



رهبر انقلاب اسلامی: یکی از بزرگ‌ترین فوائد این جنگ هشت ساله و دفاع هشت‌ساله، حفظ و تقویت روحیه انقلاب و حرکت، در نسل جوان ما و در جامعه‌ی ما بود.

۱۳۹۶/۰۳/۰۳

میلاد لارستان

۲



زینبورداران از مناطق مختلف کشور به گراش آمدند

۳



آیت‌ا... رئیسی: مقدس بودن نظام ما به علت مبثنی بودن بر دین است

۴



انتشار قصیده « قحطی لار » مهجور، شاعر بزرگ لارستان به زبان لارستانی برای اولین بار

۸



معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان: آثار و ارزش های دفاع مقدس به نسل های آینده انتقال یابد

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - چهارشنبه ۱۴۰۰/۰۶/۳۱ - پانزدهم صفر المظفر ۱۴۴۳ - ۲۲ سپتامبر ۲۰۲۱ - شماره ۱۷۹۴ - ۸ صفحه - تک شماره ۳۰۰۰ تومان

۲



تحفیری ملی به نام مری خارجی / فرهنگ ورزشی

۳



جوان ترین خلبان شهید دفاع مقدس

۶



عوامل کاهش وزن بی دلیل

۷



قوانین خانه امن

۸



با سرد شدن هوا تکرانی جدید در راه است / افزایش ابتلای افراد به کرونا و آنفلوآنزا

پیش بینی تولید ۹ هزار تن خرما از نخلستان های لارستان



میلاد لارستان
هفتمین صفحه

ایستادگی دیروز، عزت امروز، تعالی فردا

هفته دفاع مقدس



دفاع مقدس مظهر حماسه، معنویت و دینداری، آرمان خواهی، ایثار و از خودگذشتگی، ایستادگی و پایداری و مقاومت، و مظهر تدبیر و حکمت است. ۱۳۵۶/۰۷/۲۵

هفته دفاع مقدس گرامی باد

پیش بینی تولید ۹ هزار تن خرما از نخلستان های لارستان



مسئول واحد باغبانی معاونت سازمان و مدیریت جهاد کشاورزی لارستان، گفت : لارستان ۱۶۳۰ هکتار نخل خرما دارد که سالانه حدود ۹ هزار تن رطب و خرما تولید می کند.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت سازمان و مدیریت جهاد کشاورزی لارستان ، مجتبی ضیافت افزود : به دلیل وقوع خشکسالی و گرمای بی سابقه برداشت رطب و خرمای امسال این شهرستان از اوایل مرداد ماه شروع شده است و تا اوایل مهر ماه ادامه دارد . به گفته وی ۱۰ درصد تولید خرما در استان فارس مربوط به لارستان است که بر این اساس این شهرستان رتبه پنجم را بین شهرستانهای فارس دارد.

ضیافت، با بیان اینکه عمده خرمای لارستان به شهرستان جهرم ارسال می شود، گفت: وضعیت بازارهای داخلی و خارجی برای صادرات این محصولات مطلوب بوده و خرمای لارستان در داخل کشور به همه نقاط ایران ارسال و به کشورهای افغانستان و پاکستان نیز صادر می شود.

مسئول واحد باغبانی معاونت سازمان و مدیریت جهاد کشاورزی لارستان، با اشاره به اینکه بیش از ۳۰ رقم خرما در لارستان وجود دارد، گفت: برخی از این ارقام شامل شاهانی، خاصویی، قصب، پیارم، مجول، گنتار، هلیله، هلو، گجخواه، خلاص، برچی، لشت، نیت صیف، لؤلؤ، خنیزی، کبکاب، خصاب، گیونی، هلالی، آل مهتری، زرد، خروباغ، گمسری، مرزبان، مضافتی، خوش خارک ، بگشی ، گبدر، نلسو، خصاب می باشند.



خانه از هر جایی امن تر است

کرونا در کمین است، در خانه بمانیم #در_خانه_بمانیم

حوادث و کشفیات:.....

.....

.....

کشف تریاک در داشبورده تریلی



تریلی حامل بیش از ۳۸ کیلو تریاک توسط مأموران انتظامی لار توقیف شد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری صدا و سیما، فرمانده انتظامی لارستان گفت: مأموران انتظامی شهرستان لارستان هنگام کنترل محور مواصلاتی «بندر عباس- لارستان» به یک دستگاه تریلی مشکوک و آن

را برای بررسی بیشتر متوقف کردند.

سرهنگ داود امجدی افزود: در بازرسی از این خودرو مقدار ۳۸ کیلو و ۷۰۰ گرم تریاک که به صورت ماهرانه‌ای در داشبورد این خودرو جاسازی شده بود، کشف شد.

وی افزود: در این خصوص یک متهم دستگیر شد.

کشف هفت دستگاه استخراج ارز دیجیتال قاچاق در لارستان



فرمانده انتظامی شهرستان لارستان، خبر داد با تلاش مأموران انتظامی ۷ دستگاه استخراج ارز دیجیتال قاچاق به ارزش ۲ میلیارد و ۱۰۰ میلیون ریال در این شهرستان کشف شد. سرهنگ داوود امجدی، گفت: مأموران پلیس آگاهی با کسب خبری مبنی بر استفاده غیرمجاز و نگهداری ماینر در منزلی واقع در یکی از روستاهای اطراف شهرستان، بلافاصله رسیدگی به موضوع را در دستور کار قرار دادند.مأموران پلیس آگاهی پس از تکمیل تحقیقات و هماهنگی قضائی، به محل مورد نظرق اعزام و در بازرسی از آن مکان تعداد ۷ دستگاه استخراج ارز دیجیتال فعال به همراه وسایل جانبی را کشف و در این خصوص یک نفر را دستگیر کردند.

فرمانده انتظامی شهرستان لارستان، با اشاره به تشکیل پرونده و تحویل متهم به مرجع قضائی، تصریح کرد: ارزش ریالی این اقدام غیرمجاز توسط کارشناسان مربوطه، ۲میلیارد و ۱۰۰ میلیون ریال برآورد شده است.

آزادی ۳۷۱ زندانی

با تلاش شعب ویژه زندان شوراهای

حل اختلاف فارس



رئیس توسعه حل اختلاف استان فارس، از آزادی ۳۷۱ زندانی با تلاش شعب ویژه زندان شوراهای حل اختلاف این استان خبر داد.
حجت‌الاسلام والمسلمین توتانی، رئیس توسعه حل اختلاف استان فارس با اشاره به جایگاه مردمی شورای حل اختلاف، ایجاد شعب در داخل زندان‌ها را حرکتی مثبت و ارزنده توصیف کرد و افزود: شعب شورای حل اختلاف مستقر در زندان‌ها باید از ظرفیت قانونی خود در افزایش صلح و سازش بهره برده و از تمام توان خود استفاده نماید.

رئیس توسعه حل اختلاف فارس، با اشاره به تعامل سازنده توسعه حل اختلاف فارس با زندان‌ها در جهت اجرایی شدن سیاست کاهش جمعیت کیفری از شعبات شورای حل اختلاف مستقر در زندان‌ها بعنوان تسهیل گر این امر یاد کرد و اظهار داشت: در پنج ماهه اول سال جاری در شعب ویژه مستقر در زندان‌های استان فارس پرونده یکهزار و ۷۲۸ نفر مورد رسیدگی قرار گرفته که از این تعداد ۹۲۰ فقره زندانیان منخومه شده است.
حجت‌الاسلام والمسلمین توتانی، شعب مستقر در شورای حل اختلاف زندان را متمایز از سایر شعب شوراهای ذکر کرد و افزود: شورای حل اختلاف زندان باید از ظرفیت قانونی خود در صلح و سازش بهره برده و یکی از بارزترین نمادهای صلح سازش مربوط به براههای حل اختلاف داخل زندان است که در صورت توجه و حمایت می‌تواند موجب کاهش جمعیت کیفری و حبس زدایی در داخل زندان باشد.

زنبورداران از مناطق مختلف کشور به گراش آمدند



مدیر جهاد کشاورزی گراش فارس گفت:کوج

زنبورداران از مناطق مختلف کشور به این شهرستان با توجه به فصل گل دهی درختان کنار برای تولید عسل آغاز شد.

روابط عمومی جهاد کشاورزی شهرستان گراش به نقل از حسن مرادی اعلام کرد: زنبور داران مناطق سردسیری هر ساله از اواسط شهریور تا پایان مهرماه همزمان با شروع فصل گلدهی درختان کنار به شهرستان وارد می شوند و توسط کارشناسان مدیریت با رعایت اصول فنی در محل

تحقیری ملی به نام مربی خارجی / فرهنگ ورزشی

نمی‌تواند و یا نمی گذارند که بتواند خوداتکا و یا در مسیر فرهنگی صحیح و درست قرار بگیرد؟! دوم: با توجه به اولویت مالی برای مربیان پول پرست خارجی (که هر روز نمونه هایش مطبوعاتی می شود) به فرض دانش برتر فوتبال اروپایی! چرا از این دانش به نحو برنامه ریزی شده و آموزشی طی مراحل مشخص و زمان بندی شده و یا در قالب مشاور و یا هر عنوان دیگری (غیر از مربی گری) استفاده نمی شود ؟! تا مثلا امید آن برود درجه این وابستگی با شیمی ملایم هر سال کمتر شود ؟ سوم : چرا در بین مسئولان کمتی ترس از طرح اینگونه مسائل دیده می شود و حتی برخی فیلسوفانه !! یا از نگاه عاقل اندر سقیه با این سنخ پرسش ها و دغدغه های هویتی برخورد می نمایند؟ و یا از جایگاه علمی (مشابه برنده جایزه نوبل) فرمایش می فرمایند: اصل بر بیروزی در مسابقات و قهرمان شدن و شادی مردم است و مربیان ما در داخل، تخصص و دانش کافی در این زمینه های بزعم آنان«سطح بالا» و فوق پیشرفته را ندارند!

متأسفانه روزمره گی و رضایت سطحی نسل جوان و تخلیه هیجانات آنی آنان و ترس از مسائل حاشیه ای ورزش باعث شده که این مسئله با سایر مسائل ریز و درشت در بخش های پوشاک و صنعت و ماشین و موبایل و مد و غیره دست به دست هم داده و نوعی «برتری کاذب» تمدن غربی و «تحقیر شخصیت» و هویت ملی ایرانی را به دنبال داشته باشد و غفلت از هر بخش از این مسئله حیاتی به منزله آسیب رساندن به تکه ای از هویت و شخصیت استراتژیک تر مثل فوتبال و یا هر ورزش دیگری خواهد بود.

سه پرسش اساسی در اینجا به نظم ارزش طرح اولیه دارد:

اول: کشوری که در صنعت هسته ای و موشکی و پزشکی و ده ها دانش حساس دیگر علیرغم تحریم های علمی و سیاسی غرب توانسته است چنین رشد نماید و در مواردی خودکفا و برتر باشد ، چرا در یک مسئله کم اهمیت تر و غیر استراتژیک تر مثل فوتبال و یا هر ورزش دیگری

لازم برای کوچ مجدد را دریافت و ازمنطقه خارج می شوند. البته زمستان های معتدل شهرستان گراش نیز می تواند انتخاب خوبی برای بیشتر زنبوردارن به امید تولید عسل بهاره و بهره مندی از گل های زرد رنگ مزارع کلزا تا پایان اردیبهشت ماه سال جدید نیز در دشت های این شهرستان باشد. برداشت خرما رقم زاهدی (قصب) از ۲۶۰ هکتار نخلستان های این شهرستان آغاز شده که پیش بینی برداشت بیش از هزار تن از این رقم خرما وجود دارد. برداشت قصب در شهرستان گراش هر ساله از اواخر شهریور ماه شروع و تا اواسط پاییز نیز ادامه دارد.رقم زاهدی از خرماهای خشک است و در این طیف طبقه بندی می شود به همین خاطر شرایط نگهداری و انبار داری آن بسیار ساده و بازار پسنندی خوبی نیز دارد. با وجود خشکسالی خرماي قصب امسال از کیفیت خوبی برخوردار است و محصول تولید شده فاقد هرگونه بقایای کود و سموم شیمیایی است و پس از برداشت علاوه بر ارسال به سایر استان ها به کشورهای حاشیه خلیج فارس نیز صادر می شود. به گفته مرادی، شهرستان گراش دارای حدود ۱۲ هزار هکتار اراضی زراعی و باغی اعم از دیم و آبی است

می‌تواند و یا نمی تواند تلقی گردد. مسئله ورزش سالم مثل تغذیه سالم به جامعه انرژی و تحرک می دهد ، ولی همانطوری که از فرهنگ غذایی و یا فرهنگ بهداشت سخن می گوئیم از فرهنگ ورزش و ترسیم شاخص برای سالم ماندن آن باید سخن گفت. یکبار دیگر تاکید می کنم دغدغه من استفاده نکردن از دانش خارجی در این زمینه ها نیست ، بلکه «پهنینه» استفاده کردن از دانش با کمترین هزینه و آسیب پذیری ملی است .



علاج این حوزه شدیدا آسیب پذیر، حساسیت داشتن بر روی هویت ملی و برنامه ریزی و نگاه جامع داشتن و شناسایی نقاط کور و ترسیم خطوط قرمز است که به هر نحوی به این موضوع مرتبط است . «حل مسئله » فعلا پیشکش ! کاش لااقل درست بتوان «طرح مسئله» نمود.

گردآورنده:الف- شریفی

اعلام دلایل تداوم حضور جهرم در فهرست قرمز کرونایی



انماه داد: عملکرد تیم واکسیناسیون معاونت بهداشتی دانشگاه در واکسینه کردن افراد بسیار عالی بوده است. این عملکرد خوب باعث شده تا سن واکسیناسیون در شهرستان به سرعت پایین بیاید و درصد بالایی از جوانان واکسینه شوند. وی با تأکید بر اهمیت دز دوم واکسن افزود: دریافت دوز دو واکسن و گذشت دو هفته از آن موجب می شود که فرد در برابر بیماری ایمن شود، اما این به معنای عدم ابتلای فرد به بیماری نیست. در یک پنجم افرادی بودند که بعد از دو دز و واکسن نگرفته‌اند. در یک پنجم با وجود افزایش بیماران بستری و سرپایی، هیچ گونه مشکل در تهیه دارو وجود نداشت. معاونت غذا و دارو دانشگاه در این امر عملکرد بسیار خوبی داشته‌است.

لزوم جدی گرفتن واکسیناسیون در بین شهروندان برای خروج از وضعیت قرمز
رئیس دانشگاه علوم پزشکی جهرم نیز با نگاهی به وضعیت بیماری کرونا در شهرستان های جهرم و خفر دوشنبه ۲۹ شهریور ماه گفت با شتاب گرفتن واکسیناسیون گروه‌های مختلف سنی، امیدواری برای کاهش اثرات مرگبار کرونا و خروج جهرم از وضعیت قرمز نیز بیشتر شده‌است. محمد رحمانیان با یان اینکه تا کنون ۱۶۸ هزار و هفت نفر از شهروندان جهرم و خفر دُز اول و دُز دوم واکسن کرونا را تزریق کرده‌اند، افزود: از این تعداد ۱۰۷ هزار و ۲۹۱ نفر دُز اول واکسن کرونا و ۶۰ هزار و ۷۱۶ نفر نیز دز دوم را تزریق کرده‌اند.

