

رهبر معظم انقلاب اسلامی: مطلقاً نایستی برنامه‌های داخلی را به همراهی با غرب موکول کرد. چون قطعاً شکست میخورد. شماها هم هر جایی که کارهایتان را منوط کردید به غرب ناموفق ماندید. هر جایی که بدون اعتماد به غرب حرکت کردید، موفق شدید/ هر جا موضوعات را به توافق و مذاکره با غرب و آمریکا موکول کردید، آنجا ماندید، نتوانستید پیش بروید. هر جا شما از آنها قطع نظر کردید، خودتان راه افتادید از شیوه‌های مختلف هزار تا راه وجود دارد. انسانها فکر کنند راه‌های گوناگونی برای زندگی شخصی و اجتماعی و مدیریتی پیدا خواهند کرد.
۱۴۰۰/۰۵/۰۶

میلاد لارستان

- ۲ اهدای ۷۰ هزار سی سی توسط مردم لارستان
- ۳ گزارشی از شیوع بیماری حصه و تیفوئید در لارستان در سال ۱۳۱۴
- ۶ مرحوم کربلایی کاظم ساروقی، حافظ کل قرآن
- ۸ کاهش ۵۰ درصدی رعایت پروتکل بهداشتی در لارستان، خنج و اوز

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - سه شنبه ۱۴۰۰/۰۵/۱۲ - بیست و سوم ذی الحجه ۱۴۲۲ - ۰۳ آگوست ۲۰۲۱ - شماره ۱۷۶۳ - صفحه تک شماره ۳۰۰۰ تومان

- ۲ صدر نشینی استقلال لارستان در لیگ برتر فوتبال فارس
- ۳ روایت زندگی یک روشندل لارستانی/ وقتی منولیان، معلولیت را محدودیت می‌کنند
- ۴ نشانه‌های ابتلا به کرونا دلتا
- ۵ بدگویی والدین از یکدیگر، آسیبی مشابه سوء استفاده جنسی برای کودکان
- ۸ پایان دولت روحانی؛ حقیقت و حلالیت تا سکوت برای حفظ مصالح کشور

پست برق ۴۰۰ کیلوولت لارستان با اعتبارات قطره‌چکانی، قابلیت اجرایی شدن ندارد



پست برق ۴۰۰ کیلوولت لارستان با اعتبارات قطره‌چکانی، قابلیت اجرایی شدن ندارد



معاون عمرانی فرمانداری ویژه لارستان، گفت: تسریع در روند اجرای پست برق ۴۰۰ کیلووات لارستان نیازمند عزم جدی نماینده مردم در مجلس شورای اسلامی برای پیگیری از سازمان برنامه‌و بودجه کشور در راستای اختصاص کلان ملی است و با اعتبارات قطره‌چکانی استانی قابلیت عملیاتی شدن ندارد.

احمد دلاور، در گفت‌وگو با خبرنگار میلاد لارستان در تشریح اقدامات انجام شده برای اجرایی شدن طرح پست ۴۰۰ کیلووات برق لارستان، اظهار داشت: طی هفته‌های اخیر کارشناسانی از برق منطقه‌ای استان فارس به دنبال انجام استعلامات خط انتقال برق لار به جناح بوده‌اند.

معاون عمرانی فرمانداری ویژه لارستان، با اذعان به اینکه مسیر خط انتقال این طرح تعریف شده و اجرای آن در برنامه قرار دارد، افزود: با احداث پست ۴۰۰ کیلووات لارستان، خط انتقالی از پست برق لار به پست ۴۰۰ کیلووات جناح در شهرستان بستک متصل می‌شود.

دلاور، با بیان اینکه محل زمین احداث پست ۴۰۰ کیلووات لارستان تعیین شده است، تصریح کرد: امید می‌رود با پیگیری‌های لازم، اعتبارات مورد نیاز این طرح مهم مصوب و کار اجرایی آغاز شود.

این مسئول با تأکید بر اینکه احداث پست ۴۰۰ کیلووات برق در خطه لارستان بسیار ضروری است که

متأسفانه تاکنون اجرای این طرح اساسی بسیار معطل مانده است، یادآور شد: احداث پست ۴۰۰ کیلووات در لارستان از مصوبات سفر مقام معظم رهبری به لارستان در سال ۱۳۸۷ است.

معاون عمرانی فرمانداری ویژه لارستان با اشاره به اینکه تسریع در روند اجرای پست برق ۴۰۰ کیلووات لارستان نیازمند عزم جدی نماینده مردم در مجلس شورای اسلامی برای پیگیری از سازمان برنامه‌و بودجه کشور در راستای اختصاص کلان ملی است و با اعتبارات قطره‌چکانی استانی قابلیت عملیاتی شدن ندارد، اضافه کرد: البته طرح پست برق ۴۰۰ کیلووات لارستان توسط بخش خصوصی نیز قابلیت اجرایی دارد که می‌بایست از طریق صندوق بانک اسلامی پیگیر این موضوع بود.

به گزارش میلاد لارستان، شهرستان امید می‌رود در یک پیگیری منسجم از سوی مدیران ارشد استانی اعم از استاندار فارس، مدیران برق استان فارس و نمایندگان مردم در مجلس شورای اسلامی بتوان بودجه‌های اساسی برای احداث پست برق ۴۰۰ کیلووات لارستان تخصیص داد.

معرفی پروژه‌های اولویت دار چهار شهرستان جنوب فارس جهت پیگیری در دولت سیزدهم



همزمان با نزدیک شدن به آغاز فعالیت دولت سیزدهم و فعالیت اولین دولت در گام دوم انقلاب از تمامی شما لارستانی‌های عزیز (لارستان، خنج، گراش، اوز و بخش‌های تابعه) درخواست می‌شود در فراخوان پیشنهاد پروژه‌ها و طرح‌های اولویت دار چهار شهرستان جنوب فارس شرکت نمایید.

به نظر شما در دولت سیزدهم چه پروژه‌های مهمی از سوی نماینده مردم باید به صورت ویژه از مسئولان دولت مورد پیگیری قرار گیرد. پروژه‌های زیادی در منطقه و در چهار شهرستان در اولویت تکمیل می‌باشند، پروژه‌های زیادی باید آغاز شده و پروژه‌های زیادی لنگ بودجه محدودی برای تکمیل خود هستند. احقاق حق پروژه‌های توسعه‌ای منطقه در لارستان، خنج، گراش و اوز با پیگیری نماینده مردم و همیاری مسئولین شهرستانی در چهار شهرستان با رایزنی با مسئولین در دولت جدید بایستی عملیاتی شود.

