میلاد لارستان

روزنامه میلاد لارستان – سال سی ام– چهارشنبه ۱۴/ ۱۲/ ۱۴۰۰ – دوم شعبان المعظم ۱۴۴۳ – ۰۵ مارس ۲۰۲۲ – شماره ۱۸۹۹ – ۸صفحه –تک شماره ۳۰۰۰ تومان

سخن رهبر انقلاب اسلامی در بند ۴۰ از بیانیه‌ی گام دوم انقلاب اسلامی :
در جمهوری اسلامی دل‌های مسئولان به‌طور دائم باید برای رفع محرومیت‌ها بتپد غفلت از قشرهای نیازمند حمایت به هیچ رو مورد قبول نیست.

۸

دیدار شهردار لار با فرماندهی جدید انتظامی لارستان

۸

خط قرمز ما باید توسعه و پیشرفت لارستان باشد

۳

پاداش مشترکان کم مصرف برق چقدر است؟

۲

آکادمی بین المللی لارستان توسط فدراسیون تنیس روی میز ایران تجهیز می شود

قول مساعد مدیرکل آموزش و پرورش فارس

ساخت خانه‌های معلم در لارستان

همین صفحه

۲

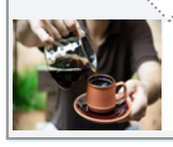
اختصاص مبلغ ۳۰۰ میلیارد ریال برای اجرای طرح شش گانه آبخیزداری بخش بیرم

۳

تغییرات آب و هوایی تهدید جدی تأمین امنیت غذایی هستند

۳

ساعت به وقت قدیم یا جدید؟

۴

تمایل دوباره مردم به خوردن این نوشیدنی تاریخی

۸

پیشنهاد تاسیس دبیرخانه استانی فرق و مذاهب در آموزش و پرورش لارستان

قول مساعد مدیرکل آموزش و پرورش فارس

ساخت خانه‌های معلم در لارستان

مدیرکل آموزش و پرورش فارس، گفت: در مورد بحث ساخت خانه معلم در لارستان نیز پی گیری های لازم را انجام خواهیم داد و مکانیزم نقل و انتقالات فرهنگیان را نیز به گونه ای تنظیم خواهیم کرد که بخشی از مشکلات فرهنگیان حل و فصل شود.

به گزارش میلادلارستان به نقل از اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش فارس، محمد خلیل عسکری درجمع منتخبی از فرهنگیان لارستان گفت: محور همه فعالیت های تربیتی اخلاق است و با تربیت دانش آموزان اخلاقی می توانیم تحولی بزرگ در جامعه رقم بزنیم.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس گفت: برای اجرای سند تحول بنیادین نیز باید اخلاق مدارانه و با یک نگرش الگویی فعالیت ها را دنبال کنیم تا در یک فضایی آرام و دوستانه برنامه ها را پیش ببریم.

عسکری گفت: پی گیر فرایند صدور احکام و مشکلات مربوط به نیروهای حق التدریس گروه سوم و چهارم نیز هستیم و در جلسه و نشست با وزیر آموزش و پرورش نیز این مساله را پی گیری خواهیم کرد.

وی گفت: مشکلات مربوط به دانش آموزان فارسی در مساله قطب بندی های آزمون سراسر کنکور باید مرتفع شود و به این منظور فرهنگیانی را برای دفاع از حقوق دانش آموزان فارس در نشست با کمیسون آموزش و تحقیقات دعوت خواهیم داد.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس گفت: یکی از چالش هایی که ما در آینده و در دوران پسا کرونا با آن مواجه خواهیم شد بحث نیروی انسانی است که به همین منظور توسعه دانشگاه فرهنگیان را در شمال، جنوب، غرب و شرق استان پی گیری خواهیم کرد. نظام رتبه بندی معلمان با ورود و همت دولت و مجلس در حال نهایی شدن است و خوشبختانه اعتبار این طرح به ۴۰ میلیارد تومان رسیده است. در مورد بحث ساخت خانه معلم در لارستان نیز پی گیری های لازم را انجام خواهیم داد و مکانیزم نقل و انتقالات فرهنگیان را نیز به گونه ای تنظیم خواهیم کرد که بخشی از مشکلات فرهنگیان حل و فصل شود.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس گفت: کارگروهی را برای کاهش حجم بخشنامه های ارسالی از سوی اداره کل تشکیل داده ایم تا با کاهش تراکم کاری مدیران و معلمان برای بروز خلاقیت کمک کنیم.

عسکری گفت: ۳۳ میلیارد تومان سرانه مدارس بعد از وقفه ۱۰ ساله امسال به حساب مدارس سراسر استان واریز شده است و مرحله دوم این سرانه نیز بعد از عید واریز خواهد شد. سامانه سیدا و اچ آر ام نیز مشکلاتی دارد که وزیر محترم نیز در راستا قول حل این مشکلات را داده است.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس گفت: تخفیف های خوبی برای استفاده فرهنگیان استان از باشگاه فرهنگیان در نظر خواهیم گرفت. افت تحصیلی و خلا تربیتی دانش آموزان در ۲ سال اخیر بسیار نگران کننده است و به همین منظور باید مدارس سراسر استان بازگشایی شوند.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس گفت: سلامت دانش اموزان و معلمان برای ما اولویت دارد و انتظار است با تهویه مناسب و رعایت پروتکل های بهداشتی و فاصله گذاری اجتماعی مدارس سراسر استان فعالان اموزشهای حضوری را دنبال کنند. از طرح های عملیاتی برای پیاده سازی عدالت آموزشی در سراسر استان استقبال خواهیم کرد و انتظار است مدیران و معلمان استان در این زمینه فعال ظاهر شوند. باشگاه رسانه ای برنا را با اختصاص ۱۵۰ میلیون تومان به این باشگاه حمایت خواهیم کرد و اگر خروجی و کیفیت کار خوب باشد حمایت های ترمیمی نیز انجام خواهیم داد.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس گفت: باید محتواها و روشهای آموزشی را به روز رسانی و مدرن کنیم تا از تحولات گسترده در مسائل آموزشی و پرورش عقب نمانیم. سیاستمان حمایت از مدارس غیر دولتی است و اعتقاد داریم با تقویت این مدارس می توانیم آموزش و پرورش را در راستای پیشبرد ماموریت خود کمک کنیم.

در ابتدای این دیدار دکتر اسماعیلی مدیر آموزش و پرورش لار و پنج تن از فرهنگیان به نمایندگی از معلمان این شهر به بیان نقطه نظرات ، مشکلات و پیشنهادهای خود پرداختند.

بسته‌بندی صادراتی بادمجان در روستای «هرمود» لارستان

به گزارش گروه شهروند خبرنگار میلاد لارستان، به اتفاق تعدادی از دوستان، عازم روستای هرمود مهرخویی شدیم؛ هرمود مرز لارستان و هرمزگان است. نخلستان های آباد و زمین هایی حاصلخیزی دارد که کشت گوجه فرنگی و بادمجان در آنجا رونق دارد.

بادمجانی که از لحاظ رنگ و ظاهر بی نظیر است اما به دلیل عدم استقبال از آن توسط ما لاری ها، تقریبا تمام محصول به خارج از لار و خصوصا تهران ارسال می شود. به گفته یکی از زمین داران، محصولات منطقه به کشور امارات هم صادر میشود.

نکته جالب توجه اینکه که تا سال قبل، خریداران تهرانی، کارتن مقوایی بدون نام و نشان جهت بسته بندی و ارسال محصول بادمجان به کشاورزان هرمودی تحویل میداده اند، اما امسال کشاورزان لارستانی، کارتن های شکیلی طراحی و تهیه کرده که عبارت لارستان-هرمود عباسی بر روی آن درج شده است و محصولشان را در بسته بندی های جدید به بازار ارسال میکنند.

برداشت محصول در این منطقه تا آخر اسفندماه ادامه دارد.

کشاورزان سختکوش هرمودی، کاشت بادمجان تابستانه را هم با توکل بر خدا شروع کرده بودند.

در سال ۱۳۹۵ یکی از عمیق‌ترین چاه های آب‌شرب کشور، به عمق ۵۱۰متر در منطقه هرمود مهرخویی لارستان بهره‌برداری و تجهیز شد؛ در این پروژه برای اولین بار از نسل جدید کابل‌های SWR استفاده شده است. مبدع این نوع کابل ها شرکت ایرانی سیمند کابل است.

حوادث و کشفیات

توقف تریلی با ۳۴ هزار لیتر گازوئیل قاچاق در لارستان

مدیرکل تعزیرات حکومتی استان فارس گفت: مامورین نیروی انتظامی شهرستان لارستان حین گشت زنی در حوزه استحفاظی، یک دستگاه تریلی حمل سوخت را که به طرز مشکوکی در حال تردد بود متوقف کردند.
به گزارش میلاد لارستان به نقل از باشگاه خبرنگاران جوان، غلامرضا سالاری گفت: در بررسی‌های اولیه مشخص شد که بارنامه تریلی تحت عنوان حلال شیمیایی بوده اما در تانکر این تریلی بیش از ۳۴ هزار لیتر گازوئیل بارگیری شده بود. راننده تریلی بازداشت و پرونده ای برای او در تعزیرات حکومتی تشکیل شد که با انجام تحقیقات در شعبه اول اداره تعزیرات حکومتی شهرستان لارستان، تخلف این فرد در قاچاق سوخت محرز و شعبه رسیدگی کننده حکم به ضبط سوخت مشکوک و جریمه ۱۰ میلیارد ریالی متهم را صادر کرد.

