



رهبر انقلاب اسلامی: دانشجویان را تربیت معنوی کنید. اینها جوانند؛ جوان به طور طبیعی لطیف است، بالنسبه پاکیزه است، قابل حرکت در جهت معنوی است؛ و این باید در دانشگاه تأمین بشود
۱۳۹۷/۰۳/۲۰

میلاد لارستان

شهرستان لارستان

۲
فضای مجازی، فرصتی برای یادگیری و آموزش

۲
مهم ترین خطر زردی، آسیب به مغز نوزاد است

۳
۱۲ اقدام دولت برای بزرگتر شدن سفره مردم

۸
گزارش تصویری کریشکی، روستای هدف گردشگری

فناوری

علمی

سبک زندگی

از هر دری سخنی

اقتصادی

خبر

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و نهم - دوشنبه ۱۵/۰۹/۱۴۰۰ - سی ام ربيع الثانی ۱۴۴۳ - ۰۶ دسامبر ۲۰۲۱ - شماره ۱۸۴۳ - ۸ صفحه - تک شماره ۳۰۰۰ نومان

تعمیر و زیباسازی سالن شهید زرگری

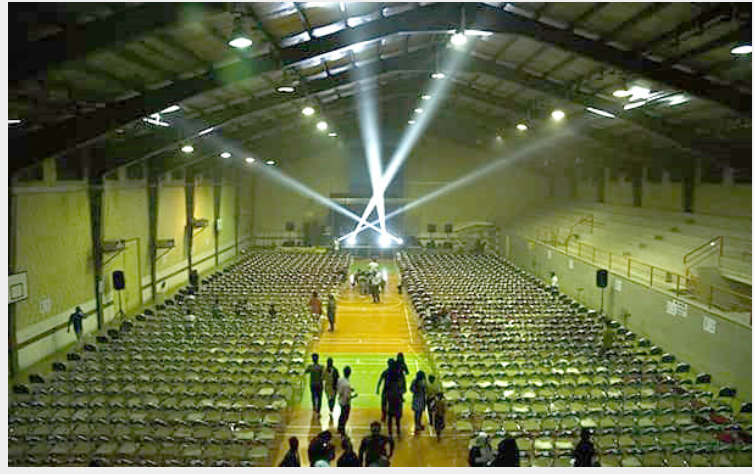
۲
آغاز عملیات بهسازی روستاهای بریز و شرفویه

۲
کشایش نمایشگاه داستان-نقاشی در گالری تیتخ خنج

۳
اقدام دولت برای افزایش حقوق ها در سال ۱۴۰۱

۵
اینطور بحث کنید تا نتیجه بگیرید

۸
سیستم نوبت دهی کلینک هاشمی زاده لار اصلاح می شود/ تخلف مالی پزشکان گزارش شود



کار تعمیر و زیباسازی سالن شهید زرگری شهر لار در حال انجام است. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی آموزش و پرورش لارستان، سالن شهید زرگری یکی از باسابقه ترین سالن های اجتماعات آموزش و پرورش لارستان است که زمان ساخت آن به سال ۱۳۵۲ برمی گردد و خاطرات زیادی با خود از تجمعات سیاسی گرفته تا برنامه های فرهنگی و آموزشی، به همراه دارد. این سالن بعد از شهادت یکی از هنرمندان شهرمان شهید زرگری به نام وی نامگذاری شد. هرچند در سنوات گذشته تعمیراتی در این ساختمان انجام گرفته بود ولی هم اکنون به تعمیرات و زیباسازی و تجهیز شدن به سیستم سرمایشی نیاز داشت که خوشبختانه با همت فرزند شهید دکتر موهبت زرگری و مشارکت دیگر خیرین و مدیریت آموزش و پرورش لارستان کار تجهیز، تعمیر و زیباسازی فضای داخلی سالن و پوشش سقف آن انجام گرفت و تا این مرحله ۵۰۰ میلیون تومان هزینه شده است. امید می رود در آینده نزدیک محوطه بیرونی و سن نمایش سالن نیز تعمیر و زیباسازی شود.

با میلاد لارستان، خود را به اهالی فارس و هرمزگان بشناسانید

تبلیغ بیشتر = تخفیف بیشتر

روزنامه میلاد لارستان، قدیمی ترین رسانه منطقه با بیش از ۲۹ سال سابقه و پایگاه اطلاع رسانی، کانال های فضای مجازی با بیش از ۴۰۰۰ عضو و پیج اینستاگرام، آماده انعکاس تبلیغات شما عزیزان با قیمت مناسب و تخفیف قابل توجه خصوصا در پایگاه اطلاع رسانی و کانال های فضای مجازی می باشد.

تنها با پرداخت یک هزینه، همزمان از انتشار آگهی در کانال های سروش، ایستا، واتس آپ بهره مند شوید.

شماره های ارتباط با میلاد لارستان در واتس آپ و پیامک:

۰۹۱۷۵۰۱۱۱۹۷
۰۹۱۶۴۸۷۷۰۴۴
۰۹۳۵۸۹۴۹۳۹۷

شماره ارتباط با میلاد لارستان جهت درج آگهی در روزنامه: ۰۷۱-۵۲۲۴۴۷۷۵

اتصال ایران به ۳ قاره با راهاندازی خط ریلی چابهار

پروژه های که هزینه تحریم ها علیه کشورمان را بالا می برد

بین المللی می گوید چابهار در آینده نزدیک جایگزین کانال سوئز می شود چرا که مسیر بار و کالا را نسبت به سوئز ۱۶ روز کاهش می دهد و به صرفه ترین مسیر برای اتصال بازارهای ۳ میلیارد نفر جمعیت در آسیا، آفریقا و اروپا است. غیرقابل تحریم شدن چابهار برای همیشه منوط به راه افتادن این خط ریلی بوده که ۱۱ سال در حال ساخت است؛ تاکنون دوبار وعده تکمیل آن داده شده و هر دو بی نتیجه بوده است. با دستور رهبر معظم انقلاب ۳۰۰ میلیون یورو وام از صندوق توسعه ملی برای تکمیل آن اعطا شده است.

کردن منافع کشورهای مختلف غیرقابل تحریم می کند. کارشناسان می گویند رقابت بازارها حالا بر سر حمل و نقل و هزینه های آن است؛ موضوعی که بندر چابهار در آن می درخشد. برآوردهای

به گزارش میلاد لارستان و به نقل از خبرگزاری تسنیم از سواحل مکران، خط آهن چابهار - زاهدان و قطعه راه آهن رشت - بندر انزلی در حال ساخت است که تا کریدور شمال - جنوب را عملیاتی کند؛ کریدوری که چابهار را با دیگر

معاون استاندار چهارمحال و بختیاری: شرایط نامساعد جوی دلیل فرود اضطراری پهپاد بارورساز ابر

همچنین تأکید کرد: براساس پروتکل های پروازی این نوع از پهپادها در شرایط اضطراری، این نوع پهپادها با استفاده از چتر مخصوص اقدام به فرود می کنند تا بدون خسارت یا با حداقل خسارت ممکن به زمین برسند. وی همچنین درباره تصاویر منتشر شده در فضای مجازی نیز گفت: بعد از اقدام به فرود اضطراری و رهگیری پرند به توسط سایت پروازی، پرند به استفاده از یک فرود بالگرد از منطقه فرود که در روستای «میبه» بود به نزدیک ترین جاده منتقل و از آنجا با استفاده از یک دستگاه تریلر از طریق جاده به مبدأ پروازی خود منتقل شده است. گفتنی است از سال ۱۳۹۹ نمونه ایرانی پهپادهای RQ170 در ۵ نقطه از کشور وارد عملیات مبارزه با خشکسالی شده اند و در زمینه بارورسازی ابرها فعالیت می کنند.

به گزارش میلاد لارستان، جعفر مردانی در گفتگو با خبرنگار تسنیم در شهرکرد، با اشاره به فرود اضطراری یک پهپاد در روستای «میبه» شهرستان کوهرنگ در استان چهارمحال و بختیاری، اظهار داشت: این پهپاد روز پنجشنبه گذشته ۱۱ آذرماه ۱۴۰۰ با مأموریت بارورسازی ابرها به سمت غرب استان از فرودگاه شهرکرد به حرکت آمده بود تا براساس مسیر

کسب عنوان نخست کشتی گیر لارستانی در مسابقات بزرگسالان فارس

محمدرضا عسکریوز از هیئت کشتی لارستان با غلبه بر تمامی رقبای خود با امتیاز عالی بر سکوی نخست وزن ۷۰ کیلو ایستاد. وی با اشاره به اینکه محمدرضا عسکریوز در ترکیب تیم استان فارس به رقابت های قهرمانی کشور اعزام می شود، تصریح کرد: پیکارهای کشتی آزاد بزرگسالان قهرمانی کشور روزهای ۲۲ تا ۲۴ دی ماه سال جاری در گرگان برگزار می شود.



دبیر هیئت کشتی لارستان از کسب مدال طلای کشتی گیر لارستانی در پیکارهای انتخابی بزرگسالان استان فارس خبر داد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی هیئت کشتی لارستان، غلامرضا غلامحسین نژاد با اعلام این خبر اظهار داشت: رقابت های کشتی آزاد انتخابی بزرگسالان استان فارس برگزار شد و در این مسابقات

آغاز عملیات بهسازی روستاهای بریز و شرفویه



مدیر بنیاد مسکن انقلاب اسلامی لارستان از آغاز عملیات بهسازی روستاهای بریز و شرفویه خبر داد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی بنیاد مسکن انقلاب اسلامی لارستان، امیر برومند از شروع عملیات زیر سازی روستای بریز از بخش مرکزی به میزان ۶ هزار مترمربع و همچنین شروع عمیات لبه گذاری شامل ۴۰۰ متر تک لبه و کانیو در شهرک روستای شرفویه از بخش بنارویه لارستان خبر داد. وی اضافه کرد: بمنظور توسعه و پیشرفت

گشایش نمایشگاه داستان-نقاشی در گالری تیتخ خنج



از نویسنده توانای خنجی جناب آقای نظام الدین مقدسی است که دو نفر از نقاشان بنام این شهرستان آقایان افشین فخرایی و سید هابیل مظفری نیا پور بر اساس برداشت از داستانها نقاشی کرده اند.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی و روابط عمومی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس؛ نمایشگاه داستان-نقاشی در گالری تیتخ خنج گشایش یافت. این نمایشگاه شامل ده داستان کوتاه

اطاعت از ولی فقیه در بُعد اجتماعی به عنوان راهبرد مهم امر به معروف و نهی از منکر دنبال شود



امام جمعه شیراز گفت: اطاعت از ولی امر در بعد اجتماعی برای هر مجموعه‌ای باید نشان داده شود و به عنوان راهبرد مهم امر به معروف و نهی از منکر نمود پیدا کند. نخستین گردهمایی معاونین اجتماعی و مطالبه‌گری و رابطین عفاف و حجاب ستادهای امر به معروف و نهی از منکر سراسر کشور با حضور آیت‌... کاظم صدیقی رئیس ستاد کشور، آیت ... دژکام نماینده ولی فقیه در استان فارس، سردار بوعلی فرمانده سپاه فجر استان فارس و مسئولان و رابطان در مجتمع فرهنگی تربیتی آیت ... ریان شیرازی برگزار شد. آیت ... لطف ... دژکام نماینده ولی فقیه در استان فارس و امام جمعه شیراز در این گردهمایی فاصله مسائل امر به معروف و نهی از منکر تا مقصد نهایی را زیاد دانست و اظهارداشت: اگر در دوران مسئولیت یک قدم به سمت جلو حرکت کنیم، ارزشمند است و برای برنامه‌های بزرگتر باید برنامه داشته باشیم. رئیس ستاد امر به معروف و نهی از منکر استان فارس با اشاره به زیارت آل یاسین در باب امر به معروف و نهی از منکر گفت: حق آن است که اهل بیت به آن راضی هستند و تعاریف حاشیه‌ای در امر به معروف باطل است و نباید در این راه تردیدی کنیم. امام جمعه شیراز ادامه داد: مشکل این است که در ۱۵۰ سال اخیر می‌خواهیم به شاخه‌های دیگر حق گره بزنیم و توجیه

ابلاغ وقت مزایده

محکوم علیه محمد حسن صالحی فرزند میرزا نصراله تاریخ حضور: ۱۴۰۰/۱۰/۲۶ ساعت حضور: ۱۰۰۰ در خصوص دعوی فرخنده صالحی و مهدی صالحی فرد و بی بی صالحی و رضیه صالحی فرد و زهرا محبی و احسان صالحی فرد و علی صالحی فرد و انوشیروان صالحی فرد به طرفیت شما مبتنی بر مطالبه خسارت دادرسی و تقسیم مال در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی در این شعبه حاضر شوید. قاضی واحد اجرای احکام مدنی شعبه اول اجرای احکام مدنی شهرستان گراش- عباس شریعتی م/الف ۵۲۵

فضای مجازی، فرصتی برای یادگیری و آموزش



تصویبات و حتی سواد خواندن و نوشتن می تواند افراد را تا حدود زیادی از آسیب های اجتماعی دور کند.

معاون استاندار فارس، شناسایی افراد بیسواد در سطح شهرستان و برنامه ریزی برای سواد آموزی تمامی این افراد را ضروری دانست و گفت: ترغیب افراد بی سواد برای حضور در کلاس های سواد آموزی وظیفه همه ماست و در این زمینه نقش دستگاه‌های اجرایی شهرستان، بخشداران، شوراها، دهیاران و ادارات و خدماتی و خدماتی در شناسایی افراد بی سواد و راهنمایی آنها بسیار مهم و موثر خواهد بود. رئیس شورای پشتیبانی سوادآموزی لارستان، با بیان اینکه گرچه متناسب با افزایش جمعیت، بیسوادی را مهار کرده ایم، اما همچنان افراد بیسوادی که در سنین بالای جمعیتی هستند

آموزش و پرورش معرفی نمایند. فرماندار ویژه لارستان، البته این را هم گفت که امروزه فضای مجازی باعث شده افرادی که از سواد انچنانی برخوردار نیستند هم به سمت یادگیری و آموزش بروند و از طرفی باسواد بودن جامعه هدف، باعث می شود که روشنگری و خدمات رسانی سهل‌تر انجام شود.