به نظر شما مهمترین پروژه‌های اولویت دار منطقه چیست؟

با مراجعه به پیج اینستاگرام میلاد لارستان عنوان پروژه‌های مهم (نیازمند بودجه، پروژه جدید و...) جهت پیگیری در دولت سیزدهم را پیشنهاد دهید.

[milad_larestan](https://www.instagram.com/milad_larestan)

روز مهتابی **کریم کریم باد** ولایت علی بن ابیطالب علیه السلام

فَمَنْ حَاجَّكَ فِيهِ مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَكَ مِنَ الْعِلْمِ فَقُلْ تَعَالَوْا نَدْعُ آبَاءَنَا وَأَبْنَاةَ كُمْ وَنِسَاءَ نَا وَنِسَاءَ كُمْ وَأَنْفُسَنَا وَأَنْفُسَكُمْ ثُمَّ نَبْتَهِلْ فَنَجْعَلْ لَعْنَتَ اللَّهِ عَلَى الْكَذِبِينَ

سوره آل عمران - آیه ۶۱

نشانه های ابتلا به کرونا دلتا



کرونا تا کنون سه جهش ژنتیکی خطرناک شامل آلفا، بتا و گاما داشته و دلتا جدیدترین نسخه جهش یافته این ویروس است. دکتر حسین کرمانپور مدیرکل روابط عمومی سازمان نظام پزشکی در صفحه اینستاگرام خود ۱۵ نشانه ابتلا به ویروس دلتا کرونا را به ترتیب ذیل بر شمرده است:

- ۱- تب رو به افزایش که با استامینوفن و سایر تب برها و بدن شویه کمی پایین می آید و دوباره می رود بالای ۳۸.۵.
- ۲- تعریق شدید همراه با ضعف و بیحالی شدید.
- ۳- تعداد تنفسی که هر بار از دفعه قبل و در حالت استراحت در یک دقیقه بیشتر شود.
- تعداد نرمال در بزرگسالان ۱۲ تا ۱۸ و بالای ۳۰ (چه در اطفال چه در بزرگسالان اخطار کامل). بهتر است کس دیگری تعداد تنفس را بشمارد و بیمار حواش نباشد.
- ۴- بالا رفتن ضربان قلب، در یک دقیقه، این ساعت بیشتر از ساعت قبل! نرمال ضربان قلب در یک دقیقه ۷ تا ۹۰ هست. در کودکان زیر ۹ سال ۱۱۰ تا ۱۶۰ هم نرمال است.
- ۵- تیره شدن لب ها و زیر ناخن ها همراه با تنگی نفس با تعداد تنفس بالا.
- ۶- ضعف فزاینده و خواب آلودگی.
- ۷- هذیان و بیان کلمات بی ربط و عدم تشخیص زمان و مکان.
- ۸- بی اختیاری ادرار یا مدفوع.
- ۹- اسهال و استفراغ شدید همراه با ضعف و خواب آلودگی.
- ۱۰- سرفه های شدید، قطاری همراه با خلط زرد یا تیره.
- ۱۱- درد تشدید شونده روی قفسه سینه بخصوص هنگام حرکت و بالا رفتن از پله.
- ۱۲- کاهش تعداد ضربان قلب به زیر ۵۰.
- ۱۳- بالا رفتن قند خون بصورت فزاینده.
- ۱۴- کاهش اکسیژن خون ناگهانی زیر ۹۰ یا کاهش ساعت به ساعت آن! مثلا اول ۹۷، یک تا دو ساعت بعد ۹۵ بعد ۹۴ و همین طور کاهش یابد.
- ۱۵- قطع یا کاهش فزاینده میزان ادرار در ۲۴ ساعت. نرمال این عدد حدود یک لیتر در ۲۴ ساعت است به شرطی که مایع مناسب میل شود.

دلایل بی حسی و گزگز بدن



بی حسی و سوزن سوزن شدن یا گزگز از رایج ترین سیگنال های کمبود مواد مغذی است. این علائم همچنین با تعدادی از اختلالات خطرناک مانند آسیب عصبی، مولتیبل اسکلوزیس (ام اس) و برخی از دیگر بیماری ها همراه است، بنابراین باید این موارد را در اسرع وقت مورد بررسی قرار بدهید؛ اما اگر قبلا برای این اختلالات آزمایش شده اید و هنوز بی حسی و گزگز را تجربه می کنید، ممکن است دچار کمبود مواد مغذی باشید که علت بی حسی و گزگز هستند.

کمبود ویتامین E

ویتامین E به عنوان یک آنتی اکسیدان قوی، از بافت بدن در برابر رادیکال های آزاد محافظت می کند. گذشته از محافظت از سلول، یا شاید به دلیل آن، ویتامین E به داشتن خاصیت ضد پیری شناخته شده است. این ویتامین به محافظت از سیستم عصبی کمک می کند. یک علت بی حسی و گزگز این است که بدن مقدار کافی از این ویتامین ندارد و بنابراین در دست ها، پاها و انگشتان پا بی حسی و گزگز را تجربه می کنید.

واقعیت تأسف آور این است که تعداد زیادی از افراد دچار کمبود مواد مغذی هستند. این امر علی رغم این واقعیت است که غالب ما آنقدر خوش شانس هستیم که به مواد مغذی و تغذیه مناسب دسترسی داشته باشیم. نه تنها یک رژیم غذایی متعادل به ما کمک می کند تا احساس بهتری داشته باشیم بلکه می تواند به طور موثری با بسیاری از اختلالات از جمله سرطان، دیابت، بیماری های قلبی و چاقی مقابله کند.

از بسیاری جهات، بی حسی و احساس سوزن سوزن شدن نشانه کمبود مواد مغذی است. متعاقبا، ضعف در سلامتی اغلب ناشی از انتخاب های بد رژیم غذایی و عدم فعالیت بدنی است؛ در واقع، بهبود این دو عامل سبک زندگی می تواند تفاوت بزرگی در شما ایجاد کند!

چشم رنگی ها بیشتر از نور خورشید آسیب می بینند



بر اساس اعلام سیستم کیفیت روسی (Roskachestvo) (ANO)، افرادی که رنگ چشمانشان روشن است، ممکن است توسط اشعه خورشید آسیب بیشتری ببینند. بر این اساس، چشم آبی ها از طیف های مختلف آن، بیشترین و چشم های قهوه ای، کمترین آسیب را می بینند.