***

انحراف اتوبوس در محور لار-بندر با هفت مصدوم

انحراف اتوبوس در محور لار-بندر با هفت مصدوم همراه بود.
به گزارش میلاد لارستان، روابط عمومی مرکز مدیریت حوادث و فوریتهای پزشکی لارستان به نقل از دکتر صباغی رئیس اورژانس پیش بیمارستانی لارستان در این خصوص اظهار داشت: با گزارش انحراف اتوبوس از جاده در نزدیکی پاسگاه هرمود عباسی، به واحد ارتباطات اورژانس لارستان در کمترین زمان ممکن آمبولانس پایگاه اورژانس هرمود عباسی به محل اعزام و مصدومان به صورت سرپایی در محل درمان شدند.

آکادمی بین المللی لارستان توسط فدراسیون تنیس روی میز ایران تجهیز می شود

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، با مهرداد علی قارداشی رییس فدراسیون تنیس روی میز جمهوری اسلامی ایران در پایتخت دیدار و گفتگو نمود.
به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، داریوش دهقان معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان با مهرداد علی قارداشی ریاست فدراسیون تنیس روی میز جمهوری اسلامی ایران در تهران دیدار و گفتگو نمود.
فرماندار ویژه لارستان، در سخنانی با توجه به گستردگی و جمعیت زیاد ورزشکاران لارستانی بخصوص در رشته تنیس روی میز شهرستان لارستان، خواستار میزهای حرفه ای مسابقات به همراه کلیه تجیزات آن و تجهیز کامل آکادمی بین المللی تنیس روی میز لارستان پس از اتمام پروژه شد.در ادامه، مهرداد علی قارداشی رییس فدراسیون تنیس روی میز جمهوری اسلامی ایران هم گفت: موارد مطرح شده توسط فرماندار ویژه لارستان را به جد پیگیری می کنم. در این نشست مقرر شد که چندین عدد میز حرفه ای مسابقات به همراه تمامی تجهیزات آن به لارستان اختصاص داده شود و تجهیز کامل آکادمی بین المللی تنیس روی میز لارستان پس از اتمام پروژه هم توسط فدراسیون تنیس روی میز جمهوری اسلامی ایران انجام شود. همچنین از دو بازیکن نونهال و نوجوان لارستانی جهت حضور در اردوی تیم ملی و اعزام به مسابقات بین‌المللی دعوت شد.

اختصاص مبلغ ۳۰۰ میلیارد ریال برای اجرای طرح شش گانه آبخیزداری بخش بیرم

پیرو هماهنگی دکتر حسین زاده نماینده مردم شهرستان های لارستان، خنج، گراش و اوز؛ داریوش دهقان معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان در تهران با دکتر مسعود منصور رییس سازمان جنگل ها، مراتع و آبخیزداری کشور دیدار و گفتگو کرد.
به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، در این نشست داریوش دهقان مسائل و مشکلات حوزه آبخیز داری سراسر منطقه لارستان بزرگ را مطرح کرد و در ادامه مبلغ ۳۰۰ میلیارد ریال برای اجرای طرح شش گانه آبخیزداری بخش بیرم اختصاص داده شد.
فرماندار ویژه لارستان در سخنانی از همکاری و پیگیری‌های مجدانه دکتر محبی پور معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری فارس، دکتر افکاری رییس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان فارس و مهندس صمدنژاد مدیرکل منابع طبیعی و آبخیزداری استان فارس تقدیر و تشکر کرد.

رونمایی از پوستر سومین دوره جشنواره عکس «حرم»

همزمان با سالروز بعثت پیامبر اعظم (ص) منادی توحید و پیام آور صلح و دوستی، دبیرخانه جشنواره عکس «حرم» با محوریت آستان مقدس امامزاده میرعلی بن الحسین (ع) آغاز بکار کرد و از پوستر سومین دوره جشنواره رونمایی شد.به گزارش میلاد لارستان، آئین آغاز بکار دبیرخانه جشنواره عکس «حرم» با حضور حجت الاسلام و المسلمین سید مختار موسوی امام جمعه لار، نواز شریفی لاری شهردار لار، محسن زارع معاون فرهنگی شهردار، عنایت ا... موحدی رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان، محمد معتمدیان معاون مدیرکل و رئیس اداره کتابخانه های عمومی لارستان، عمران جمالی مسئول کانون بسیج هنرمندان لارستان، سید یعقوب مصطفوی مدیر داخلی امامزاده میر علی بن الحسین (ع) لار، محمد صابری نیا معاون فرهنگی کانون مساجد لارستان و امام جماعت و نمازگزاران آستان مقدس میر علی بن الحسین (ع) در این مکان معنوی برگزار شد.در این مراسم حجت الاسلام والمسلمین دکتر سید مختار موسوی خرم امام جمعه لارستان ضمن تبریک عید مبعث با استناد به احادیث و روایات، تاثیر معنوی آیات کلام وحی بر زندگی بشریت را یادآور شد.
امام جمعه لارستان در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به بعثت نبی مکرم اسلام حضرت محمد مصطفی (ص) و مسئولیت خطیر این پیام آور مهربانی و رحمت در راه ترویج دین مبین اسلام، تصریح کرد: هنر یکی از ابزارهای بسیار مهم و تاثیرگذار در نشر و گسترش معارف اسلام ناب محمدی است.
مداحی سید محمد واعظ جوان خوش نوای لارستانی در مدح پیامبر اعظم (ص) و پخش کلیپ گوشه هایی از زندگینامه و نحوه شهادت حضرت میر علی بن الحسین (ع) از نوادگان برومند امام سجاد(ع)، از دیگر برنامه های این مراسم معنوی بودحسن فراست، دبیر سومین جشنواره عکس «حرم» در حاشیه این مراسم گفت: با توجه به استقبال خوب عکاسان و علاقه مندان در جشنواره های اول و دوم و همچنین مشارکت حوزه فرهنگی و اجتماعی شهرداری لار، فرهنگی اجتماعی ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان، آستان مقدس میر علی بن الحسین (ع)، اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان، کانون بسیج هنرمندان لارستان و دبیرخانه کانون فرهنگی هنری مساجد جنوب کشور در این دوره، شاهد ارتقا سطح کیفی و کمی جشنواره خواهیم بود.
جزییات بیشتر فراخوان طی روزهای آتی از طریق شبکه های مجازی، رسانه های برخط و صفحه رسمی امامزاده میرعلی بن الحسین (ع) لارستان در بستر اینستاگرام اطلاع رسانی می شود.

تنگ بلور نوروز و عرصه تنگ برای مار و مارمولک

آیین نوروز جشن ایرانیان است که با آمدن بهار و شکوفا شدن گلهای بهاری چشم نواز می‌شود،در میان این همه چشم‌اندازهای زیبای بهاری برخی رفتارهایی نادرست که اکنون به سنت تبدیل شده خدشه بر چهره زیبای نوروز می‌اندازد ، از جمله آن نگهداری مار و مارمولک و لاکپشت برای سفره هفت سین است.
برخی از جایگاه‌های عرضه محصولات هفت سین که در روزهای اخیر در شیراز و دیگر شهرهای استان فارس برپا شده و هر روز هم بر شمار آنها افزوده می شود، عرضه کننده موجودات آبزی مانند مار و لاکپشت و مارمولک و سمندر هستند، این جانوران آبزی عموما در کنار ماهی های گلی و قرمز رنگ که دیگر جای خود را در سفره هفت سین ثابت کردند، عرضه می شوند.علاوه بر خطراتی که ممکن است با بیماری های مشترک حیوان و انسان از این جانوران آبزی منتقل شود ، نگهداری این موجودات برای زمانی چند روزه در خانه ها که معمولا به مرگ و نابودی آنان می انجامد از سوی دوستداران محیط زیست کاری ناپسند و نادرست جلوه می کند. مدیر کل حفاظت محیط زیست فارس با نکوهش نگهداری از این موجودات در خانه اعلام کرد: با عرضه کنندگان و فروشندگان گونه های جانوری و گیاهی، برخورد قانونی می شود.حمید ظهرابی در این زمینه با اشاره به قرار داشتن در روزهای پایانی