چهارشنبه ۱۴۰۰/۰۶/۳۱ - پانزدهم صفرالمظفر ۱۴۴۳ - سال بیست و نهم - شماره ۱۷۹۴

درباره همه تغییراتی که می خواهیم و می توانیم

در شناسنامه‌مان انجام دهیم



تمام باشد؛ در غیر این صورت، پدر یا جد پدری یا قیم او باید اقدام لازم را انجام دهند. بعد از انجام این موارد، اصالت و صحت اسناد توسط کارشناسان اداره ثبت بررسی می‌شود و در صورت پذیرش تقاضا، شناسنامه جدید صادر می‌شود.

اما اگر اسم‌مان شامل این لیست نبود و تنها به علت موردپسند نبودن، تصمیم به تغییر آن داشتیم چه کنیم؟ ناامید نباشید، چرا که باز هم امکان تغییر وجود دارد اما طبیعتا سخت‌تر است.

در واقع افرادی که شامل ماده۲۰ قانون ثبت‌احوال نمی‌شوند و قصد تغییر نام خود را دارند، باید برای تغییر نام از طریق دادگاه عمومی حقوقی اقدام کنند؛ یعنی فرد اقدام به طرح دعوی می‌کند و بعد از آن، با ارائه توضیحات و دفاعیات قاضی دادگاه را برای تغییر نام خود متقاعد می‌کند.

برای این کار لازم است با در دست داشتن شناسنامه و کارت ملی، به دفاتر خدمات الکترونیک قضایی مراجعه کرده و دادخواست خود را تنظیم و ثبت کند.

حذف نام همسر سابق

یکی دیگر از دلایل اقدام به اصلاح شناسنامه، حذف نام همسر سابق از شناسنامه است. مطابق قسمت دوم ماده ۳۳ قانون ثبت‌احوال، تمامی وقایع ازدواج، طلاق، فوت زوج یا زوجة درج شود اما این استثنا وجود دارد که اگر طلاق، قبل از زناشویی انجام بگیرد، زن می‌تواند با ارائه گواهی پزشکی قانونی یا حکم دادگاه و سند طلاق خود، مستقیما به ثبت احوال مراجعه و با تکمیل فرم‌های مربوط، تقاضای صدور شناسنامه المثنی کند و در این صورت نام همسر سابق از شناسنامه او حذف می‌شود.

این حکم در مورد مرد هم صدق می‌کند و در صورت وقوع طلاق در دوران عقد، مرد هم می‌تواند اقدام به حذف نام همسر از شناسنامه کند. در واقع اداره ثبت‌احوال از حذف نام همسر در طلاق‌های بعد از برقراری رابطه جنسی خودداری می‌کند.

ضمن این‌که این‌طور که معلوم است، قانونگذار برای حذف نام همسر فوت‌شده از شناسنامه هم سختگیری زیادی نکرده و در صورت مراجعه همسر فوت‌شده به اداره ثبت‌احوال، می‌تواند درخواست حذف نام متوفی را داشته باشد.

اصلاح تاریخ تولد

در برخی موارد هم بعضی افراد معتقدند که سن واقعی‌شان با سن شناسنامه‌ای آنها تطابق ندارد؛ موضوعی که خیلی عجیب نیست و آن را زیاد دیده و شنیده‌ایم؛ بدیهی‌ترینش هم انتخاب یکی از روزهای شهریور و نیمه اول ماه برای جلو انداختن زمان مدرسه چه‌هایی بوده‌است که در اولین روزهای ماه مهر به دنیا آمده‌اند؛ اتفاقی که در سال‌های گذشته مرسوم بوده البته این روزها تقریبا ممکن نیست.

دلایل دیگری هم دارد که باز هم خیلی شامل حال امروز نمی‌شود و به زمان قدیم برمی‌گردد؛ مثلا این‌که مامور ثبت تاریخ را اشتباه کرده، یا این‌که پدر و مادر دیرتر برای شناسنامه اقدام کرده‌اند یا حتی این‌که هنگام فوت یکی از فرزندان، پدر و مادر، شناسنامه او را به فرزند بعدی نسبت می‌دادند.

با در نظر گرفتن همه این موارد، این افراد تحت شرایط خاصی که قانون برای آنها درنظر گرفته، می‌توانند پس از طی مراحل قانونی، اقدام به تغییر سن شناسنامه خود کنند. البته که تغییر سن اگر بیشتر از پنج سال باشد، شرایط خاص‌تری دارد و اگر کمتر از پنج سال باشد، با سهولت بیشتری انجام می‌شود و دیگر نیازی به مراجعه به کمیسیون تشخیص سن نیست.

در چنین شرایطی که اختلاف سن کمتر از پنج سال است، فرد به دادگستری مراجعه می‌کند و دادخواست مورد نظرش را می‌دهد و با ارائه اسناد و مدارک، منتظر رای و نظر نهایی می‌ماند.

ترکس خانغلی زاده – روزنامه جام جم

مجوز حمل سلاح گلوله زنی مدل گلگندنی کالیبر ۷/۹۲ ساخت ایران به شماره سلاح ۲۰۷۲-۲۸ و شماره کلاسه پرونده ۶۴۰۰ بنام حشمت حسین زاده فرزند حسن به شماره شناسنامه ۲۲۲ متولد ۱۳۳۳ مفقود شده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.



رئیس‌جمهور گفت: رمز قدسیت دفاع و نظام ما اولاً این است که مبتنی بر دین و کتاب و سنت است، نظام اسلامی که می‌خواهد ارتباطش بر اساس دین تنظیم گردد، مقدس می‌شود. دوم این‌که در رأس نظام ما حاکمیتی است که نیابت از امام عصر(عج) دارد.

آیت‌ا... سید ابراهیم رئیسی رئیس‌جمهور در آیین تجلیل سراسری از یک‌میلیون پیشکسوت دفاع مقدس سراسر کشور طی سخنانی ضمن تسلیت ایام اربعین حسینی(ع)، اظهار داشت: فلسفه قیام امام حسین(ع) این بود که ملتها را از جهالت و نادانی بیرون بیاورد و از گمراهی نجات‌بخشد.

وی افزود: برگزاری مراسم تجلیل و تکریم از پیشکسوتان این عرصه جلوه‌ای از روشنگری نسبت به راه، پیام و هدف شهیدان است تا هیچ‌کس در عالم دچار جهل نشود و در جهل نماند؛ اگر کسانی به‌هدر دلیل، به‌دلیل فتنه فتنه‌گران و شیطنت شیاطین می‌خواهد دچار انحراف و گمراهی بشود، با نشان دادن راه نورانی شهیدان از ضلالت نجات یابد.

رئیس‌جمهور گفت: در این مقطع، عزیزی که دست‌اندرکار این امر هستند هرچه نام، یاد و هدف شهیدان را در جهت تنویر افکار عمومی برای رهایی یافتن از گمراهی و فتنه‌ها بیشتر تبیین کنند موجب مصون‌سازی نسل جوان می‌باشد. عاشورا باید معرفی شود و معلوم شود عاشورا امتداد دارد و امتداد آن نیز جلوه شهدایی است که برای خدا و یک امر مقدس در این میدان ظاهر شدند. بسیاری در دنیا گفتند می‌کنند و در تاریخ هم جنگ‌های زیادی رخ داده است اما، کدامین از آن‌ها دفاع مقدس است؟ نظامات حکومتی بسیاری در دنیا وجود دارد اما، کدام از آن‌ها نظام مقدس است؟ و سؤال این است که: چه‌چیزی باعث تقدس نظام، دفاع و بسیج ماست؟

آیت ا... رئیسی بیان کرد: هیچ امر، شخص، زمان و زمینی قدسی نمی‌شود مگر در پرتو خداوند متعال؛ رمز قدسیت دفاع و نظام ما اول این است که مبتنی بر دین و کتاب و سنت است، نظام اسلامی که می‌خواهد ارتباطش بر اساس دین تنظیم گردد، مقدس می‌شود. دوم این‌که در رأس نظام ما حاکمیتی است که نیابت

آیت‌ا... رئیسی: مقدس‌بودن نظام ما به‌علت مبتنی بودن بر دین است

راه شهدا امتداد عاشورا است

سازمان و دانشگاهی هستند که راه و هدف شهید را معرفی می‌کنند؛ باید همواره گرمی داشته شوند، باید به نام، یاد و خانواده مکرم آنان افتخار کنیم.

وی ادامه داد: فعالان عرصه جهاد فرمانده بزرگی دارند که در دوران جنگ و قبل از جنگ همواره در کنار امام، یار امام و در صفوف مقدم حضور داشته است؛ این نمایشگاه توانست برخی از جلوه‌های زندگی او را نشان دهد و جلوه‌ای از زندگی ایشان در کسوت ارادتمند به امام، یک شاگرد مکتب امام و مکتب انبیا الهی. از سال ۱۳۴۲ و بعد از آن در سال‌های مبارزه با نظام شاهنشاهی هم باید به این مجموعه اضافه شود تا معلوم شود این حرکت ممتد و ادامه‌دار یک چهره انقلابی، عالم، فرزانه و فقیه در کنار امام و نقش‌آفرینی ایشان بعد از امام برای جامعه ما روشن شود که امروز جامعه ما توسط فقیه جامع الشرایطی اداره می‌شود که به مردم نمی‌گوید «بروید» بلکه به مردم می‌گوید «بیاید»

رئیس‌جمهور اظهار داشت:ایشان خود در قله‌ای قرار دارد که جایگاه او جایگاه سیاحت نیست بلکه جایگاه قیادت است و بین سیاحت و قیادت فرق است؛ در سیاحت سوق دادن به یک هدف است در قیادت یعنی شما هم بیاید تا ملکوتی شوید. رهبری انقلاب خود به این جایگاه رسیده‌اند، فرماندهان ما در جایگاهی هستند که به افسران و سربازان خود نمی‌گویند «بروید»

رئیسی عنوان کرد: البته مصلحان بسیاری در عالم داریم که به مردم می‌گویند راستگو باشید و میناقشکن نباشید و امانت‌دار باشید؛ از این‌دست مصلحانی که ادعای خوبی و پاکی دارند در جهان کم نیستند اما چرا محبوب عالم نیستند و در دل‌ها جایی ندارند؟ چون خود به آن مرحله نرسیده‌اند.

وی افزود: این نمایشگاه گویای شخصیتی است که در جایگاه فرماندهی کل قوا قرار دارد و وقتی

جایگاه فرماندهان را می‌بینم که خود امروز در

این میدان پیشکسوت است و با اخلاص در این

میدان حاضر است و نقش‌آفرینی می‌کند، بنده

افتخار می‌کنم که سرباز ایشان باشم.

رئیس‌جمهور در ادامه سخنان خود با تشکر

از دست‌اندرکاران برگزاری این آیین تجلیل،

تصریح کرد: توفیق داشتم قبل از این جایگاه و

قبل از دوران کرونا در مراسم گرامیداشت برخی

شهیدان می‌رفتم؛ مثلاً بیستمین یا سی‌امین سالگرد شهادت بسیار باشکوه برگزار می‌شد طوری که انگار همین دایروز شهید شده‌اند و مردم تجلیل می‌کردند و این نشان‌دهنده آمادگی مردم است و باید این جلوه‌ها بماند. تجلیل از شهدا و معرفی راه آنان همواره باید پیش روی ما باشد چون تجلیل از شهیدان از عالم جهل‌زدایی می‌کند.

رئیسی خاطر نشان کرد: ما با جاهلیت مدرنی مواجه هستیم که مجهز به علم، فناوری سلاح است و قدرت مالی و نظامی فراوانی پشت این جاهلیت مدرن است که نداشته‌های خود را به عالم عقده می‌کنند. زشت‌ترین کارها به عنوان جلوه‌های تمدن و مدنیت در این عالم جاهلیت مدرن معرفی می‌شود و آن قدرت عظیمی که می‌تواند چهره این جاهلیت را برملا کند و نقاب از صورت‌شان بردارد، یاد و نورانیت شهیدان و بیان فلسفه عاشورا و راه عاشوراییان است.

وی گفت: عاشوراییان در عاشورا متولد شدند چون دشمنان دین می‌خواستند که عاشورا پایان عاشوراییان باشد، به‌همین خاطر بود که در عاشورا آن وقایع را رقم زدند تا نامی از امام حسین(ع) نباشد اما عاشورا تولد عاشوراییان شد. ما سال تولد حبیب بن مظاهر را نمی‌دانیم و مورخان می‌دانند اما مهمی ما حبیب و زهیر را به نام عاشورا می‌شناسیم.

رئیس‌جمهور اظهار داشت: نام‌آوران دو روز تولد دارند، یکی روز تولد شخص و دیگری روز تولد شخصیت او. شهدای کربلا در روز عاشورا متولد شدند و از این رو به خانواده‌های شهدا تبریک می‌گویم که روز شهادت آن بزرگواران تاریخ تولدشان است.

این آغاز است و پایان آن نیز تا زمانی که زمین و زمان هست، می‌درخشند. خداوند متعال فرموده که آنان زنده هستند و نزد خدا روزی داده می‌شوند. قرار است کار اباعبدالله(ع) یعنی جهل‌زدایی را انجام بدهند. بیداری منطقه به برکت خون شهادت و همواره ادامه خواهد داشت، چون شهدای ما در مسیر حق گام برداشتنند.آیت ا... رئیسی در پایان گفت:

امیدوارم روح مطهر شهدا و خانواده‌های معظم آنان برای موفقیت ما در دولت در انجام مسئولیت خطیری که برای رفع مشکلات کشور بر عهده داریم دعا کنند.



جوان‌ترین خلبان شهید دفاع مقدس

پیشرفته، موفق به دریافت گواهینامه پرواز و نشان خلبانی شد و به ایران بازگشت. با توجه نمرات و نظر فرماندهان، برای تکمیل فن پروازی در پایگاه چهارم شکاری وحدتی (دزفول)، به یادگیری تخصصی فنون پرواز با جنگنده شکاری F-۵ مشغول شد.

حسین در ادامه مسیر خدمت، مشغول گذراندن دوره‌های رهبری دسته پروازی (لیدری) شد که این زمان، مقارن با پیروزی انقلاب اسلامی و تغییر روند مسیر آموزش‌های این دوره بود.

چندی بعد، با شروع نقض تمامیت ارضی میهن اسلامی مان از سوی دشمن بعثی، شهید مقیمی و سایر هم‌زمان که در آن زمان در حال آموزش بودند، در راستای دفاع از کشور، پروازهای رزمی و جنگی خود را آغاز کردند. شرکت در عملیات البرز (۱۴۰ فرودنی) در نخستین روز از مهرماه سال ۱۳۵۹، افتخار دیگری بود که این شهید نیز به نوبه خود، در آن سهمید شد و به عنوان یک مدال افتخار در کارنامه خدمتی‌اش خود ثبت کرد. چند روز بیشتر از این حضور موفق نگذشته بود که بدافند هوایی رژیم بعثی عراق جنگنده این خلبان غیور کشورمان را در روز ۶ مهرماه سال ۱۳۵۹ مورد اصابت قرار داد و او به درجه رفیع شهادت نائل شد.