این موضوع به سطح ملانین بستگی دارد که وظیفه جذب پرتوهای نور را بر عهده دارد و از انعکاس و پخش شدن نور در طول شبکیه جلوگیری می کند. افرادی که چشمان روشن دارند (خاکستری، آبی و ...) کمتر از این رنگدانه برخوردار هستند.

به گفته چشم پزشکان، همه به خصوص هنگام تابش مستقیم نور خورشید به عینک آفتابی نیاز دارند. عینک های تیره به معنای محافظت بهتر نیستند، زیرا فاکتورهای زیادی برای انتخاب آن ها باید در نظر گرفته شود. اگر به اندازه کافی عینک تیره و بدون بلوک فرا بنفش استفاده کنید، مردمک چشم با استفاده از این عینک بیشتر منبسط می شود و در این حالت تابش اشعه ماورای بنفش بیشتر از آنچه در صورت عدم وجود عینک در فرد است، به چشم وارد می شود؛ بنابراین حتما عینک های تیره با اشعه فرابنفش خریداری کنید.

پروفسور لیمینگ لی از دانشگاه پکن و محقق این تحقیق بیان کرد: تحقیق ما شواهد دیگری را برای حمایت از تلاش های دولت جهت تسهیل انتقال سوخت به مردم اضافه می کند و عموم مردم باید در مورد خطرات احتمالی بیماری های چشمی مطلع شوند چون بعضی از آنها بسیار ناتوان کننده و مربوط به استفاده از سوخت جامد است. عوامل محیطی و سنت های اجتماعی، مانند پخت و پز با سوخت جامد می تواند تاثیر زیادی بر سلامت چشم داشته باشد و نیاز به کار در تمام سطوح سیستم های بهداشتی را برای بهبود نتایج نشان می دهد. افزایش آگاهی در مورد بیماری های چشمی، کاهش این علل اجتناب پذیر و ارائه خدمات بهداشتی قابل دسترس، بسیار مهم است. منبع: ایسنا

مضرات پخت و پز با سوخت جامد



استفاده طولانی مدت از سوخت جامد برای پخت و پز با ۳۲ درصد خطر ابتلا به ملتحمه، ۱۷ درصد آب مروارید و ۳۵ درصد چشم میزانی در مقایسه با کسانی که با سوخت های پاک آشیزی می کردند، همراه بود.

تفاوت کمی در خطر بین انواع مختلف سوخت جامد استفاده شده (به عنوان مثال، زغال در مقابل چوب) وجود داشت.

هیچ ارتباطی بین استفاده طولانی مدت از سوخت جامد و افزایش خطر ابتلا به گلوکوم وجود نداشت.

افرادى که به جای سوخت جامد از سوخت پاک برای پخت و پز استفاده کردند (بیش از کسانی که همیشه از سوخت پاک استفاده می کردند)، در مقایسه با افرادی که سوخت خود را عوض نکردند، در معرض خطر کمتری بودند. افرادی که اقدام به تعویض نوع سوخت کردند به ترتیب ۲۱، ۵ و ۲۱ درصد در معرض ابتلا به ملتحمه، آب مروارید و جسم میزانی بودند.

دکتر پیتر کا هونگ جان، محقق در بخش سلامت جمعیت نافیلد، دانشگاه آکسفورد و محقق اصلی این تحقیق، این یافته ها را توضیح داد: «افزایش خطرات ممکن است ناشی از قرار گرفتن در معرض سطوح بالای ذرات معلق و مونوکسید کربن باشد که می تواند به سطح چشم آسیب برساند و باعث التهاب شود»

سوزاندن چوب همچنین خطر آسیب چشم در اثر جرقه یا گرد و غبار چوب را افزایش می دهد. محققان پیشنهاد می کنند که دلیل عدم ارتباط بین استفاده از سوخت جامد و خطر ابتلا به گلوکوم این بود که این اختلال بر ساختار داخلی چشم تاثیر می گذارد که کمتر در معرض آلاینده های هوا قرار گیرد. در بین افرادی که از سوخت جامد برای پخت و پز استفاده می کردند، در خطر اضافی بین افرادی که دارای تهویه اجاق گاز (مانند دودکش) و بدون آن بودند، این تحقیق تفاوت معنی داری پیدا نکرد.

با وجود این که چین موفقیت های اخیر طرح های اجاق گاز پاک به رهبری دولت را



شما ایجاد می کند تا به دندان شما برسد و آن را خارج کند. در بسیاری از مواقع، آن ها باید دلته ها را پخیه بزنند تا به بهبود برش با خیال راحت کمک کند.

بعد از کشیدن دندان عقل، اکثر افراد چند روز درد را تجربه می کنند، که می تواند با داروهای ضد درد مانند ایبوپروفن یا تایلنول کنترل شود. در موارد نادر، افراد در حین جراحی دچار عوارض شدیدتری مانند شکستگی فک یا باز شدن سینوس می شوند. اگرچه دسته سوم دندان های آسیاب برای اجداد ما قبل تاریخ مفید بودند، در آرواره های خود ندارند تا مجموعه سوم دندانها را در خود جای دهند.

برخی منابع می گویند که حداکثر ۸۵٪ از افراد یا جایی برای دندان عقل در دهان خود ندارند و یا دلایل دیگری دارند که چرا ممکن است نیاز به برداشتن برخی یا همه آن ها باشد. با این حال، همه افراد نیازی به کشیدن دندان عقل خود ندارند. دندان عقل لزوماً نباید برداشته شود. برخی از افراد فضای کافی در قسمت پشتی فک خود دارند تا بتوانند دندان عقل را در موقعیت مناسب خود بیرون بزنند و به راحتی قادر به تمیز کردن و نخ دندان کشیدن آن ها هستند.

عوارض نکشیدن دندان عقل نهفته

دندان عقل شامل چهار دندان است. دندان عقل پشت دندان های آسیاب و در هر دو طرف فک بالا و پایین انسان قرار دارد. دندان های عقل معمولاً در سن ۱۷ تا ۲۱ سالگی ظاهر می شوند. گاهی اوقات ممکن است یک دندان نیز شک توصیه کند که دندان عقل کشیده شود، اما موانع مالی یا ترس از درد یا جراحی باعث می شود کسی این عمل را انجام ندهد. نکشیدن دندان عقل می تواند منجر به عوارضی شود، بنابراین بهتر است به توصیه دندانپزشک عمل کنید.