سال و رواج عرضه برخی گونه های حیوانی و گیاهی تحت حفاظت، عرضه و خرید و فروش این گونه ها را ممنوع اعلام کرد.
وی گفت: با توجه به فرارسیدن روزهای پایانی سال متأسفانه عده ای افراد فرصت طلب و سودجو در کنار فروش ماهی قرمز، اقدام به عرضه و فروش غیرمجاز گونه های جانوری نظیر سمندر لرستانی، لاکپشت، مار و برخی گونه های مهاجم و غیربومی می کنند. با توجه به ممنوعیت نگهداری و خرید و فروش حیات وحش بدون مجوز سازمان حفاظت محیط زیست، در صورت مشاهده هرگونه تخلف، با افراد خاطی بر اساس قوانین و مقررات به شدت برخورد می شود.
مدیرکل حفاظت محیط زیست استان فارس بیان کرد: گشت و نظارت مستمر توسط ماموران اجرایی یگان حفاظت محیط زیست استان از مراکز خرید و فروش ماهی قرمز و پرنده فروشی ها انجام می شود.
وی از مردم درخواست کرد که از خرید جانوران وحشی که عمدتا گونه های در معرض خطر انقراض و یا مهاجم محسوب می شوند، خودداری کنند و به هیچ عنوان نسبت به رها سازی این حیوانات در طبیعت اقدام نکنند. ماهی گلی یا همان ماهی قرمز نیز از گونه های مهاجم در طبیعت به شمار می رود که در صورت ورود به زیست بوم طبیعی توان اشغال زیستگاه دیگرگونه ها و جایگزین شدن با گونه های بومی را دارد و از این رو به هیچ عنوان نباید پس از نوروز این گونه را در طبیعت رها سازی کرد.مدیر کل حفاظت محیط زیست استان فارس، گفت: گونه های مهاجم گونه هایی هستند که با قابلیت تحمل بالا و یا تغذیه از منابع غذایی گونه های بومی یا تغذیه از تخم و نوزاد سایر گونه ها، عرصه را بر آن ها تنگ و خود را به عنوان گونه غالب در اکوسیستمی که به صورت طبیعی زیستگاهش نیست تحمیل می کنند و باعث کاهش جمعیت گونه های بومی و یا حتی حذف این گونه ها می شوند. گونه های مهاجم تعادل اکوسیستم طبیعی را به هم می زنند.
ظهرابی، همچنین در خصوص گشت های نوروزی محیط بانان نیز گفت: برنامه ریزی های لازم انجام شده است تا محیط بانان به صورت شبانه روزی در طول نوروز در مناطق استان حضور یابند و برای حفاظت از طبیعت و انفال الهی اقدام لازم را اجرا کنند.
مدیرکل حفاظت محیط زیست استان فارس بر حفظ امنیت و آرامش حیات وحش در بازدید از مناطق طبیعی تاکید و از شهروندان درخواست کرد، در صورت مشاهده هر گونه تخلفات محیط زیستی، اعم از شکار و صید غیر مجاز و یا تخریب طبیعت، مراتب را به اداره حفاظت محیط زیست فارس با شماره تلفن ۱۵۴۰و یا به ماموران انتظامی اطلاع دهند.

سه کشتی گیر لارستانی در راه مسابقات مرحله دوم انتخابی تیم ملی

رئیس اداره ورزش و جوانان لارستان از اعزام دو مربی و یک کشتی گیر لارستانی به پیکارهای کشتی آزاد انتخابی جام بین المللی تختی و مرحله دوم چرخه ی انتخابی تیم ملی خبر داد.
به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی هیئت کشتی لارستان، محمدحسن طیبی با اشاره به اینکه این رقابت ها روزهای یازدهم تا سیزدهم اسفندماه در تهران برگزار می شود، اظهار داشت: علی اکبر عسکرپور به عنوان مربی و داود عسکرپور به عنوان مربی و سرپرست تیم اعزامی استان فارس در مسابقات کشتی آزاد انتخابی جام بین المللی تختی حضور دارند.
همچنین محمدرضا عسکرپور دیگر نماینده لارستانی تیم فارس است که به مصاف رقبای وزن ۷۰ کیلوی خود در این پیکار ها می رود.
رییس اداره ورزش و جوانان لارستان افزود: نفرات منتخب این رقابت ها، مجور حضور در مسابقات کشتی آزاد جام بین المللی تختی را کسب می کنند.

معرفی نفرات برتر مسابقات دوچرخه‌سواری آموزشگاه‌های لارستان

مسابقات دوچرخه سواری مقطع متوسطه ۱ و۲ آموزشگاه های دخترانه لارستان توسط آموزش وپرورش و همکاری هیأت دوچرخه سواری لارستان برگزار شد.به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی هیأت دوچرخه سواری لارستان، مسابقات دوچرخه سواری مقطع متوسطه ۱ و۲ آموزشگاه های دخترانه لارستان ،باحضور مسئول فنی مسابقات طاهره امینی و معظم شریعتمداری رییس هیأت دوچرخه سواری لارستان در استادیوم شهید دانشیار در ماده سرعت برگزار شد.
این دوره از مسابقات بااستقبال دانش آموزان از پایه های مختلف آموزشگاه های لارستان به داوری کادر فنی مسابقات طاهره امینی، معظم شریعتمداری،مریم طاهری فرد و کادر کمیته داوری هیأت دوچرخه سواری لارستان لطیفه انیس الحق،مینا محمدنژاد و فاطمه نورانی قضاوت شد.
شایان ذکر است که در این دوره از مسابقات پس از رقابت بسیارخوب دانش آموزان ،نتایج بدین صورت رقم خورد که با تفکیک پایه های مختلف مقام های اول تا سوم معرفی و با اهدای حکم قهرمانی از آنان تقدیر شد:
مقطع متوسطه ۲ :
پایه دوازدهم دختران:
مقام اول: زهرا عباسی (فاطمه الزهرا)
مقام دوم: سیده فاطمه مؤمن (فرزانگان)
مقام سوم: راحله میرزایی (شادروان حمیدی کورده)
پایه یازدهم دختران:
مقام اول: محدثه نوروزی (فاطمه الزهرا)
مقام دوم: طناز أفضلی (فرزانگان)
مقام سوم: حدیث محقق (راه برتر)
پایه دهم دختران:
مقام اول:لطیفه انیس الحق (فاطمه الزهرا)
مقام دوم: فاطمه مختار (صدرا)
مقام سوم: فاطمه رخ فروز (فاطمه الزهرا)
مقطع متوسطه ۱:
اپیه نهم دختران:
مقام اول: صبا منادی (امام موسی کاظم)
مقام دوم: یاسمن محمدی (زینلی)
مقام سوم: نگار جمال پور (راه برتر)
پایه هشتم دختران:
مقام اول: ثنا کهن سالی (شاهد)
مقام دوم: مهدیه محقق (شاهد)
مقام سوم: أسرا آزادی (زینلی)
پایه هفتم دختران:
قمام اول: مهیا نیکو (زینلی)
مقام دوم: عسل شیردم (شاهد)
مقام سوم: دیانا مقدم شکوری (حاج عبدا... خور)
علاقمندان به رشته مفرح و زیبای دوچرخه سواری و برترین های این دوره از مسابقات می‌توانند جهت شرکت در کلاس های تخصصی،آموزشی و حرفه ای دوچرخه سواری زیرنظر داور و مربی مجرب فدراسیون دوچرخه سواری، باشماره ۰۹۱۷۵۶۱۵۸۳۹ و ۰۹۳۹۷۸۱۲۰۵۱ تماس حاصل کنند.

معرفی نفرات برتر مسابقات دوچرخه‌سواری آموزشگاه‌های پسرانه لارستان

مسابقات دوچرخه سواری مقطع متوسطه ۱ و۲ آموزشگاه های پسرانه لارستان توسط آموزش وپرورش و همکاری هیأت دوچرخه سواری لارستان برگزار شد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی هیأت دوچرخه سواری لارستان مسابقات دوچرخه سواری مقطع متوسطه ۱ و۲ آموزشگاه های پسرانه لارستان ،باحضور مسئول فنی مسابقات آقای نیک مهر و معظم شریعتمداری رییس هیأت دوچرخه سواری لارستان در استادیوم شهید دانشیار در ماده سرعت برگزار گردید.
این دوره از مسابقات بااستقبال دانش آموزان از پایه های مختلف آموزشگاه های لارستان به داوری کادر فنی مسابقات آقای نیک مهر، معظم شریعتمداری، و کادر کمیته داوری هیأت دوچرخه سواری لارستان لطیفه انیس الحق،مینا محمدنژاد قضاوت شد.
شایان ذکر است که در این دوره از مسابقات پس از رقابت بسیارخوب دانش آموزان ،نتایج بدین صورت رقم خورد که با تفکیک پایه های مختلف مقام های اول تا سوم معرفی و با اهدای حکم قهرمانی از آنان تقدیر شد:
مقطع متوسطه ۲:
پایه یازدهم پسران:
مقام اول: حسین بادبردست (صحبت لاری)
مقطع متوسطه ۱:
پایه نهم پسران:
مقام اول: حسین شیخی (شهید فراست)
مقام دوم: محمد حسین بیابانی (شادروان راضی)
مقام سوم: محمد حسین بیابانی(شهید فراست)
یه هشتم پسران:
مقام اول: طاها صدیق (آفاق)
مقام دوم: مهدی فرامرزیان (امیر کبیر)
مقام سوم: ابوالفضل آشوغ (امیر کبیر)
یه هفتم پسران:
مقام اول: سینا نیکونژاد (شهید بهشتی)
مقام دوم: امید رضا فخرایی (امیر کبیر)
مقام سوم: علیرضا مغانلو (امیر کبیر)

تغییرات آب و هوایی تهدید جدی تأمین امنیت غذایی هستند

بر اساس گزارش تیم تحقیقات تغییر اقلیم سازمان ملل متحد (IPCC) تغییرات آب و هوایی در ۶ دهه گذشته از رشد ۲۱ درصدی امنیت غذایی جلوگیری کرده است.

به گزارش میلادلارستان به نقل از تسنیم ؛ دانشمندان همواره هشدار می‌دهند که افزایش دمای کره زمین می‌تواند تأثیرات مخربی بر تولید محصولات غذایی داشته باشد. بر اساس گزارش تیم تحقیقات تغییر اقلیم سازمان ملل متحد (IPCC) اگر انتشار گازهای گلخانه‌ای که موجب گرمایش زمین می‌شوند مهار نشود، نزدیک به یک سوم مزارع کشاورزی و مراتع دام‌ها در جهان تا پایان قرن جاری میلادی برای تولید مواد غذایی نامناسب خواهد شد.