وی، عنوان جوان‌ترین خلبان شهید دوران دفاع مقدس را دارد. گفتنی است، تا سال‌ها پس از پرواز بی بازگشت او، هیچ اثری از پیکر پاک او بدست نیامد تا اینکه پس از عقب نشینی دشمن، قسمت‌هایی از هواپیمایش، در محل شهادت وی پیدا شد و همین تأییدی بود بر عروج ملکوتی وی!

شهید خلبان حسین مقیمی چگونه به شهادت رسید؟
امیر سرتیپ خلبان عباس نژادی یکی از هم‌زمان شهید خلبان حسین مقیمی است که شهادت این شهید بزرگوار را اینگونه نقل می‌کند: «با گذشت پنج روز از شروع جنگ، نیروهای زرهی عراق، به فاصله‌ای کمتر از

رهبر انصار ا... یمن گفت که قبل از انقلاب، زمام امور این کشور در دست سفیر آمریکا بود و قیومیت خارجی باعث فروپاشی و اشغال کامل یمن شده بود. عبدالملک الحوثی به مناسبت سالگرد انقلاب ۲۱ سپتامبر سخنرانی کرد که مشروح آن به شرح زیر است: وضعیت سابق کشورمان باعث شد درک کنیم که انقلاب حتمی است و مصلحت واقعی ملت عزیزمان است، دوره قبل از انقلاب ۲۱ سپتامبر، دوره قیومیت بیگانگان از طریق عدول نیروهای سیاسی از استقلال ملتمان بود، عدول نیروهای سیاسی از استقلال یمن، باعث نتایج مصیبت باری شد که اوج آن فروپاشی کامل و اشغال کامل یمن بود.

وی افزود: نیروهای حاکم در کشورمان قبل از انقلاب با قطعنامه های شورای امنیت برای قراردادن یمن تحت فصل هفتم منشور ملل متحد همراه بودند، سفیر آمریکا بر تصمیم گیری های یمن سیطره داشت و سفارت آمریکا به طور علنی به ریاست جمهوری تبدیل شده بود، نیروهای سیاسی در کشور ما در برابر سفارت آمریکا به گونه ای رفتار می کردند که گویی تسلیم قیومیت آن شده اند، وضع امنیتی قبل از انقلاب شاهد انفجار، ترور و استقرار عناصر تکفیری بود.

رهبر انصار ا... یمن خاطرنشان کرد: دشمنان یمن کوشیدند مولفه های قدرت مادی و معنوی مردم مان را نابود کنند تا به طور کامل از یکدیگر بپاشد و بتوانند بر این ملت سیطره یابند، وضع قبل از انقلاب در تمام زمینه ها در مسیر فروپاشی بود و بحران سیاسی پیچیده تر می شد، ورشکستگی نیروهای سیاسی قبل از انقلاب دشمن را به هدف قرار دادن یمن در تمام زمینه ها تشویق کرد، درصورت استمرار وضع اقتصادی، سیاسی و امنیتی قبل از انقلاب، یمن به طرف فروپاشی کامل می رفت.

حوثی خاطرنشان کرد: اگر انقلاب ۲۱ سپتامبر نبود پایگاههای آمریکا در یمن به بهانه مبارزه با القاعده گسترش می یافت، حمله به یمن برای خدمت به آمریکا، اسرائیل و انگلستان و در چارچوب حمله به امت انجام شده؛ هدف قراردادن شدن در برابر دشمنانش، زمینه را برای عادی سازی رابطه با رژیم صهیونیستی باز می کرد.

وی افزود: سعودی و امارات ابزارهای آمریکا و گاو شیرده هستند، آمریکا برای حفظ منافع اسرائیل به عنوان وکیلش در منطقه فعالیت می کند، قبایل یمن ستون اصلی انقلاب ۲۱ سپتامبر بودند، اهداف انقلاب بیانگر اهداف مردم از هر قشر، نژاد و مذهب متکی به احساسات انسانی و هویت ایمانی بود.

انقلاب ۲۱ سپتامبر از عظیم ترین انقلاب ها و بدون هر نوع تصفیه حساب یا جنایت بود، دخالت بیگانگان به ویژه آمریکا از مهمترین مشکلاتی بود که انقلاب از همان ابتدا با آن مواجه بود، جامعه جهانی حاضر بود که به هر نوع جنایت علیه ملتمان سرپوش گذارد اما به رغم آن انقلاب پیروز شد و دنیا را شگفت زده کرد، مانع دور زدن انقلاب شدید و به همین دلیل دشمن راه درگیری با مردم یمن و حمله به آنان را برگزید.حوثی یادآور شد: آمریکاییان و متحدانشان نتوانستند آزادی، استقلال و کرامت مردم یمن را تحمل کنند، نیروهای بیگانه همواره اشتباهی بلعیدن یمن و منابعش را داشتند که در این میان مزدورانشان نقش داروی اشتها آور را

پیش از انقلاب، زمام امور یمن در دست سفیر آمریکا بود

ایفا نمودند، کشورهای متجاوز فکر می کردند که می توانند با جنایت و محاصره اراده ملتمان را در هم بشکنند و آن را وادار به تسلیم کنند.

وی خاطرنشان کرد: رژیم اسرائیل حتی قبل از شروع جنگ دیگران را علیه یمن تحریک و با همکاری آمریکا، انگلستان و ابزارهایش در منطقه اقدام به توطئه چینی می کرد، انقلاب ۲۱ سپتامبر دشمن را غافلگیر کرد، البته دشمن همواره از پایداری مردم یمن در برابر تجاوز و بیگانگان از طریق عدول نیروهای سیاسی از استقلال ملتمان بود، عدول نیروهای سیاسی از استقلال یمن، باعث نتایج مصیبت باری شد که اوج آن فروپاشی کامل و اشغال کامل یمن بود.

رهبرانصار ا... خاطرنشان کرد: صبر مردم ما، صبر آزادیخواهان و ایثارگران است نه صبر درمندانگان و ذلیلان، لذا مشمر ثمر بود، مردم ما عم از زن و مرد عظیم ترین درس را ارائه دادند و مزدوران و خائنین هرگز نماینده آنان نیستند، نمی پذیریم که خارجی در کشورهای دیگر جهان نیست بلکه ما مردم ما در فقر زندگی کنند، اهداف انقلاب مردم ما آشکار بود و هرگز هیچ نیت تجاوزکارانه و خصمانه نسبت به محیط عربی و اسلامی به ویژه کشورهای همجوار نداشتند، مردم ما اعلام کردند که برای ایجاد روابط برادرانه مبتنی بر احترام متقابل و منافع مشروع می کوشند.

وی افزود: انقلاب ۲۱ سپتامبر تهدیدی برای اروپا یا کشورهای دیگر جهان نیست بلکه ما ضد دشمن صهیونیستی و سلطه گری آمریکا هستیم، حمله آمریکا علیه ملت و امتمان را نمی پذیریم، مشکل آنها با انقلاب یمن تمسک این مردم به اصولش بود و اینکه رژیم اسرائیل را دشمن اصلی

می داندند و به مساله فلسطین اهتمام می ورزند، مشکل ما با دشمن به خاطر طمع ورزی اش و دشمنی قاطع ما با اسرائیل و حمایتان از مساله فلسطین است، می کوشیم تا در تمام این موارد زندگی کنیم.انقلاب ما مبتنی بر منافع مشروع است و نه عدول از ثروت کشورمان به حساب ملتمان؛ مزدوران به سرعت ثروت های کشورمان را در ازای منافع شخصی به بیگانگان تسلیم کردند و ما اسنادی داریم که نشان می دهد مسئولین در قراردادهایی ظالمانه علیه کشورمان دست داشته اند، از مهمترین دستاوردهای انقلاب حفظ نهادهای نظام از فروپاشی است، ما در حال جنگ و محاصره شدید هستیم و مقدار زیادی از ثروت یمن تحت اشغال است، انقلاب باعث اعاده کرامت و آزادی کشورمان شد و ملت ما در برابر سیاستهای آمریکایی اسرائیلی ایستاد، وی تأکید کرد: کسی که می خواهد کسی که می خواهد انقلاب را از یابی کند باید واقعیت اوضاع در سایه تجاوز و محاصره و غارت ثروتهای کشورمان را ارزیابی کند، امروز ما با طرف هایی مانند ایران و حزب ا... ائتلاف کرده ایم که دارای مواضع افتخار آمیزی نسبت به یمن هستند، کشورمان در شرایط بسیار دشوار اقتصادی زیسته است، امروز با تجاوز و محاصره بزرگی از سوی کشورهای قدرتمند و برخی از کشورهای عربی مواجهیم.اوضاع داخلی نیازمند همکاری همه برای تحقق اهداف انقلاب می باشد، مواضع ایران، حزب ا... لبنان، آزادی خواهان سوریه، عراق و بحرین نسبت به یمن افتخارآمیز شده از نقد سازنده و نصیحت صادقانه استقبال می کنیم، برخی به خاطر عقده های شخصی در تلاشند تا نکات مثبت را بی اثر نشان دهند و نکات منفی را بزرگ نمایی کنند .



خاطره‌ای از همسر شهید مقیمی درباره نحوه شهادت او

همسر شهید مقیمی با ذکر خاطره‌ای درباره شهید مقیمی می‌گوید: «هواپیمای شهید مقیمی، در پروازی که به منطقه عین خوش داشتند، توسط بدافند دشمن، مورد هدف قرار گرفت و به شهادت رسید. منطقه عین خوش در آن زمان در اشغال دشمن بود. البته پس از حادثه‌های که برای ایشان رخ داد، ما تا مدت‌ها فکر می‌کردیم که وی اسیر نیروهای شده است. سال ۷۰ که اسرا به کشور بازگشتند، نام حسین در میان اسرا نبود؛ پس از آن بود که اسم همسر، در لیست مفقودین قرار گرفت. سال ۷۲ بود که به طور قطعی به ما اعلام کردند که خلبان مقیمی، به شهادت رسیده است. در عملیات فتح المبین که منطقه عین خوش به دست رزمندگان اسلام آزاد شد، لاشه هواپیمایی که وی اسیر شهید مقیمی بود، در منطقه‌ای از عین خوش پیدا شد.»

خاطره‌ای از شهید مقیمی در کلام یک دوست قدیمی
برادر همسر شهید مقیمی در مورد دوران کودکی وی می‌گوید که سال‌های مدرسه، به دلیل نسبت فامیلی، رفت و آمدمان زیاد بود. وی دانش آموز پر تلاش، مودب و خلاق بود. او همیشه در کلاس نمره خوبی می‌آورد؛ از همان روزها علاقه به پرواز داشت؛ همیشه با پنجره بالائی خانه، پرواز هواپیمایا را تماشا می‌کرد.

امامزاده ابراهیم(ع) شیراز؛ یک بقعه و هزاران نقش



در یکی از محله‌های قدیمی شیراز، آنجا که بسیاری از بزرگان در دارالسلام آرمیده‌اند؛ بقعه‌ای زیبا و سرشار از عظمت وجود دارد که برخی آن را متعلق به فرزند امام کاظم(ع) می‌دانند و روایت شده که امام(ع) وی را سخی ترین، شجاع ترین و عابدترین فرزندان خود بعد از امام رضاع) می‌دانست.

انتشار قصیده « قحطی لار » مهجور ، شاعر بزرگ لارستان به زبان لارستانی برای اولین بار

همه فرهنگ دوستان زبان و ادبیات منطقه لارستان بزرگ، مهجور بریزی شاعر نام آوازه این کهن دیار را می

شناسند و اشعار او را سندی ارزشمند از زبان لارستانی می‌دانند ، این شاعر بزرگ به همت استاد فرزانه جناب دکتر محمدباقر وثوقی به جامعه فرهنگ دوست لارستان معرفی شد.

«سحر طاهری» خبرنگار میلاد لارستان، گفت و گویی در این خصوص با «رضا طاهری»، پژوهشگر و علاقه مند به حوزه زبان شناسی لارستانی انجام داده است.

رضا طاهری که به دلیل علاقه به مهجور سند اشعار او را به دست آورده است و آن را ترجمه نموده است گفت: اشعار مهجور بریزی سندی ارزشمند از زبان لارستانی هاست که در دو سه دهه گذشته به

همت اساتید محقق همچون دکتر وثوقی به جامعه بزرگ لارستان معرفی و اهدا شده است .

آنچه همیشه مورد علاقه بنده بود این بود که تمام اشعار مهجور بریزی احیا شود چون آنچه در مقاله استاد وثوقی و در کتاب گرانسنگ تاریخ مفصل لارستان آمد است، تنها بخشی از اشعار مهجور بریزی بود و همانجا هم بیان شده بود اشعار مهجور شامل پنجاه و پنج دو بیتی و یک قصیده معروف به «قحطی لار» است.

به همین مناسبت با درخواست از استاد وثوقی و دکتر رحمانی از نویسندگان تاریخ مفصل خوستار در اختیار قرار دادن سند اشعار مهجور بریزی شدم که متأسفانه آن نوشته ها و اسناد در دست این دو استاد بزرگوار نبود .با تلاش و جستجوی فراوان و با همت یکی از دوستان محقق و مسلط به زبان روسی و انگلیسی پس از سال ها تلاش این سند ارزشمند پیدا شد و ۵۵ دوبیتی و یک

چون فرزندان امامزاده ابراهیم(ع) از صاحب منصبان بودند، برای وی امان نامه ای گرفتند و حضرت رهسپار شیراز شد و در این شهر اقامت گزید. مأمون از محبوبیت و نفوذ وی در میان مردم هراس داشت، بنابراین به وسیله سم ایشان را به شهادت رساند.

در کتاب تذکره دلگشا آمده: و از جمله بقاع، بقعه امامزاده ابراهیم است که حال، قریب به دروازه شاه داعی الی ... واقع است و جمعی آن حضرت را ولد صلب امام موسی کاظم (ع) می‌دانند و اما آنچه از قول ارباب رجال مشخص می‌شود، آن است که ابراهیم بن موسی (ع) به امر محمد بن محمد بن زید بن علی (ع) به حکومت یمن در عند مأمون عباسی مشغول بود و لیکن حقیر را به آن بزرگوار کمال اعتقاد است و ظن حقیر چنان است که جناب ایشان از اولاد امام موسی کاظم (ع) است.

بنابر اسناد تاریخی، حضرت امامزاده ابراهیم(ع) پس از اخذ امان نامه به دنبال قیامش بر علیه مامون به گسترش معارف اهل بیت(ع) همت گمارد، اما زمانی که برادر بزرگوارشان حضرت علی بن موسی الرضاع) توسط مامون به شهادت رسید؛

علیه مامون دست به قیام زد ولی متأسفانه قیامشان به موفقیت نینجامید.

مؤلف در ادامه می‌نویسد: بعید به نظر می‌رسد که ابراهیم پسر بی واسطه امام موسی کاظم(علیه السلام) باشد، زیرا ابراهیم اکبر پسر موسی (علیه السلام) در مقابر قریش دفن شده است. و اما ابراهیم مرتضی‌اصغرین امام موسی (علیه السلام) کنار قیرامام حسین بن علی بن ابن طالب (علیه السلام) مدفون است.