عوارض شایعی که می تواند در صورت نکشیدن دندان عقل شما ایجاد شود شامل موارد زیر است:

درد دندان های عقل که دیگر فضای برای در آمدن ندارند و در لثه ها گیر می کنند. دندان عقل نهفته می تواند منجر به درد، تورم و ناراحتی شود.

عوارض شایعی که می تواند در صورت نکشیدن دندان عقل شما ایجاد شود شامل موارد زیر است:

درد دندان های عقل که دیگر فضای برای در آمدن ندارند و در لثه ها گیر می کنند. دندان عقل نهفته می تواند منجر به درد، تورم و ناراحتی شود.

عوارض شایعی که می تواند در صورت نکشیدن دندان عقل شما ایجاد شود شامل موارد زیر است:

درد دندان های عقل که دیگر فضای برای در آمدن ندارند و در لثه ها گیر می کنند. دندان عقل نهفته می تواند منجر به درد، تورم و ناراحتی شود.

عوارض مصرف بی رویه خرما



خرما یکی از میوه های گرمسیری و پرخواصی است که طرفداران زیادی دارد. با این حال، زیاده روی در مصرف خرما همانند زیاده روی در مصرف هر ماده غذایی دیگری می تواند برای سلامتی بدن مضر باشد.

- مشکلات شکمی: مصرف خرما به خودی خود هیچ عوارض جانبی جدی برای سلامتی بدن ندارد. اما متأسفانه امروزه استفاده از افزودنی هایی مانند سولفیت به آن می تواند باعث مشکلات متعددی برای انسان شود. سولفیت یک ترکیب شیمیایی است که به میوه های خشک می افزایند تا فاسد نشود و یا باکتری های مضر آن از بین برود. سولفیت می تواند باعث بروز دل درد، گاز معده، نفخ، و اسهال در افراد شود.
- بروز جوش: میوه های خشک مانند خرما می تواند باعث بروز جوش شود که مانند مورد قبلی، دلیل اصلی بروز آن سولفیت است.
- حمله آسمی: گرچه تحقیقات زیادی درباره تاثیر مصرف خرما در بروز حملات آسمی انجام نشده است، اما از آنجا که مصرف خرما می تواند باعث بروز آلرژی شده و خود آلرژی در بروز آسم تاثیرگذار است، می توان مصرف خرما را مرتبط با حمله آسمی دانست. ۸۰ درصد افرادی که از بیماری آسم رنج می برند به گرده های موجود در هوا مانند کپک ها حساسیت دارند که این کپک ها به وفور در خرما یافت می شوند.



اگر دندان عقل تا حدی بیرون بیاید، اما فضای لازم برای ظهور کامل را نداشته باشد، ممکن است مستعد ابتلا به عفونت شود، زیرا غذا ممکن است به دام بیفتد و

هر خانواده ایرانی، نیازمند روانشناس است



رئیس خانه روان شناسان، مشاوران و حرف یاورانه به لزوم حضور روان شناس در خانواده های ایرانی تاکید کرد و گفت: روان شناس می تواند به خانواده ها کمک کند تا چالش های موجود در زندگی خود را شناخته و سبک زندگی خود را بر اساس آن اصلاح کنند.



دکتر محمد ابراهیم مداحی، روان شناس با بیان تفاوت نگاه مردم نسبت به روان شناس اظهار داشت: ممکن است روان شناس، در ذهن افراد به گونه ای پزشکی دیده شود. برخی افراد گمان می کنند کسی که به روان شناس مراجعه می کند، احتمالاً دارای یک اختلال روانی مثل افسردگی، اضطراب، مشکلات سایکوتیک یا نوروتیک است. بنا به این تعریف نیازی به داشتن روان شناس برای خود نمی بینند. طبیعاً این نگاه به روان شناسی اشتباه است. نگاه دیگری که به روان شناس می شود آن است که فکر می کنند همه چیز در محور بیماری و سلامتی خلاصه شده است. افراد گمان می کنند که انسان ها یا بیمار هستند و یا سالم اند. این نوع نگرش نیز اشتباه است.

روان شناس در تعامل با خانواده سبک زندگی افراد را تغییر می دهد
بنیانگذار سازمان نظام روان شناسی کشور به ضرورت حضور روان شناس در کنار خانواده های ایرانی اشاره کرد و گفت: باید توجه داشت که بسیاری از مشکلات حتی در اختلالات روانی و رفتاری افراد به سبک زندگی افراد بر می گردد. زمانی که سبک زندگی مردم آسیب رسان باشد، نتیجه آن ایجاد ناخشنودی در خلق و خوی افراد می شود. به عبارتی ممکن است افراد لزوماً بیماری روانی نداشته باشند اما دارای خلقی ناخشنود باشند. بنابراین وقتی سبک زندگی افراد غلط باشد، مثلاً در الگوی خواب، تغذیه، تربیت فرزندان، روابط زناشویی و خانوادگی ... و... آسیب رسان باشند، دچار ناخشنودی و قرار گیری در قسمت محدودی از طیف بیماری های روانی می شوند.

روان شناس برای خود قدم بر می دارند
رئیس خانه روان شناسان، مشاوران و حرف یاورانه در مورد نقش مهم روان شناس خانواده در حل تنش های موجود در زندگی خانواده ها گفت: اتفاقات و چالش هایی که ذکر شد، همگی در بستر خانواده اتفاق می افتند، حال اگر یک روان شناس در کنار خانواده قرار داشته باشد و این چالش ها را به خانواده ها یادآور شود، می توان شاهد ایجاد سبک زندگی سالم و در نتیجه سلامت روان مطلوب و خشنودی در خلق و خوی اعضای خانواده بود.

خانواده ها رفته رفته به سمت داشتن یک روان شناس برای خود قدم بر می دارند
رئیس خانه روان شناسان، مشاوران و حرف یاورانه در مورد نقش مهم روان شناس خانواده در حل تنش های موجود در زندگی خانواده ها گفت: اتفاقات و چالش هایی که ذکر شد، همگی در بستر خانواده اتفاق می افتند، حال اگر یک روان شناس در کنار خانواده قرار داشته باشد و این چالش ها را به خانواده ها یادآور شود، می توان شاهد ایجاد سبک زندگی سالم و در نتیجه سلامت روان مطلوب و خشنودی در خلق و خوی اعضای خانواده بود.