در این گزارش آمده است که سرعت تولید جهانی غذا نسبت به گذشته کاهش یافته است و تغییرات آب و هوایی در حال حاضر از رشد تولید تا حدود ۲۱ درصد در شش دهه گذشته جلوگیری کرده است. بارش سیل‌آسا، دمای بالا، کیفیت پایین خاک، افزایش ملخ و کاهش گرده‌افشان‌هایی مانند زنبور عسل, باعث از بین رفتن ذخایر غذایی خواهد شد.

اثرات مخرب تغییرات اقلیمی بر امنیت غذایی فقط به خشکی محدود نمی‌شود و امواج گرمای دریایی، اسیدی شدن اقیانوس‌ها، نفوذ آب شور به مناطق آب شیرین و ...، به ماهی‌ها و سایر غذاهای دریایی نیز آسیب می‌زند.

رویترز نوشت: ماهی‌ها در حال حاضر حدود ۱۷ درصد از مصرف جهانی گوشت را شامل می‌شوند و پیش‌بینی می‌شود که این میزان افزایش یابد. محصولات غذایی شیلاتی به دلیل تغییرات آب و هوایی بین سال‌های ۱۹۳۰ تا ۲۰۱۰ میلادی، ۴,۱ درصد کاهش یافته است و با ادامه افزایش دمای کره زمین، انتظار می‌رود این روند در آینده با افزایش چشمگیری همراه شود. در گزارش سازمان ملل، روش‌های کشاورزی دوستدار محیط زیست و تغییر رژیم غذایی افراد به جای استفاده صرف از گوشت و لبنیات از جمله روش‌های مهار کاهش امنیت غذایی عنوان شده است.

ساعت به وقت قدیم یا جدید؟

در این گزارش به بررسی تاریخچه تغییر ساعت در جهان و کشورمان و نظرات مخالف و موافق این قانون پرداخته‌ایم.

«ساعت چند است؟ قدیم یا جدید؟» این دو پرسش سال هاست که در کنار هم قرار دارند و در نیمه نخست سال بیش از همیشه استفاده می‌شوند. درست حدس زدید می‌خواهیم از تغییر ساعت رسمی کشورمان بنویسیم، قانونی که سال هاست در کشور در حال اجراست و بیش از یک سال است که طرح لغو یا نسخ این قانون توسط ۲۴ نماینده تهیه و تقدیم رئیس جمهور شده است.هرچند اوایل اسفند قرار بود این طرح در دستور کار نمایندگان مجلس قرار بگیرد، اما با توجه به بررسی لایحه بودجه در دستور کار قرار نگرفت تا همچنان معلوم نباشد که آیا در سال پیش رو هم باید ساعت‌ها را در ابتدای فروردین یک ساعت جلو بکشیم یا نه! به هر حال برخی نماینده‌ها معتقدند که در لابه لای بررسی یا زمانی که لایحه بودجه برای تایید به شورای نگهبان ارسال می‌شود، می‌توان به این طرح رسیدگی کرد. این نماینده‌ها بیشتر خواهان ثابت ماندن ساعت رسمی کشور هستند.

حالا این پرسش‌ها به وجود می‌آید که این تغییر ساعت در کشور ما چه مزیت‌هایی دارد و چرا اتحادیه اروپا که سابقه‌ای چند دهه‌ای در تغییر ساعت دارد رای به حذف آن داده است؟ در ادامه ضمن پاسخ به این پرسش‌ها به بررسی تاریخچه تغییر ساعت در جهان و کشورمان و نظرات مخالفان و موافقان این قانون پرداخته ایم که خواندنش خالی از لطف نخواهد بود.

دلیل تغییر ساعت بسیاری از کشورها از جمله ایران برای بهینه‌سازی مصرف انرژی، در فصل بهار و تابستان ساعت رسمی کشورشان را معمولاً یک ساعت به جلو می‌کشند تا ساعات بیشتری از روز با ساعات کاری همخوانی و در ساعات کمتری از روز، نیاز به مصرف انرژی برای تأمین روشنایی وجود داشته باشد. البته این اتفاق برای کشورهای استوایی که طول روز و شب شان در فصل‌های مختلف آن چنان زیاد نیست، بی فایده است و در هر کشوری که به قطب نزدیک‌تر باشد به دلیل فاصله معنادار بین روز و شب، اجرای این طرح باعث کاهش بیشتر مصرف انرژی می‌شود. تاریخچه تغییر ساعت در ایران ساعت رسمی در ایران برای نخستین بار پیش از انقلاب اسلامی عقب و جلو رفت. بعد از انقلاب این روند به حالت تعلیق درآمد، اما در سال ۱۳۷۰ و در زمان ریاست جمهوری مرحوم رفسنجانی، مجدد تصویب و اجرا شد. طبق آمارها در آن زمان، مصرف برق تا حدی پایین آمد.البته این قانون در اسفند سال ۸۴ همزمان با ریاست جمهوری احمدی نژاد برای یک سال اجرا نشد که دلیل آن «سردرگمی بخش‌های زیادی از جامعه بر اثر تغییر ساعت رسمی کشور» و «نبود بررسی‌های دقیق و کارشناسانه برای تأیید صرفه جویی در مصرف برق با روش تغییر ساعت» اعلام شد. البته مجلس با این کار احمدی نژاد مخالف بود و در روز ۳۱ مرداد ۱۳۸۶ قانونی مبنی بر تغییر ساعت رسمی کشور به تصویب رساند و از آن زمان تاکنون همچنان ساعت رسمی کشور اول فروردین هر سال به جلو می‌رود و ۳۱ شهریور به جای خودش بازمی‌گردد.

نتیجه تحقیقات اتحادیه اروپا شهروندان اروپایی آبان امسال برای آخرین بار ساعت خود را یک ساعت عقب کشیدند. تحقیقات جدید اتحادیه اروپا نشان می‌دهد تغییر ساعت تاثیر چندانی بر کاهش مصرف انرژی نداشته و باعث اختلال در خواب و فعالیت‌های روزانه شده که میزان مرگ و میر را هم افزایش داده است. به گزارش یورونیوز، در این تحقیقات آمده است:

۱- از نظر پزشکی یک ساعت تغییر ساعت، به کاهش یک ساعت خواب در شب منجر می‌شود که موجب بالا رفتن ۶ تا ۱۷ درصدی خطر تصادف، افزایش ۱۷ درصدی مرگ و تشدید وقوع تصادف است که علت آن، خواب آلودگی رانندگان است.

۲- جراحت‌های ناشی از تصادف، دعوا و درگیری، افت یادگیری کودکان، ارتکاب رفتارهای خشن و مجرمانه به عنوان عوارض ناشی از کم خوابی غیرمنتظره است.

۳- حمله قلبی (سکته) در هفته نخست تغییر ساعت ۵ درصد افزایش می‌یابد و وقتی این ساعت به جای خودش بر می‌گردد، در هفته اول آن این حمله ۵ درصد کاهش می‌یابد.

۴- هزینه‌های پزشکی درمان بیماری‌های فوق و بار مالی حاصل از افزایش پرونده‌های قضایی همگی تغییر ساعت را زیان آور می‌کند، به نحوی که زیان آن بیش از سودمندی اش خواهد بود. تغییر ساعت چقدر باعث صرفه جویی شده است؟ بیشترین نظر موافقان درباره اجرای این قانون، صرفه جویی در مصرف انرژی و کاهش حجم فشار وارد شده به نیروگاه‌ها در زمان پرمصرفی است.آن‌ها معتقدند این قانون بسیار مفید است و علاوه بر صرفه‌جویی در مصرف برق، باعث افزایش بهره‌وری افراد از روشنایی روز می‌شود. همچنین آن‌ها تاکید دارند که قانون تغییر یک ساعته زمان رسمی کشور به جز کاهش مصرف برق، باعث بهره‌برداری از زمان پس از ساعات کاری، افزوده شدن طول روز پیش از عصر و افزایش کسب و کار خرده‌فروش‌ها و رونق مسابقات ورزشی و دیگر فعالیت‌ها می‌شود. سخنگوی صنعت برق کشور هم با اشاره به صرفه‌جویی بین یک تا ۲ درصدی برق طبق محاسبات علمی گفت: «در سال آینده اگر مثل هر سال تغییر ساعت رخ ندهد به افزایش مصرف و مشکلاتی برای تأمین برق منجر خواهد شد.» رجبی مشهدی با تأکید بر این که کاهش بار سرمایشی ادارات میزان قابل توجهی صرفه‌جویی را رقم می‌زند، افزود: افزون بر این نکته در سال ۱۴۰۰ ما با خشکسالی و تأمین برق و ناترازی شبکه نیز مواجه بودیم و در سال آینده اگر مثل هر سال تغییر ساعت رخ ندهد به افزایش مصرف و مشکلاتی برای تأمین برق منجر خواهد شد. پیش از این هم گزارش مرکز پژوهش های مجلس حاکی از آن بود که طی سال‌های ۹۳ تا ۹۷ با اجرای این طرح در حدود ۵ درصد از کل انرژی الکتریکی مصرف شده صرفه‌جویی صورت گرفته بود که ارزش این میزان صرفه‌جویی به‌طور متوسط سالانه معادل ۳۲۰ میلیون دلار بوده است.مخالفان تغییر ساعت چه می‌گویند؟ البته در کشور ما هم تغییر ساعت مخالفانی دارد و به همین دلیل در مجلس نیز برخی نمایندگان به دنبال این هستند تا ساعت رسمی کشور را ثابت کنند و همان طور که خواندید، طرح آن را هم به هیئت رئیسه تحویل داده اند و منتظرند تا برای رای گیری به صحن بیاید. با این حال مخالفان قانون تغییر ساعت رسمی کشور، موضوع کاهش استفاده از انرژی با تغییر ساعت را تایید نمی‌کنند و معتقدند بر اساس مطالعات مراکز علمی، تغییر ساعت در صرفه‌جویی اقتصادی هیچ تاثیری ندارد و اختلالات رفتاری در قالب تصادف‌ها و درگیری‌های فیزیکی را افزایش می‌دهد. همچنین آن‌ها بر این باورند که تغییر ساعت در قرن ۲۱ که تقریباً بسیاری از اماکن و مراکز در تمامی ۲۴ ساعت شبانه روز مشغول کار هستند، توجیه مناسبی ندارد.