حسنی خاطر نشان کرد: اگر همه ما در قبال بی سوادی احساس مسئولیت کنیم و به آن اهمیت قائل شویم بی سوادی ریشه کن می شود و اگر بر عکس شد، ممکن است زمانی گریبان گیر فرزندان خردمان شود و نسل‌های آینده را هم درگیر کند.

فرماندار ویژه لارستان، در پایان تاکید کرد: نباید جوانان و نوجوانان امروزی به بهانه های مختلف تحصیل را رها کنند چرا که بی سوادی معضلی است، و اگر نسبت به این موضوع غفلت نماییم، جامعه به سمت ناهنجاری خواهد رفت، لذا در این خصوص همه با آموزش و پرورش همکاری لازم داشته باشند.

در ادامه مهدی اسماعیلی معاون اداره کل و مدیر آموزش و پرورش لارستان، نوزوی معاون سواد آموزی اداره کل آموزش و پرورش استان فارس، سرهنگ امجدی فرماندهی انتظامی لارستان، نخبه الفقهایی رییس اداره سواد آموزی شهرستان بخشداران و روسای آموزش و پرورش بخش های جویم، بیرم و بنارویه نیز به ایراد سخن پرداختند.

اعطا حکم عضویت شورای پشتیبانی سواد آموزی لارستان به اعضا توسط فرماندار از دیگر برنامه های این جلسه بود.

بررسی «اهمیت امنیت و نقش امنیتی در مرزهای کشور» با حضور فرماندهان و افسران جنوب فارس



از مستضعفان را از اصول مسلم خود برشمرد است؛ شایسته است که مورد توجه بیشتر قرار گرفته تا هر ایرانی به این قانون فاخر آگاهی داشته باشد.

زارع، محافظان امنیت ملی کشور از جمله نیروهای مسلح سپاه، بسیج و نیروهای امنیتی در مرزهای دریایی، هوایی و زمینی را رکن مهم اجرای قانون اساسی دانست و خاطر نشان کرد: شهید دلاور ما، سردار سلیمانی با حضور به موقع و رشادت مثال زدن خود در جبهه های فرامرزی کشور و شناخت دسیسه و برنامه های دشمن، خطرات بزرگی همچون نفوذ داعش را از مرزهای کشور دور کرد و اگر امروز می بینیم که ایران اسلامی دست برتر در مذاکرات هسته ای دارد و کشورهای اروپایی پیشقدم در گفتگو با ایران هستند؛ همه از رشادت ها و دلاوری های این مرد بزرگ میدان و دیگر سلحشوران جبهه مقاومت است.

زارع در بخش دیگری از سخنان خود ضمن اشاره به نقش ارزنده و مهم خانواده در تحکیم امنیت ملی اظهار کرد: اولین نقطه تهاجمی دشمن برای به زانو درآوردن کشورهای مستقل، حمله به کانون خانواده و در هم شکستن تعهدات اخلاقی و حیات طبیه آن است که ضروری است در کنار توجه به جنبه

فارس، رتبه نخست مصالحه و آزادی زندانیان

برنامه‌های تدوین شده کرده است. وی همچنین به همکاری با ۱۲ نهاد و سازمان در راستای اهداف و وظایف شورا و انعقاد تفاهم نامه با ۶ سازمان و برنامه ریزی و انجام اقدامات لازم برای نظاممند کردن، تقویت مشارکت و افزایش تعامل نهادهای مردمی با دستگاه قضایی با رویکرد صلح و سازش و استفاده از شیوه‌های مختلف فرهنگ سازی در توسعه فرهنگ صلح و سازش اشاره کرد: تلاش کرده ایم تا بهره گیری از ظرفیت رسانه‌ها آگاهی و توانمند سازی در حوزه صلح و روحیه گذشت و عفو را تقویت کنیم.

توانی همچنین گفت: با اجرای طرح نوبت دهی الکترونیکی در واحدهای اجرای احکام و انجام بازدهی مستمر از زندان‌ها و ملاقات چهره به چهره با زندانیان توسط قضات شوراها حل اختلاف در این هدف متعالی نیز کسب در راستای سیاست‌های سند تحول قوه قضاییه و همچنین دستورات و بیانات ریاست معظم قوه قضاییه دانست. این مقام قضایی گفت: راه اندازی و تشکیل هیات‌های صلح در بیش از ۵۰ مسجد شهرستان‌های استان فارس در راستای نهادینه سازی فرهنگ صلح و سازش در جامعه با استفاده از ظرفیت نخبگان، معتمدین محلی و نهادهای مردمی کمک شایانی به دستیابی به اهداف

معاون دادگستری فارس گفت: این استان به لحاظ تعداد پرونده‌های قتل منتهی به مصالحه و همچنین کمک به آزادی زندانیان جرائم غیر عمد مالی، رتبه اول کشور را در اختیار دارد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، حجت‌الاسلام مصطفی توتانی در جلسه هم‌اندیشی معاون اول قوه قضائیه و قضات دادگستری استان فارس گفت: شورای حل اختلاف بازوی توانمند دستگاه قضایی است و با تلاش اعضای متعهد خود توانسته است نقش بسیار موثری در توسعه قضایی و رشد فرهنگ مصالحه در میان مردم ایفاء کند.

وی افزود: استان فارس با دارا بودن ۴۴ حوزه قضایی، ۴۹۴ شعبه شورای حل اختلاف شامل ۳۱۱ شعبه شهری و ۱۳۴ شعبه روستایی و ۱۶ شعبه ویژه زندان از بزرگترین مراکز توسعه حل اختلاف استانی در کشور به شمار می‌رود و که با در اختیار داشتن ۲۱۱۸ نفر پرسنل، بدون حتی دریافت حق الزحمه مناسب، عملکرد مناسبی را در موضوع پرونده‌های ارجاعی ثبت کرده است و تلاش می‌کند روند رشد کیفی رسیدگی‌ها را با اجرای آموزش‌های دوره ای، تداوم بخشد. شورای حل اختلاف دادگستری استان با تدابیر و هدایت‌های مدیریت ارشد قضایی استان همانند سایر بخش‌های دادگستری در سال گذشته دستاوردهای ویژه‌ای داشته که دستیابی به

مهم ترین خطر زردی، آسیب به مغز نوزاد است

اول و دوم خطرناک تر از زردی روز سوم است و مهم ترین خطر زردی آسیب هایی است که می تواند به مغز نوزاد برساند. دکتر آزادگان، در پاسخ به این سوال که چه ارتباطی بین شیردهی و زردی نوزاد وجود دارد گفت: یکی از علائم مهم زردی در نوزاد کم شیر خوردن است؛ به همین دلیل هنگام ترخیص نوزادان



جز مستقیم و یک جز غیر مستقیم دارد که هر کدام از این اجزا در صورتی که افزایش یابند باعث ایجاد زردی می شوند.

وی افزود: از عوامل افزایش جزو مستقیم می توان به عفونت های داخل رحمی پس از تولد، مشکلات مجاری صفراوی و بیماری های دیگری اشاره کرد و از عوامل افزایش جز غیر مستقیم زردی می توان به ناسازگاری های گروه خونی و دو قلوهای که خون زیادی از یک قل به قل دیگر وارد شده، فاویسم، کم کاری های تیروئید، سندروم داون، زردی ناشی از شیر مادر و سایر بیماری ها اشاره کرد. از زردی هایی که با سرعت زیادی افزایش پیدا می کنند یا در روز نخست هستند باید ترسید؛ متأسفانه در بین عامه جا افتاده است که حتما باید زردی را در سه روزگی چک کرد، در حالی که زردی هر چه زودتر اتفاق بیفتد خطرناک تر است و زردی روز

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، گفت: امروزه فضای مجازی باعث شده افرادی که از سواد انچنانی برخوردار نیستند هم به سمت یادگیری و آموزش بروند و از طرفی باسواد بودن جامعه هدف، باعث می شود که روشنگری و خدمات رسانی سهل‌تر انجام شود.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلیل حسنی در جلسه شورای پشتیبانی سواد آموزی لارستان در سخنانی با بیان اینکه بحث سواد آموزی صرفا در حیطه مسئولیت و اختیارات فعالیت‌های اجرایی آموزش و پرورش نیست؛ تاکید کرد: زمانی حضرت امام (ره) بر مبنای مقتضیات زمان فرمان تشکیل نهضت سوادآموزی را صادر کرد، چرا که بیسوادی یکی از موانع جدی توسعه جامعه در ابعاد مختلف بود، اما امروز بعد از ۴۳ سال از انقلاب اسلامی گرچه بی سوادی مهار و رشد آن کم شده است، اما هنوز تعدادی از افراد جامعه هستند که بی سواد می باشند و باید برای این افراد برنامه ریزی گردد، تا انشا... این وضعیت کنترل شود. وی حضور روسای ادارات در جلسه را نشانه احساس مسولیت این مسئولان در امر سواد آموزی دانست و تاکید کرد: به علت کمبود نیروی انسانی و گستردگی لارستان با کمبود شدید معلم مواجه هستیم و خواستار تقویت زیر ساخت های آموزشی هم در حوزه نرم افزاری و هم سخت افزاری از سوی مرکز استان شد.

فرماندار ویژه لارستان، با تاکید بر اهمیت سواد آموزی و ایجاد فرصت های مناسب برای تحصیل افراد بی سواد در جامعه، افزود: حداقل

رئیس دانشگاه آزاد اسلامی لارستان با حضور در جمع فرماندهان و افسران جنوب استان فارس در جلسه ای با محوریت «اهمیت امنیت و نقش امنیتی در مرزهای کشور» سخنرانی کرد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرنگاری آن از لارستان، این جلسه که با حضور افسران نیروی انتظامی شهرستان های لارستان ، لامرد، خنج، اوز و مهر در فرودگاه بین المللی آیت ... آیت الهی شهرستان لارستان برگزار شد ؛ مهدی زارع شهردار ابراز مسرت از حضور در جمع حافظان نظم و امنیت پلیس هوایی منطقه جنوب کشور گفت: امنیت تا زمانی که به مخاطره نیفتد؛ کسی نمی تواند اهمیت آن را درک کند، لذا شایسته است قبل از به مخاطره افتادن آن به نقش مهم این موضوع توجه شود. رئیس دانشگاه آزاد اسلامی لارستان، با اشاره به روز ۱۲ آذرماه، روز قانون اساسی و ضمن اشاره به اهمیت نقش نیروهای مسلح در قانون اساسی اظهار کرد: قانون اساسی ما که دفاع

معاون دادگستری فارس گفت: این استان به لحاظ تعداد پرونده‌های قتل منتهی به مصالحه و همچنین کمک به آزادی زندانیان جرائم غیر عمد مالی، رتبه اول کشور را در اختیار دارد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، حجت‌الاسلام مصطفی توتانی در جلسه هم‌اندیشی معاون اول قوه قضائیه و قضات دادگستری استان فارس گفت: شورای حل اختلاف بازوی توانمند دستگاه قضایی است و با تلاش اعضای متعهد خود توانسته است نقش بسیار موثری در توسعه قضایی و رشد فرهنگ مصالحه در میان مردم ایفاء کند.

وی افزود: استان فارس با دارا بودن ۴۴ حوزه قضایی، ۴۹۴ شعبه شورای حل اختلاف شامل ۳۱۱ شعبه شهری و ۱۳۴ شعبه روستایی و ۱۶ شعبه ویژه زندان از بزرگترین مراکز توسعه حل اختلاف استانی در کشور به شمار می‌رود و که با در اختیار داشتن ۲۱۱۸ نفر پرسنل، بدون حتی دریافت حق الزحمه مناسب، عملکرد مناسبی را در موضوع پرونده‌های ارجاعی ثبت کرده است و تلاش می‌کند روند رشد کیفی رسیدگی‌ها را با اجرای آموزش‌های دوره ای، تداوم بخشد. شورای حل اختلاف دادگستری استان با تدابیر و هدایت‌های مدیریت ارشد قضایی استان همانند سایر بخش‌های دادگستری در سال گذشته دستاوردهای ویژه‌ای داشته که دستیابی به



یک متخصص کودکان و نوزادان شاغل در بیمارستان لار با بیان اینکه مهم ترین خطر زردی، آسیب به مغز نوزاد است، گفت: احتمال به وجود آمدن زردی در نوزادانی که از شیر مادر تغذیه می کنند کم است. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، **دکتر محمد آزادگان** در مورد عوامل ایجاد زردی در نوزادان اظهار داشت: زردی به معنای افزایش بیلی روبین در خون است، این بیلی روبین یک



کارشناس اقتصادی گفت: تصمیم دولت برای افزایش پلکانی حقوق کارمندان دولت در سال آینده تصمیمی عادلانه و منطقی به حساب می آید اما الزاماتی نیز دارد که لازم است رعایت شود.