محمدابراهیم مداحی در پایان تاکید کرد: اگر به فکر حضور روان شناس در خانواده ها نباشیم، رفته رفته نیاز جامعه این اتفاق را رقم خواهد زد، یعنی هر خانواده صاحب یک روان شناس می شود. با این حال بهتر است تا با هزینه ای کمتر و برنامه ریزی های دقیق تر، خودمان به فکر فراهم کردن بستری برای حضور روان شناسان در خانواده های ایرانی باشیم. خانواده ها به نوبه خود در جهت ارتقای سواد سلامت روان، بهداشت روانی و داشتن یک روان شناس در کنار خود تلاش می کنند، اما سازمان هایی مثل سازمان نظام روان شناسی، صداوسیما، آموزش و پرورش و هر نهاد دیگری به سهم خود باید در فرهنگ سازی این موضوع قدم بردارد.

نقش روان شناس در حل چالش های چهارگانه زندگی
این استاد روان شناسی در تشریح حل چالش

بدگویی والدین از یکدیگر، آسیبی مشابه سوء استفاده جنسی برای کودکان

کارشناس سلامت روان مرکز بهداشت ثامن، گفت: براساس تحقیقات انجام شده، کودکانی که در معرض بدگویی کردن والدین از یکدیگر قرار می گیرند، آسیبی که از این رفتار متوجه آن ها می شود هم تراز و مشابه مورد سوء استفاده جنسی قرار گرفتن است.

زهره بزرگی، در خصوص مسائل و مشکلات کودکان طلاق اظهار کرد: برخی از والدین بعد از طلاق شروع به پارکشی می کنند. بدگویی از والد دیگر، باج دادن، پارکشی کردن و... برای اینکه کودک آن ها را محق بداند و بیشتر کنار آنها حضور داشته باشد، از مهمترین رفتار آسیب زننده والدین بعد از طلاق است. والدین از طریق نگه داشتن کودک در کنار خود به دنبال کاهش احساس منفی خود هستند.

وی ضمن تاکید بر اینکه والدین نباید هیچ وقت کودکان را در موضع قضاوت قرار دهند، افزود: کودکان قاضی نیستند که مشخص کنند کدام والد مقصر و کدام یکی قربانی و بی تقصیر است. در سنین پایین، کودکان قدرت قضاوت، استدلال و تحلیل ندارند؛ به همین دلیل قرار گرفتن در چنین شرایطی به جز اینکه به آنها آسیب برساند و احساس ناخوشایندی همچون اضطراب، افسردگی، تحریک پذیری، عصبانیت، پرخاشگری، انزوا و گوشه گیری را در آنها ایجاد کند، هیچ فایده دیگری نخواهد داشت. یقیناً طلاق پدیده بسیار دردناکی برای کودکان است و به معنی از دست دادن نمادین والدین درنظر گرفته می شود و قطعاً آسیب هایی نیز خواهد داشت، اما میزان این آسیب ها در هرکودکی متفاوت است؛ فاکتورهایی مثل سن کودک، نوع جدایی، این مسئله که چه میزان مشاخره، بحث و دعوا در این جدایی بوده و چقدر کودک شاهد این موارد بوده است، نوع برخورد والدین بعد از طلاق و... تعیین کننده میزان آسیب وارده به کودک خواهد بود.

برحسب نوع آسیبی که متوجه کودک شده است، بایستی والدین اقدامات متفاوتی انجام دهند؛ اگر آسیب کم باشد، اصلاح رفتار والدین و رعایت برخی نکات بعد از جدایی باعث می شود این آسیب کمتر شود و اگر آسیب جدی باشد با مراجعه به متخصص می توان در جهت درمان آن اقدام کرد.

وی ضمن تاکید بر اینکه بدگویی کردن از والد دیگر توسط یکی از والدین نیز کودک یکی از موارد مهم آسیب زننده به کودک است، گفت: بدگویی کردن والدین از یکدیگر در پیش چشمان کودک باعث شده او مدام



به کودکان طلاق است، گفت: یکی از آسیب های خیلی مهم این است که کودک از این فضای اختلاف تربیتی سوء استفاده می کند. پدر و مادر هرکدام یک سبک تربیتی مجزا دارند و کودک می تواند از این شکاف و اختلاف بین والدین استفاده منفی کند و برای رسیدن به اهداف خود از وضعیت سوء استفاده کند.

بزرگی، ضمن تاکید بر اینکه یک والد نباید کودک را از دیدن والد دیگر محروم کند، گفت: بهترین حالت بعد از جدایی و طلاق این است که هر دو والد کودک را ببینند. باید طوری این اتفاق برای کودک جا بیفتد که طلاق والدین به دلیل نداشتن تفاهم با همدیگر است و نه بخاطر وجود یک مسئله فرغنج و خیلی بزرگ؛ بنابراین زمانی که جدا شده اند، کودک نباید محرومیتی را از ناحیه یک والد تجربه کند.

وقتی والدین بعد از طلاق این اجازه را می دهند که کودک از حضور هر دو استفاده کند، این موضوع برای فرزند روشن می شود که طلاق به معنی این نیست که من یک والد را از دست داده ام. این حس از دست دادن در کودک ایجاد نمی شود و او می داند که با وجود طلاق، هم پدر و هم مادر را همچنان در کنار خود دارد. در غیر این صورت کودک دچار یکسری تعارضات می شود و قطعاً این تعارضات بر اعتماد به نفس کودک تاثیرگذار است. البته در شرایطی خاص توصیه می شود که محروم کردن کودک از یک والد اتفاق بیفتد؛ مثلاً در شرایطی که بدانیم یک والد بی سرپرستی بهتر از دسرپرستی است. فقط در این شرایط ترجیح بر این است که محرومیت اتفاق بیفتد؛ در غیر این صورت نمی توانیم کودک را از تعامل با یکی از والدین محروم کنیم.

کودک از اختلاف بین والدین سوء استفاده می کند
وی ضمن بیان اینکه اختلاف در اصول تربیتی بین والدین یکی از موارد آسیب زننده

این متخصص حوزه کودک و نوجوان با بیان اینکه اختلاف تربیتی موجب مخدوش شدن هویت کودکان می شود، گفت: زمانی که والدین به گونه ای متفاوت با یکدیگر به کودک رفتار می کنند، باعث ایجاد تناقضات و تعارضات متفاوتی در او می شوند. در این حالت کودک به هیچ ثباتی در شخصیت خود نمی رسد و نمی داند چه رفتاری درست است و به عنوان مرجع رفتار تا آینده با خود رفتارهای غیرقابل پیش بینی و بی ثبات ببیند و این را به عنوان مرجع رفتار تا آینده با خود پیش ببرد و به هویت ثابت و منطقی که در دوران جوانی نیاز دارد، نرسد.