در بسیاری از موارد، حتی یک ساعت زودتر بیدار شدن افراد شاغل، به استفاده بیشتر از نور خورشید و استفاده کمتر از برق نمی‌انجامد، زیرا اکثر تجهیزات و حتی لامپ‌ها در محل‌های کار، بدون در نظر گرفتن زمان روز یا شب، روشن نگه داشته می‌شود. ضمن این که با توجه به پژوهش اتحادیه اروپا، به نظر می‌رسد نباید صرفا روی میزان انرژی صرفه جویی شده برای باقی ماندن این قانون یا حذف آن تمرکز کرد چرا که اگر هزینه‌های دیگر این تغییر ساعت از جمله هزینه‌ها در زمینه سلامتی، امنیت افراد و اختلالات خواب جامعه را محاسبه کنیم به نظر می‌رسد چند برابر این میزان صرفه جویی، هزینه پرداخت کرده ایم.

منبع: خراسان

بحران اوکراین و آماده باش نیرومندترین سلاح هسته ای جهان

غرب به رهبری آمریکا جنگ روانی و رسانه ای شدیدی را ضد روسیه با هدف سر پوش گذاشتن بر اقدام خود در خالی کردن پشت دولت اوکراین به راه انداخته است.

ادامه عملیات نظامی در اوکراین زمینه را برای جنگ روانی و رسانه ای شدید به رهبری آمریکا و به طور کلی غرب، ضد روسیه فراهم آورده است تا از این طریق بر اقدام خود در خالی کردن پشت دولت کی یف سرپوش بگذارند. این در حالی است که غربی ها پیشتر به دولت کی یف وعده داده بودند در برابر حمله روسیه از آن حمایت خواهند کرد، کشوری که هم اکنون ‹نیروهای بازدارنده استراتژیک› خود را به حالت آماده باش درآورده است.

ناظران بر این باورند که ولادیمیر پوتین، رئیس جمهور روسیه هرچند بسیج گسترده نظامی را از هفته گذشته کلید زده، اما وی براساس ارزیابی تحولات و نبرد پنهان در منطقه دونباس در اوکراین از سال ۲۰۱۴ تا به امروز، چنین تصمیمی را اتخاذ کرده است.

ناظران می گویند پوتین در صدد بود از طریق محاصره اوکراین و به نمایش درآوردن قدرت نظامی، بدون حتی شلیک یک گلوله، همگان را به پذیرش شروط روسیه وادار کند. وی در همین حال بارها خواسته های خود را از آمریکا و پیمان ناتو مطرح کرد و گمان می کرد آنها به این خواسته ها پاسخ مثبت می دهند با این حال به یکباره متوجه شد که جو بایدن رئیس جمهور آمریکا در حد گسترده از اوکراین حمایت و جبهه شرقی آن را تحریک می کند.

به گفته ناظران، اتحادیه اروپا برای نخستین بار تسلیحاتی را خریداری کرد و به اوکراین فرستاد گویی که جنگ اوکراین جنگ اتحادیه اروپا است. اتحادیه اروپا در همین حال تحریم های شدیدی ضد پوتین اعمال کرد. چنین اقداماتی باعث شد رئیس جمهور روسیه نیرومندترین سلاح هسته ای جهان را به حالت آماده باش درآورد.

به گفته ناظران، جهان هم اکنون در برخورد با بحران اوکراین با تنگنا مواجه است و سخن گفتن از پیروز و بازنده در جنگ هنوز زود است و این در حالی است که قیمت های انرژی و مواد خام در اروپا به سرعت در حال افزایش است و این نشان می دهد که حال و روز جهان به علت دخالت اروپایی ها و بازی کثیف آنها در بحران اوکراین خوب نیست.

کارشناسان نظامی معتقدند که روس ها توانسته اند تهدید خود را عملی کنند زیرا در طول پنج روز هزار و ۲۰۰ هدف زیربنایی ارتش اوکراین را نابود کرده اند که می توان به بمباران فرودگاه ها، مراکز رادار و انبار مهمات ارتش اوکراین اشاره کرد.

ارتش روسیه تا کنون شهرهای متعددی را در اوکراین تصرف کرده است با این حال پوتین تا کنون تصمیم نگرفته است که ارتش روسیه وارد کی یف شود تا مبادا گرفتار جنگ شهری شود.

وی براساس طرحی برنامه ریزی شده، در حال نابود کردن زیرساخت های ارتش اوکراین است تا هرگاه تصمیم گرفت وارد کی یف شود، با هیچ مقاومتی روبرو نشود و آن را به آسانی تصرف کند.

به باور کارشناسان، غرب در برابر بحران اوکراین با ناکامی و شکست سیاسی روبرو شده است و نه آمریکا و نه ناتو نمی توانند برای مقابله با حمله روسیه وارد جنگ با آن شوند.در همین حال برخی تحلیلگران معتقدند آمریکا قصد دارد اتحادیه اروپا را وارد جنگ کند و خود کنار بایستد یا با تاخیر وارد جنگ شود، درست مانند جنگ جهانی دوم که با تاخیر وارد آن شد و در عین حال بیشترین منافع را از آن برد.

تحلیلگران می گویند این، حق روسیه است که از روس تبارانی که در اوکراین و به خصوص در ایالت دونباس زندگی می کنند، دفاع کند، کسانی که حقوقشان زیر پا گذاشته می شود و هر روز در معرض نسل کشی هستند.

از سویی روسیه با این مساله مواجه است که اوکراین هر روز بیش از پیش به سلاح های پیشرفته تر و مرگبارتر مجهز می شود و غرب نیز تلاش می کند آن را عضو پیمان ناتو کند، اقدامی که امنیت ملی روسیه را به خطر می اندازد.

به گفته تحلیلگران، روسیه همچنان مایل به حل بحران از طریق مذاکره است با این حال دستور رئیس جمهور روسیه برای آماده باش سلاح هسته ای این کشور به منظور مقابله با فشارهای غرب و به ویژه فشارهای آمریکا و انگلیس است که از طریق اعلام تحریم های بی سابقه تلاش می کنند تنش ها را تشدید کنند.

تشدید تحریک آفرینی غرب و تلاش برای تنش زایی با روسیه در حالی است که مسکو بارها اعلام کرده است که تمایلی به اشغال اوکراین ندارد بلکه هدف آن خلع سلاح این کشور و جلوگیری از پیوستن آن به پیمان نظامی ناتو است، اقدامی که امنیت مرزی روسیه را به خطر می اندازد.

پاداش مشترکان کم مصرف برق چقدر است؟

بر اساس آئین‌نامه هیئت وزیران، مشترکان برق که بتوانند مصرفشان را در چارچوب الگو کاهش دهند، مشمول پاداش می‌شوند.

پنجم دی‌ماه هیئت دولت با استناد به قانون هدفمند کردن یارانه‌ها و اجرای حکم مندرج در بند (ی) تبصره (۸) قانون بودجه سال ۱۴۰۰ کل کشور، نحوه محاسبه تعرفه برق مصرفی مشترکان را تعیین و اجازه اجرای آن از اول بهمن را صادر کرده است. پس از بررسی دقیق و کارشناسی مصارف مشترکان بر اساس چندین مولفه، برای میزان مناسب مصرف برق مشترکان الگویی طراحی شد.

این الگو ابتدا بر اساس آب و هوا و اقلیم کشور و با توجه به میزان متوسط دمای هوا به مناطق مختلف «معتدل یا عادی» و «گرمسیری» تقسیم شده، سپس در راستای نیاز خانوارهای مختلف به استفاده از انرژی برق، وسایلی مانند روشنایی، ماشین لباسشویی و ظرفشویی، اتو، یخچال و ... که به طور معمول برای رفاه مورد نیاز بوده، درنظر گرفته شده است. این الگو برای ۸۰ درصد مشترکان کشور ۲۰۰ کیلووات ساعت در ماه‌های غیرگرم سال و ۳۰۰ کیلووات ساعت برای ماه‌های گرم است و مناطق گرمسیر کشور هم متناسب با شرایط آب و هوایی الگوی خاص خود را دارند.

