می کند و افزون بر این، با حجم آبیاری ۲ میلیون مترمکعب در هر نوبت آبیاری، ۸۰۰ هکتار از اراضی پایین دست خود را از طریق ۵۰ حلقه چاه آبیاری می کند.

وی اظهار داشت: دبی رودخانه اصلی منتهی به این سد ۴۷ مترمکعب در ثانیه و مساحت حوزه آبیاری آن ۶۰ کیلومتر مربع است.

فرماندار ویژه لارستان ادامه داد: با توجه به

اخذ مجوز ایجاد رشته پروتزهای دندانی در مقطع کارشناسی به دانشکده علوم پزشکی لارستان

بهداشتی درمانی لارستان، دکتر بهزاد رضایی، رئیس دانشکده اظهارداشت: با امضای دکتر نمکی، وزیر محترم بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، رشته پروتزهای دندانی برای مقطع کارشناسی به سند توسعه دانشکده علوم پزشکی لارستان اضافه شد.

وی افزود: موضوع پذیرش دانشجو در شورای گسترش دانشگاه های علوم پزشکی نیز مطرح و در صورت تجهیز تا نیمه شهریور ماه که موعد بازدید هیئت بود می باشد، عملیاتی خواهد شد.

در پایان دکتر رضایی ضمن تشکر ویژه از دکتر یگانه معاون بهداشتی و دکتر کشتکاران معاون آموزشی، نیک اندیشان بزرگوار منطقه را به حمایت از طرح های توسعه ای آموزشی دعوت کرد.



مجوز رشته پروتزهای دندانی در مقطع کارشناسی به دانشکده علوم پزشکی لارستان داده شد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات

به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی مجلس شورای اسلامی، نتیجه انتخابات هیات رئیسه فراکسیون «مقابله با خشکسالی» مشخص و به موجب آن مصطفی نخعی نماینده مردم نهبندان و سربیشه رئیس فراکسیون شد.

همچنین محمد سرگزی، نماینده مردم زابل

حسین زاده، سخنگوی فراکسیون مقابله با خشکسالی شد



به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی مجلس شورای اسلامی، نتیجه انتخابات هیات رئیسه فراکسیون «مقابله با خشکسالی» مشخص و به موجب آن مصطفی نخعی نماینده مردم نهبندان و سربیشه رئیس فراکسیون شد.

همچنین محمد سرگزی، نماینده مردم زابل

به گزارش میلاد لارستان، حجت الاسلام و المسلمین سید مختار موسوی خرم در آئین عبادی سیاسی نماز جمعه این هفته شهر لار ضمن تقدیر و تشکر از گروه های مختلف مردم و دست اندرکاران ستاد غدیر شهرستان به جهت مشارکت پررنگ در اجرای برنامه های دهه امامت و ولایت علیرغم مشکلات اقتصادی اظهار داشت: در این ایام ده ها راس قربانی و هزاران وعده غذایی بصورت مجتمع و خانگی توزیع شد و مراسم خوبی در جای جای لارستان به اجرا درآمد که ارزشمند و قابل تقدیر است.

وی ولادت امام موسی کاظم(ع) را تبریک گفت و با اشاره به ویژگی های اخلاقی و شیوه حضرت در ترویج و حفظ دین افزود: آن حضرت علیرغم فشارها از ترویج دین غافل نبودند.

این استاد حوزه و دانشگاه با ابراز نگرانی نسبت به اینکه وضعیت کرونا در کشور خوب نیست و ویروس دلتا در این مدت در حال پدیده تازی است تصریح کرد: از مسولین و مردم درخواست دارم که پروتکل ها و دستورات بهداشتی را جدی گرفته و رعایت کنند.

وی با تاکید بر خطرات ویروس دلتا خاطر نشان کرد: متأسفانه در یک روز در منطقه با ۵ فوتی مواجه بودیم که جای نگرانی دارد.

امام جمعه لارستان با بازخوانی بخشهایی از