رابطه زوجین دارای فرزند بعد از طلاق قطع این کارشناس ارشد روانشناسی بالینی با بیان اینکه رابطه زوجینی که فرزند دارند بعد از طلاق با یکدیگر قطع نشود، گفت: والدین هر چندوقت یکبار با یکدیگر به خاطر یک موضوع واحد و مشترک یعنی کودکشان ارتباط داشته باشند؛ بیرون بروند، فعالیت های کوچک و تفریحی به صورت سه نفره داشته باشند و در خصوص مسائل کودک با یکدیگر صحبت کنند. تمامی این موارد به کودک احساس ارزشمندی می دهد و از طرفی احساس نمی کند که مادر یا پدر خود را از دست داده است.

والدین باید توجه کافی به احساسات کودک خود داشته باشند. اگر علامتی از اضطراب، افسردگی، عصبانیت های شدید یا کمبودهای روحی روانی ... مشاهده کردند باید سریعاً به آن رسیدگی شود.

توجه به سلامت روان در دوران کرونا



انگیزه می تواند تقریباً غیر ممکن باشد و وقتی این استرس غیر قابل کنترل باشد، هر گونه تکنیک کاری نمی تواند انگیزه شما را حفظ کند.

خودمراقبتی می تواند به شما کمک کند تا سلامت روان خود را در این مدت مدیریت کنید. بنابراین، اطمینان حاصل کنید که کمی ورزش روزانه منظم داشته باشید، هنگام خوردن وعده های غذایی، از محل کار خود دور شوید و استراحت و یک برنامه خواب طبیعی داشته باشید.

با بازدهی پایین خود کنار بیاید

ممکن است بعضی از روزها تمرکز نداشته باشید، اما فراموش نکنید که زندگی هیچکس در حال حاضر عادی نیست.

در این میان، ممکن است گاهی اوقات برای شما روز خوبی باشد و انگیزه بالایی داشته باشید و روزهای بدی هم داشته باشید که انگیزه شما را خواهند کشت. وقتی کار کردن غیر ممکن به نظر می رسد، آن کارهایی که باید در آن روز انجام دهید را اولویت بندی کنید و ابتدا کارهایی که مهم تر هستند را انجام دهید و اگر نتوانستید که کارهای با اولویت پایین را انجام دهید، ایرادی ندارد، آن ها را به روز بعد موکول کنید.

این روزها که اغلب افراد از منزل به کار می پردازند، همه خود را با شرایط وفق می دهند و در پی این هستند تا جدیدترین راههای ارتباطی با دوستان و خانواده خود را داشته باشند.

اگرچه با انگیزه ماندن در این ایام می تواند بسیار مشکل باشد، اما شما می توانید با تنظیم برنامه های واقع بینانه و اختصاص دادن وقت برای مراقبت از خود، به خودتان کمک کنید تا انگیزه داشتن برای شما کمی آسان شود.

اهداف روزمره کوچکی را برای خودتان معین کنید
مهم ترین مسئله ای که در این دوران می تواند به هر کسی کمک کند این است که تشخیص دهد این روزها، روزهای عادی نیستند و طبیعی است که کسی نتواند بهره وری بالایی داشته باشد و این مسئله هیچ ایرادی ندارد.

تعیین اهداف روزانه می تواند به شما کمک کند تا روز خود را تا حد ممکن پرپار کنید، اما فراموش نکنید که این اهداف باید واقع بینانه باشند، زیرا اهداف خیلی بزرگ می توانند غیر معقول باشند. به همین منظور، اهداف خیلی کوچکی تعیین کنید که می توانید آن ها را به راحتی از فهرست خود خارج کنید.

تعیین اهداف کوچکتر که به طور عملی در یک روز قابل انجام دادن هستند، می تواند به شما در حفظ مسیر کمک کنند. بنابراین، سعی کنید یک فهرست کوتاه از کارهایی که توانایی مدیریت آن ها در یک روز دارید را تهیه کنید.

زمان خود را در طول روز به کار و استراحت اختصاص دهید
وقتی در خانه کار می کنید، عوامل زیادی از جمله سریال های تلویزیونی، اینترنت و ... شما را وسوسه می کنند و به این ترتیب، کار کردن به یک فعالیت دشوار تبدیل می شود و در این میان، برخی از افراد هستند که به دلیل داشتن وقت زیاد، مدام کار اصلی خود را عقب می اندازند.

تعیین زمان کار و زمان استراحت می تواند

سلامت روان خود را در اولویت قرار دهید
وقتی ذهن شما پر از اضطراب است، داشتن

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
یازدهم	۴:۵۱	۶:۱۶	۱۲:۵۹	۱۹:۴۱	۱۹:۵۹
دوازدهم	۴:۵۲	۶:۱۷	۱۲:۵۹	۱۹:۴۱	۱۹:۵۸

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

لیس منّا من لم یوقرَ الکبیر و یرحم الصغیر و یأمر بالمعروف و ینه عن المنکر.
هر که بزرگتر را محترم نداشت و به کوچکتر رحم نکند و به نیکی و انداد و از بدی باز ندارد از ما نیست.

فیریکمال کسی است که مردم را از آموزش خدا بیوس، و از مهربانی او نومید نکند و از عذاب نماندنی خدا این سازد.

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن: ۰۷۲۴۴۷۷۰ - ۰۷۲۴۳۸۴۴
کد پستی: ۷۴۳۱۸ - ۷۴۳۰۰
شماره شاپا: ۹۹۶۱ - ۲۰۰۸
لیتوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار
www.mld.ir miladlarestan@gmail.com

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - سه شنبه ۱۲/ ۰۵/ ۱۴۰۰ - بیست و سوم ذی الحجه ۱۴۴۲ - ۰۳ آگوست ۲۰۲۱ - شماره ۱۷۶۳ - صفحه ۸ - تک شماره ۳۰۰۰ تومان

کاهش ۵۰ درصدی رعایت پروتکل بهداشتی در لارستان، خنج و اوز

برای سلامتی خود و دیگران و جلوگیری از مرگ و میر انسانی ماسک زده فاصله اجتماعی را رعایت نموده و از شرکت در تجمعات خودداری نمائیم

دانشکده، اذعان داشت: بخش‌های مختلف بیمارستان‌های تحت پوشش تقریباً تکمیل است، تعداد بیماران بدحال به شدت رو به افزایش بوده و قطعاً ادامه روند کنونی به دلیل عدم امکان مدیریت مناسب بیماران پرخطر، منجر به فاجعه جبران‌ناپذیری خواهد شد.