این ابراهیم (که قبرش در لب آب شیراز است) پسر موسی بن ابراهیم بن امام کاظم(علیه السلام) می‌باشد و دو واسطه افتاده است، به همین سبب بعضی پنداشته‌اند که قبر او در شیراز است.

با توجه به مطالب مذکور، اتفاق نظر محققین براین است که ابراهیم بن موسی (علیه السلام) در این بقعه مدفون نبوده است.

از گفتار علمای بزرگ انساب به این نتیجه می‌رسیم که شخصیت مدفون در این بقعه، سیدجلیل القدر امامزاده عظیم الشان ابوالسحاق ابراهیم بن الحسین بن علی بن محسن بن ابراهیم بن موسی بن ابراهیم الاصرغین امام موسی کاظم (علیه السلام) است که بزرگتری سادات شیراز و تمام متصرفات عبدالدوله دیلمی را در قرن چهارم هجری به عهده داشته و این منصب پس از وفات وی در دهه آخر همین قرن به فرزندان

او رسیده است. بر اساس آنچه که در گفتار نسب شناسان مشهور است، سیدابراهیم علاوه بر سیادت، پسرعموی سیدرضی و سیدمرتضی، نقیب النقیاب بغداد نیز بوده و به علم و تقوی، حلم وعمل، بزرگی و بزرگواری و بزرگ خاندان موسوی شیراز به شمار می آمده است.

بقعه امامزاده ابراهیم دارای بنایی شامل حرم، دو صحن و رواق است، در حیاط جنوبی، در سمت شرق و غرب، طاق نماهایی است که با نصب درب، آن‌ها را به شکل اتاق یا آرامگاه خصوصی درآورده‌اند. بنای اصلی آن در زمان فتحعلی شاه قاجار در سال ۱۲۶۹ هجری قمری در اثر زلزله تخریب شد که به وسیله میرزا نعمیم لشکر نویس پسر زکی خان سردار یازسازی گردید.

حرم دارای چهارشاه نشین اصلی است که مرقد مطهر در شاه نشین جنوبی قرار گرفته است، دیوارهای داخلی حرم آئینه کاری شده که سقف بالای ضریح مزین به آئینه مقرنس است.

از هنرهای قابل توجه کاشی هفت رنگ شرق حیاط شمالی می‌باشد که صحنه‌هایی از عاشورا و معاد را به تصویر کشیده است.دیوار شمالی ساختمان حرم به سمت حیاط، حیاط هلالی بزرگی دارد که صحنه

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به

نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بقا و عالم آخرت است .مهجور با حفظ اعتقاد خود ولی به طرز جالبی گرفتاری های دنیا را نکوهش می‌کند و با این کارش یکی از دشواری های محیطی در جنوب که همان کم بودن بارندگی است را به چالش می‌کشد.

این علاقه مند حوزه زبان لارستانی به ویژگی های کار راماسکوچ محقق روسی

به واقع باید گفت او انسانی چیره دست است در شعر .طاهری همچنان درباره قصیده قحطی لار گفت :

مهجور در قصیده قحطی لار آنچه به نمایش می‌گذارد، ناپایداری دنیا و افت و خیز آن است و آنچه پایدار می‌داند دار

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

توجه نمایند و سالانه با انواع برنامه ها ، زبان محوری لارستانی و نشر و گسترش

و تبلیغ آن را جزو کارهای فرهنگی

بزرگ محروم می‌کنند و زبان لارستانی را به فرزندان خود نمی‌آموزند .

وی از مسئولین تصمیم گیر فرهنگی در لارستان خواست به این مساله بیشتر

هایی زیبا از روز قیامت و عاشورا با کاشی هفت رنگ بر آن نقش بسته است.

در سمت راست هلالی تصویر امام موسی بن جعفر (علیه السلام) در زنجیر و غل زندان مأمون با ظرفی از انگور سمی کشیده شده و در سمت چپ امام رضا (علیه السلام) را در کاخ هارون نشان می‌دهد که خوشه ای انگور سمی به حضرتش تعارف می‌کند.

دو گلدسته قدیمی با زینت بلند و زیبا فضای ملکوتی حرم مطهر را زینت بخشیده‌اند، در فرعی ورودی بقعه از چوب ساخته شده است، سر در اصلی جنوبی بقعه به

موثر ترین روش برای تمیز کردن سینی فر

سینی فر از دسته وسیله‌های آشپزخانه است شاید هر روز به سراغ آن نروید اما به شدت کاربردی است و تغلل و اشتباه در تمیز کردن آن می‌تواند طعم غذاهای دیگر شما را نیز بد کند و کبکی با طعم پیتزا به شما دهد. تا جایی که می‌توانید، سینی فرتان را بلافاصله پس از استفاده بشویید اما روش‌های راحتی وجود دارد که با دانستن آنها می‌توانید به راحتی به سینی فر تمیز کنید و دوام آن را حفظ کنید. دو نکته مهم را نیز فراموش نکنید که برای جلوگیری از زنگ‌زدگی، بر روی سینی فرتان لایه نازکی از روغن بریزید و همچنین برای جلوگیری از تجمع باکتری‌ها و زنگ‌زدگی‌ها، سینی فر را بلافاصله پس از شستن خشک کنید.

جادوی جوش شیرین

ترکیب جوش شیرین و آب اکسیژنه یکی از بهترین روش‌ها برای تمیز کردن سینی فر است. جوش‌شیرین و هیدروژن پراکسید را با هم ترکیب کنید تا حالت خمیری به دست آید. آن را بر روی سینی پخش کنید و بگذارید ۲

از سمت سخت اسکاچ و سیم ظرف‌شویی استفاده کنید. یادتان باشد با اینکه سیم ظرف‌شویی برای تمیز کردن روش مؤثری است، ولی ممکن است خراش‌های کوچکی از خود بر روی سینی فر باقی بگذارد.

تمیز کردن سینی فر آلومینیومی

سینی فر آلومینیومی را می‌توان با همان روش سینی استیل با روکش آلومینیومی و استیل ضدزنگ تمیز کرد؛ البته ممکن است به اسکاچ نرم‌تری نیاز داشته باشید. برای جلوگیری از آسیب‌های احتمالی به سینی، اول اسکاچ‌تان را بر روی نقطه کوچکی از پشت سینی امتحان کنید.

سینی فر نجسب

برای حفظ دوام سینی نجسب، از اسکاچ‌های سخت و سیم ظرف‌شویی استفاده نکنید؛ بهتر است به‌جای آن از اسکاچ و ابزارهای غیرتهاجمی استفاده کنید. یک روش خوب

برای تمیز کردن این سینی‌ها استفاده از یک کاغذ توالت مرطوب است تا سینی فر به‌مدت یک ساعت خیس بخورد. این روش برای کاهش تجمع غذاها مؤثر است.

ترمز فرش یا چسب ترمز- لایه های مخصوص- پد لغزش- استفاده از چسب های حرارتی- قرار دادن وسایل سنگین روی فرش

-ترمز فرش یا چسب ترمز

ترمز فرش یا چسب ترمز یکی از روش هایی است که به جلوگیری از لیز خوردن فرش کمک می کند. ترمز فرش محصولی لاستیکی است که آسیبی به بافت فرش نمی زنداز ویژگی های ترمز فرش می توان به موارد زیر اشاره کرد:

قابل شستشو است و می توان دفعات زیادی از آن استفاده کرد. بر روی فرش و سرامیک

دلایل داغ نشدن اتو

هنگامی که اتو داغ نمی شود، قطعاً خسته و ناامید می شوید. داغ شدن اتو در زمان کوتاه باعث می شود که هم در زمان صرفه جویی کنید و هم لباس تان بهتر اتو شود اما بعضی از محصولات الکترونیکی با مشکلاتی مواجه هستند که این موضوع در مورد اتو هم اتفاق می افتد. داغ نشدن اتو ممکن است به دلیل مشکلات زیر باشد:

مشکل سیم اتو: اولین چیزی که شما باید چک کنید، سیم است. احتمالاً سیم اتو جریان برق را به خوبی انتقال نمی دهد و همین باعث شده که جریان برق قطع شود و اتو به خوبی داغ نشود. مشکل فیوز دمایی: بعضی از اتو ها به دلیل مشکلات موجود در فیوز دمایی با مشکل داغ شدن مواجه می شوند و کلاً داغ نمی شوند اما بعضی بیش از حد داغ می گردند. در غیر این صورت ممکن است مشکل در کنترل ترموستات باشد که باید آن را نیز بررسی کنید. مشکل ترموستات: ترموستات یک د کمه روشن و خاموش دارد که دمای اتو را تنظیم می کند. ممکن است ترموستات دچار مشکل شده باشد و دما را بیشتر یا کمتر از حالتی که می خواهید تنظیم کند. پس باید به سراغ برطرف کردن مشکلات ترموستات بروید.

آسیب به المنت گرمایی: المنت حرارتی یا گرمایی اتو از نیکروم ساخته شده است. یعنی ۸۰درصد آن نیکل و ۲۰ درصد کرومیوم است. نیکروم مقاومت بالایی دارد و یک لایه چسبنده از کرومیوم اکسید را هنگام گرما ایجاد می کند. اگر این المنت مشکل داشته باشد، قطعاً با مشکل داغ شدن اتو مواجه خواهید بود که باید هرچه سریع تر آن را برطرف کنید.

آسیب به برد مدار: همه چیز در دنیای مدرن به یکدیگر متصل است. آسیب در برد مدار اتو ممکن است باعث شود که داغ نشود؛ یعنی جریان برق به خوبی کارش را انجام می دهد و همه چیز سر جایش است اما برد مدار اتو به خوبی عمل نمی کند و حرارتی را احساس نمی کنید.

تنظیمات اشتباه: خیلی ساده است، زمانی که شما تنظیمات درجه حرارت اتو را در جهت کاهش دما، دستکاری کرده باشید، اتو گرمای لازم را نخواهد داشت. برخی از اتوها سیستم هوشمندی دارند که با قرار گرفتن طولانی مدت روی لباس به صورت خودکار برای جلوگیری از سوزاندن آن لباس، خاموش میشوند پس ممکن است علت این فاکتور مهم باشد.

کیفیت شدن و رسوب گرفتن اتو: یکی از دلایل عمده گرم نشدن اتو، تجمع رسوب و کثیفی کف آن است که درصورت رفع به موقع، مانع از گرم شدن و عملکرد مناسب اتو میشود.

رفع بوی بد کفش با مواد خانگی

برگ های اسطوخودوس

برگ های اسطوخودوس خواص معطر و ضد باکتری دارند که می توانند مشکل شما را حل کنند. ساقه ها را بصورت جدا از هم به مدت

چند ساعت در معرض نور خورشید بگذارید تا خشک شوند. ساقه ها را ۳ به ۴، هنگامی که شب ها به اتاق خواب می روید، در کفش هایتان قرار دهید و بگذارید تا صبح در کفش هایتان بمانند و این کار را نیز باید هر روز تکرار کنید، حتی اگر کفش هایتان بوی بد ندهند

بابونه:

گل های بابونه همانند ساقه های اسطوخودس معطر نیستند ولی می توانند در کنترل بوی بد کفش هایتان موثر باشند. آنها رطوبت بیش از حد را جذب می کنند و از رشد باکتری ها جلوگیری می کنند. گل های خشک بابونه را درون کیسه ها بریزید و در کیسه ها تعدادی حفره ایجاد نمایید.کیسه ها را در کفش هایتان به مدت یک شب قرار دهید و بگذارید که بوی

اثری نمی گذارد و به آن ها نمی چسبید.

می توان گفت استفاده از ترمز فرش بهترین روش برای جلوگیری از سر خوردن فرش است. اگر از افرادی هستید که فرش خانه تان را زیاد می شوید این روش برای شما بهترین روش است. این روش از لحاظ اقتصادی نیز به صرفه است و قیمت مناسبی دارد و برای تمامی افراد قابل استفاده است. برای فرش روی پله ها نیز ترمز فرش و یا بست های مخصوص فرش های مناسبی هستند. برای استفاده از آن دقت کنید تا آن را در پشت فرش و جایی که ریشه ندارد بچسبانید.

بد کفش هایتان را بگیرند. شما همچنین می توانید برای جلوگیری از بوی بد، از این کیسه ها هر روز استفاده کنید.

نشاسته ذرت :

نشاسته ذرت توانایی جذب رطوبت را دارد و همچنین می تواند PH را تنظیم می کند. استفاده از نشاسته ذرت در کفش می تواند محیطی خشک ایجاد کند که از ورود قارچ ها و باکتری ها جلوگیری می کند.

نشاسته ذرت را با روغن درخت چای مخلوط کنید. در هر کفش چند قاشق چایخوری از مخلوط بریزید و بگذارید که تمام شب در کفش هایتان بمانند. حداکثر ۳ بار در هفته این کار را انجام دهید تا بوی بد کفش از بین برود.

پوست لیمو:

پوست لیمو حاوی عطر و بوی قوی سیتریکی است که می تواند بوهای ناخوشایندی که در کفش بوجود می آیند را خنثی کند. روغن

چسب ترمزها را در هر چهار طرف فرش نصب کنید.

-لایه های مخصوص

یکی دیگر از روش های جلوگیری از سر خوردن فرش استفاده از لایه های مخصوص است. این لایه ها ضخامت کمی دارند و در زیر فرش قرار می گیرند به طوری که برآمدگی ایجاد نمی کنند. دقت کنید تا برای خرید این لایه ها یا آسترها اندازه آن از فرش کوچک تر باشد.

-پد لغزش

استفاده از پدهای لغزشی از روش های دیگر جلوگیری از لیز خوردن فرش است. این پدها جنس های مختلفی دارند که باید با توجه به جنس کف انتخاب شوند. برای

مثال پد مناسب برای سرامیک یا سنگ،

جنس فومی یا لاستیکی است که بر روی زمین می چسبد و از سر خوردن فرش بر

روی آن جلوگیری می شود. پد لغزشی زیر فرش قرار می گیرد و باید کاملاً به اندازه فرش باشد. برای آن که پد لغزشی به فرش بچسبد می توانید از چسب های دوطرفه مخصوص فرش استفاده کنید. چسب را در دور تا دور پشت فرش و با فاصله از اطراف لبه فرش بچسبانید. همچنین می توانید برای چسبندگی بیشتر مقداری چسب در وسط فرش نیز قرار دهید. پد لغزشی مانع از کشیدگی تار و پود فرش

های طبیعی آنها حاوی مواد ضد باکتری و ضد قارچ هستند که آنها را قادر به از بین بردن میکروارگانیسم هایی که باعث ایجاد این

مشکل می شوند را می کنند.

پوست لیمو را به قطعات کوچکی تبدیل کنید. تکه های کوچک پوست لیمو را به مدت ۱۲ ساعت در کفش قرار دهید و این کار را تا زمانیکه بوی بد کفش از بین نرود را تکرار کنید.

جوش شیرین:

این محصول چند منظوره کمک می کند تا رطوبت انباشته شده در کفش جذب شود و همچنین مانع رشد باکتری ها و قارچ ها می شود.

جوش شیرین و روغن اسانس لیمو را با یکدیگر مخلوط کنید. مخلوط را درون کفش خود بریزید و اجازه دهید تا ۸ الی ۱۰ ساعت در کفش باقی بماند و پس از زمان مورد نظر مخلوط را به بیرون بریزید و با استفاده از یک قلمو داخل کفش را خالی کنید. از این مخلوط حداکثر ۳بار در هفته استفاده کنید.