به گزارش میلادارستان به نقل از خبرنگار مهر ، مدتی قبل بخشنامه بودجه ۱۴۰۱ توسط رئیس جمهور به دستگاه‌های اجرایی ابلاغ شد. مفاد بخشنامه مذکور و اظهارات مسئولان امر از جمله مسعود میرکاظمی

رئیس سازمان برنامه و بودجه، بیانگر آن است که در سال آتی افزایش حقوق‌ها به صورت پلکانی خواهد بود. بدین معنا که کارمندانی که کمترین حقوق را دریافت می‌کنند از افزایش حقوق بالاتری برخوردار خواهند بود و برعکس. آنتور که پیش بینی می‌شود، برای سال آینده افزایش حقوق‌ها بین ۱۰ تا ۳۰ درصد با توجه به دریافتی کارکنان در نوسان خواهد بود و حقوق وی در نظر گرفته خواهد شد. حسن موسوی فرد، کارشناس اقتصادی در خصوص وضعیت افزایش حقوق‌ها در سال آینده، گفت: اگر مد نظر ما این است که شکاف‌ها در دریافتی‌ها را کاهش دهیم، راهکار در پیش گرفته شده منطقی و مناسب به نظر می‌رسد. یعنی قرار بر این است که کسانی که حقوق کمتری دریافت می‌کنند، رشد بالاتر و کسانی که دریافتی‌های بیشتری دارند، به مراتب افزایش دستمزد کمتری

داشته باشند. اما در این خصوص یک نکته وجود دارد؛ کسانی که حقوق‌های بالاتری دریافت می‌کنند، علاوه بر دریافتی‌های مستمر، دریافتی‌های غیرمستمر بسیار زیادی نیز دارند که اگر بخواهیم افزایش حقوق‌ها به صورت پلکانی و عادلانه باشد، باید ملاک ما مجموع دریافتی کارمندان باشد نه مستمری آنها. زیرا کسانی که دریافتی‌های پایین‌تری دارند، دریافتی‌های غیرمستمر کمتری دارند. اما کسانی که دریافتی‌های بالاتری دارند، مزایای غیرمستمر آنها نیز چشم گیر است. مواردی مانند حق الجلسات و پاداش و... جزو مزایای غیرمستمر به حساب آمده که موجب افزایش حقوق کارمندان می‌شود. بنابراین اگر بتوانیم فرایند را طوری تنظیم کنیم که این افزایش حقوق پلکانی روی سرجمع حقوق افراد باشد، حتماً نتیجه کار عادلانه تر و منطقی‌تر خواهد بود. این کارشناس اقتصادی در ادامه اظهار کرد:

اقدام دولت برای افزایش حقوق‌ها در سال ۱۴۰۱

از آنجا که احکام در دولت متفاوت است، ممکن است کارمندان در رتبه‌های پایین‌تر دریافتی‌های بیشتری داشته باشند. مانند ایثارگری و شرایط خاص دیگر. لذا گاه‌ها حقوق کارکنان از مدیران بالاتر می‌رود. نیاز است برای این رخداد نیز تدابیر لازم اتخاذ شود. موسوی فرد در پایان گفت: از طرفی باید تفاوت پرداخت میان مدیران و کارکنان رعایت شود تا انگیزه مدیر و کارکنان از بین نرود. لذا لازم است به این استثنائات توجه شود تا شاهد درهم ریختگی در نظام حقوق و دستمزد نشویم. در دهه‌های گذشته برخی سال‌ها از طرف دولت اعلام شده که افزایش ثابتی به همه کارمندان ارائه می‌شود و در برخی سال‌ها نیز افزایش پلکانی در پیش گرفته شده است. به نظر بنده در شرایط فعلی افزایش پلکانی منطقی‌تر و عادلانه تر خواهد بود.

راهکارهای ساماندهی بازار خودرو

در مدت مشخص خودرو دریافت نکرده‌اند در اولویت خرید خودرو در بورس هستند، تصریح کرد: فروش خودرو خریداری شده از بورس نیز حدود دو تا سه سال بعد از آن متضمن پرداخت مالیات‌های سنگین خواهد بود.

این کارشناس خودرو در بیان اینکه باید سوداگری و تقاضای کاذب را از بازار خودرو حذف کرده و از تبدیل خودرو به کالایی سرمایه‌ای جلوگیری کرد، اضافه کرد: تولید خودروی کارخانه‌ای، ورود صنایع نظامی به این حوزه، ایمنی تصادفات، نوآوری در خودروسازی، ایجاد مرکز ملی ایمنی تصادفات، جایگزینی مکانیزم بیمه تعمیر و کیفیت خودرو به جای گارانتی از محورهای طرح مذکور است. دیرباز در پایان تصریح کرد: حذف سوداگری، شفاف کردن معاملات، منطقی کردن تقاضا، سه شرط متعادل کردن و کاهش قیمت خودرو است، زیرا اگر خودروسازان از محل رانت نوسانات بازار سود به دست نیاورند و ناچارند با افزایش عرضه سود مورد نظر خود را به دست آورد.



است. این موضوع در سال ۱۳۹۸ و هم‌زمان با تشدید تحریم‌های آمریکا، زمینه‌ساز نابسامانی‌های در تأمین گوشت مرغ کشور شد. در همین رابطه سازمان مرکزی تعاون روستایی کشور از ابتدای آبان ماه سال جاری به برنامه‌ریزی و ایجاد مراکز خرید در استان‌های آذربایجان شرقی، غربی و سایر استان‌ها نسبت به خرید سبب‌های صنعتی اقدام کرده است.

برنامه‌ریزی خرید تضمینی ۱ میلیون راس دام سبک عشایر

وزارت جهاد کشاورزی دولت سیزدهم باتوجه به مشکلاتی و کمبود علوفه‌های مرتعی و در راستای حمایت از عشایر خرید قراردادی بیش از ۱ میلیون دام سبک عشایر و تأمین بخشی از نیازهای مورد نیاز آنها را در دستور کار خود قرار داده است. خرید تضمینی دام سبک دارای مسائل و مشکلات پیچیده‌ای است و برای اولین بار در این حجم انجام می‌شود.

دیدار با نمایندگان بیش از ۱۰۰ اتحادیه، تشکل و انجمن‌های بخش کشاورزی

افزایش نقش تشکل‌ها و اتحادیه‌ها در سیاست‌گذاری بخش کشاورزی ازجمله دیگر اقدامات وزارت جهاد کشاورزی دولت سیزدهم در ۳ ماه گذشته بوده است. در همین راستا وزیر جهاد کشاورزی با برگزاری جلسات هفتگی با نمایندگان بیش از ۱۰۰ اتحادیه، تشکل و انجمن در حوزه‌های گوناگون (دامی، زراعی، باغی، شیلات، بازرگانی) دیدار و گفت و گو داشته‌اند. کاهش ۱۰ درصدی قیمت لبنیات در ۳ قلم لبنیات پرمصرف، کاهش نسبی قیمت گوشت مرغ، ثبات نسبی بازار میوه ازجمله دستاوردهای مشارکت اتحادیه‌های مذکور در سیاست‌گذاری‌های بخش کشاورزی بوده است.

محمد صادق دیرباز، کارشناس خودرو ، ضمن بیان راهکارهای ساماندهی بازار و صنعت خودرو اظهارداشت: صنعت خودرو از نظر کیفیت ایراداتی دارد اما با کمبود ظرفیت تولید روبه‌رو نیست و فعال کردن ظرفیت‌های راکد پتانسیل تولید منتهی به عرضه قابل توجه خودرو می‌شود. این کارشناس خودرو ضمن اشاره به امکان عرضه خودرو در بورس کالا، گفت: بورس کالا با بورس اوراق بهادار متفاوت است بنابراین مشکلاتی که در حال حاضر بورس اوراق بهادار با آن درگیر است به حوزه خودرو کشیده نمی‌شود. وی با بیان اینکه عرضه و تقاضا در بورس قیمت خودرو را تعیین می‌کند، ادامه داد: قیمت تمام شده تولید خودرو با حذف هزینه‌های مالی مشخص شده است و سپس شورای رقابت با توجه به شاخص‌هایی مانند تورم، نرخ ارز سود خودروسازان را تعیین می‌کند. بنابراین مابهالتفاوت قیمت تعیین شده و بهای خودروی فروخته شده در بورس نصیب خودروسازان نمی‌شود. دیرباز با بیان اینکه اینکه اشخاصی که دارای گواهینامه بوده

۱۲ اقدام دولت برای بزرگتر شدن سفره مردم

در همین رابطه، وزارت جهاد کشاورزی دولت سیزدهم، کشت قراردادی ۳ محصول گندم، کلزا و پنبه را در سال زراعی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ در دستور کار خود قرار داده است.

جهش تولید ۲ میلیون ۶۰۰ هزار هکتاری کشت دیم در ۱۱۵ استان

کشت دیم مینا و پایه تولیدات زراعی در کشورهای مختلف است. تکیه این کشت بر آب سبز، عدم دست‌اندازی به منابع آب‌های زیرزمینی، عدم فشار به منابع طبیعی و جلوگیری از تخریب محیط زیست ازجمله مهمترین دلایل اهمیت این موضوع است. با توجه به اهمیت توسعه کشت دیم، هم‌زمان با آغاز به کار وزارت جهاد کشاورزی دولت سیزدهم، کارگروهی در راستای افزایش سطح زیر کشت دیم ایجاد و در راستای تفاهم‌نامه‌ای بین وزارت جهاد کشاورزی و ستاد اجرایی فرمان، گام دو طرح جهش تولید در دیمزارها در سطح ۲ میلیون ۶۰۰ هزار هکتار از اراضی ۱۵ استان کشور آغاز شد.

در طرح مذکور برای افزایش مشارکت کشاورزان، کود رایگان، بذر ۵۰ درصد تخفیف، بیمه با ۳۵ درصد تخفیف و ترویج و آموزش رایگان به کشاورز ارائه خواهد شد. بر اساس پیش‌بینی‌ها، تحقق هدف‌گذاری‌های طرح جهش تولید در دیمزارهای های کشور، زمینه ساز افزایش ۲۰ درصدی تولید محصولات زراعی کشاورزی خواهد شد.

برنامه‌ریزی برای سهم ۳۰ درصدی مرغ آراین در تولید گوشت کشور

از جمله مهمترین وابستگی‌های کشور در هسته‌های اولیه تولید، وابستگی در تأمین نژاد «مرغ لاین» است. در حال حاضر بیش از ۸۰ درصد بازار مرغ لاین کشور در اختیار نژادهای خارجی «راس» و «آرپوراکرز» است. وابستگی شدید در تأمین نژاد مرغ لاین درحالی است که با تلاش پژوهشگران، نژاد بومی و ایرانی به نام مرغ لاین «آراین» در کشور موجود و برای توسعه آن طرحی از سال‌ها پیش (بیش از یک دهه) توسط وزارت جهاد کشاورزی تدوین شده است. باوجود مکلف شدن وزارت جهاد کشاورزی به تقویت نژاد آراین، طی ۸ سال گذشته اقدام خاصی در جهت کاهش وابستگی در تأمین این نژاد صورت نگرفته

تأمین ارز مورد نیاز کالاهای اساسی پیش از این سوده‌مدیریت و کوتاهی در تأمین وزارت جهاد کشاورزی در تأمین منابع مالی لازم، نرخ خرید تضمینی محصولات کشاورزی قبل از شروع سال زراعی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ با رعایت هزینه‌های تولید و متناسب با تورم اعلام شد.

افزایش ۵۰ درصدی قیمت خرید تضمینی گندم قیمت خرید تضمینی گندم عامل مهمی در خودکفایی کشور در تولید این محصول استراتژیک و ترغیب کشاورزان به فروش گندم خود به دولت محسوب می‌شود. تولید گندم کافی در کشور علاوه بر تاثیر در امنیت غذایی حتی در مناسبات سیاسی با کشورها هم مهم است، در سال‌های آخر دولت قبل، قیمت خرید تضمینی گندم متناسب با نرخ تورم تعیین نشده و به همین دلیل میزان تولید و خرید تضمینی گندم در سال‌های مذکور دارای روند سینوسی و کاهش‌ی بود.

بر اساس اماراها، قیمت خرید تضمینی گندم در سال‌های ۹۹ الی ۹۶ به طور متوسط افزایش ۱۶/۵ درصدی داشته است. این درحالی است که «شاخص بهای تولیدکننده بخش غلات» طی سال‌های مذکور به طور متوسط ۵۴ درصد بوده است. با توجه به اهمیت موضوع، وزارت جهاد کشاورزی دولت سیزدهم، افزایش قیمت خرید تضمینی گندم را در دستور کار قرار داد و با رایزنی‌های فراوان و تأمین منابع مالی، قیمت گندم در سال زراعی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ را ۱۶/۵ درصدی ۵۰ درصدی نسبت سال زراعی گذشته ۷۵۰ تومان تعیین کرد.

افزایش ذخایر راهبردی کالاهای اساسی (گندم) - نهاده‌های دامی) از ۲ ماه به ۴ ماه

تأمین ذخایر راهبردی محصولات اساسی کشاورزی یکی از لوازم تقویت امنیت و اقتدار غذایی کشور محسوب می‌شود. از سوی دیگر تأکید صریح سیاست‌های اقتصاد مقاومتی مبنی بر ضرورت ایجاد ذخایر راهبردی محصولات اساسی نشان از اهمیت این موضوع دارد. در همین راستا وزارت جهاد کشاورزی در دولت سیزدهم با برنامه‌ریزی توانست ذخایر راهبردی گندم و نهاده‌های دامی را افزایش دهد، آنتور که مسئولان این بخش می‌گویند ذخایر راهبردی کالاهای اساسی به ۴ ماه رسیده است.