بر این مبنا اگر مشترکان برق بتوانند در ماه‌های گرم سال مصرف خود را نسبت به دوره مشابه سال قبل کاهش داده و به زیر الگوی مصرف برسانند، به ازای هر کیلووات ساعت کاهش مصرف معادل قیمت تامین برق یعنی ۳۰۰ تومان پاداش گرفته و از دولت بستانکار می‌شوند؛ البته این در حالی است که دولت در چارچوب الگوی مصرف، برق را به نرخ یارانه‌ای و کمتر از یک سوم این قیمت در اختیار مشترکان قرار می‌دهد و پاداش کاهش مصرف در زمان پیک و اوج بار شبکه، می‌تواند تا دو برابر قیمت تامین برق هم افزایش یابد.علاوه بر این، آئین‌نامه هیئت دولت پیش‌بینی کرده که تعرفه برق مشترکان تحت پوشش نهادهای حمایتی مانند کمیته امداد و بهزیستی در صورت کاهش به میزان ۵۰ درصد الگوی مصرف، رایگان در نظر گرفته شود.

چگونه مصرف برق را کاهش دهیم؟

در این بین، اما میتوان با راهکارهایی هزینه مصرف برق را کاهش داد، بهره گیری حداکثر از نور طبیعی روز (بویژه با کنار زدن پرده‌ها در روز)، تعویض لامپ‌های رشته‌ای با لامپ‌های کم مصرف، استفاده از روشنایی موضعی (چراغ مطالعه)، خاموش کردن روشنایی‌های غیر ضروری و اضافی (اتاق‌های خالی) و استفاده گروهی از وسایلی مانند تلویزیون، روشنایی و از جمله موارد تاثیر گذار در این موضوع است.

همچنین عدم استفاده از وسایل گرمایشی برقی مانند بخاری برقی و آبگرمکن برقی (مصرف یکدستگاه بخاری برقی ۲۰۰۰وات معادل ۱۰۰ عدد لامپ کم مصرف ۲۰ وات است.)، عدم استفاده از کولرهای گازی (از جمله اسپیلیت) جهت سرمایش و گرمایش و در صورت استفاده از این قبیل وسایل تنظیم درجه دما به ۲۴ درجه سانتیگراد، استفاده از سایه بان برای کولرهای آبی، گرد گیری لامپ‌ها و حباب چراغ‌های روشنائی، کاهش تعداد لامپ‌های غیر ضروری لوستر و چراغ‌های روشنایی، استفاده از وسایل برقی با بالاترین بر چسب مصرف انرژی و تنظیم صحیح ترموستات و کنترل صحت نوار پلاستیکی دور درب یخچال و فریزر می‌تواند در کاهش مصرف برق موثر باشد.

علاوه بر این کاهش دفعات و مدت زمان باز و بسته کردن در وسایلی همچون یخچال و فریزر، استفاده از لامپ‌های قابل شارژ در ساعات اوج بار با شارژ آن‌ها در ساعات کم باری، عدم استفاده از حالت آماده به کار (Standby) در وسایل برقی و قطع جریان برق آن‌ها با کلید قطع کننده در زمان عدم استفاده، انتقال برخی مصارف مانند مصارف لباسشویی، اتو و ... به ساعات کم بار، استفاده از تایمرهای کنترل هوشمند روشنایی در محیط‌های عبور و مرور عمومی مثل راهرو، پارکینگ و راه پله‌ها و عدم ذخیره کردن مواد غذایی مازاد بر نیاز در یخچال و فریزر تاثیر زیادی در مدیریت مصرف برق دارد.

رفع ممانعت در گردش هوا در یخچال و فریزر بدون برفک از طریق ذخیره سازی مناسب مواد غذایی، رعایت حداقل فاصله ۲۵ سانتیمتر بین یخچال و فریزر با دیوارها و یا سایر وسایل اطراف، انتقال ساعات کار واحدهای تجاری به ساعات غیر اوج بار، خاموش کردن چراغ‌های روشنائی و وسائل سرمایشی و گرمایشی ادارات بعد از پایان وقت اداری، آموزش به فرزندانمان برای خاموش کردن مصارف غیرضروری علی الخصوص روشنایی و استفاده از لوله کشی آب گرم بجای مصرف برق برای آب گرم ماشین‌های لباسشویی نیز نقش مهمی در این مساله دارد.

تنظیم حداقل سرمایش ممکن در یخچال و فریزر، استفاده از دور کند کولر آبی به صورت پیوسته و تلاش برای جلوگیری از هدر رفت سرمای تولیدی می‌تواند در کاهش هزینه‌های خانوار نقش اساسی داشته باشد، همچنین با توجه به محدودیت‌های موجود برای تامین برق لازم است تا همه مشترکان به این مهم توجه ویژه داشته باشند.

در حال حاضر به میزان ۱۲ هزار مگاوات کمبود برق داریم، حتی اگر تحریم‌ها نباشد و بودجه آن مهیا باشد، اگر دولت امروز بخواهد این مقدار نیروگاه را تولید کند، بین ۵ تا ۷ سال نزدیک به ۱۰ میلیارد دلار که بالغ بر ۳۰۰ هزار میلیارد تومان می‌شود، به بودجه نیاز دارد تا بتواند این توان را در کشور ایجاد کند.

در این شرایط مدیریت مصرف برق سریع‌ترین و بهترین راهکار برای تامین پایدار برق کشور است و لازم است که همه مشترکان به آن متعهد باشند.

آگهی تحدید حدود اختصاصی

نظر به اینکه آگهی و عملیات تحدید حدود ششدانگ یک باب خانه تحت پلاک ۴۴۳۳/۱۰ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس لار ملکی آقای محمد احمدیان که به علت مشخص نبودن حدود ملک باید تجدید آگهی گردد حسب تقاضای مالک که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود مورخه ۱۴۰۱/۰۱/۰۷ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می‌گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند واخواهی مجاورین نسبت به حدود ارتفاقی باستناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تحدید به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتباً به اداره ثبت محل تسلیم و رسید عرض حال دریافت نماید. ضمناً معترض از تاریخ تسلیم اعتراض باداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید در غیر این صورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار : ۱۴۰۰/۱۲/۱۴

عبداله جهانپور عمله - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک لارستان

م/الف/۸۶۱

آگهی تحدید حدود اختصاصی

نظر به اینکه آگهی و عملیات تحدید حدود ششدانگ یک قطعه زمین جای چاه آب و گاورو حوض به مساحت ۱۵۴۰/۹۸ تحت پلاک ۳۹۲۷ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس لار صحرای پوله گوچی لار ملکی آقای عزیز ایرانی و شرکا که به علت مشخص نبودن حدود ملک باید تجدید آگهی گردد حسب تقاضای مالک که درخواست انتشار آگهی تحدید حدود اختصاصی نموده وقت تحدید حدود مورخه ۱۴۰۱/۰۱/۲۰ تعیین و عملیات تحدید از ساعت ۸ صبح در محل به عمل خواهد آمد لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می‌گردد که در وقت مقرر در محل وقوع ملک حضور بهم رسانند واخواهی مجاورین نسبت به حدود ارتفاقی باستناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت جلسه تحدید به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتباً به اداره ثبت محل تسلیم و رسید عرض حال دریافت نماید. ضمناً معترض از تاریخ تسلیم اعتراض باداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید در غیر این صورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار : ۱۴۰۰/۱۲/۱۴

عبداله جهانپور عمله - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک لارستان م/الف/۸۶۰

آگهی تحدید حدود اختصاصی

برابر رأی شماره ۱۳۹۳۶۰۳۱۱۰۲۶۰۰۰۱۴۲ مورخه ۱۳۹۳/۰۲/۱۶ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی خنج ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۳۱۷/۱۴ متر مربع تحت پلاک فرعی ۱۹ از اصلی ۱۲۷۹۳ مفروز و مجزا شده از پلاک ۱۲۷۹۳ اصلی واقع در بخش ۱۸ فارس قطعه ۶ شهرستان خنج - خیابان شعیبی در مالکیت هارون کمالی فرزند محمد نور بشماره شناسنامه ۱۲۱۴ و ملی ۲۵۱۲۰۴۲۸۴۷ استقرار یافته تحدید حدود به عمل نیامده است لذا از متقاضی و کلیه مجاورین طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می‌گردد که در ساعت ۸ صبح روز شنبه مورخه ۱۴۰۱/۰۱/۰۶ محل وقوع ملک حضور بهم رسانند واخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی باستناد ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید به مدت ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد که بایستی کتباً به اداره ثبت محل تسلیم و رسید دریافت نماید .ضمنا معترض از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت یک ماه فرصت خواهد داشت که دادخواست خود را به دادگاه صالحه تقدیم و گواهی تقدیم دادخواست را اخذ و به اداره ثبت ارائه نماید در غیر اینصورت سند مالکیت برابر مقررات صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار : ۱۴۰۰/۱۲/۱۴

مجید ملک مکان - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک خنج م/الف/۴۱۸

تمایل دوباره مردم به خوردن این نوشیدنی تاریخی

پیش از چای و ورود آن به ایران، این قهوه بود که نوشیدنی روزمره ایرانی‌ها بود. حالا بعد از سال‌ها تلاش‌های تبلیغاتی، قهوه دوباره نزدیک به جایگاه گذشته خود شده است. آیا هر کسی می‌تواند دانه ارزشمند قهوه را به نوشیدنی خوشمزه تبدیل کند؟

«مغازه کوچک زیرپله‌ای یا دکه روزنامه‌فروشی فرقی نمی‌کند. این روزها هر جا که می‌روید روی کاغذی نوشته شده «قهوه موجود است.» هر فروشنده‌ای با یک دستگاه قهوه‌ساز ساده و خرید مقادیری قهوه از بازار نوشیدنی گرم دست مشتری می‌دهد و به نظر، مردم هم استقبال خوبی از آن می‌کنند. پیش از این کافه‌ها تنها مکان‌هایی بودند که در آن قهوه سرو می‌شد و به نظر بیشترین مشتری آنها هم قشر دانشجو و تحصیلکرده بودند. اما در گذشته‌های دور قهوه جایگاه خاصی در فرهنگ ایرانی داشت و شاهد مثال آن هم نام قهوه‌خانه است که این روزها روی چایخانه‌ها باقی مانده است. این مثال ساده نشان از آن دارد که پیش از چای و ورود آن به ایران، این قهوه بود که نوشیدنی روزمره ایرانی‌ها بود.