می شود و به همین دلیل از فرسودگی، پارگی و اثرات دیگری که راه رفتن زیاد بر روی فرش ایجاد می کند، جلوگیری کرده و باعث طول عمر و ثبات کیفیت فرش می شود.

-استفاده از چسب های حرارتی

چسب های حرارتی نیز روش خوبی برای جلوگیری از سر خوردن فرش است، به این صورت که در پشت فرش و دور تا دور آن چسب می زنید و اجازه می دهید تا خشک شود. استفاده از این روش برای تمام فرش ها مناسب نیست چون باعث آسیب رسیدن به آن ها می شود. فرش هایی که از جنس پلی استر و یا از جنس ابریشم مصنوعی هستند در گروه این فرش ها قرار می گیرند.

-قرار دادن وسایل سنگین روی فرش

قرار دادن وسایل سنگین روی فرش نیز یکی دیگر از روش ها برای جلوگیری از سر خوردن فرش است. برای این کار از وسایل سنگینی مانند میل، میزهای جلو مبلی، کمد و هر نوع وسیله ای که می تواند از سر خوردن فرش جلوگیری کند، استفاده شده و روی فرش قرار گرفته می شوند. البته ممکن است این روش برای تمام فضاها ین فرش ها مناسب و کاربردی نباشد. به عنوان مثال این روش برای فرش های کوچک مناسب نیست و بهتر است از سایر روش های گفته شده برای آن ها استفاده کرد.



کوچک‌شان، گنجایش کتاب و دفتر زیادی ندارند.

کوله‌پشتی‌های مسافرتی

این کوله‌پشتی‌ها ابعاد و حجم بالاتری نسبت به کوله‌های معمولی دارند تا در سفر، حجم بالایی از وسیله و ابزارها را در خود جای دهد. البته ابعاد آنها به گونه‌ای است که اگر قصد سفر با هواپیما را هم دارید، به‌راحتی درون محفظه بار کابین قرار گیرد. این کوله با توجه به محفظه‌های بزرگ و کوچک و زیادی که دارد، اقلام زیادی را در خود جای می‌دهد. برخی از این کوله‌ها محفظه‌ای هم برای لپ‌تاپ دارند. کوله‌های مسافرتی با بندها و پدهای ضخیم و نیز دوام و راحتی که دارند، گزینه بسیار مناسبی برای مسافرت محسوب می‌شوند.

کوله‌های چرخ‌دار

کوله‌های چرخ‌دار یکی از مناسب‌ترین گزینه‌ها برای مسافرت است که هم جایگزین خوبی برای چمدان بوده و هم راحتی چمدان را دارند. با داشتن این چمدان‌ها، به‌راحتی می‌توانید به بالا کشیدن دسته کوله، آن را با توجه به چرخ‌هایی که برای آن تعبیه شده، روی زمین بکشید و دیگر لزومی به تحمل بار سنگین کوله ندارید. در مسیرهای ناهموار هم می‌توانید دسته کوله را داخل برده و آن را روی شانه‌ها بیندازید و سریع‌تر حرکت کنید. این کوله‌پشتی‌ها بسیار جادار بوده و محفظه‌های مختلفی برای قرار دادن وسایل دارند.

ویژگی‌های یک کوله خوب

وزن مناسب: از مهم‌ترین ویژگی‌های یک کوله‌پشتی وزن ایده‌آل آن است. وزن یک کوله مناسب با وسیله باید ۱۰درصد وزن دانش‌آموز مقطع ابتدایی و راهنمایی باشد. اما این وزن برای دانش‌آموزان متوسطه می‌تواند تا ۱۵درصد وزن فرد را هم شامل شود. جنس خوب: مناسب‌ترین و مقاوم‌ترین کوله‌ها از جنس چرم یا برزنت هستند. این کوله‌ها به‌راحتی تغییر شکل نداده و شکل اولیه خود را حفظ می‌کنند. البته کوله‌های

حتماً برایتان پیش آمده که با دقت و ظرافت فرش های خود را روی زمین قرار داده اید، اما با هر بار راه رفتن روی آن فرش حرکت می کند و یا جمع می شود. یا حتی هنگامی که روی زمین نسته اید و پاهایتان را روی هم انداخته اید و در حال استراحت هستید، فرش روی زمین لیز می خورد و نمی توانید راحت استراحت کنید.

چرا فرش سر می خورد؟

لیز خوردن فرش مشکلی است که افراد زیادی درگیر آن هستند . ممکن است فکر کنید که ضخامت فرش مانع از سر خوردن آن شود اما با این وجود باز هم فرش سر می خورد. سر نخوردن فرش زمانی اهمیت زیادی پیدا می کند که افراد آسیب پذیر یعنی افراد سالمند و یا کودکان نیز در خانه زندگی کنند. در این صورت سر خوردن فرش خطرناک بوده و ممکن است آسیب جدی به افراد وارد کند که قابل جبران نباشد. یکی از دلایلی که باعث می شود فرش لیز بخورد، دور دوزی نشدن فرش است. برای جلوگیری از سر خوردن فرش اغلب موقع آهار زدن، به دور لبه های فرش نوارهای چرمی می دوزند که کمک می کند فرش بر روی زمین سر نخورد.

جنس نخ فرش نیز از دلایل دیگر سر

عبارتند از:
جلوگیری از سر خوردن فرش روی سرامیک و پارکت
برای آنکه از سر خوردن فرش بر روی سرامیک و کفپوش جلوگیری شود، راه ها و روش هایی وجود دارند.

این روش ها کمک می کنند تا از آسیب هایی که ممکن است به علت لیز خوردن فرش ایجاد شود جلوگیری شود. بعضی از این روش ها عبارتند از:



نکات کاربردی برای خرید کوله‌پشتی



زحمتی برای شانه‌ها

امسال با وجود واکسیناسیونی که در کشور انجام شده، امید می‌رود مدارس و دانشگاه‌ها به‌زودی بازگشایی شده نشود، شکل اصلی خود را از دست می‌دهند. این کوله‌ها ضد آب نیست و فاقد پدهای مخصوص روی پشت و بندها را ندارد، بنابراین برای فعالیت‌های ورزشی و کوهنوردی که زمان زیادی باید استفاده شود، خیلی گزینه مناسبی نیستند.

کوله‌پشتی‌های لپ‌تاپ

این کوله‌پشتی‌ها در کنار محفظه‌های دیگر، محفظه‌ای هم مخصوص لپ‌تاپ دارند تا این وسیله آسیب نبیند. البته شما می‌توانید از این قسمت برای قرار دادن شارژر، تبلت، هدفون، نوت‌بوک و هر وسیله دیگری هم استفاده کنید. اما فرق آن با انواع دیگر کوله‌پشتی‌ها، داشتن محفظه کوچک‌تر است. به طوری که ۵ الی ۱۰لیتر



این کوله گزینه مناسبی است که جیب‌های مختلفی برای جا دادن وسایل در اختیارتان می‌گذارد. مشکلی که این کوله‌پشتی‌ها دارند این است که اگر به طور کامل پر نشود، شکل اصلی خود را از دست می‌دهند. این کوله‌ها ضد آب نیست و فاقد پدهای مخصوص روی پشت و بندها را ندارد، بنابراین برای فعالیت‌های ورزشی و کوهنوردی که زمان زیادی باید استفاده شود، خیلی گزینه مناسبی نیستند.

کوله‌پشتی‌های لپ‌تاپ

این کوله‌پشتی‌ها در کنار محفظه‌های دیگر، محفظه‌ای هم مخصوص لپ‌تاپ دارند تا این وسیله آسیب نبیند. البته شما می‌توانید از این قسمت برای قرار دادن شارژر، تبلت، هدفون، نوت‌بوک و هر وسیله دیگری هم استفاده کنید. اما فرق آن با انواع دیگر کوله‌پشتی‌ها، داشتن محفظه کوچک‌تر است. به طوری که ۵ الی ۱۰لیتر

مراقبت از دندان‌ها و لثه‌ها با برس، هم از نظر زیبایی و هم از نظر پزشکی مطرح می‌باشد. هر چند وقتی برس ارتودنسی دارید، مسواک زدن و نخ دندان کشیدن بیشتر طول خواهد کشید اما ارزش وقت و انرژی که می‌گذارید را دارد. وقتی برس‌هایتان برداشته می‌شوند، لیخندی زیبا و سالم خواهید داشت که تمام طول عمرتان با شمعاست.

اهمیت بهداشت دهان

رعایت بهداشت مناسب دهان و دندان می‌تواند جلوی بوی بد دهان، پوسیدگی دندان و بیماری لثه را بگیرد. وقتی اجازه می‌دهید باکتری‌ها در دهانتان تجمع کنند و پلاک تشکیل دهند، دچار انواع مشکلات در سلامتی خود خواهید شد.

حتی پیش از اینکه برس‌گذاری را شروع کنید، ارتودنسیست شما وضعیت دهان و دندانتان را خوب بررسی کرده و از جهت هرگونه عفونت آن‌ها را معاینه کرده است. وقتی عفونتی در دهان وجود دارد، حرکت دادن دندان‌ها خطرناک است. اگر طی درمان ارتودنتیک عفونتی ایجاد شود، ارتودنسیست هیچ راهی ندارد جز اینکه درمان را تا رفع کامل عفونت معوق نماید.

چگونه با وجود برس‌ها بهداشت دهان و دندان خود را حفظ کنید؟

بهداشت دهان و دندان با یا بدون برس نباید فرقی داشته باشد. مسواک زدن، نخ دندان کشیدن و چکاپ توسط دندان‌پزشک همگی طی درمان اهمیت دارند. فقط وقتی که برس دارید باید از تکنیک متفاوتی برای مسواک زدن و نخ دندان کشیدن استفاده نمایید. کار خیلی سختی نیست؛ فقط کافیست کمی تمرین و حوصله کنید تا به آن عادت کنید.

وقتی برس دارید روزی چند بار باید مسواک بزنید؟

شما باید بعد از هر وعده غذایی و پیش از خواب دندان‌هایتان را مسواک بزنید. ضمناً باید با دقت مسواک بزنید و هر بار که غذای شیرینی خوردید نیز مسواک بزنید، بنابراین شاید لازم شده سه تا چهار بار در روز این کار را انجام دهید. برای مسواک زدن حوصله به خرج دهید، وقتی برس دارید مسواک زدنتان کمی طولانی‌تر خواهد بود زیرا شکاف‌ها و گوشه‌های زیادی در دهانتان وجود دارند و باید برای تمیز کردنشان وقت بگذارید.

چه نوع مسواکی برای شما مناسب است؟
اینکه از مسواک دستی یا برقی استفاده کنید انتخاب خودتان است. درست مسواک زدن



مهم‌تر از نوع مسواکی است که استفاده می‌کنید.

آیا جایگزینی برای مسواک زدن وجود دارد؟

اگر بعد از ناهار یا میان وعده امکان مسواک زدن برایتان وجود ندارد، یادتان باشد که دهانتان را کاملاً با آب بشویید تا ذرات باقیمانده غذا که در اطراف سیم‌ها و پراکت‌ها جمع شده‌اند خارج شوند. البته این کار هرگز جایگزین مسواک زدن نمی‌شود اما تا زمانی که بتوانید مسواک بزنید حتماً دهانتان را با آب بشویید. دست‌کم صبح‌ها و شب‌ها مسواک بزنید و نخ دندان بکشید.

آیا با داشتن برس می‌توان نخ دندان کشید؟

نخ دندان کشیدن یک بخش ضروری از بهداشت دهان و دندان است. نخ دندان کشیدن تنها راه تمیز کردن بین دندان‌ها و خط لثه می‌باشد. ارتودنسیست شما سوپر فلاس را به شما توصیه می‌کند که استفاده از آن آسان‌تر بوده و آسیب کمتری به برس‌هایتان می‌زند. همچنین می‌توانید از مسواک‌های کوچک بین‌دندانی برای تمیز کردن برس‌ها استفاده کنید. غذاهایی هستند که می‌توانند وایرها و کش‌ها را بشکنند یا پاره کنند. از خوردن غذاهای سفت مانند مغزها و بیسکویت‌های سفت خودداری کنید. غذاهایی مانند سیب و هویج نیز باید پوره یا خرد شوند تا هنگام خوردن به برس‌ها فشار وارد نکنند. از خوردن غذاهای چسبناک مانند تافی یا شکلات بار و کارامل نیز پرهیز کنید

دندان‌ها و برس‌ها را مسواک بزنید

بعد از خوردن غذا، دندان‌ها را مسواک بزنید. چه با مسواک دستی و چه با مسواک برقی، از خمیردندان یا ژل فلورایدار استفاده کنید.

نکات مهمی برای مراقبت‌های بعد از ارتودنسی



فلوراید از مینای دندان‌ها محافظت می‌کند. از خمیردندان‌های سفیدکننده استفاده نکنید چون عامل سفید کننده فقط روی قسمت‌هایی اثر می‌گذارد که به آن‌ها برسد و زیر براکت‌ها سفید نخواهند شد. صبر کنید تا برس‌ها برداشته شوند

و سپس شروع به استفاده از این محصولات کنید

تا دندان‌هایتان یکدست سفید شوند. از دندان‌های بالایی شروع کنید، مسواک را با زاویه ۴۵ درجه نسبت به بالای براکت‌ها نگه دارید و با حرکات کوچک دورانی مسواک را روی نیمه بالایی دندان‌ها حرکت دهید. این کار اجازه می‌دهد مسواک، دندان‌ها و براکت‌ها و سیم‌ها را تمیز کند. داخل دندان‌های بالایی و تمام سطوح صاف را مسواک بزنید. نیمه‌ی پایینی را نیز با همین زاویه و حرکات مسواک بزنید.

اگر مسواک شما تمام ذرات غذا را خارج نمی‌کند از مسواک بین‌دندانی استفاده نمایید. این مسواک برای تمیز کردن هر فضا و فاصله کوچکی مناسب است و دسترسی به جاهایی دارد که مسواک معمولی ندارد.

نخ دندان بکشید

تقریباً بیست سانتی‌متر نخ دندان بردارید و آن را دور انگشت‌های اشاره‌تان ببیچید، بین سیم و دندان‌ها را نخ بکشید و با فشار ثابتی به آرامی نخ دندان را بین دندان‌ها و به سمت لثه حرکت دهید تا پلاک و ذرات غذا خارج شوند.

دندان‌ها و برس‌ها را چک کنید

نگاهی به دندان‌هایتان بکنید تا مطمئن شوید تمام ذرات غذا و پلاک‌ها را پاک کرده‌اید. براکت‌ها و وایرها را نیز چک کنید تا چیزی شل یا شکسته نشده باشد.

نکات بهداشتی مهم دیگر:

حالا که دندان‌هایتان تمیز شده‌اند سعی کنید تا وعده غذایی بعدی چیزی نخورید، اما اگر میان‌وعده‌ای می‌خورید حتماً انتخاب سالمی داشته باشید. بهتر است چیزهای شیرین را مستقیماً بعد از غذای اصلی‌تان و پیش از مسواک زدن بخورید. خوردن و نوشیدن چیزهای شیرین بین وعده‌های غذایی می‌تواند باعث شود قند‌ها روی دندان‌ها و برس‌ها ساعت‌ها بمانند که پوسیدگی و لک ایجاد کنند.