تأمین به موقع کالاهای اساسی و حذف دلالتی واسطه‌گری مهم‌ترین اقداماتی است که دولت سیزدهم انجام داده است. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، در مدت سه ماهی که از آغاز دولت سیزدهم می‌گذرد، اقدامات مناسبی در بخش‌های مختلف خصوصاً در وزارت جهاد کشاورزی صورت گرفته است که شاه بیت آن توجه به تولید کالاهای اساسی و راهکارهای اثر کم کردن تحریم‌های آمریکا در حوزه امنیت غذایی است و راه اندازی نظام هوشمند توزیع برای حذف واسطه‌گری و دلالتی به عنوان معضل کلیدی در این بخش است. وزارت جهاد کشاورزی توجه به تولید گندم که امروزه مهمترین نقش را در امنیت غذایی کشور دارد، در دستور کار قرار داده و برای تولید محصولاتی مانند روغن که کشور ۹۰ درصد وابسته به واردات است برنامه‌هایی تدوین کرده است، ضمن اینکه تولید مرغ صد در صد ایرانی آراین را توسعه داده تا اثرپذیری این صنعت از تحریم‌های ظالمانه آمریکا به حداقل برسد. اتخاذ تدبیر از قبل از استقرار دولت و تشکیل کارگروه ویژه و استفاده از ظرفیت نهاده‌های انقلاب اسلامی و هدایت برخی از بخش‌های دولت برای واردات کالاهای اساسی مورد نیاز، تأمین چند میلیارد دلار ارز ترجیحی مورد نیاز برای خرید کالاهای اساسی، اصلاح نظام توزیع و کاهش نقش واسطه‌ها در تأمین مایحتاج عمومی مردم و مدیریت بازار جهت مهار و کاهش رشد نرخ تورم بالاخص در اقلام خوراکی از دیگر اقدامات موثری بود که در طی این مدت کوتاه تنها در بخش کشاورزی انجام شد.

اعلام نرخ به موقع خرید تضمینی محصولات اساسی کشاورزی

بر اساس قانون خرید تضمینی محصولات اساسی کشاورزی، دولت موظف است همه ساله قبل از شروع سال زراعی (آخر شهریور) قیمت خرید تضمینی محصولات اساسی کشاورزی (گندم، برنج، جو، ذرت، چغندر، پنبه، دانه‌های روغنی، چای، سبب‌زمینی، پیاز و حبوبات) را متناسب با تورم (رعایت هزینه‌های تولید) جهت برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری کشاورزان اعلام کند. باوجود اهمیت این موضوع در سال‌های گذشته، نرخ خرید تضمینی محصولات اساسی کشاورزی با تاخیرهای زیادی (حدالقل ۵ ماهه) آن هم بدون در نظر گرفتن هزینه‌های تولید (کمتر از تورم موجود)

معافیت عراق از تحریم‌های آمریکا برای واردات گاز و برق از ایران



اردیبهشت سال ۹۷، آمریکا به صورت یک‌طرفه از برجام خارج شد و تحریم‌ها یک‌به‌یک به اقتصاد ایران بازگشت. در این میان تحریم صادرات نفت ایران یکی از مهمترین مواردی بود که همواره بر آن تأکید شده است.

با این حال، از آنجا که صادرات گاز و برق به کشورهای همسایه ایران در قالب قراردادهای بلندمدت اجرا می‌شود، آمریکا مجبور شد تا معافیت واردات برق و گاز از ایران را ابلاغ کند. در این میان عراق که به عنوان یکی از بزرگترین بازارهای صادراتی انرژی ایران مطرح است نیز از این معافیت‌ها استفاده خواهد کرد. به‌تازگی دولت آمریکا معافیت عراق از تحریم‌های آمریکا برای واردات گاز و برق از ایران را تمدید کرد.

سخنگوی وزارت امورخارجه آمریکا با اعلام این خبر گفت که واشنگتن معافیت عراق را تمدید کرده است تا این کشور بتواند برای تأمین برق مورد نیاز خود وارد تراکنش‌های مالی لازم با ایران شود. این معافیت‌ها برای یک دوره چهار ماهه دیگر تمدید شده تا بغداد بتواند همچنان به خرید گاز و برق از ایران ادامه دهد.

نکته مهم هم‌زمان شدن این تمدید معافیت با از سرگیری مذاکرات در وین برای احیای برنامه جامع اقدام مشترک (برجام) است

که سبب شده تا برخی این‌طور ارزیابی کنند که این معافیت سنگینال مثبت آمریکا برای امتیازدهی به‌منظور بازگشت به این توافق است. اهمیت این معافیت آن است که اگر چه حدود ۲۰ روز پیش توسط دولت آمریکا به امضا رسیده، اما تا هفته گذشته به کنگره این کشور ارائه نشد و همین موضوع باعث شده تا احتمال عقب‌نشینی آمریکا از بخشی از تحریم‌ها علیه ایران هم‌زمان با برگزاری نشست وین تقویت شود. بر اساس این معافیت، عراق می‌تواند به مدت ۱۲۰ روز دیگر به واردات برق و گاز از ایران ادامه دهد و مشمول تحریم‌های واشنگتن نخواهد شد. این در حالی است که دونالد ترامپ رئیس‌جمهوری پیشین آمریکا مدت زمان دوره این معافیت را کوتاه‌تر کرده بود اما اکنون بایدن

آن را تا چهار ماه افزایش داده است. وزارت امورخارجه آمریکا تأکید دارد که ادامه معافیت عراق از تحریم‌های ایران همچنان در راستای منافع ملی آمریکا است. اگرچه آمریکا هم‌زمان با اعمال تحریم‌ها اعلام کرده بود که به دنبال به صفر رساندن صادرات نفت ایران است، اما در عمل این اتفاق نیفتاد. با روی کار آمدن دولت سیزدهم، فروش و صادرات نفت ایران افزایش پیدا کرد. در کنار آن با توجه به اینکه تحریم صادرات گاز از طریق خط لوله تقریباً غیرممکن است، ایران با دو کشور جمهوری آذربایجان و ترکمنستان قرارداد سوپا گاز را به امضا رساند که نشان‌دهنده توجه این دولت به دیپلماسی انرژی برای شکستن تحریم‌ها است.

آگهی مزایده فروش قطعات مسکونی

شهرداری لار در نظر دارد به استناد مجوز به شماره های ۴۰۹ - ۱۴۰۰/۷/۱۹ - ۴۳۴ - ۱۴۰۰/۷/۱۹ - ۶۵۴ - ۹۷/۵/۲۹ شورای اسلامی شهر لارقطعه زمین هایی مندرج در جدول ذیل با کاربری مسکونی به متراژهای مندرج در جدول ذیل طبق آیین نامه مالی شهرداری و شرایط زیر به فروش رساند. لذا از متقاضیان محترم دعوت به عمل می آید پس از واریز وجه سپرده تا تاریخ معین شده در بند ۶ آگهی ، پیشنهاد مبلغ خود را به همراه فیش سپرده به دبیر خانه شهرداری تحویل نمایند.

۱- مبلغ واریزی بابت سپرده شرکت در مزایده با مبالغ مندرج در جدول ذیل می باشد که بایستی به صورت فیش واریزی به حساب شماره ۰۳۲۹۷۶۶-۱۰۰۷۹۹-۱۰۰ بانک شهرداری لار و یا ارائه ضمانت نامه بانکی معتبر به همان مبلغ واریز گردد.

۲- حداقل قیمت پایه زمین مورد نظر به ازای هر متر مطابق با مبالغ مندرج در جدول ذیل است .

۳- سپرده نفقات اول تا سوم در صورتیکه برنده مزایده شناخته شده اند و حاضر به انجام معامله نگردند به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.

۵- شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مجاز و مختار است و به پیشنهادات خارج از موعد مقرر یا مخدوش ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۶- کلیه هزینه های آگهی، کارشناسی و غیره که در اثر مزایده حادث گردد به عهده برنده مزایده خواهد بود.

۷- آخرین مهلت شرکت در مزایده پایان ساعت اداری ۱۴۰۰/۰۹/۲۴ و تاریخ بازگشایی پاکتها مورخه ۱۴۰۰/۰۹/۲۵

ردیف	شماره پلاک ثبتی	شماره قطعه	کاربری	مساحت قطعه متر مربع	قیمت هر متر مربع (ریال)	قیمت هر قطعه (ریال)	سپرده واریزی(ریال)	محل ملک
۱	۳۶۱۵/۸۷	-	مسکونی	۲۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	۴/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰	لار-شهرقدیم پشت قلعه ازدها پیکر
۲	۳۶۱۵/۸۸	-	مسکونی	۲۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	۴/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰	لار-شهرقدیم پشت قلعه ازدها پیکر
۳	۳۶۱۵/۸۹	-	مسکونی	۲۰۰	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	۴/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰	لار- شهرقدیم پشت قلعه ازدها پیکر
۴	۴۳۶۸/۱۸	-	مسکونی	۲۹۷/۷۱	۴۱/۹۸۷/۱۶۸	۱۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۶۲۵/۰۰۰/۰۰۰	لار-شهرقدیم بلوار پرواز محله خرمنزار
۵	۴۳۶۸/۲۰	-	مسکونی	۲۹۸/۱۴	۴۱/۹۹۳/۶۹۴	۱۲/۵۲۰/۰۰۰/۰۰۰	۶۲۶/۰۰۰/۰۰۰	لار- شهرقدیم بلوار پرواز محله خرمنزار
۶	۵۷۶۹/۱۵۱	۲۱	تجاری	۲۴/۷۶	۲۰۵/۰۰۰/۰۰۰	۵/۰۷۵/۸۰۰/۰۰۰	۲۵۳/۷۹۰/۰۰۰	لار-شهرجدید مجتمع تجاری تفریحی نگین

انتشار نوبت اول: ۱۴۰۰/۰۹/۰۹ **انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۰/۰۹/۱۵**

شناسه آگهی: ۱۳۳۰۹۷۲ نواز شریفی لاری - سرپرست شهرداری لار

آگهی استخدام پزشک عمومی

معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان در نظر دارد جهت تکمیل نیروی پزشکی عمومی در مرکز خدمات جامع سلامت روستایی ده فیش، از میان افراد واجد شرایط و دارای مدارک لازم، پزشک عمومی استخدام کند.

متقاضیان می توانند جهت تحویل مدارک از تاریخ ۱۲ لغایت ۲۵ آذرماه ۱۴۰۰ همه روزه بجز روزهای تعطیل از ساعت ۰۷:۳۰ الی ۱۴ به واحد ستاد گسترش معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی لرستان واقع در: شهرجدید، چهل متری دوم، بلوار فنی و حرفه ای(آزادی) مراجعه کنند و یا با شماره‌های ۰۷۱۵۲۲۴۸۰۲۷ - ۰۷۱۵۲۲۴۵۳۳ تماس گیرند.

روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان
شناسه آگهی: ۱۳۳۴۶۶۹ الف: ۵۵۴۱

راه ساده ی

تفکیک زبانه در منزل

همیشه گفته اند پیشگیری بهتر از درمان است و شاید همین موضوع درباره بازیافت زبانه ها نیز صادق باشد. یعنی بهتر است در وهله اول تا جایی که می توانیم زبانه کمتری تولید کنیم تا در مرحله بعدی، انرژی کمتری برای تفکیک زبانه و بازیافت زبانه مصرف کنیم.

تفکیک زبانه از مبدأ، کار سختی نیست

تا صحبت از تفکیک زبانه از مبدأ می شود، بسیاری از شهروندان گمان می کنند این کار یک فرآیند سخت و پیچیده است که نیاز به مهارت ویژه دارد، اما جداسازی زبانه در منزل، فرآیند بسیار ساده‌ای است که با چند بار انجام دادن آن، به یک عادت مفید و روزمره تبدیل خواهد شد.

اولین قدم این است که همه زبانه ها را در یک کیسه زبانه یکسان بنندازیم و در منزل، حداقل دو کیسه زبانه داشته باشیم؛ زبانه های خشک و تر که دو نوع اصلی زبانه است.

اغلب مواد خوراکی، شامل پسماند غذاها و میوه‌ها در دسته زبانه های تر قرار می گیرد و بیشتر آنها نیز قابلیت تبدیل شدن به کودها و کمپوست ها را دارند، اگر چه گفته می شود می توان این زبانه ها را در زمین دفن و کمپوست تولید کرد، اما واقعا چنین کاری در زندگی‌های آپارتمان نشینی امروزی، نزدیک به محال است و همین که زبانه تر را که جذب زمین می شود، جدا از زبانه‌های خشک قرار دهیم، کمک بسیار بزرگی به صنعت بازیافت کرده ایم.

اما زبانه خشک، شامل انواع قوطی کنسروها و ظرف‌های فلزی، پلاستیکی، کاغذ و مقواست که همه این مواد در صورت تفکیک شدن از زبانه خشک می‌تواند دوباره جذب صنعت شود. نکته بسیار مهمی که باید در تفکیک زبانه به آن دقت کنیم، جداسازی زبانه خطرناک از سایر زبانه‌های خشک و تر است. بسیاری از زبانه های بیمارستانی و حتی پسماند انواع باتری های یکبار مصرف در صورت رعایت نکردن اصول ایمنی برای دفع آنها می‌تواند خطرات زیست‌محیطی جبران ناپذیری به بار آورد.

تاثیر مشاوره پیش از ازدواج

تاثیر مشاوره پیش از ازدواج در تشخیص «ازدواج پرخطر»

مشاور متخصص در حوزه ازدواج نیاز دارند تا مطمئن شوند تصمیمی که برای ازدواج می‌گیرند برآمده از هیجانات آن‌ها نیست، اما با این حال هیچ مشاوره تحت هیچ شرایطی حق ندارد به مراجع خود بگوید با چه فردی ازدواج کند یا ازدواج نکند.

تنها کاری که یک مشاور در فرآیند مشاوره پیش از ازدواج می‌تواند انجام دهد این است که از دختر و پسر آزمون گرفته، با آن‌ها مصاحبه کرده و اطلاعات را جمع آوری و این اطلاعات را تحلیل کرده و نتایج تحلیل را در اختیار دختر و پسر قرار دهد. در نهایت مشاور می‌تواند به دو طرف بگوید از نظر کدام ویژگی‌ها با یکدیگر اختلاف یا مشکل دارند و شدت این اختلافات چقدر است و ازدواج این دو نفر تا چه اندازه پرخطر، با خطر متوسط و یا کم خطر است.