وی با اشاره به آغاز واکسیناسیون گروه سنی بالای ۵۰ سال تأکید کرد: واکسیناسیون همه روزه حتی روزهای تعطیل هم در حال انجام بوده و از هفته آینده گروه‌های شغلی پرخطر و بیماران دیابتی انسولینی و بیماران خاص و صعب‌العلاج نیز برنامه‌ریزی و واکسینه خواهند شد.

هاشمی گفت: با توجه به شیوع بالای بیماری در همه مناطق زیر مجموعه خصوصاً شهرستان‌های اوز و خنج به‌شدت درگیر بیماری شده و اکثر مناطق به مناطق بسیار پرخطر تغییر وضعیت داده که پیش‌بینی می‌شود در صورت عدم مداخله مناسب و پارچه بودن وضعیت موجود، شاخص‌های بستری و مرگ در هفته‌های آینده به شدت افزایش یابد. از دلایل وضعیت موجود، می‌توان به کاهش رعایت پروتکل‌های بهداشتی به زیر ۵۰ درصد، عدم توجه به هشدارهای اعلام شده در خصوص برگزاری تجمعات و دورهمی‌ها و برگزاری مراسمات با تعداد زیاد، عدم مداخله و برنامه‌ریزی جهت ایجاد محدودیت‌های متناسب توسط ارگان‌های مسئول و... اشاره نمود.

معاون فنی حوزه معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لارستان، گفت: در حال حاضر موجی از موارد بستری بیماران بدحال و همچنین تعدد موارد مرگ روزانه را خصوصاً در سنین پایین‌تر شاهدیم.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، حامد هاشمی، از روند ادامه دار موارد ابتلا و تثبیت انتقال بیماری در مناطق مختلف هر لارستان، خنج و اوز در یک ماه اخیر خبر داد و اظهار داشت: در حال حاضر موجی از موارد بستری بیماران بدحال و همچنین تعدد موارد مرگ روزانه را خصوصاً در سنین پایین‌تر شاهدیم.

وی افزود: در نقشه جدید کلیه مناطق خصوصاً شهرستان‌های اوز و خنج به‌شدت درگیر بیماری شده و اکثر مناطق به مناطق بسیار پرخطر تغییر وضعیت داده که پیش‌بینی می‌شود در صورت عدم مداخله مناسب و پارچه بودن وضعیت موجود، شاخص‌های بستری و مرگ در هفته‌های آینده به شدت افزایش یابد. از دلایل وضعیت موجود، می‌توان به کاهش رعایت پروتکل‌های بهداشتی به زیر ۵۰ درصد، عدم توجه به هشدارهای اعلام شده در خصوص برگزاری تجمعات و دورهمی‌ها و برگزاری مراسمات با تعداد زیاد، عدم مداخله و برنامه‌ریزی جهت ایجاد محدودیت‌های متناسب توسط ارگان‌های مسئول و... اشاره نمود.

معاون فنی حوزه معاونت بهداشتی

ادبیهنر

پس از فرهاد

پس از ما تیره روزان روزگاری می شود پیدا
قفای هر خزان، آخر بهاری می شود پیدا
مکش ای طور با افسرده حالان گردن دعوی
که در خاکستر ما هم شراری می شود پیدا
سرت گردم، دل آشفته ما را چه می کاوی؟
درین گنجینه، داغ بی شماری می شود پیدا
پس از فرهاد باید قدر این جان سخت دانستن
که بعد از روزگاری، مرد کاری می شود پیدا
ز هر تن پروری جانپاری ما بر نمی آید
به عمری از حریفان، خون قماری می شود پیدا
چنین گر، گریه مستانه را خواهیم فرو خوردن
مرا از هر هژم، چشمه ساری می شود پیدا
من خونین جگر از بس که با خود داغ او بردم
کنی هر جا به خاکم، لاله زاری می شود پیدا
به استغنا چنین مگذر ز من ای برق سنگین دل
مرا در آشیان هم مشّت خاری می شود پیدا
به هر بزمی که از صهبای غم ساغر به کف گیرم
ز مژگان ترم سرمایه داری می شود پیدا
فراموشم نخواهد کرد آن سرو روان اما
بهار رفته بعد از انتظاری می شود پیدا
حزین ار خویشتن را از میانم گشته انگاری
درین دریای بی پایان، کناری می شود پیدا
حزین لاهیجی

پایان دولت روحانی؛ حقیقت و حلالیت تا سکوت برای حفظ مصالح کشور

اگر اندکی ژرف ببیندیشیم، تفاوت متفاوت در دو دوره زمانی این‌ها گذشته شاید بتوان مهمترین فراز از آخرین دردل‌های رئیس‌جمهوری را درخواست‌شان از استخدام انصاف و جوانمردی در قضاوت عملکرد دولت در ۸ سال گذشته دانست؛ تقسیم زمانی عملکرد دولت تدبیر و امید به دو دوره پیش و بعد از خروج غیرقانونی ترامپ از توافق برجام تا حدی به قضاوت‌ها و راستی‌آزمایی‌ها رنگ حقیقت خواهد بخشید. در پنج سال نخست، با حضور دولت روحانی و آغاز تعاملات سازنده با جهان که همراه بود با هنر دیپلماسی و دانایی، گشایش‌های مهمی در اوضاع اقتصادی کشور رخ داد و همراه با آن موجی از امید و انگیزه در جامعه ایجاد شد.

در دوره سال‌های ۹۲ تا ابتدای ۹۷ تورم تک رقمی، کنترل گرانی، رشد اقتصادی و از همه مهمتر بازگشت قطار اجرایی کشور به ریل دانش و عقلایت، دستاوردهای غیرقابل انکار روحانی و همکارانش بود. در همین قیاس می‌توان آثار و پیامدهای قلدری رئیس‌جمهور نامتعالی آمریکا را مشاهده کرد که با عهدشکنی آشکار، جنگ اقتصادی بی‌سابقه‌ای علیه کشورمان به راه انداخت و رنج معیشتی بزرگی برای کشور آفرید و البته در ادامه خود نیز گرفتار سبک سری‌هایش شد. آنچه را نباید فراموش کرد، ظهور عالم‌گیر ویروس کرونا بود که قسه برغصه آن‌را همه می‌دانیم. براین سیاهه می‌توان خشکسالی بی‌سابقه کنونی را هم افزود و در کنار آن به رویکرد قوه مجریه نظر داشت و با عینک انصاف و اخلاق، رویدادها را برآورد کرد.