مسواکتان را مرتباً عوض کنید

اگر برس‌های مسواک از کارافتاده شوند نمی‌توانند به طور مؤثر عمل کنند. دندان‌پزشک‌ها توصیه می‌کنند هر سه ماه مسواکتان را عوض کنید. اما برس‌ها می‌توانند باعث شوند مسواک زودتر کهنه شود. پس هر وقت دیدید برس‌های مسواک دیگر صاف و مرتب نیستند حتماً آن را عوض کنید.

به دندان‌پزشک مراجعه کنید

درست است که به طور منظم به ارتودنسیست خود مراجعه می‌کنید اما ویزیت توسط دندان‌پزشک مسئله‌ی دیگری است. شما زمانی که برس دارید هم باید هر شش ماه به دندان‌پزشک مراجعه کنید تا دندان‌هایتان حرفه‌ای تمیز شوند.

توصیه های غذایی:

غذاهایی هستند که می‌توانند وایرها و کش‌ها را بشکنند یا پاره کنند. از خوردن غذاهای سفت مانند مغزها و بیسکویت‌های سفت خودداری کنید. غذاهایی مانند سیب و هویج نیز باید پوره یا خرد شوند تا هنگام خوردن به برس‌ها فشار وارد نکنند. از خوردن غذاهای چسبناک مانند تافی یا شکلات بار و کارامل نیز پرهیز کنید. آدمس هم نباید بچوبید!

تغذیه و ارتودنسی

عادت‌هایی مانند ناخن جویدن، مداد جویدن و فشار دادن زبان به دندان‌ها عادت‌های اضطراری هستند که می‌توانند برس‌ها را بشکنند، پس نسبت به این عادت‌ها هشیار باشید و متوقف‌شان کنید. یادتان باشد که اگر برس آسیب ببیند مجبورید وقت بگذارید و به ارتودنسیست‌تان مراجعه کنید، هزینه‌ی اضافی بپردازید و طول درمانتان هم طولانی‌تر خواهد شد. برس شکسته نمی‌تواند دندان‌هایتان را اصلاح کند!

بهترین روغن های پخت و پز برای افراد مسن



فیتوسترول هستند، ترکیبات گیاهی که دارای اثرات کاهشده کلسترول هستند.

این مواد شیمیایی می‌توانند روم را کاهش داده و روند بهبود زخم را تسریع کرده و بر فشار اکسایشی و پتانسیل افزایش آنتی اکسیدان‌ها در بدن تأثیر مثبت داشته باشند. تحقیقات نشان داده است که مصرف روغن کنجد می‌تواند به کاهش کلسترول LDL، در صورت مصرف تا دو ماه کمک کند.

روغن آفتابگردان:

محتوای بالای اسید اولئیک روغن آفتابگردان در کاهش بیماری‌های قلبی مفید است. میزان بالای چربی‌های اشباع شده و پلی اشباع نشده می‌تواند به کاهش کلسترول «بد» کمک کند. همچنین مشخص شده است که این روغن رطوبت را حفظ می‌کند که می‌تواند از پوست در برابر آسیب‌های بیشتر محافظت کند. برخی مطالعات نشان داده که این روغن می‌تواند حتی با بهبود سد پوستی از عفونت سیستمیک جلوگیری کند.

روغن دانه شاهدانه:

یکی دیگر از روغن‌های پلی غیراشباع است که با کاهش سطح کلسترول و تصلب شرایین مرتبط است. این روغن حاوی غلظت بالایی از اسید لینولئیک است که میزان کلسترول LDL را به طور مؤثر کاهش می‌دهد.

به گفته محققان، چربی، به ویژه چربی‌های اشباع شده، میزان کلسترول بد خون را افزایش می‌دهد و حتی در برخی موارد کلسترول مورد نیاز برای از بین بردن مقدار اضافی را کاهش می‌دهد. کاهش مصرف چربی‌های اشباع شده می‌تواند سلامت و طول عمر را بهبود بخشد.

عوامل کاهش وزن بی دلیل

کاهش وزن ناخواسته زمانی است که فرد بدون اینکه تلاشی برای کاستن از وزن خود بکند، وزنش کاهش پیدا کند. به عبارتی دیگر، این فرد تحت رژیم غذایی خاص یا درمانی با هدف کاهش وزن قرار نگرفته است. پزشکان این وضعیت را علامتی هشداردهنده از یک سری از بیماری‌ها می‌دانند. وقتی بیمار بابت کاهش وزن ناخواسته‌اش به پزشک مراجعه می‌کند، پزشک فوراً به بررسی علت‌های اصلی می‌پردازد تا وضعیت او را از جهت بیماری‌های خطرناک بسنجد.

لازم به یادآوری است که همه کاهش وزن‌های ناخواسته به این شرط که تداوم نداشته باشند لزوماً خطرناک نیستند. بنابراین ارزیابی پزشکی در این موارد لازم است تا قدم‌های بعدی مشخص شوند.

اگر بیمار در عرض شش ماه، بیشتر از ۵ درصد از وزن قبلی بدن خود را از دست بدهد، پزشکان آن را زنگ خطر می‌دانند. اگر کاهش وزن کمتر از این میزان باشد احتمالاً توصیه می‌شود تا یک سال صبر کنید.

چه کسانی در معرض خطرند و چرا؟

افرادی هستند که بیشتر در معرض کاهش وزن ناخواسته قرار دارند. برای یک فرد بزرگسال سالم، این اتفاق به ندرت روی می‌دهد اما می‌تواند ناگهان اتفاق بیفتد. در مورد افراد بالای ۶۰ سال وضعیت متفاوت است و بیشتر از ده درصد این افراد ممکن است دچار کاهش وزن ناخواسته شوند.

همچنین دو درصد از بیمارانی که در بیمارستان بستری می‌شوند طی این مدت وزن کم می‌کنند. اما اگر دوران بستری طولانی باشد یا همیشگی شود این درصد به پنجاه می‌رسد.

کاهش وزن ناخواسته موجب افزایش احساس

لیوان های سرطان زا

دانشمندان هشدار می‌دهند که نوشیدن قهوه یا چای در لیوان کاغذی، شما را در خطر بلع هزاران میکروپلاستیک قرار می‌دهد. بر اساس نتایج یک مطالعه، یک نوشیدنی گرم می‌تواند در عرض چند دقیقه به ذرات میکروپلاستیک آلوده شود. این اتفاق ناشی از پوشش داخلی فنجان است که آن را ضدآب کرده است.

محققان مؤسسه فناوری هند، آب داغ را در لیوان‌های کاغذی ریختند تا ببینند چه مقدار میکروپلاستیک آزاد می‌شود. آنها آب داغ را در لیوان‌های کاغذی ۱۰۰ میلی لیتری ریختند و آن را به مدت ۱۵ دقیقه رها کردند. طبق نظرسنجی‌ها، ۱۵ دقیقه زمانی است که اکثر مردم برای خنک شدن نوشیدنی صبر می‌کنند. وقتی محققان آب گرم را زیر یک میکروسکوپ قوی بررسی کردند، به طور متوسط در هر فنجان به وجود ۲۵۰۰۰ میکروپلاستیک پی بردند.

فلزاتی از جمله روی، سرب و کروم نیز در آب یافت شد که به گفته محققان از همان پوشش پلاستیکی ناشی شده اند. دکتر «سودا گوتل» سرپرست تیم تحقیق، می‌گوید: یک فرد معمولی که روزانه سه فنجان چای یا قهوه در یک فنجان کاغذی می‌نوشد، ۷۵۰۰۰ ذره میکروپلاستیک کوچک را می‌بلعد.

میکروپلاستیک ها حامل آلاینده‌هایی مانند یون‌ها، فلزات سنگین سمی مانند پالادیوم، کروم و کادمیوم هستند. هنگامی که به طور منظم در طول زمان مصرف می‌شوند، عوارض جدی برای سلامت دارند.



چشایی و بویایی‌شان رخ می‌دهد و ضمناً به دلیل نوسانات انسولین ممکن است دچار کاهش وزن ناخواسته شوند.

در مورد افرادی که بیماری‌های نورولوژیکی دارند، این تغییرات رفتاری است که مشکلات

خوردن و متعاقباً کاهش وزن ایجاد می‌کند. در مورد بیماری پارکینسون و آلزایمر و زوال عقل، بیمار پیشنهاد غذا را رد می‌کند.

علت‌های روحی و روانی

افسردگی یکی از علت‌های کاهش وزن ناخواسته است که می‌تواند بواسطه‌ی دیگر بیماری‌ها پنهان بماند. افراد افسرده کمتر غذا می‌خورند اما اغلب این مسئله را مخفی می‌کنند و لاغری خود را به فاکتورهای دیگر بیرونی ربط می‌دهد. آنورکسیا نروزا به امتناع از خوردن گفته می‌شود و گاهی دلیل آن عدم توانایی در بلع بدون هیچ انسدادی در مجاری گوارشی است. این اختلال موجب لاغری و پیامدهای خطرناکی برای سلامتی می‌شود. آنورکسیا نروزا معمولاً در میان خانم‌های جوان بیشتر دیده می‌شود تا سایر افراد.

در نهایت، کسانی که به الکل و دیگر مواد مخدر اعتیاد دارند (مثلاً کوکائین)، عادت‌های غذایی‌شان تغییر می‌یابد. این افراد معمولاً اهمیتی به برنامه‌ی ناهار و شام خود نمی‌دهند و مواد مغذی مورد نیاز بدن‌شان را تامین نمی‌کنند.

علت‌های مرتبط با مصرف دارو

انواعی از داروها می‌توانند کاهش وزن ناخواسته را در لیست عوارض جانبی خود داشته باشند. این داروها برای یک علامت یا بیماری دیگری تجویز می‌شوند اما موجب کاهش وزن فرد نیز خواهند شد. لووتیروکسین که برای کم کاری تیروئید تجویز می‌شود، سوخت و ساز را افزایش می‌دهد و در دوزهای بالا، کالری سوزی زیادی دارد. لوودوپا برای بیماری پارکینسون نیز باعث کاهش وزن ناخواسته می‌شود. دیگوکسین و لیراگلو‌تاید نیز جزو این داروها هستند.

نسبت به کاهش وزن ناخواسته بی‌اعتنا نباشید

هم کسی که متوجه کاهش وزن ناخواسته‌اش می‌شود و هم پزشکی که چنین بیماری به او مراجعه می‌کند باید کاملاً دقیق و سریع باشند. تست‌های تشخیصی و تکمیلی باید هر چه زودتر انجام شوند تا علت اصلی تشخیص داده شده و تا هنوز شرایط بدتر نشده است، درمان شروع شود.

ممنوعان مؤسسه فناوری هند، آب داغ را در لیوان‌های کاغذی ریختند تا ببینند چه مقدار میکروپلاستیک آزاد می‌شود. آنها آب داغ را در لیوان‌های کاغذی ۱۰۰ میلی لیتری ریختند و آن را به مدت ۱۵ دقیقه رها کردند. طبق نظرسنجی‌ها، ۱۵ دقیقه زمانی است که اکثر مردم برای خنک شدن نوشیدنی صبر می‌کنند. وقتی محققان آب گرم را زیر یک میکروسکوپ قوی بررسی کردند، به طور متوسط در هر فنجان به وجود ۲۵۰۰۰ میکروپلاستیک پی بردند.

فلزاتی از جمله روی، سرب و کروم نیز در آب یافت شد که به گفته محققان از همان پوشش پلاستیکی ناشی شده اند. دکتر «سودا گوتل» سرپرست تیم تحقیق، می‌گوید: یک فرد معمولی که روزانه سه فنجان چای یا قهوه در یک فنجان کاغذی می‌نوشد، ۷۵۰۰۰ ذره میکروپلاستیک کوچک را می‌بلعد.

میکروپلاستیک ها حامل آلاینده‌هایی مانند یون‌ها، فلزات سنگین سمی مانند پالادیوم، کروم و کادمیوم هستند. هنگامی که به طور منظم در طول زمان مصرف می‌شوند، عوارض جدی برای سلامت دارند.

نحوه مقابله با افسردگی پاییزی



همزمان با تغییرات در طول روز، رطوبت هوا، و درجه حرارت بروز اختلالات خلقی در نوجوانان می‌تواند باعث تغییرات در سطح انرژی و استرس آن‌ها شود. برخی نوجوانان علائمی همچون افسردگی را نشان می‌دهند که مرتبط با اختلال عاطفی فصلی است و در برخی فصول در طول سال بروز کرده و سپس به پایان می‌رسد.

چیزی تا پایان فصل تابستان و آغاز فصل پاییز باقی نمانده است. بسیاری از مردم می‌دانند که شروع فصل پاییز یعنی آغاز فصل آنفلوآنزا و سرماخوردگی اما کمتر کسی می‌داند که شیوع بسیاری از بیماری‌های دیگر نیز وابسته به فصول است. یکی از این بیماری‌ها اختلال عاطفی فصلی است.

همزمان با تغییرات در طول روز، رطوبت هوا، و درجه حرارت بروز اختلالات خلقی در نوجوانان می‌تواند باعث تغییرات در سطح انرژی و استرس آن‌ها شود. برخی نوجوانان علائمی همچون افسردگی را نشان می‌دهند که مرتبط با اختلال عاطفی فصلی است و در برخی فصول در طول سال بروز کرده و سپس به پایان می‌رسد.

اختلال عاطفی فصلی که به افسردگی تابستانی یا زمستانی نیز شهرت دارد به حالتی اطلاق می‌شود که فردی که در بیشتر اوقات سال شرایط طبیعی دارد، در زمستان یا تابستان دچار اختلالات عاطفی می‌شود. متأسفانه در بیشتر موارد این اختلال با افسردگی اشتباه گرفته می‌شود. در این اختلال نوجوان دستکم برای دو سال پیاپی شاهد مشکلات جدی افسردگی در یک فصل خاص خواهد بود. علائم غالب این اختلال شامل موارد ذیل

علائم اختلال عاطفی فصلی

در بسیاری از زنان، تولد فرزند عامل استرس‌زایی است که محرک شروع اختلالات افسردگی مزمن یا عود آن می‌شود. در واقع دوره بعد از زایمان، دوره انتقالی است که مادر با نقش‌ها، الگوها و ارتباطات جدیدی روبه‌روست که باید با همه آنها سازگاری یابد. از سوی دیگر به دلیل از بین رفتن انرژی ذخیره شده مادر ناشی از خستگی، اثرات دارویی، طول مدت زایمان، مشکلات ایجاد شده در روند زایمان و نظایر آن، مادر بیش از هر زمان دیگر مستعد ابتلا به بحران‌های احساسی و خلقی و از جمله افسردگی است. افسردگی پس از زایمان ممکن است در همه زنان صرف‌نظر از سن، وضعیت ازدواج، سطح تحصیلات و طبقه اجتماعی ایجاد شود. احتمال افسردگی پس از زایمان در مادرانی که سابقه افسردگی در دوران بارداری، سابقه قبلی افسردگی یا اختلالات دو قطبی، مشکلات ناشویی، نبود حمایت‌های اجتماعی، حوادث پراسترس را تجربه کرده‌اند، بالاست.