بسیاری از اوقات افراد به اشتباه تصور می‌کنند فرد مناسب و اصطلاحاً «نیمه گمشده» خود را پیدا کرده‌اند چراکه لزوماً انتخاب‌های ما در زندگی تحت تاثیر منطق و عقلانیت نیست و بسیاری اوقات این انتخاب‌ها برخاسته از هیجانات است.

اگرچه جوانان به کمک و راهنمایی یک مشاور متخصص در حوزه ازدواج نیاز دارند تا مطمئن شوند تصمیمی که برای ازدواج می‌گیرند برآمده از هیجانات آن‌ها نیست، اما این حال هیچ مشاوره تحت هیچ شرایطی حق ندارد به مراجع خود بگوید با چه فردی ازدواج کند یا ازدواج نکند.

تنها کاری که یک مشاور در فرآیند مشاوره پیش از ازدواج می‌تواند انجام دهد این است که از دختر و پسر آزمون گرفته، با آن‌ها مصاحبه کرده و اطلاعات را جمع آوری و این اطلاعات را تحلیل کرده و نتایج تحلیل را در اختیار دختر و پسر قرار دهد. در نهایت مشاور می‌تواند به دو طرف بگوید از نظر کدام ویژگی‌ها با یکدیگر اختلاف یا مشکل دارند و شدت این اختلافات چقدر است و ازدواج این دو نفر تا چه اندازه پرخطر، با خطر متوسط و یا کم خطر است.

بسیاری از اوقات افراد به اشتباه تصور می‌کنند فرد مناسب و اصطلاحاً «نیمه گمشده» خود را پیدا کرده‌اند چراکه لزوماً انتخاب‌های ما در زندگی تحت تاثیر منطق و عقلانیت نیست و بسیاری اوقات این انتخاب‌ها برخاسته از هیجانات است.

اگرچه جوانان به کمک و راهنمایی یک مشاور متخصص در حوزه ازدواج نیاز دارند تا مطمئن شوند تصمیمی که برای ازدواج می‌گیرند برآمده از هیجانات آن‌ها نیست، اما این حال هیچ مشاوره تحت هیچ شرایطی حق ندارد به مراجع خود بگوید با چه فردی ازدواج کند یا ازدواج نکند.



نهادینه کردن عادات‌های خوب

کتاب اثر مرکب هم به این قضیه پرداخته و به اصل پرداخته است. مری مایکل فلیس شناگر معروف که مدال‌های جهانی و المپیک زیادی رو داره، به او چیزی داد که او رو از دیگران کاملاً متمایز کرد، در اون عادات‌هایی به وجود آورد که باعث شد مایکل از نظر ذهنی تبدیل به قوی‌ترین شناگر جهان بشه. برای تغییر عادات‌ها باید برنامه داشته باشیم، از قبل به‌طور دقیق تصمیم بگیریم که اگه اون میل و عادت به سراغ مون اومد چی کارکنیم، سپس از برنامه‌های خودمون پیروی کنیم. به توصیه چارلز دوهیگ نویسنده کتاب «قدرت عادت» عمل کنیم، عادات‌های خودمون رو ابتدا شناسایی کرده و اون‌ها رو در هم بشکنیم و عادات‌های جدیدی در خودمون ایجاد کنیم.

پس حالا که چه بخوایم چه نتوایم زمان میگذره بایام بهترین

و بهینه‌ترین استفاده رو از اون انجام بدیم، کافی در هرروز فقط یک ساعت از زمانمون رو اختصاص بدیم به مطالعه در حوزه و زمینه کاری موردعلاقه مون، در پایان یک ماه، ما سی ساعت وقت مفید رو صرف یادگیری اون موضوع کردیم، و قاعدتاً این مسئله به‌مرورزمان برای ما به شکل عادت‌ها درمی‌آید و بعد از مدتی ما در اون زمینه خاص تبدیل به یک آدم شناخته‌شده و صاحب‌نظر می‌شیم عادات‌ها زندگی مارو شکل میده و پایه و اساس و فونداسیون زندگی ما بر اساس پیچیده میشه، باید عادت کنیم همیشه عمل کردمون رو بهتر و بهتر کنیم، ارزشمندترین چیزی که در دنیا داریم توانایی و قدرت درونی ما برای انجام کارهست، ما باید سعی کنیم عادات‌های خوبی رو که در زندگی ما نقش مفیدی داره رو رشد و پرورش بدیم و بیشتر روشن کارکنیم.

علت و علائم تلفن هراسی و راهکار غلبه بر آن



را تجربه می‌کنند. چرا بسیاری از ما به استرس تلفنی دچار هستیم؟

شماری از مهم‌ترین علائم احساسی اضطراب تلفنی عبارت اند از: به تأخیر انداختن و یا اجتناب کامل از برقراری تماس به علت تشدید اضطراب، احساس عصبی شدن و یا استرس غیر عادی قبل، حین و یا حتی بعد از اتمام تماس، وضعیت روانی ناپایدار توام با استرس فراوان پس از شنیدن صدای زنگ تلفن، وسواس و نگرانی در مورد آنچه که گفته می‌شود، علائم فیزیکی هم معمولاً شامل حالت تهوع، افزایش ضربان قلب، تنگی نفس، سرگیجه و تنش عضلانی هستند.

اگر شما نیز با چنین احساساتی رو به رو هستید، بهتر است بدانید که تنها نیستید. یک نظرسنجی معتبر در سال ۲۰۱۹ از کارکنان ادارات بریتانیا نشان داد که ۷۶ درصد از نسل هزاره به دنبال شنیدن صدای زنگ تلفن همراه خود دچار تشویش فکری و اضطراب روانی می‌شوند.

به همین دلیل حدود ۶۱ درصد از اعضای نسل هزاره به طور کامل از برقراری تماس و

تفرز از تلفن لزوماً به این معنا نیست که شما دچار اضطراب تلفنی شده اید، هرچند این دو حالت روحی می‌توانند به یکدیگر مرتبط باشند.

با توجه به مشغله فراوان در زندگی امروزی و به خصوص شیوع پاندمی کرونا، حفظ ارتباط با عزیزانمان بدون ملاقات حضوری آن‌ها اهمیت بیشتری از گذشته یافته است. اما برای برخی از افراد برقراری ارتباط بدین صورت و از طریق مکالمه تلفنی تجربه‌ای استرس زا محسوب می‌شود!

اضطراب تلفنی یا «فوبیای تماس تلفنی» تحت عنوان ترس و اجتناب از مکالمات تلفنی تعریف می‌شود و میان افرادی که مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی هستند مشکلی رایج به شمار می‌رود.

البته تفرز از تلفن لزوماً به این معنا نیست که شما دچار اضطراب تلفنی شده اید، هرچند این دو حالت روحی می‌توانند به یکدیگر مرتبط باشند. علاوه بر پرهیز از برقراری تماس‌های تلفنی، گاهی دیده می‌شود که افراد درگیر با فوبیای تماس از زنگ خوردن گوشی همراه خود نیز آشفته شده و استرسی فرآینده

اینطور بحث کنید تا نتیجه بگیرید



را برای مدام تکرار می‌کنند. این به این معنا نیست که چنین احساساتی اهمیت ندارند یا اینکه شریک زندگی شما نباید سعی کند از چیزی که یک رنجش قدیمی را برایتان زنده می‌کند، اجتناب کند. ولی این را تشخیص دهید که چه زمانی دعوا واقعا مربوط به آنچه شریک زندگی شما انجام می‌دهد، نیست و ریشه در گذشته دارد. این کار می‌تواند این درگیری‌ها را از نظر عاطفی کم‌تر کند که به نوبه خود احتمال رسیدن به یک راه‌حل را بیشتر می‌کند.

۴- از احساساتتان صحبت کنید

فقط نگویید تو طرف‌ها را نشستی، به جای آن با آنچه واقعا احساس می‌کنید، شروع کنید. برای مثال بگویید دیدن ظرف‌های کثیف نوبی ظرفشویی این احساس را به من می‌دهد که تو به این چیزها اهمیت نمی‌دهی.

تا جایی که ممکن است مثال‌های عینی بیاورید و بگویید چه می‌خواهید یا دوست دارید طرف مقابلتان چطور مسئله را حل کند. مثلاً در همین مورد این جمله را امتحان کنید: اگر قبل از خواب ظرف‌ها را بشووری من احساس بهتری پیدا می‌کنم.

۵- گوش دادن فعال را تمرین کنید

انجمن روانشناسی آمریکا گوش دادن فعال را یک تکنیک روان‌درمانی تعریف می‌کند که طی آن روان‌درمانگر از نزدیک به مراجعش گوش می‌دهد و در صورت نیاز از او سوال می‌پرسد تا کاملاً متوجه مسئله شود و به عمق احساسات مراجع پی ببرد. این تکنیک می‌تواند در حین بحث با شریک زندگی، دوست یا اعضای خانواده کمک‌کننده باشد، چراکه شما را مجبور می‌کند به جای این که فکر کنید در جواب چه بگویید یا چطور از خودتان دفاع کنید، روی آنچه طرف مقابل می‌گوید، تمرکز کنید

این کار را با گوش دادن نزدیک به طرف مقابل انجام دهید، حتی اگر او در مواردی چیزی را که می‌گوید، تکرار می‌کند. سعی کنید آرام باشید و سریع مخالفتتان را ابراز نکنید. تمرین ذهن‌آگاهی می‌تواند مغز شما را تربیت کند تا این کار را بهتر انجام دهید. چون یاد می‌گیرید روی آن لحظه یا کاری که در درست دارید، تمرکز کنید.

۶- اگر اوضاع بد شد، بحث را متوقف کنید

۱- محترمانه شروع کنید
با شریک زندگی‌تان یا هر کس دیگری که با او بحث می‌کنید، محترمانه برخورد کنید. ما زندگی متفاوتی از بقیه داریم که آنچه را از آن ناراحت می‌شویم یا بحث‌هایی را که در آنها راحت نیستیم، شکل می‌دهد. ولی منعطف باشید. متوجه باشید وقتی زیادی احساساتی می‌شوید، به سختی می‌توان با شما ارتباط برقرار کرد.

۲- با ذهن باز بحث کنید

درباره مشاجرہ حتی قبل از این که شروع شود، قضاوت نکنید. این به معنای کنار گذاشتن چیزی است که فکر می‌کنید، درست است. وقتی شریک زندگی‌تان یا هر کس دیگری با یک مشکل و یا شکایت جلو می‌آید، واقعا به صحبت‌هایش گوش دهید.

۳- مشکلات دائمی را شناسایی کنید

اگر دائم یک مشاجرہ بین شما تکرار می‌شود، وقت بگذارید و درباره علت این اتفاق فکر کنید. از خودتان بپرسید چه اتفاقی دارد برای من می‌افتد؟ چه اتفاقی دارد برای طرف مقابل من رخ می‌دهد؟
حتی زوج‌هایی که سال‌های طولانی از ازدواجشان گذشته، به دلیل یک مشکل قدیمی (مثل اتفاقی در کودکی) یک بحث

۴- مشکلات دائمی را شناسایی کنید

اگر دائم یک مشاجرہ بین شما تکرار می‌شود، وقت بگذارید و درباره علت این اتفاق فکر کنید. از خودتان بپرسید چه اتفاقی دارد برای من می‌افتد؟ چه اتفاقی دارد برای طرف مقابل من رخ می‌دهد؟
حتی زوج‌هایی که سال‌های طولانی از ازدواجشان گذشته، به دلیل یک مشکل قدیمی (مثل اتفاقی در کودکی) یک بحث

سامانه پیامکی
۲۰۰۰۳۰۰۰۰۵۰۰۰۰
واتس‌آپ
۹۳۹۷ ۸۹۴ ۰۹۳۵
خدمتی دیگر از میلاد لارستان در راستای حل مشکلات مردمی

شلغم؛ خوراک روزهای سرد

شلغم را به صورت پخته به همراه کمی آویشن در طول روز مصرف کنید؛ البته توجه به این نکته ضروری است که افرادی که دچار پرفشاری خون هستند از مصرف آویشن پرهیز کنند. شلغم سبب تقویت سیستم ایمنی بدن و جلوگیری از ابتلا به سرماخوردگی و آنفولانزا در افراد می‌شود؛ شلغم یکی از ترکیبات مفیدی است که به کاهش علائم سرفه در افراد کمک کرده و همچنین بخاطر ترکیبات مغذی که در خود دارد به تقویت سلول‌های بینایی چشم کمک کرده و باعث کاهش التهاب مجاری تنفس در افراد می‌شود و یکی از ترکیبات سالم و پرخاصیتی است که می‌توان در فصول سرد از آن استفاده کرد.

ترکیب شلغم پخته به هماه عسل در درمان سرماخوردگی، سرفه و گلودرد بسیار موثر است. شلغم را می‌توان در انواع سوپ‌ها و آش‌ها حتی می‌توان به عنوان خوراک سبزیجات با مرغ و گوشت استفاده کرد؛ همچنین از شلغم می‌توان در سالادها و به عنوان ترشی استفاده کرد؛ اما ترشی شلغم به افرادی که دارای معده ضعیف با مزاج سرد و تر هستند به هیچ عنوان توصیه نمی‌شود.

شرایط اهدای خون

با وجود پیشرفت‌های وسیع در علم پزشکی هنوز ماده ای که بتواند به طور کامل جایگزین خون شود، ساخته نشده است، بنابراین برای درمان بیمارانی که به خون و فرآورده های آن نیاز دارند لازم است از افراد داوطلب خون گرفته شود و پس از طی مراحل مختلف به مصرف بیماران برسد.

از سوی دیگر هر فرآورده برای مدت زمانی محدود و مشخص قابل نگهداری است، به طور مثال پلاکت در دمای ۲۲ درجه سانتیگراد، فقط تا سه روز قابل نگهداری است.