تک جمله‌های روحانی در نطق پایانی حاوی نکات مهمی است که در دنیای پیشرفته ارتباطات و رسانه‌ها مخفی نخواهد ماند؛ آنجا که گفت «اگر کسی تفاوت زمان صلح و جنگ را تشخیص ندهد، باید خیلی غصه بخوریم»

انزاهم به توسعه در شرایط تحريم

عزم دولت روحانی برای توسعه زیرساخت‌های اقتصادی کشور چه در دورانی که کشور را با خزانه خالی از دولت دهم تحویل گرفت چه آنکه که ایران تحت شدیدترین تحریم‌های ضدبشری آمریکا قرار داشت و حتی مصائب کرونا جاری بود، از درخشان‌ترین رویکردهای توسعه‌محور قوه مجریه بود، چنانچه در آخرین روزهای فعالیت خود، این افتتاح طرح‌های ملی وزارتخانه‌های نفت و کشور و سازمان‌های انرژی اتمی و تامین اجتماعی را در سراسر کشور به تأخیر

معاون فنی حوزه معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لارستان، گفت: در حال حاضر موجی از موارد بستری بیماران بدحال و همچنین تعدد موارد مرگ روزانه را خصوصاً در سنین پایین‌تر شاهدیم.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، حامد هاشمی، از روند ادامه دار موارد ابتلا و تثبیت انتقال بیماری در مناطق مختلف هر لارستان، خنج و اوز در یک ماه اخیر خبر داد و اظهار داشت: در حال حاضر موجی از موارد بستری بیماران بدحال و همچنین تعدد موارد مرگ روزانه را خصوصاً در سنین پایین‌تر شاهدیم.

وی افزود: در نقشه جدید کلیه مناطق خصوصاً شهرستان‌های اوز و خنج به‌شدت درگیر بیماری شده و اکثر مناطق به مناطق بسیار پرخطر تغییر وضعیت داده که پیش‌بینی می‌شود در صورت عدم مداخله مناسب و پارچه بودن وضعیت موجود، شاخص‌های بستری و مرگ در هفته‌های آینده به شدت افزایش یابد. از دلایل وضعیت موجود، می‌توان به کاهش رعایت پروتکل‌های بهداشتی به زیر ۵۰ درصد، عدم توجه به هشدارهای اعلام شده در خصوص برگزاری تجمعات و دورهمی‌ها و برگزاری مراسمات با تعداد زیاد، عدم مداخله و برنامه‌ریزی جهت ایجاد محدودیت‌های متناسب توسط ارگان‌های مسئول و... اشاره نمود.

معاون فنی حوزه معاونت بهداشتی

تقدیر از پرسنل مرکز جمعیتی واکسیناسیون کرونا در سالن شهید باقریه لار



فرماندار، جانشین فرماندهی سپاه واکسیناسیون کرونا در سالن شهید باقریه شهر لار به ابتکار بخشدار مرکزی لارستان تقدیر شد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی بخشدار مرکزی لارستان، در آیینی با حضور امام جمعه شهر لار، بااتفاق معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، بخشدار مرکزی لارستان، معاونین

بومی سازی ۳۷۲ قطعه پالایشگاهی در پالایش نفت بندرعباس



کشور خریداری و تامین شد که افزون بر ۲ هزار و ۶۹۶ میلیارد ریال صرفه جویی اقتصادی به همراه داشته است. بهرام پور گفت: جلوگیری از خروج ارز، قطع وابستگی به خارج کشور، تامین به موقع قطعه‌های پالایشگاهی و کاهش ریسک‌های عملیاتی فرآیند تولید، انتقال بومی سازی فناوری و توسعه دانش فنی، اشتغالزایی با حمایت از شرکت‌های داخلی، حمایت از شرکت‌های دانش بنیان در طراحی و ساخت قطعه‌های تجهیزات پالایشگاهی و صرفه جویی اقتصادی از دستاوردهای استراتژی شرکت پالایش نفت بندرعباس در حمایت از توان و ساخت داخل است.

کشور خریداری و تامین شد که افزون بر ۲ هزار و ۶۹۶ میلیارد ریال صرفه جویی اقتصادی به همراه داشته است. بهرام پور گفت: جلوگیری از خروج ارز، قطع وابستگی به خارج کشور، تامین به موقع قطعه‌های پالایشگاهی و کاهش ریسک‌های عملیاتی فرآیند تولید، انتقال بومی سازی فناوری و توسعه دانش فنی، اشتغالزایی با حمایت از شرکت‌های داخلی، حمایت از شرکت‌های دانش بنیان در طراحی و ساخت قطعه‌های تجهیزات پالایشگاهی و صرفه جویی اقتصادی از دستاوردهای استراتژی شرکت پالایش نفت بندرعباس در حمایت از توان و ساخت داخل است.

کشور خریداری و تامین شد که افزون بر ۲ هزار و ۶۹۶ میلیارد ریال صرفه جویی اقتصادی به همراه داشته است. بهرام پور گفت: جلوگیری از خروج ارز، قطع وابستگی به خارج کشور، تامین به موقع قطعه‌های پالایشگاهی و کاهش ریسک‌های عملیاتی فرآیند تولید، انتقال بومی سازی فناوری و توسعه دانش فنی، اشتغالزایی با حمایت از شرکت‌های داخلی، حمایت از شرکت‌های دانش بنیان در طراحی و ساخت قطعه‌های تجهیزات پالایشگاهی و صرفه جویی اقتصادی از دستاوردهای استراتژی شرکت پالایش نفت بندرعباس در حمایت از توان و ساخت داخل است.

قدردانی مسوول هیئت کشتی لارستان از مجری مسابقات انتخابی تیم ملی کشتی آلیش



مسوول هیئت کشتی لارستان از مجری رقابت‌های انتخابی تیم ملی کشتی آلیش قدردانی کرد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی هیئت کشتی لارستان، داود عسکریپور از امیرحسین جمالی مجری و گوینده توانمند پیکرهای انتخابی تیم ملی کشتی آلیش با اهدای لوح سپاس از سوی دکتر محمد موسایی رئیس هیئت کشتی استان فارس، دکتر علیرضا دبیر رئیس