دلایل افسردگی:

برای بروز افسردگی، دلایل متعددی وجود دارد که می‌توان به بیمار بودن یا فوت یکی از عزیزان، خیانت، طلاق، مشکلات شدید مالی، داشتن تجربه‌های بد در زندگی (مانند تجاوز جنسی)، زایمان (افسردگی پس از زایمان)، بیماری‌های خطرناک جسمانی مانند سرطان یا ایدز، بیماری‌های قلبی، دیابت، آلزایمر، کرونا ویروس، داشتن فرزندان استثنایی مانند کودکان سندرم داون، نقص حرکتی، عقب‌ماندگی ذهنی ویس، نداشتن اعتماد به نفس، نوسان و تغییرات هورمون‌های بدن، قطع رابطه عاطفی یا احساسی (شکست عشقی)، اعتیاد به موادمخدر و الکل، ناکامی در برآوردن احتیاجات و نیازهای خود، داشتن اختلال شخصیت مانند وابسته بودن و شکست در کار و شغل اشاره کرد .

نشانه‌های افسردگی:

نشانه‌های افسردگی زیاد است و همه آنها در یک فرد بروز نمی‌کند.
۱- افراد افسرده دارای حالات روحی غمگین و افسرده هستند و تمایل زیادی به گریه کردن دارند.

۲- دائم از محیط اطراف خود گله دارند و

بر خورد با افسردگی پس از زایمان

شکایت می‌کنند.

۳- همواره کارهای مهم و روزمره خود را به تعویق می‌اندازند.

۴- تمایل زیادی به انزوا دارند و از دیگران کناره می‌گیرند.

۵- همواره نسبت به گذشته احساس شکست می‌کنند و نسبت به آینده بدبین هستند.

۶- احساس گناه کرده، همواره خود را بابت اشتباهات سرزنش می‌کنند.

۷- این افراد معمولاً اشتهای خود را از دست می‌دهند و دچار کمبود وزن می‌شوند.

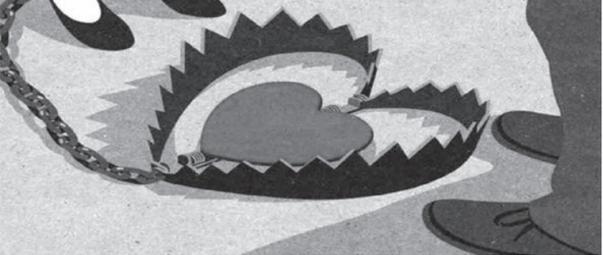
۸- حالات پرخاشگرانه و برانگیختگی در مواجهه با کوچک‌ترین تحریک‌ها و تکان‌ها را دارند.

درمان:

اولین گام در درمان افسردگی پس از زایمان مراجعه به روانپزشک است زیرا شخص باید ابتدا دارو بگیرد تا به ثبات خلقی برسد سپس به جلسات روان‌شناسی احتیاج دارد. بهترین درمان، درمانی دارویی و روان‌درمانی با هم است. هر کدام به تنهایی پاسخگو نخواهد بود.

اما در این میان اعضای خانواده به‌خصوص همسر نقش پررنگی در روند بهبود مادر افسرده دارد. حمایت او در بهبود این بیماری بسیار مؤثر است. ازدواج و تشکیل خانواده‌ای کوچک و جدید، هرچند برای هر دو طرف تحویلی بزرگ محسوب می‌شود و آنها را دچار تغییرات رفتاری می‌کند، اما بارداری، تجربه ویژه و منحصر به فرد زنان است؛ تجربه‌ای که هرچند شیرین به نظر می‌رسد، اما مادران را با مشکلات متعددی از جمله مشکلات روانی- رفتاری روبه‌رو می‌کند. لازم است همسر در این مسیر شرایط و حال مادر را درک کند و برای رفع مشکلات بکوشد. در مسیر درمان همسرش را تنها نگذارد. به عنوان شوهر سعی کنید توجه، عشق و علاقه خود را به او ابراز کرده و کاری کنید که او احساس کند از سوی شما حمایت می‌شود. توجه کنید در طول روز چه کارهایی انجام می‌دهد. وقتی می‌خواهد صحبت کند به او گوش دهید. با او به پیاده‌روی بروید. برای او غذای مفوی تهیه کنید. زمانی را به مراقبت از کودک اختصاص دهید تا او بتواند استراحت کند.

ازدواج با افرادی که زود وابسته می شوند



کار هایش منتظر تصمیم گیری پدر و مادر (با دیگران) می ماند، دچار اختلال شخصیتی خاصی است، اما شاید بتوان گفت این افراد شخصیت وابسته ای دارند و در مورد همه چیز از غذا، رنگ و مدل لباسشان گرفته تا انتخاب همسر، هیچ نظری ندارند. در تاریخچه زندگی آنها می توانید قطع ارتباط هایی را ببینید که بلافاصله با یک رابط دیگر جایگزین شده اند. چون این افراد به شدت از تنهایی و به حال خود رها شدن واهمه دارند. او همه تصمیم گیری ها را به شما محول می کند و سعی می کند پشت تصمیمات شما پنهان شود.

او در طلب محبت و حمایت دیگران (شما یا پدر و مادر و اطرافیانش) افراط می کنند، تا حدی که داوطلب انجام کارهایی می شود که برای بیشتر آدم ها یا حتی برای خودش ناخوشایند است.

این افراد مدام برای تصاحب، کنترل و در تله انداختن شما نقشه می کشند.

اوبدون نظر دادن شماقادر به‌اخذ تصمیمات‌روزمره نیست یا حداقل خودش اینطور فکر می کند

افراد وابسته احتیاج دارند که شما مسئولیت بیشتر زمینه های مهم زندگی آنها را بپذیرید. این افراد در ابراز مخالفت با دیگران به دلیل ترس از قطع حمایت و مقبولیت آنها دچار اشکال هستند.

افراد وابسته در شروع برنامه ها و انجام کارها به تنهایی به مشکل بر می خورند.

افراد وابسته وقتی تنها هستند به دلیل ترس میالغه آمیزشان از ناتوانی برای مراقبت از خود، احساس ناراحتی و درماندگی می کنند. افراد وابسته عموماً عزت نفس پایینی دارند و به همین دلیل بیش از سایر افراد در معرض خطر وابسته شدن به دیگران قرار دارند.

قوانین خانه امن



خانواده، نخستین پایگاهی است که پیوند بین کودک و محیط را فراهم می کند و این ارتباط از جمله موارد مهمی است که سالها نظر متخصصان تعلیم و تربیت را به خود جلب کرده است

کودک در خانواده، نگرش های اولیه درباره جهان را یاد می گیرد و از لحاظ ذهنی و جسمی رشد می یابد به طوری که نخستین بذر تکوینی خودپنداره و تصور نسبت به خود، جهان، خدا و مردم را در ذهن و قلب فرزندان می کارند.

هر خانواده شیوه های خاصی را در تربیت فردی و اجتماعی فرزندان خود به کار می گیرند این شیوه ها که سبک های فرزند پروری نامیده می شود متأثر از عوامل مختلف از جمله عوامل فرهنگی،اجتماعی،سیاسی، اقتصادی و یا ترکیبی از رفتارهای مختلف والدین است که در موقعیتهای گسترده ای روی می دهد و جو فرزندپروری بادامی را پدید می آورد.

این روش های تربیتی اثرات طولانی بر رفتار، عملکرد، انتظارات و در نهایت بر شخصیت کودک در آینده دارند، اکثر مشکلات رفتاری کودک به منزله روابط معیوب اعضای خانواده با یکدیگر است و با روش های تربیتی و شیوه های فرزند پروری نادرست والدین و تعاملات معیوب آنها با فرزندان ارتباط دارد.

این روش های تربیتی به چه صورت هستند؟

شامل معیارها و قوانینی است که والدین برای فرزندان خود وضع می کنند که باید به صورت منطقی و پذیرا وضع شود که اگر نباشد باعث روابط معیوب اعضای خانواده با یکدیگر می شود. اکثر روان شناسان و متخصصان علوم رفتاری معتقدند ساده

عاداتی که منجر به آلزایمر می شود

ورزش:

انجام حرکات ورزشی از بروز ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها جلوگیری می‌کند. با هر بار ورزش کردن، مغز سلامت بیشتر و عملکرد بهتری نسبت به قبل پیدا می‌کند؛ بنابراین می‌تواند باعث کاهش ابتلا به فراموشی شود. برخی رشته‌های ورزشی هستند که برای مغز سالم‌ترند و خطر ابتلا به آلزایمر را هم کاهش می‌دهند. اگر پیاده‌روی نمی‌کنید، باید در روند زندگی‌تان تجدیدنظر کنید. پیاده‌روی دشمن آلزایمر است. آن هم پیاده‌روی سریعی.

اگر پیش از این، با سرعت کم پیاده‌روی می‌کردید باید سرعت بیشتری به خرج دهید. براساس تحقیقی که گروهی از محققان در بریتانیا انجام دادند، رابطه مستقیمی بین سرعت پیاده‌روی، توانایی فکری‌کردن، تصمیم‌گیری و ابتلا به زوال عقل وجود دارد. سالمندانی که با سرعت کم راه می‌روند احتمال ابتلا به بیماری آلزایمر در آنها بیشتر است.

خواب:

همه می‌دانند شب‌زنده‌داری یا بی‌خوابی، چقدر می‌تواند روی تمرکز و فراموشی تاثیرگذار باشد. شب‌زنده‌داری، پروتئین تاو را در مغز ترشح می‌کند. این پروتئین ارتباط زیادی با بخش‌هایی از حافظه دارد و باعث فراموشی و اختلال در مغز می‌شود. اگر خروپف می‌کنید، بهتر است به فکر درمان آن باشید. چون احتمالاً بیشتر از دیگران، پروتئین تاو در مغزتان ترشح می‌شود و این یعنی کاهش حافظه. به جز این اما خروپف، در بدن اتفاق می‌افتد و می‌تواند باعث کاهش رسیدن اکسیژن به مغز شود و اختلال شناختی و احتمال افزایش ابتلا به آلزایمر را افزایش دهد. اگر برای خوابیدن به قرص‌های خواب‌آور وابسته‌اید و مدت زمان طولانی از داروهای خواب، مانند بنزودیازپین استفاده می‌کنید، بیشتر از افراد دیگر احتمال ابتلا به بیماری

پذیرش(گرمی)، عدم پذیرش(سردی) کودک است که در وضعیت افراطی به طرد کودک منجر می شود. این نوع سبک، خاص والدین خودکامه و مستبد است. این گونه والدین، تحریک پذیر، انعطاف ناپذیر و خشن بوده، نسبت به نیازهای کودک بی توجهند.

کودکان از عشق و احترام کافی والدین برخوردار نیستند. از این رو، نیاز کودک به محبت و امنیت مورد تهدید قرار گرفته و منجر به احساس بی پناهی و تنهایی، تهدید و تنبیه، بی اعتنایی تحقیر او در حضور دیگران و مقایسه غیر عادلانه با

آلزایمر وجود دارد.

خواب عمیق یکی از راه‌ها برای تثبیت خاطرات و افزایش سطوح انرژی بدن است و اگر خواب عمیق را در زمان استراحت تجربه نمی‌کنید، ممکن است در آینده با آلزایمر دست و پنجه نرم کنید.

اگر روی شکم می‌خوابید، یعنی فرصت سِم‌زدایی را از مغز و گوارش‌تان فرقه‌تاید. بهترین روش خوابیدن، خوابیدن به پهلوست و مغز شما در این حالت، فرصت بهتری برای از بین بردن موادشیمیایی مانند پروتئین‌های مرتبط با آلزایمر پیدا می‌کند.

تغذیه:

سال‌هاست بر ارتباط عملکرد مغز با تغذیه تاکید می‌شود. ارتداد نقش‌ی مهم در حافظه شما دارد. آنتی‌اکسیدان‌ها در حفظ حافظه بسیار مهم‌اند. فولات، ویتامین‌های A و E، امگا ۳، روی و مصرف روزانه سبزیجات و میوه‌ها مانند، میگو و ماهی، پرتقال، گریپ‌فروت، فلفل سبز، سبزی‌میمنی، آجیل، خشکبار و دانه گندم می‌تواند به حافظه شما کمک کند. در تحقیقات منتشرشده، بر نقش اسیدفولیک برای کاهش سرعت پیشروی آلزایمر تایید شده است. رابطه کاهش میزان فولات با ابتلا به زوال عقل، رابطه‌ای تنگاتنگ است. اسیدفولیک باعث کاهش سطح خونی اسید آمینه‌ای به نام هوموسیستئین می‌شود که یک فاکتور خطرناک برای ابتلا به بیماری‌های عروقی است و تحقیقات اخیر نشان داده افراد مبتلایان به فشار خون بالا که کلسترولشان هم بالاست، بیشتر در معرض ابتلا به آلزایمر قرار دارند، بنابراین از سبزیجات و میوه‌های بیشتری در وعده‌های غذایی استفاده کنید. اگر مواد غذایی را بیش از اندازه در ظروف آلومینیومی می‌پزید یا مواد غذایی را در طولانی‌مدت در ظروف آلومینیومی نگهداری می‌کنید، خود را در معرض مسمومیت آلومینیومی مغز قرار می‌دهید، مسمومیتی که به آلزایمر منجر می‌شود.

سایر کودکان در او می شود.

۲- بعد آزادی در برابر کنترل: منظور از آزادی، کارهایی است که کودک اجازه دارد به میل خود انجام دهد و منظور از

کنترل، اعمال محدودیت شدید و توقع زیاد در طریقه رفتار، لباس پوشیدن، اطاعت کردن، غذا خوردن و پرخاشگری نسبت به خواهران و برادران، دوستان از سوی والدین است. والدین ممکن است همراه با رشد کودک به او آزادی های زیادی بدهند و یا کنترل شدیدی بدون در نظر گرفتن رشد وی اعمال کنند.

در پایان والدین مقتدر(بعد گرمی-آزادی)



درخواست های معقولی برای بختگی دارند و این درخواست ها را با تعیین محدودیت ها و اصرار بر اینکه کودک باید از آنها تبعیت کند، به اجرا می گذارند. در عین حال آنها محبت و صمیمیت از خود نشان می دهند، صبورانه به نقطه نظرهای فرزندان گوش می کنند و مشارکت در تصمیم گیری خانوادگی را ترغیب می نمایند.

۱- قانون اسرار خانوادگی: والدین در حضور کودک و دیگران از همسرش یا فرزندش گله و شکایت نمی کند، تا کودک هم یاد بگیرد حرف ها و اتفاقات داخل خانه را نباید در حضور دیگران بازگو کند و اینها اسرار خانوادگی هستند.

۲- قانون وظایف خانوادگی: پدر خانواده نمیگوید «دخترم پاشو به مامانت کمک کن شامو بپازین» خودش بلند می شود و میگوید «بچه ها بیاین با هم سفره شام را بچینیم» تا فرزندان یادگیرند همکاری در کارهای منزل وظیفه همه اعضای خانواده است.

۳-احترام به حریم خصوصی: پدر و مادر قبل از ورود به اتاق کودکان اول در میزنند و بعد اجازه میگیرند تا به کودک مفهوم حریم خصوصی و هم رفتار مودبانه را آموزش دهند و متقابلاً هم از کودک می خواهند همین کار را در مورد وارد شدن به اتاق دیگران انجام بدهد.