همین محدود بودن مدت نگهداری خون و فرآورده های خونی باعث می‌شود نیاز مراکز درمانی و بیماران به اهداکنندگان، دائمی و روزانه باشد و در نتیجه اهدای خون در سطح جامعه نیز باید مستمر باشد تا بتوان همیشه نیاز بیماران به خون را تامین کرد و اهمیت اهدای خون را دوچندان می‌کند.

اهدای خون یک عمل کاملا بی‌خطر

اهدای خون یک عمل کاملا بی‌خطر و ایمن است، تمام داوطلبان اهدای خون پیش از اهدا مورد معاینه و مصاحبه پزشکی قرار می‌گیرند تا این اطمینان حاصل شود که اهدای خون برای داوطلب و خون اهدا شده برای گیرنده آن هیچ‌گونه مشکلی را ایجاد نمی‌کند، در فرآیند اهدای خون حجم معینی از خون دریافت می‌شود و دستگاه گردش خون به راحتی می‌تواند خود را با از دست دادن این حجم از خون، بدون آن که مشکلی برای بدن اهدا کننده ایجاد شود، تطبیق دهد.

با این حال درصد اندکی از اهداکنندگان خون ممکن است دچار واکنش‌های خفیف ناشی از اهدای خون مانند سرگیجه، سبکی سر، درد و کبودی ناحیه ورود سوزن به بازو شوند که به آسانی قابل پیشگیری و درمان است.

آیا دست چپ و راست در اهدای خون تفاوت دارد؟

بنابر اعلام سازمان انتقال خون، رگ و بازویی که از اهداکننده که برای انجام فرآیند اهدا انتخاب می‌شود در عمل تفاوتی ندارند و کارشناس خونگیری با توجه به قضاوت و تجربه خود رگی را که مناسب تر تشخیص دهد، انتخاب می‌کند، هر چند در صورتی که رگ

تحقیقات جدید نشان می‌دهد که مصرف مکمل امگا ۳ ممکن موجب افزایش محافظت در سطح سلولی مغز شده و نتیجتا استرس را کاهش دهد. امگا ۳ با سرکوب آسیب و افزایش محافظت در سطح سلولی در طول و بعد از یک رویداد استرس زا، به کند کردن اثرات پیری کمک کند.

به گزارش فرادید، محققان دانشگاه ایالتی اوهایو دریافتند که مصرف روزانه مکمل‌های حاوی ۲/۵ گرم امگا ۳ بهترین کمک به بدن برای مقاومت در برابر اثرات مخرب استرس است. می‌کردند، هورمون استرس زای کورتیزول و سطوح پایین‌تری از پروتئین پیش‌التهابی را طی یک رویداد استرس‌زا در آزمایشگاه تولید کردند. امگا ۳ به فرایندی که محققان آن را «انعطاف‌پذیری استرس» می‌نامند کمک کردند. کاهش آسیب در هنگام استرس و پس از استرس حاد، فعالیت ضد التهابی پایدار و محافظت از اجزای سلولی که در نتیجه پیری، کوچک‌تر می‌شوند.

اگر استرس دارید از این ویتامین غافل نشوید



یافته‌ها نشان می‌دهند که مکمل‌های امگا ۳ تغییر نسبتاً ساده‌ای است که افراد می‌توانند ایجاد کنند، به گونه‌ای تأثیر مثبتی در شکستن زنجیره بین استرس و اثرات منفی سلامتی داشته باشد.

مکمل‌های امگا ۳ نسبت مصرف اسیدهای چرب را به گونه‌ای تغییر می‌دهند که به حفظ بخش‌های کوچک DNA در گلبول‌های سفید خون کمک می‌کند.در ادامه‌ی آزمایش یاد شده، پس از چهار ماه استفاده از مکمل‌ها،

زندگی تنهایی با «قلب» چه می‌کند



استروژن اثرات مثبت زیادی بر سلامت قلب دارد: کلسترول بد را کاهش داده و نوع خوب آن را افزایش می‌دهد، رگ‌های خونی را آرام و صاف کرده و جریان خون را افزایش می‌دهد و رادیکال‌های آزاد را جذب می‌کند. محققان برای اینکه بفهمند آیا غذا خوردن به نتیجه رسیدند که زنان مسن‌تری که به تنهایی عادات غذایی و خطر قلبی، محققان به این نتیجه رسیدند که زنان مسن‌تری که به تنهایی غذا می‌خورند نه تنها در معرض خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی هستند، بلکه کارایی کمتری از کربوهیدرات، فیبر، سدیم و پتاسیم دریافت

در سال ۲۰۱۶ استفاده کردند. شرکت‌کنندگانی



در طول یک سال برای آقایان از ۴ و ۶ بار و برای خانم‌ها از ۳ بار تجاوز کنند، از جمله شرایط اهدای خون است.

همچنین همراه داشتن اصل کارت شناسایی (شناسنامه، گواهینامه، گذرنامه و برای اهداکنندگان بار اول کارت ملی الزامی است)

ارتباط غذا خوردن با شادی



نمی‌توانید دست از غذا خوردن بردارید یا مقابل یک بشقاب کیک شکلاتی مقاومت کنید؟ نگران نباشد دلایلی منطقی و محکم در این رابطه برای شما خواهیم گفت!

دانشمندان آلمانی بر این باورند که خوردن غذا باعث آزاد شدن دوپامین در مغز آن هم به یک بلکه دو مرتبه می‌شود. هورمون دوپامین مسئول آزاد سازی انرژی و نشاط است. هنگامی که شما شروع به غذا خوردن کنید بدن احساس خوب و خوشایندی را حس کرده و همین احساس زمانی که غذا به معده شما برسد هم به بدن دست می‌دهد. کارشناسان مارک تانگمایر کارشناس ارشد مطالعات

دوشنبه ۱۴۰۰/۰۹/۱۵ - سی ام ربیع الثانی ۱۴۴۳ - سال بیست و نهم - شماره ۱۸۴۳

درمان خانگی سنگ کلیه

۱. آلبیمو و روغن زیتون:

۴ قاشق غذاخوری از آب لیموی تازه را با دو قاشق غذاخوری روغن زیتون مخلوط کنید. این ترکیب را با مقدار زیادی آب بنوشید . از این نوشیدنی، دو یا سه بار در طول روز استفاده کنید.

نکته:ممکن است که این دارو برای سنگ های بزرگ کلیه مناسب نباشد ،پس برای اطمینان خاطر قبل از استفاده از آن با پزشک مشورت کنید.

۲. انار:

سعی کنید که روزانه یک عدد انار کامل را بخورید و یا یک لیوان آب انار تازه را بنوشید و یا اینکه با میوه های دیگر ترکیب کنید و از آنها سالاد تهیه کنید. گزینه دیگر این است که دانه های انار را آسیاب کنید و یک مخلوط رب مانند درست نمایید.می توانید این ترکیب را با سوپ نیز ترکیب کرده و روزانه مصرف کنید.

۳. سرکه سیب:

۲ قاشق غذاخوری سرکه سیب ارگانیک را با یک قاشق چایخوری عسل ،در یک فنجان آب گرم مخلوط کنید. این نوشیدنی را به دفعات در طول روز استفاده نمایید.

ارزیابی کم خونی، آزمایش سنجش هموگلوبین خون صورت می گیرد. در صورتی‌که اهدا کننده کم خون باشد، مجاز به اهدای خون نخواهد بود، لذا خانم‌های داوطلب اهدای خون نباید نگران کم خونی پس از اهدای خون باشند، زیرا پس از اهدای خون از این نظر مورد بررسی قرار می‌گیرند. این مرحله از اهدای خون برای حفظ سلامت فرد اهدا کننده و گیرنده خون ارزش بسیاری دارد و با توجه به وجود دوره پنجره دقت و صداقت در پاسخ به این سؤالات اهمیت فوق العاده‌ای می‌یابد.

مرحله خودحذفی محرمانه: تمامی اطلاعات که از افراد دریافت می‌شود کاملا محرمانه خواهند ماند، با این وجود ممکن است آنها به دلیل ترس یا احساس گناه از گفتن بعضی از حقایق یا رفتارهای خود خودداری کنند به همین دلیل در این مرحله پرسشنامه‌ای به افراد داده می‌شود که در آن از آنها پرسیده می‌شود: آیا فکر می‌کنید بهتر است پس از انجام خونگیری از خون شما برای بیماران استفاده شود یا خیر؟. در صورتی که پاسخ استفاده نشود را انتخاب و برگه را به درون صندوق بیاندارد به این ترتیب خون دریافت شده از چرخه انتقال خون حذف می‌گردد این راهکار تأثیر زیادی در افزایش میزان سلامت خون گردآوری شده دارد.

مرحله خونگیری: ابتدا فرد روی تخت خونگیری قرار می‌گیرد. با محلول ضدعفونی کننده ناحیه داخلی آرنج ضدعفونی می‌شود و با استفاده از وسایل استریل، سوزن خونگیری را که به یک کیسه مخصوص متصل است به رگ ناحیه آرنج وارد می‌کند.

مراحل اهدای خون

در هنگام مراجعه به سازمان انتقال خون این مراحل برای اهدای خون انجام می‌شود:
مرحله ثبت نام: در این مرحله ابتدا جزوه‌های آموزشی مخصوص به اهدا کننده ارائه می‌شود و بعد از مطالعه جزوه و تابلوهای آموزشی، در صورتی که فرد شرایط اهدای خون را دارا باشد، با ارائه کارت شناسایی معتبر عکس‌دار (برای اهداکنندگان بار اول کارت ملی) از او ثبت نام به عمل می‌آید.

مصاحبه و معاینه: در این مرحله پزشک پرسش‌هایی را در زمینه سوابق پزشکی، وضعیت فعلی و رفتارهای شخصی مراجعه کننده مطرح می‌کند و معاینه تخصصی از او به عمل می‌آورد، وزن، سابقه تزریق خون و فرآورده های آن، سابقه غش – صرع – تشنج، سابقه

که به آن‌ها به جای امگا ۳ قرص‌های دارونما استفاده کرده بودند، مکانیسم‌های ضد استرسی خود را از دست دادند.

به گفته محققان، با کاهش التهاب ناشی از استرس، امگا ۳ ممکن است به مختل کردن ارتباط بین استرس مکرر و علائم افسردگی کمک کند. تحقیقات قبلی نشان داده است که افرادی که واکنش التهابی بالاتری نسبت به یک عامل استرس زا در آزمایشگاه دارند ممکن است در طول زمان علائم افسردگی بیشتری داشته باشند. هرکسی که افسرده است التهاب تشدید شده ندارد □ تقریباً یک سوم از افراد افسرده اینگونه هستند. این امر به توضیح اینکه چرا مکمل امگا ۳ همیشه منجر به کاهش علائم افسردگی نمی‌شود کمک می‌کند. اگر التهاب شدید ندارد، امگا ۳ ممکن است مفید نباشد. اما برای افرادی که افسردگی دارند، نتایج نشان می‌دهد که امگا ۳ مفیدتر است.

دوز ۲/۵ گرمی امگا ۳ بسیار بالاتر از آن چیزی که اکثر مردم به طور روزانه استفاده میکنند، اما شرکت کنندگان در مطالعه هیچ نشانه‌ای از مشکل داشتن این مکمل‌ها را نشان ندادند.

کردند اما افرادی که با دیگران غذا می‌خورد از این خطر احتمالی در امان بودند. افراد دارای زندگی انفرادی همچنین دانش کلی کمتری در مورد برچسب‌های مواد غذایی و نیازهای غذایی خود داشتند.

پزشکان و محققان معتقدند زندگی انفرادی و تنهایی غذا خوردن می‌تواند منجر به بروز افسردگی در افراد شود. وقتی بیماران افسرده می‌شوند، احتمالاً از نظر رژیم غذایی ناسالم، ورزش نکردن و افزایش مصرف الکل انتخاب‌های ضعیف‌تر و ناسالم‌تری داشته‌اند. به گفته مرکز کنترل و پیشگیری از بیماریها (CDC) همه اینها عواملی هستند که می‌توانند بر سلامت قلب تأثیر منفی بگذارند.

طبق اعلام انجمن قلب آمریکا، به نظر می‌رسد افسردگی با سلامت قلب رابطه دو طرفه دارد، به این معنی که افسردگی با احتمال بیشتری برای ابتلا به بیماری قلبی مرتبط است و افراد مبتلا به بیماری قلبی بیشتر در معرض افسردگی قرار دارند. یک چالش بزرگ دیگر در زندگی افراد مسن، شبکه های اجتماعی و به ویژه چالش انزوای اجتماعی در نتیجه شیوع همه‌گیری کرونا است.

اعتیاد به مواد مخدر تزریقی، سابقه اعمال جراحی، سابقه رفتارهای پر خطر (تماس جنسی خارج از چارچوب خانواده)، سابقه خالکوبی – حجامت – تاتو و سابقه زردی یا یرقان در خود و خانواده.

در هنگام مراجعه به سازمان انتقال خون این مراحل برای اهدای خون انجام می‌شود:

مرحله ثبت نام: در این مرحله ابتدا جزوه‌های آموزشی مخصوص به اهدا کننده ارائه می‌شود و بعد از مطالعه جزوه و تابلوهای آموزشی، در صورتی که فرد شرایط اهدای خون را دارا باشد، با ارائه کارت شناسایی معتبر عکس‌دار (برای اهداکنندگان بار اول کارت ملی) از او ثبت نام به عمل می‌آید.

مصاحبه و معاینه: در این مرحله پزشک پرسش‌هایی را در زمینه سوابق پزشکی، وضعیت فعلی و رفتارهای شخصی مراجعه کننده مطرح می‌کند و معاینه تخصصی از او به عمل می‌آورد، وزن، سابقه تزریق خون و فرآورده های آن، سابقه غش – صرع – تشنج، سابقه

آشنایی با نشانه های حملات آسم

شدید آسم رنج می‌برند نیاز به بستری شدن در بیمارستان دارند.