حالا بعد از سال‌ها تلاش‌های تبلیغاتی، قهوه دوباره نزدیک به جایگاه گذشته خود شده است. آیا هر کسی می‌تواند دانه ارزشمند قهوه را به نوشیدنی خوشمزه تبدیل کند؟ تا حالا شده بعد از خوردن یک فنجان قهوه در کافه‌ای شیک احساس کنید ضربان قلب‌تان بالا رفته یا دهان‌تان خشک شده است؟ قهوه‌هایی که در دکه‌ها سرو می‌شود، سالم است یا مضر؟ روی در آهنی دکه روزنامه فروشی، بزرگ و خوانا نوشته شده «اسپرسو» موجود است. بوی گرم و تلخ قهوه فضای پیاده‌رو را پر کرده و چند موتورسوار پیک ایستاده‌اند و قهوه می‌نوشند. داخل دکه یک دستگاه کوچک قهوه‌ساز روی یک پایه چوبی قرار گرفته و دکه‌دار مشغول ریختن قهوه در لیوان‌های کاغذی برای دو نفر دیگر است که تازه از راه رسیده‌اند.

مرد جوان به دکه‌دار می‌گوید: «یک قهوه مشتی بریز چشمم باز شود. دیشب تا صبح نخوابیدم.» دوستش ادامه می‌دهد: «یک چیزی بریز بریم فضا!» بعد با هم می‌زنند زیر خنده. می‌ایستم تا قهوه‌ها سرو شود و من هم قهوه اسپرسو سفارش بدهم. موتورسواران بعد از تمام‌شدن قهوه، سیگاری روشن می‌کنند و دو مرد جوان چند ثانیه بعد از نوشیدن قهوه از حال خوب‌شان حرف می‌زنند. کمی جلو می‌روم و از دکه‌دار می‌خواهم قهوه آسیاب‌شده را ببینم و بو کنم. از پیشنهادم خوشش نمی‌آید و با چشم‌غره‌ای کیسه قهوه را بدون این که به دستم بدهد جلوی دماغم می‌گیرد، بوی تند سوختگی دماغم را پر می‌کند. رنگ قهوه هم در یک نگاه نزدیک به سیاه به نظر می‌رسد. موقع نوشیدن از او می‌پرسم چه شد که قهوه‌ساز خریده و استقبال مردم چطور است؟ کمی سکوت می‌کند و بی‌حوصله می‌گوید: «دیدم همه دارند این کار را می‌کنند گفتم من هم بیاورم چون سودش خوب است و مشتری هم دارد.» راست می‌گوید چون مشتری‌ها بعد از خوردن قهوه، شکلات یا سیگاری هم می‌خرند. شاید بد نباشد بدانیم قهوه ابتدا در کشور اتیوپی در منطقه «کفا» واقع در جنوب غربی این کشور پیدا شد و بعد به کشورهای آمریکایی مانند برزیل و کلمبیا و همین طور کشورهای آسیایی مانند هند و اندونزی منتقل و کشت آن آغاز شد. سینا معصومیان، فعال صنعت قهوه، با اشاره به تاریخ طولانی نوشیدن قهوه و آمیختگی آن با فرهنگ ایران معتقد است استقبال از قهوه در کشور، تابع مسائل اقتصادی و سیاسی و فرهنگی است.

او با یک سؤال آغاز می‌کند: «مشهود است در ایران مصرف قهوه به نسبت گذشته نزدیک، بالا رفته است اما آیا آن چیزی که در یک دکه سرو می‌شود قهوه است؟ ما در فرهنگ چای‌نوشی خود با این همه سال پیشینه هنوز تعریف درست و عملی در مورد دم‌آوری نداریم چه رسد به قهوه. از نظر من قهوه داخل دکه‌ها و بعضی کافه‌ها اساساً ربطی به تعاریف جهانی از یک فنجان قهوه درست‌عمل‌آمده نیست.»

او معتقد است بسیاری به‌صورت چشمی و تجربی قهوه درست می‌کنند و برگرداندن ذائقه افرادی که فکر می‌کنند قهوه تنها یک نوشیدنی تلخ است، سخت خواهد بود: «متأسفانه بسیاری تنها برای کافئین قهوه می‌خورند. در واقع می‌خواهند قهوه بخورند برای انرژی و نیروی یکباره‌ای که به بدن می‌رساند. این مسأله کاملاً شخصی است اما به نظر من اشتباه است چون کافئین در همه قهوه‌ها وجود دارد و چیزی که قهوه‌ها را متفاوت می‌کند، عطر و طعم، مزه نهایی و آن بافت دهانی است که برای مصرف کننده ایجاد می‌کند.»

حتماً تجربه‌خوردن قهوه در کافه‌های سطح شهر را دارید؛ قهوه‌هایی که با قیمت‌های پایین مخاطب را وسوسه می‌کنند تا خود را از تجربه نوشیدن یک فنجان محروم نکنند. خاطرم هست با یکی از دوستان وارد کافه‌ای شدیم و با دیدن قیمت‌های پایین یک فنجان قهوه خواستیم ببینیم چه تفاوتی بین این قهوه ارزان با قهوه گران کافه دیگر وجود دارد؟ آیا اجاره و مالیات بر بالارفتن قیمت یک فنجان تأثیر دارد یا واقعاً قهوه متفاوتی سرو می‌شود؟ بعد از سفارش و تنها بوکردن عطر یک فنجان می‌شد فهمید که مواد اولیه آن مدت‌هاست، مانده است اما تأثیر انرژی زابودن آن کم نبود.

خیلی جاها به جای قهوه به مردم زغال می‌دهند. در واقع آن اندازه قهوه را سیاه و برشته کاری را بالا می‌برند تا تلخ شود و عیوب ظاهری قهوه معلوم نباشد. در واقع دانه قهوه سوخته تحویل مردم می‌دهند که کربن است. بسیاری بعد از خوردن قهوه بدن‌شان می‌لرزد یا دهان‌شان خشک می‌شود که نشانه همین بی‌کیفیتی است. بیشتر این قهوه‌ها گونه روبوستا است با صد درصد برشته کاری بالا که تأثیری این گونه می‌گذارد.

وی از دو گونه اصلی قهوه در دنیا که پایه تجاری اصلی دانه قهوه هستند می‌گوید به نام‌های «عربیکا» و «روبوستا». عربیکا عطر و طعم خوب دارد و کیفیت آن بالاست. عربیکا پرورش سخت‌تری از گونه روبوستا دارد که ارزان‌تر است و در ارتفاع پایین‌تری کشت می‌شود. گونه روبوستا مزه تلخ‌تری دارد به خاطر این که در ارتفاع پایین‌تری کشت می‌شود. در واقع گیاه کافئین بیشتری تولید می‌کند تا خودش را از آفت مصون نگه دارد. در نتیجه هم ارزان‌تر است و هم میزان کافئین بیشتری دارد.

اطراف دکه‌ای نزدیک متروی سعدی هم پر از مردانی است با فنجان کاغذی کوچک اسپرسویی در دست. قیمت پایین است اما از نظر مشتریان کیفیت بالا است و یکی از آنها تعریف می‌کند که اگر روزی یک فنجان از قهوه اینجا نخورد، روز برایش آغاز نمی‌شود: «بچه‌های این راسته همه گرفتار قهوه شدیم و هر روز صبح اطراف دکه جمع می‌شویم تا قهوه‌ای بگیریم و سر حال شویم»

فنجانی سفارش می‌دهم و از نظرم بی‌کیفیت و مانده به نظر نمی‌آید. نگاهی به داخل دکه می‌اندازم که دکه‌دار سلیقه به خرج داده و قهوه را تازه‌به‌تازه آسیاب می‌کند. از دکه‌دار می‌پرسم قهوه روبوستا است یا عربیکا؟ شلوغ است و مجبورم دوباره بپرسم. بی‌حوصله می‌گوید: «روبوستای اعلا از کوچه مروی می‌خرم»

معصومیان در رابطه با قیمت‌ها می‌گوید: «قیمت دانه سبز روبوستا زیر ۱۰۰ هزار تومان است اما معمولی‌ترین عربیکا از ۲۰۰ هزار تومان شروع می‌شود. اگر دانه سبز با کیفیت عربیکا بخواهید به ۴۰۰ هزار تومان هم می‌رسد. طبیعی است که مصرف‌کننده و تولیدکننده نتواند چنین مبلغی را در نظر بگیرد برای همین گرایش به روبوستا زیاد است. ما در ایران جاهایی داریم که صد درصد روبوستا سرو می‌کنند نه ترکیبی از عربیکا و روبوستا، برای همین می‌توانند فنجان ۱۰ یا ۱۲ هزار تومانی دست مردم بدهند.»