۴-احترام خانوادگی: پدر و مادر هیچ وقت جلوی فرزندان با هم دعوا نمی کنند و سعی نمی کنند با حرفهایشان یکدیگر را محاکمه کنند «توهم مثل باباتی، شلخته ای و با لجبازیت به مامانت رفت» با هم محترمانه صحبت می کنند تا کودک هم یاد بگیرد که باید با پدر و مادرش با احترام رفتار کند.

فاطمه ترکشوند-درمانگر خانواده

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
سه و یکم	۴:۲۵	۵:۴۱	۱۱:۴۵	۱۷:۴۹	۱۸:۰۶

(طول جغرافیایی: ۵۲°۲۰' عرض جغرافیایی: ۲۷°۴۱')

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان

آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی

تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴ - ۰۲۲۴۳۸۴۵ نمابر: ۰۲۲۴۳۸۱۰۱

کد پستی: ۷۴۳۱۸-۳۴۳۰۰

شماره شاپا: ۹۹۶۶۱-۳۰۰۸ (زیر نظر هیات تحریریه)

لینوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار

miladelarestan@gmail.com www.mldl.ir

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - چهارشنبه ۱۴۰۰/۰۶/۳۱ - یازدهم صفر المظفر ۱۴۴۳ - ۲۲ سپتامبر ۲۰۲۱ - شماره ۱۷۹۴ - ۸ صفحه - تک شماره ۳۰۰۰ تومان

«جعفری» رئیس شورای شهرستان لارستان و «شکری» نماینده این شورا در فارس شدند

جعفری رئیس شورای شهرستان لارستان و شکری نماینده این شورا در فارس انتخاب شدند. به گزارش میلاد لارستان، در انتخابات شورای اسلامی شهرستان لارستان، که جهت انتخاب هیئت رئیسه همچنین نماینده این شورا در استان با حضور معاونت استاندار و فرماندار لارستان برگزار شد، پس از رای گیری نتایج زیر بدست آمد. عبدالحمید شکری از بزم با ۷ رای بعنوان نماینده شورای شهرستان لارستان و شکری نماینده این شورا در فارس انتخاب شدند. گفتنی است؛ حامد مقدم و عبدالحمید شکری کاندیدای شورای استان شدند که در نهایت عبدالحمید شکری با ۷ رای بر حامد مقدم (۵ رای) پیشی گرفت و بعنوان نماینده شورا در استان انتخاب شد. همچنین در این جلسه منصور جعفری از بنارویه، بعنوان رئیس شورای شهرستان و انور اسماعیلی از شهر خور بعنوان نائب رئیس انتخاب شدند.

اعلام آمادگی فرودگاه شیراز برای اعزام زائران اربعین حسینی (ع)



پروازهای مستقیم شیراز به نجف و برعکس، کار انتقال زوار اربعین حسینی (ع) استان فارس را انجام می دهند. علوی اردکانی، دبیر ستاد اربعین استان فارس با بیان اینکه ارائه بهترین خدمات کمی و کیفی با اولویت سلامت زائران محور برنامه ریزی مراسم اربعین امسال قرار دارد، اظهار کرد: مراسم اربعین حسینی به عنوان رویدادی اجتماعی و اعتقادی مبین اوج دلدادگی ایرانیان و شیعیان نسبت به سید و سالار شهیدان است. وی با تأکید بر اینکه دولت عراق فقط مجوز اعزام زائران از طریق مرزهای هوایی را صادر نموده است، اضافه کرد: برای خروج زائران باز نمی باشد و فقط کسانی قادر خواهند بود در این مراسم شرکت کنند که در سامانه سماح ثبت نام کرده و برای اخذ ویزا اقدام کرده باشند. دبیرستاد اربعین استان فارس، اضافه کرد: با تلاش و رایزنی های صورت گرفته توسط استانداری و اداره کل فرودگاه های فارس و شرکت هواپیمایی کاسپین مجوز پرواز مستقیم شیراز به نجف و برعکس برای اعزام زائران استان فارس از فرودگاه بین المللی شیراز صادر شد.

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان: آثار و ارزش های دفاع مقدس به نسل های آینده انتقال یابد



معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، گفت: ما وظیفه داریم برای حفظ ارزش ها و نشر آثار ارزشمند دفاع مقدس برنامه ریزی کرده و فرهنگ ایثار و شهادت را به نسل های آینده انتقال دهیم. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان؛ جلیل حسینی در جلسه هماهنگی و برنامه ریزی هفته دفاع مقدس ضمن گرامیداشت یاد و خاطره شهدای عزیز هشت سال دفاع مقدس در سخنانی خاطر نشان کرد: هیچ کس بعد از جنگ فکر نمی کرد که سالیان سال ایثارگری ها، از خود گذشتگی ها و ارزش های والای دفاع مقدس، هر ساله زنده نگه داشته شود و خدا را شکر ارزش ها و آرمان های انقلاب هر سال برپا تر و پرشورتر از سال های قبل احیاء می گردد. وی به نقش مهم کارهای ماندگار و اثر گذار در ترویج فرهنگ شهادت و مقاومت اشاره و هدف اصلی برنامه ها را در سالگرد دفاع مقدس اثر گذاری برنامه ها و ترویج مناسب فرهنگ ایثار و شهادت اعلام کرد. حسینی افزود: گرامیداشت هفته دفاع مقدس یاد آور رشادت ها، ایثارگری ها، جانفشانی ها و استقامت رزمندگان اسلام است که با پیروی از منویات رهبر کبیر انقلاب و رشادت های خالصانه ایثارگران عزیز رقم خورد. فرماندار ویژه لارستان، تصریح کرد: با عنایت به اینکه نسل امروز دوران انقلاب و دفاع مقدس را تجربه نکرده اند، همه ما وظیفه داریم با توجه به ذائقه و خواسته های آنان فرهنگ دفاع مقدس را گسترش و به نسل های جدید انتقال دهیم. مقام عالی دولت در شهرستان، اظهار نمود: با توجه به شرایط ویژه بیماری کرونا ممکن است بسیاری از برنامه ها بصورت حضوری برگزار نشود، اما با تولید محتوی و با ساخت انواع کلیپ ها، تصاویر و خاطرات آن زمان در راستای معرفی ارزش های دفاع مقدس و نشر در فضای مجازی و رسانه ها، می تواند بسیار موثر واقع شود.

مروارید اندیشه

تسبیح موجودات

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّ السَّمَاوَاتِ السَّبْعِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنَّ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا لَيْسَ بِحِمْلِكَ وَإِنَّ لَكَ يَوْمَئِذٍ تَعْقُوهْنَ سُبْحِيهِمْ إِنَّكَ كَانَتْ حَلِيمًا عَفُورًا

هفت آسمان و زمین و هر که در آنهاست همه به ستایش و تزیین خدا مشغولند و موجودی نیست در عالم جز آنکه ذکرش تسبیح و ستایش حضرت اوست و لیکن شما تسبیح آنها را فهم نمی کنید. همانا او بسیار بردبار و آمرزنده است. (اسرا/ ۴۴)

کار مثل جلوه حق تعالی می ماند که در تمام موجودات سرایت کرده است. همه موجودات، کار در آنها هست و با کار درست شده اند. همه ذرات وجود کارگردن حتی ذرات اتمی که در این عالم طبیعت هست، اینها کارگر هستند با هوشیاری. همه ذرات عالم فعالند و هوشیارند لکن ما گمان می کنیم که هوشیار نیستند: و ان من شیء الا یسبح بحمده و لکن لا تفقهون تسبیحهم (۱)؛ همه تسبیح حقند، همه کارگران حق هستند، همه مطیع حق تعالی هستند؛ و کار در همه جا هست و عالم سرتاسر «روز کارگر» است نه یک روز کارگر است، سرتاسر عالم روز کارگر است، سرتاسر عالم کارگر است و سرتاسر عالم کار است؛ یعنی ذرات وجودی که انسان را و دیگر حیوانات را - به اراده الله تعالی - موجود می کنند کارگردن و انسان کار است، اثر کار آنهاست. تمام این موجوداتی که در عالم ملاحظه می کنید اثر کار فعالانه جنود الهی است؛ جنود الله. همه کارگر هستند. خدای تبارک و تعالی مبدأ کار است. (صحیفه امام ج ۷ صفحه ۱۷۲)

لطایف قرآنی
برگرفته از آثار امام خمینی (س)

شماره های ارتباط با میلاد لارستان
۰۹۱۷۵۰۱۱۱۹۷
۰۹۱۶۴۸۷۷۰۴۴
۰۹۳۵۸۹۴۹۳۹۷

در واتس آپ و پیامک:
شماره ارتباط با میلاد لارستان جهت درج آگهی در روزنامه: ۰۷۱-۵۲۲۴۴۷۷۵

لینک و آدرس های فضای مجازی ما

سایت میلاد لارستان: mldl.ir
کانال اینستاگرام: milad_larestan

کانال واتس آپ: https://b2n.ir/665314
کانال تلگرام: https://b2n.ir/490331

زمزمه جنگ ۱ / صدام کدام امضای خود را لکه ننگ می دانست؟ (قسمت دوم)

بزرگترین اشتباه محاسباتی صدام درباره ایران و انقلاب اسلامی

حمله و هجوم سراسری بود. این پژوهشگر دفاع مقدس یکی دیگر از دلایل حملات پراکنده عراق به کشورمان راه محک زدن نیروهای نظامی و سیاسی خواند و با طرح سوالی مبنی بر اینکه چرا در ۳۱ شهریور ماه سال ۵۹ تصمیم به حمله گرفتند، اظهار داشت: به نظر من رژیم بعث عراق برای حمله به کشورمان در حال آماده سازی بود، چراکه حرکت دادن ۱۲ لشکر نیازمند بسیاری از امکانات است. اما با این حال در فروردین ماه ۱۳۵۹ به اوج قدرت خود رسیده و آماده سازی کرده بود.

عراق حمله خود به ایران را برای عملیات نقاب و واقعه طیس عقب انداختند درویشی خاطر نشان کرد: با این حال آنها دست نگه داشتند تا ببینند هجوم آمریکایی ها که به واقعه طیس مشهور است به کجا می انجامد و پس از آن نیز کودتای نقاب نیز عملیات های آنها را عقب انداخت. چراکه تا آن زمان چراغ سبزی از آمریکا دریافت نکرده بودند و پس از این دو واقعه متوجه شدند، تهاجم آنها با سکوت آمریکا مواجه خواهد شد.

وی در پاسخ به اینکه آیا جنگ ایران و عراق اجتناب ناپذیر بود، تصریح کرد: این موضوع نکته بسیار مهمی است. من اعتقاد ندارم که جنگ اجتناب ناپذیر بود. بخشی از دلایل جنگ به دلیل کم تجربه بودن انقلاب اسلامی، عدم مدیریت واحد در دولت بود. اما با این حال، طرف مقابل تمام عزم خود را جذب کرده بود که علیه کشورمان حمله کند.

اختلافات درونی عامل تشویق صدام برای حمله / اشتباه محاسباتی صدام چه بود؟ درویشی با تأکید بر اینکه اختلافات در دولت، در تشویق صدام برای حمله موثر بود؛ خاطر نشان کرد: اختلاف بین نیروهای خط امام و لیبرال ها باعث شده بود، موضوع مرزها به فراموش سپرده شود و استراتژی مناسبی برای آن نداشتند.

سکوت سیاسی دولت و حمله های پراکنده در دوران «جنگ قبل از جنگ»

درویشی با اشاره به آماده سازی رژیم بعث برای حمله به ایران تصریح کرد: برای ایجاد یک جنگ باید مقدمات حقوقی و سایر نیازها را آماده سازی کرد. برای همین رژیم بعث عراق پس از پیروزی انقلاب اسلامی با ایجاب گذاری، فعال کردن گروهک خلق عرب، حمله به پاسگاه های مرزی و ورود اسلحه و کمک به گروه های تروریستی برای انجام فعالیت های تروریستی علیه کشورمان درصدد آماده سازی منطقه برای دوران «جنگ قبل از جنگ»

درویشی با اشاره به آماده سازی رژیم بعث برای حمله به ایران تصریح کرد: برای ایجاد یک جنگ باید مقدمات حقوقی و سایر نیازها را آماده سازی کرد. برای همین رژیم بعث عراق پس از پیروزی انقلاب اسلامی با ایجاب گذاری، فعال کردن گروهک خلق عرب، حمله به پاسگاه های مرزی و ورود اسلحه و کمک به گروه های تروریستی برای انجام فعالیت های تروریستی علیه کشورمان درصدد آماده سازی منطقه برای دوران «جنگ قبل از جنگ»

با سرد شدن هوا تگرانی جدید در راه است / افزایش ابتلای افراد به کرونا و آنفلوآنزا

تنها راه پیشگیری و رعایت توصیه های بهداشتی است، اظهار کرد: آمار فوت در استان نسبت به هفته های گذشته پایین آمده، اما موارد فو ت ناشی از کرونا در جوانان و افراد زیر ۶۰ سال استان فارس افزایش یافته است. وی با اشاره به شباهت علائم بیماری آنفلوآنزا و کووید ۱۹ و شیوه های تشخیص و تست این ۲ بیماری تصریح کرد: رعایت شیوه نامه های بهداشتی ما را در برابر این ۲ بیماری ایمن می کند، به طوری که پارسال به دلیل رعایت شیوه نامه های بهداشتی، با کاهش موارد ابتلا به بیماری آنفلوآنزا نیز مواجه بودیم. دکتر لطفی با بیان اینکه در سه روز گذشته روند بستری مبتلایان به کرونا و پروس در بیمارستان های استان نیز رو به افزایش بوده است، از مردم خواست تا توصیه های بهداشتی نظیر استفاده مداوم از ماسک و حفظ فاصله فیزیکی با دیگران را بیشتر رعایت کنند. این مقام مسئول، راه اندازی اتوبوس سیار واکسیناسیون در شیراز را گامی مطلوب و موثر به منظور پیشگیری و ایمن سازی مردم در برابر کرونا دانست.



وی در بخش دیگری از سخنان خود با بیان اینکه صدام برای حمله به ایران همه محاسبات را انجام داده بود، تصریح کرد: صدام می دانست که کشورهای منطقه از او حمایت خواهند کرد، قدرت های بزرگ روبروی او نمی ایستند و همچنین ارتش کشور ما نیز از وضعیت مناسبی برخوردار نیست اما میزان تعلق خاطر توده مردم با انقلاب اسلامی، حضور آنها در جبهه های نبرد و رهبری امام خمینی (ره) را محاسبه نکرده بود. این پژوهشگر دفاع مقدس با اشاره به اینکه حضرت امام خمینی (ره) با وجود آنکه جنگ را تجربه نکرده بودند اما با قاطعیت جنگ را هدایت فرمودند؛ افزود: مردم با عشق و علاقه و همچنین تبعیت از ولایت فقیه به سمت جبهه های نبرد سرازیر شدند و در روزهای ابتدای جنگ جلوی پیشروی رژیم بعث را گرفتند. گفتگو از محمدرضا کربلایی اسماعیل