برای نشان دادن واکنش سریع به هنگام حمله آسم باید با نشانه های آن آشنا بود. روزنامه تایمزآز ایندیا به شش علامت رایج حمله آسم اشاره کرده است:

تنگی نفس: تنگی نفس یکی از اولین علائم آسم است. این نشانه زمانی ظاهر می‌شود که راه های هوایی ملتهب و باریک شوند، به همین دلیل مقدار مورد نیاز از اکسیژن به ریه‌ها منتقل نشده و باعث می‌شود فرد احساس تنگی نفس کند.

خس خس سینه: التهاب مجرای هوا در حین حمله آسم موجب باریک شدن آن می‌شود و تنفس مقدار کافی از اکسیژن را دشوار می‌کند. در این شرایط تنفس هوا منجر به صدای خس خس در سینه می‌شود.

سرفه: محرک‌هایی مانند گرد و غبار، دود و گرده باعث حمله آسم می‌شوند. هنگامی که این ریز ذرات وارد مجرای هوایی می‌شوند مجرای تنفسی ملتهب می‌شود. این مواد اعصاب را تحریک کرده که به مغز سیگنال ارسال کنند تا ماهیچه‌های قفسه سینه و شکم از طریق سرفه هوا را از ریه‌ها خارج کنند. این یکی دیگر از علائم معمول حمله آسم است.

تنگی قفسه سینه:مشکل در تنفس مقدار کافی از هوا باعث می‌شود فرد احساس ناراحتی کند و



باعث احساس سنگینی در قفسه سینه می‌شود. **سرفه ای که متوقف نمی‌شود:** سرفه‌های مرتبط با آسم در افرادی که از بیماری حاد تنفسی رنج می‌برند به راحتی متوقف نمی‌شود و می‌تواند به دلیل محرک‌هایی باشد که باعث آسم می‌شوند. علامت سرفه در زمستان دتر و شده و حملات آسم می‌تواند به دلیل ویروس آنفولانزا شروع شود.

تنفس سریع: تنگی نفس ناشی از آسم باعث می‌شود که فرد سریع و پی در پی نفس بکشد. مشکل ناشی از خروج کامل هوا از ریه‌ها به طور خودکار باعث می‌شود که فرد با سرعت بیشتری نفس بکشد. در هنگام تنفس سریع، صدای خس خس نیز شنیده می‌شود.

در حالی که زمانی با یک تصویر تیره و تار خوشحال می‌شدیم، گوشی‌های اخیر، از جمله آیفون ۱۳ پرو، سامسونگ گالکسی اس ۲۱ اولترا و طیف گسترده‌ای از گوشی‌های دیگر، این امکان را به شما می‌دهند که عکس‌هایی روشن، واضح و بدون نویز، حتی در نیمه شب بگیرید و بهترین بخش این است که نیازی نیست مانند دوربین‌های DSLR، نوردهی طولانی، سه‌پایه‌ها یا فلش‌ها را خسته کنید! در واقع شما به هیچ وجه به تجهیزات اضافی نیاز ندارید.

البته گرفتن تصویری که دوست دارید و می‌خواهید آن را چاپ کرده و روی دیوار خود قرار دهید، فقط یک عکاسی ساده با گوشی‌تان نیست و برای گرفتن چنین عکس‌های باید کمی کار کنید.

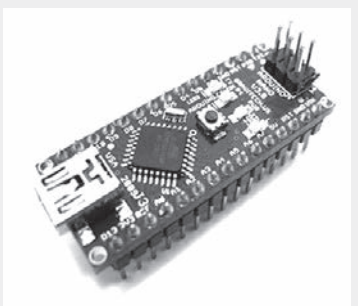
نحوه فعال کردن حالت شب

اگر تلفن شما حالت شب دارد، مهم است که قبل از شروع عکسبرداری مطمئن شوید که واقعا فعال شده است.

در گوشی‌هایی مانند سری آیفون ۱۲، زمانی که گوشی تشخیص دهد در شرایط کم نور قرار دارید، حالت شب به‌طور خودکار فعال می‌شود.

استفاده از نانوتراشه

برای تبدیل سلول‌های پوست به رگ‌های خونی



دانشمندان توانستند با یک دستگاه نانوتراشه غیرتهاجمی بافت پوست را از رگ‌های خونی تبدیل کرده تا پای آسیب دیده را ترمیم کند.

یک دستگاه سیلیکونی می‌تواند بافت پوست را به رگ‌های خونی و سلول‌های عصبی تبدیل کند، این دستگاه که از نمونه اولیه ساخت استاندارد خود پیشرفت کرده است، اکنون می‌توان آن را روشی ثابت و قابل تکرار دانست. همانطور که در Nature Protocols گزارش شده است، این کار توسط محققان دانشکده پزشکی دانشگاه ایندیانا توسعه یافته است و این دستگاه را درمان را برای افرادی که دارای انواع نگران‌های سلامتی هستند، آسان‌تر می‌کند.

این فناوری که نانوترانسفکشن بافت نامیده می‌شود، یک دستگاه نانوتراشه غیرتهاجمی است. در مطالعات آزمایشگاهی، این دستگاه با موفقیت بافت پوست را به رگ‌های خونی تبدیل کرد تا پای آسیب دیده را ترمیم کند. این فناوری در حال حاضر برای برنامه ریزی مجدد بافت برای انواع مختلف درمان، مانند ترمیم آسیب مغزی ناشی از سکته مغزی یا پیشگیری و معکوس کردن آسیب عصبی ناشی از دیابت، استفاده می‌شود.

چاندان سن، مدیر مرکز پزشکی و مهندسی بازساختی ایندیانا، معاون پژوهشی و پروفیسور ممتاز گفت: این تراشه‌های نانوترانسفکشن بافت، سایر محققان را قادر می‌سازد تا در پیشرفت جدید در پزشکی احیاکننده مشارکت کنند. این تراشه سیلیکونی کوچک، فناوری نانو را قادر می‌سازد که عملکرد اعضای زنده بدن را تغییر دهد. به عنوان مثال، اگر رگ‌های خونی فردی به دلیل یک حادثه رانندگی آسیب دیده باشد و نیاز به خون رسانی داشته باشد، دیگر نمی‌توانیم به رگ خونی آسیب دیده اعتماد کنیم، زیرا له شده است، اما می‌توانیم بافت پوست را به رگ‌های خونی تبدیل کنیم و اندام در معرض خطر را نجات دهیم. فرآیند ساخت نانو تراشه معمولا ۵ تا ۶ روز طول می‌کشد و با کمک این گزارش، هر کسی که در این هنر مهارت دارد می‌تواند به آن دست یابد.

سن گفت که امیدوار است ظرف یک سال به دنبال تاییدیه FDA برای این تراشه باشد. پس از دریافت تاییدیه FDA، این دستگاه می‌تواند برای تحقیقات بالینی در افراد، از جمله بیماران در بیمارستان‌ها، مراکز بهداشتی و اورژانس‌ها، و همچنین در سایر شرایط اضطراری توسط نیروهای اولیه یا ارتش مورد استفاده قرار گیرد.

در برخی از تلفن‌های اندرویدی مانند ممکن است حالت عکاسی خاصی پیدا کنید که باید از آن برای گرفتن بهترین تصاویر در نور کم استفاده کنید.

تلفن‌های مختلف ممکن است گزینه‌های متفاوتی داشته باشند، بنابراین اگر مطمئن نیستید که چگونه از تلفن خود استفاده کنید یا اگر تلفن شما حتی یکی از آنها را دارد یک جستجوی سریع در گوگل با عبارت «حالت شب» باید به پرسش‌های شما پاسخ دهد.

به دنبال نور باشد

در حالی که گوشی‌هایی مانند آیفون‌های جدید و گوشی های گالکسی اخیر می‌توانند تصاویر شگفت‌انگیزی در نور کم بگیرند، برای ایجاد یک تصویر متقاعد کننده، همچنان باید مقداری نور در عکس داشته باشید. بنابراین رفتن به تاریک‌ترین قسمت جنگل احتمالا نتایج خوبی را به همراه نخواهد داشت. در عوض، سعی کنید به مناطق پرجمعیت مانند مراکز شهر بروید، زیرا منابع نوری را به شکل چراغ‌های خیابان، وپترین مغازه‌ها و شاید حتی نورپردازی مربوط به جشن‌ها در طول تعطیلات پیدا خواهید کرد.

نکات کلیدی برای عکاسی با موبایل در شب



منتظر لحظه خود باشید

عکاسی عالی از شهر و خیابان بیشتر ممکن است شامل یک فرد به‌عنوان سوژه در عکس شما باشد و شب می‌تواند زمان بسیار خوبی برای گرفتن این‌گونه عکس‌ها به‌حساب آید. با این حال، وقتی نور محدود است، باید مطمئن شوید که آن شخص دقیقا همان جایی است

هزینه های ناسا در پروژه های فضایی



میلیارد دلار

AMS-۰۲ یا طیف‌سنج مغناطیسی آلفا، قطعه‌ای از تجهیزات بسیار پیچیده‌ای است که می‌توان آن را در ایستگاه فضایی بین‌المللی یافت. این وسیله توسط شاتل فضایی Endeavor در سال ۲۰۱۱ به ایستگاه فضایی رسید. AMS-۰۲ که توسط ساموئل تینگ برنده جایزه نوبل و فیزیکدان ذرات ساخته شد برای تشخیص پادماده و یافتن داده‌هایی که می‌تواند به حل معمای ماده تاریک کمک کند، طراحی شده است. AMS-۰۲ داده‌هایی را از بیش از ۱۷۵ میلیارد رخداد پروتوهای کیهانی در طول عمر خود جمع‌آوری کرده و هنوز هم عملیاتی است.

تلسکوپ فضایی هابل، هزینه تخمینی: ۲/۵

میلیارد دلار

تلسکوپ فضایی هابل که به افتخار ادوین هابل، یکی از بهترین ستاره شناسان قرن بیستم نامگذاری شده، پس از ارسال به مدار در همان ابتدا با خطایی روبرو شد که کیفیت تصاویر گرفته شده را کاهش می‌داد. این خطای محاسباتی بسیار کوچک بود، اما به اندازه کافی برای یک قطعه ظریف فناوری ویرانگر بود. به همین دلیل ناسا مجبور شد برای قرار دادن آینه‌های کوچک و ترمیم این نقص، فضانوردانی را به فضا بفرستد. هابل پس از این اتفاق بدون وقفه و نقص فنی شروع به کار کرد و در طی دو دهه اخیر، باورنکردنی‌ترین عکس‌هایی را که تا به حال از فضا گرفته شده را در اختیار ما قرار داده است.

مریخ زود کنجاوای، هزینه تخمینی: ۲/۵

بدون شک «کنجاوای» پیشرفته‌ترین کاوشگری است که تا به حال از سیاره همسایه ما یعنی

می‌شوند.

در این مثال، توصیه من این است که خود را آماده کنید، با انگشت خود روی دکمه شاتر منتظر باشید. ممکن است چند دقیقه طول بکشد، اما در نهایت ممکن است کسی دقیقا از میان آن حوضچه نور عبور کند و شما بتوانید عکس خود را بگیرید. صبر در این راه واقعا می‌تواند نتیجه دهد.

خودت را ثابت نگه دار

اگرچه حالت‌های شب در تلفن‌ها به سه پایه نیاز ندارند، اما اگر هنگام گرفتن تصویر، گوشی را تا حد امکان ثابت نگه دارید، بهترین نتایج را خواهید گرفت. اگر سه پایه همراه خود ندارید، به دنبال دیواری کم ارتفاع، سطل زباله یا هر چیزی که بتوانید گوشی خود را در حین عکاسی روی آن ثابت کنید، بگردید.

اگر چیزی در آن نزدیکی نیست، می‌توانید با محکم گرفتن گوشی در هر دو دست، نزدیک کردن آن به سینه و جمع کردن آرنج‌ها به سمت شکم، به ثابت نگه داشتن آن کمک کنید. این، به کاهش برخی از لرزش‌های طبیعی در دستان شما کمک می‌کند و ممکن است در گرفتن تصویر واضح‌تر تفاوت ایجاد کند.

عکس های خود را ویرایش کنید

برای داشتن یک عکس خوب، گرفتن آن تنها نیمی از داستان است. این نحوه ویرایش آن است که می‌تواند بزرگ‌ترین راه برای تبدیل آن به یک اثر هنری واقعی باشد. طبیعتا، عکس‌های شب ممکن است کاملا تاریک باشند، بنابراین ممکن است بخواهید با بالا بردن نوردهی در نرم‌افزارهای ویرایش کار خود را شروع کنید. هر چند مراقب باشید؛ تصاویر در نور کم، حتی عکس‌های حالت شب خوب، نویز دارند که هر چه بیشتر تصویر را روشن کنید بدتر و بدتر می‌شود.

ممکن است لازم باشد برخی از هایلایت‌ها را کاهش دهید (مخصوصا اگر از نورهای روشن خیابان عکاسی کرده باشید) و سایه‌ها را با یک لمس تقویت کنید تا همه چیز را متعادل کنید. به جزئیات توجه داشته باشید و مطمئن شوید که آن را فراموش نمی‌کنید. از آن زمان به بعد، همه چیز کاملاً به آنچه احساس می‌کنید خوب به نظر می‌رسد بستگی دارد، بنابراین مدتی را صرف بازی با ابزارهای موجود کنید و ببینید چه چیزی می‌توانید پیدا کنید. منبع: اپرنا

تولید آنتن ایران ساخت با قابلیت استفاده در تمام شرایط آب و هوایی



محققان یک شرکت دانش بنیان آنتن‌هایی برای کاربرد در واحدهای سیار صدا و سمیعا، شرایط بحرانی، شبکه بانکی و حوزه های نظامی طراحی و تولید کرده اند که قابلیت استفاده در هر نوع شرایط آب و هوایی را دارد.

محمد ایزدی مدیرعامل این شرکت دانش بنیان، با بیان این‌که این آنتن روی خودرو نصب می‌شود، اظهار کرد: یک‌سری کنترل‌کننده داخل خودرو نصب می‌شود که ۲۰ ماهواره فعال قابل ضبط دارد و با انتخاب هر ماهواره، آنتن به طور اتوماتیک در کمتر از دو دقیقه قفل می‌کند که می‌توان ارسال و دریافت را انجام داد.

وی ادامه داد: این محصول در حوادث غیرمترقبه و شبکه‌های مدیریت بحران، شبکه‌های نفتی، شبکه‌های بانکی، مراقبت از مرزها، ارتباطات فرماندهی نظامی، نظارت تصویری بهنگام در جاده‌ها، ارتباطات مخابراتی تلفن ثابت و سیار در مناطق دوردست و مواقع بحران قابل استفاده است.

مدیرعامل این شرکت تصریح کرد: این محصول همچنین برای واحدهای سیار خبری تلویزیونی و رسانه‌های ارتباطجمعی، شبکه‌های تحقیقاتی میدانی در مناطق دورافتاده، شهرداری‌ها، آتش‌نشانی، پزشکی از راه دور، آموزش از راه دور و مواردی از این دست نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد. این آنتن قابلیت نصب روی انواع خودروهای سواری، وانت، کامیونت، اتوبوس، تریلرهای یدک اختصاصی قابل‌حمل توسط خودروهای سبک و سنگین را دارد. به همین علت یکی از کاربردهای زیاد آن در ایران برای استفاده دستگاه‌های خودپرداز سیار است. مدیر عامل این شرکت دانش بنیان با تاکید بر اینکه تمام اجزای این محصول از قبیل طراحی‌های نرم‌افزاری و سخت‌افزاری تماما در داخل کشور تولید شده است، یادآور شد: به علت تحریم‌ها و کاربرد نظامی این محصول، ورود آن به کشور ممنوع شده و در حال حاضر تنها تولیدکننده آن هستیم، همچنین این آنتن به کشورهای عراق و سوریه صادرات نیز داشته است.

ایزدی قیمت پایین و سبک بودن را از مزایای رقابتی این آنتن سیار دانست و ادامه داد: این آنتن نسبت به آب‌وهوای ایران مقاومت بالایی دارد. در حال حاضر این آنتن‌ها در بوشهر و بندرعباس بدون هیچ‌گونه مشکلی کار می‌کنند.

آگهی میلادارستان پذیرش در

۵۲۲۴۳۸۴۴ ۵۲۲۴۴۷۷۵

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
پانزدهم	۵:۰۸	۶:۳۰	۱۱:۴۴	۱۶:۵۸	۱۷:۱۶

عشق دردانه‌ست و من غواص و دریا می‌کنم

سرفرو بردم در آنجا تا کجا سیر برکتم حافظ،

نهج الفصاحه

إن أوثق عرى الإسلام أن تحب في الله و تبغض في الله. محکمترین دستاویزهای اسلام این است که کسیرا برای خدا دوست داری و کسیرا برای خدا دشمن داری.

نهج البلاغه

آنجا که باید سخن درست گفت، در خاموشی خیر نیست، چنانکه در سخن ناگفته نیز خیر نیست، نخواهد بود. حکمت ۱۸۲

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴-۰۲۲۴۴۷۷۵
کد پستی: ۷۴۳۱۸-۷۴۳۰۵
شماره شاپا: ۲۰۰۸-۹۹۶۱ (زیر نظر هیات تحریریه)
اینترناتی و چاپ: چاپخانه کوثر لار
www.mldl.ir miladelarestan@gmail.com

آموزش هنرهای در آمدزا توسط مرکز جامع توانبخشی معلولان آتیه لارستان



به گزارش حسی میلاذ لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، به مناسبت روز جهانی معلولین، جلیل حسینی معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان به همراه نسا خیل تاش معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی فرمانداری و علیرضا بال افکن رئیس بهزیستی لارستان از مرکز روزانه جامع توانبخشی حرفه ای معلولان پسر بالای ۱۴ سال آتیه لارستان بازدید کرد. جلیل حسینی فرماندار ویژه لارستان، در این مرکز ظرفیت آموزش ۶۰ نفر را در این بازدید در سخنانی ضمن قدردانی از اقدامات انسان دوستانه و خیر خواهانه پرسنل این مرکز تاکید کرد: گرچه خدمت به معلولین ذهنی و جسمی آسان نیست؛ اما بدون شک برکات دنیوی و اجر اخروی بی شماری را در پی دارد. وی با اشاره به مشکلات نگهداری و آموزش به معلولین اظهار کرد: پرسناری، نگهداری و آموزش به معلولین عزیز کار دل است و تا عشق، انگیزه، اعتقاد و عاطفه نباشد، کار مداوم نخواهد داشت. معاون استاندار فارس سپس از واحدهای مختلف این مرکز از جمله کلاسهای آموزشی بازدید کرد و با

سیستم نوبت دهی کلینک هاشمی زاده زاده لار اصلاح می شود تخلف مالی پزشکان گزارش شود



معاون درمان دانشکده علوم پزشکی لارستان، گفت: پرداخت نقدی ویزیت و عمل جراحی در مطلب پزشکان کاملا غیرقانونی است و اگر موردی وجود دارد که پزشکان هزینه‌ها را نقدی دریافت می‌کنند و دستگاه پوز ندارند، مردم می‌توانند به اداره نظارت بر درمان اطلاع دهند. امین والی پور، در گفتگو با خبرنگار میلاد لارستان به چند سوال و پرسش مخاطبان در زمینه‌های مختلف پاسخ داد که در زیر ابتدا متن ارسالی مخاطبان و سپس پاسخ معاون درمان دانشکده علوم پزشکی لارستان آورده می‌شود. مخاطبان: ضمن تشکر از کار، پرسنل و پزشکان فعال در کلینیک هاشمی زاده بیمارستان امام رضاع (لارستان) به جهت ارائه خدمات متنوع اینترنتی انجام می‌شود، موجب تسهیل در کار مراجعه کنندگان و نظم در نوبت دهی شده است که جای تشکر دارد. افراد سالمند یا کم توانی که قادر به استفاده از ابزارهایی نظیر موبایل یا کامپیوتر نیستند، ایجاد مشکل کرده است. از مسئولان مربوطه تقاضا می‌شود در صورت امکان ساعت سیستم نوبت دهی تعدیل داده شود. لطفا در این مورد توضیح دهید: معاون درمان دانشکده علوم پزشکی لارستان: این موضوع را پیگیری کردیم، حق با شما و مردم عزیز است، متأسفانه به خاطر مشکلاتی که در مورد بیمه‌هاست، این اتفاق افتاده و مجبور شدیم که ۲۴ ساعت قبل نوبت‌ها را باز کنیم، اما حتما پیگیری می‌کنیم و جلسه‌ای ترتیب می‌دهیم تا بتوان این مشکل را رفع کنیم که کار هفته قبل نوبت‌ها را رزرو کرد که خدمات بهتری به مردم ارائه شود. مشکلات نظیر رزرو نوبت و عدم مراجعه به همراه دارد که همین موضوع باعث چالش در درمانگاه شده است. مخاطبان: روزهای حضور پزشکان متخصص در کلینیک هاشمی زاده بیمارستان لار بسیار کم است و در اغلب موارد نوبت‌ها تکمیل می‌شود و با توجه به اینکه هزینه‌های ویزیت در این درمانگاه تخصصی با نرخ دولتی محاسبه می‌شود، مردم خواهان افزایش حضور پزشکان در این مرکز درمانی هستند. چرا برای پزشکان روزهای بیشتری جهت حضور در کلینیک الزام نمی‌شود؟ معاون درمان دانشکده علوم پزشکی لارستان: تعدادی از پزشکان مشارکتی هستند و اصلاً تعهدی به سیستم دولتی ندارند و نمی‌توان آنها را مجبور به ارائه خدمات در درمانگاه کرد. تعدادی از پزشکان نیز جزء ضریب (K) یا طرحی هستند که این پزشکان حد وظیفه‌ای در سیستم دولتی برای آنها تعریف شده است و پس از یک مدتی می‌توانند مدت زمان کاری خود را در سیستم دولتی کاهش دهند و در بخش خصوصی حضور یابند. بنده فقط می‌توانم به شهروندان قول بدهم که همه پزشکان طبق قوانین در درمانگاه بیمارستان مشغول به خدمت هستند و میزان ساعات حضور آنها در درمانگاه دولتی براساس وظائف است و ما حداکثر استفاده را از پزشکان می‌بریم. اگر نگاهی به برنامه حضور پزشکان در درمانگاه هاشمی زاده بیمارستان لار انداخته شود، پزشکان رشته‌های پرتقاضا و حساس مثل متخصص اطفال، زنان، جراح، بیهوشی به شکل روزانه و فوق تخصص گوارش ۴ روز در هفته در درمانگاه حاضر هستند و به یاری خدا با حضور متخصصان



وُضِعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرِمِينَ مُشْفِقِينَ عَلَيْهِ وَيَقُولُونَ يَا وَيْلَتَنَا مَالِ هَذَا الْكِتَابِ لَا يُغَادِرُ صَغِيرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظُنُّ رَبُّكَ أَحَدًا و نامه اعمال در میان نهاده می‌شود و گناهکاران را از آنچه در آن است هراسان می‌بینی و می‌گویند: ای رب ما، ای چه نامه ای است که هیچ کوچک و بزرگی را وا نکنداشته، مگر آن را به شمارش آورده است، و آنچه را انجام داده اند، حاضر می‌بینند، و پروردگارت به هیچ کس ستم نمی‌کند. (کهف/۴۹) *** اگر پرده برداشته شود، معلوم می‌شود که صورت این اسارت در تحت قیود و کند و زنجیرهای شهوات و هواهای نفسانیته چه صورتی است. شاید این سلسله ای که طولش هفتاد ذراع است، و خدای تعالی از آن اطلاع داده، و آن حبس و غلی که برای ماست، در این دنیا صورت همین اسارت و رقیبت در تحت فرمان شهوت و غضب باشد. خدای تعالی فرماید: وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا [۳] « [و] یافتند آنچه کرده بودند حاضر.» و فرماید: لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ [۴] آنچه به ما می‌رسد در آن عالم، صورت اعمال خود ماست. سلسله‌های پیچ در پیچ شهوات و هواها را پاره کن و کند قلب را بشکن و از اسارت بیرون بیا و در این عالم آزادانه زیست کن تا در آن عالم آزاد باشی، و گرنه صورت این اسارت را در آنجا حاضر خواهی دید. و بدان که آن طاقت فراست. اولیای خدا با آنکه از اسر و رقیبت بکلی خارج شده بودند و به حریت مطلقه نایل بودند، با این حال دلهای آنها چنان لرزان بود و از عاقبت امر چنان ناله می‌کردند و جزع می‌نمودند که عقول متحیر از آن است. شرح چهل حدیث (ص ۲۵۸-۲۵۷) لطایف قرآنی برگرفته از آثار امام خمینی (س)

گزارش تصویری / کریشکی، روستای هدف گردشگری



روستای تاریخی کریشکی در بخش بیرم، از جمله روستاهایی است که می‌تواند به عنوان روستای هدف گردشگری مورد توجه قرار گیرد. به گزارش میلاد لارستان، ابودر سوری از کارشناسان ارشد و راهنمای گردشگری در سفری یک روزه به بخش بیرم، در قالب یک گزارش به سبک سفرنامه تهیه و در اختیار میلاذ لارستان قرار داده است که در زیر می‌خوانیم: صبح زود حرکت کردیم، از گراش و اوز و آرد و فداغ و چاهورز گذشتیم و بعد حدود دو ساعت رانندگی و پشت سر گذاشتن دو، سه تا گردنه باریک و خطرناک، بالاخره به سرمنزل مقصود، روستای کریشکی در بخش بیرم، رسیدیم (فاصله اش تا شهر بیرم حدود ۵ کیلومتر بود). اسم روستا برگرفته از یک نوع گیاه دارویی به نام کریشک هست که بصورت خودرو توی این منطقه رشد می‌کند. بنا به قولی، طایفه نعمة ای، اواخر دوران صفویه از دشتستان بوشهر به این نواحی مهاجرت می‌کنند و در این روستا و چند روستای دیگر ساکن می‌شوند. روستای کریشکی از زمان ناصرالدین شاه قاجار (یعنی حدود ۱۵۰ سال پیش) مرکزیت روستاهای نعمة جات می‌شود. اولین چیزی که با وارد شدن به روستا نظر ما رو به خودش جلب کرد، سنگفرش های کف روستا بود. ورودی روستا بافت جدید بود و هر

مکررات؛ ما از این دست روستاها و اماکن تاریخی کم نداریم، اما چیزی که کم داریم یا بهتر بگم اصلاً نداریم، مدیریت صحیح و برنامه جامع برای معرفی پتانسیل ها و رونق صنعت گردشگری هست؛ کاشکی به جای لقلقه زبان و این بار سعی می‌کنم بیشتر در بافت روستا قدم بزنم و با اهالی مهربان و مهمان نوازش بیشتر معاشرت کنم. و اما صحبت پایانی؛ با اینکه میدونم تکرار

خونگرمی و مهمان نوازی اهالی اون خونه و مردمان روستا بگم، کم گفتم، درسته جمعه بود و تعطیل اما آرامش و سکوت و امنیت روستا به آدم حس خیلی خوبی می‌داد و به گزینه ایده آل بود برای فرار از شلوغی و سروصدای شهر و ریلکسیشن(!). به خاطر اینکه به شب نخوریم واسه گذشتن از اون گردنه هایی که در موردش گفتم، مجبور بودیم یکی دو ساعت قبل غروب خورشید از