او اولین عارضه‌خوردن چنین قهوه‌ای را قهرکردن مخاطب با قهوه می‌داند و معتقد است اگر علاقه‌مند به نوشیدن قهوه هستید بهتر است در خانه و با روش‌های دم‌آوری و با دانه‌های عربیکا اقدام به آماده‌کردن قهوه بکنید که سالم‌ترین نوع قهوه‌نوشی است: «کسایی که نمی‌توانند دستگاه بخرند، بهتر است با «فرنچ‌پرس»، «وی ۶۰» و «کمکس» با هزینه حداقلی در خانه در دو تا پنج دقیقه قهوه دمی داشته باشند. البته بسیار خوب است که مردم متدهای دم‌آوری قهوه را بشناسند تا نوشیدنی سالم‌تری و نتیجه نهایی بهتری داشته باشند.»

حالا که استقبال مردم به قهوه زیاد شده، موقعیت خوبی است برای کسانی که از این موج استفاده کنند. این روزها عطاری‌ها از معجزه قهوه سبز برای درمان امراض یا لاغری می‌گویند. قهوه سبز بدون برشته‌کاری آن طور که معصومیان می‌گوید تنها تأثیرش اختلال در سیستم گوارشی است. به عنوان آخرین نکته بد نیست بدانیم: «قهوه تا برشته نشود قابل استفاده نیست»

همشهری آنلاین

آگهی وقت اجرای قرار تحریر ترکه

بدینوسیله اعلام می نماید به موجب درخواست احمدسعید ریاحی به طرفیت ۱- طیب سعید ریاحی ۲ محمدسعید ریاحی ۳- بیگم سعیدریاحی ۴-عارفه سعید ریاحی ۵- طیبه سعیدریاحی ۶- فاطمه خدری قرار تحریر ترکه مرحوم محمدهادی سعید ریاحی طی شماره ۱۴۰۰/۴۷۰ در شورای حل اختلاف شهری اوز صادر و وقت اجرای قرار ساعت ۱۰:۳۰ یکشنبه (صبح) مورخه ۱۴۰۱/۰۱/۲۱ (تاریخ باید به نحوی تنظیم شود که کمتر از یک ماه و بیش از سه ماه از زمان نشر آگهی نباشد) تعیین گردیده است لذا از ورثه یا نماینده قانونی آنها ، بستانکاران و مدیونین به متوفی وکسان دیگری که حق بر ترکه متوفی دارند دعوت می شود در موعد مذکور در محل این شورا واقع در شهرستان اوز با آدرس اوز- خ محیط زیست- مجتمع شورای حل اختلاف شعبه شهری شهرستان اوز حاضر شوند. عدم حضورمدعوین مانع اجرای قرار نخواهد بود.

مدیر دفتر شورای حل اختلاف شعبه شهری اوز- شهاب اسفندیاری م/الف ۸۶۳

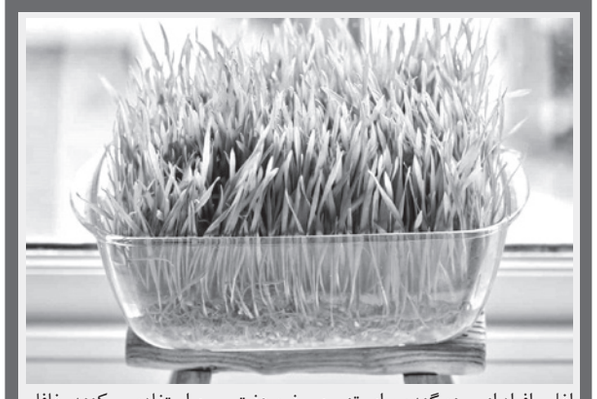
آگهی فقدان سند مالکیت بخش بیست فارس

آقایان احسان حیدری بنی ، یاسر عوض پور کشکولی و نجیم عباسی برابر وکالت نامه شماره ۲۳۶۲۵مورخ۱۴۰۰/۱۰/۰۹ دفترخانه ۴۲۵ شیراز به وکالت از آقایان علی مباشری ، مهدی مباشری ، بهزاد مباشری وخانم نادیا مباشری همگی فرزندان محمد ابراهیم وخانم کشور شیبانی عمله فرزند محمد حسین با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۲۴ شیراز تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد ۵جلد سند مالکیت مربوط به یک قطعه زمین جای خانه تحت پلاک شماره ۲۰ واقع در قطعه یک بخش بیست فارس جویم که موازی ۲ سهم مشاع از ۱۸ سهم مشاع از جمله ۶۳ سهم سهام ششدانگ ذیل ثبت ۵ دفتر ۱۵ صفحه ۳۰۲ مربوط به خانم نادیا مباشری ، موازی ثمن اعیانی ۱۸ سهم مشاع از جمله ۶۳ سهم سهام ذیل ثبت ۵ دفتر ۱۵ صفحه ۲۹۹ متعلق به خانم کشور شیبانی ، موازی چهار سهم مشاع از ۱۸ سهم مشاع باستثنای ثمن اعیانی از ۶۳ سهم سهام ذیل ثبت ۵ دفتر ۱۵ صفحه ۲۹۶ متعلق به مهدی مباشری ، موازی چهار سهم مشاع از ۱۸ سهم مشاع باستثنای ثمن اعیانی از ۶۳ سهم متعلق به بهزاد مباشری و همچنین موازی چهار سهم مشاع از ۱۸ سهم مشاع به استثنای ثمن اعیانی آن از جمله ۶۳ سهم ذیل ثبت ۵ دفتر ۱۵ صفحه ۲۸۷ متعلق به آقای علی مباشری و سند مالکیت بشماره چاپی به ترتیب ۳۰۷۴۵۶ الف ۸۳، ۳۰۷۴۵۵ الف ۸۳، ۳۰۷۴۵۴ الف ۸۳، ۳۰۷۴۵۳ الف ۸۳ و ۳۰۷۴۵۱ صادر که به علت اسباب کشی مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت آگهی می شود که هر کس نسبت به ملک مورد اگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراحیه اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۱۲/۱۴

مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک جویم- قاسم برخورداری م/الف ۸۶۲

خواص درمانی آب سبزه گندم



اغلب افراد از سبزه گندم برای تزیین سفره هفت سین استفاده می‌کنند، غافل از اینکه سبزه گندم خواص درمانی و زیبایی بی نظیری برای انسان به همراه دارد. سبزه گندم را اغلب برای تزیین سفره هفت سین آماده می‌کنیم غافل از اینکه یک داروی معجزه آساست و به تنهایی می‌تواند ده‌ها نوع بیماری را برطرف کند. علف یا همان سبزه گندم فواید درمانی و سلامتی زیادی دارد. این ماده حاوی ۱۹ اسید آمینه و ۹۲ ماده معدنی است که بدن را قادر می‌سازد در بهترین حالت عملکرد داشته باشد. بهترین بخش این است که برخلاف گندم، این مکمل فاقد گلوتن است. هر قاشق غذاخوری فقط ۱۸ کالری دارد. پودر علف گندم را می‌توان در آب مخلوط کرد تا یک نوشیدنی غذایی ایجاد کرده و یا حتی می‌توان آن را به آب میوه‌ها و اسموتی‌ها اضافه کرد.

برخی از خواص نوشیدنی سبزه گندم

کمک به گوارش غذا

مصرف سبزه گندم می‌تواند فرآیند هضم نرم را تسهیل کند. این گیاه به راحتی قابل هضم است و به پاکسازی روده بزرگ و بازگرداندن سطح اسیدیته به حالت طبیعی کمک می‌کند. همچنین سبزه گندم به حفظ تعادل بین گروه‌های مختلف باکتریایی کمک می‌کند تا دستگاه گوارش شما سالم بماند. اگر از تعادل خارج شوند، می‌توانند بدن را مستعد بیماری و مشکلات سلامتی کنند. سبزه گندم می‌تواند باکتری‌های مضر را از بین ببرد و بدینوسیله باکتری‌های خوب نیز رشد و شکوفا می‌شوند.

سبزه گندم مفید برای کلیه

علف گندم برای کسانی که از بیماری کلیه پلی کیستیک رنج می‌برند بسیار مفید است. مصرف پودر علف گندم به طور مرتب نشان می‌دهد علائم بعدی کیست کلیه از جمله درد شدید کمر و درد شکم را تسکین می‌دهد. علف گندم همچنین به کاهش سرعت رشد کیست کمک می‌کند، بنابراین ریشه مشکل را از بین می‌برد.

کاهش وزن

تعجب می‌کنید، چگونه سبزه گندم باعث کاهش وزن می‌شود؟ خوب، پودر و آب سبزه گندم در مدیریت وزن موثر است. پودر سبزه گندم را می‌توان به آب میوه‌ها یا اسموتی‌ها اضافه کرد و می‌تواند به عنوان جایگزین سالم تری برای سایر مواد طعم دهنده استفاده شود. این ماده انرژی لازم را به بدن می‌دهد و قدرت را افزایش می‌دهد و باعث افزایش مدت زمان ورزش و تسریع در کاهش وزن می‌شود. علاوه بر این، این پودر با تحریک غده تیروئید به کنترل افزایش وزن کمک می‌کند.. همچنین موجب افزایش متابولیسم و جلوگیری از سوء هاضمه و چاقی می‌شود.

درمان کم خونی

ساختار مولکولی کلروفیل موجود در سبزه گندم مشابه ساختار هموگلوبین در خون انسان است. مقادیر زیاد کلروفیل موجود در پودر و آب سبزه گندم، پس از جذب شدن توسط بدن، باعث افزایش تولید خون و هموگلوبین می‌شود. از این رو، کاملاً منطقی است که نتیجه بگیریم که پودر سبزه گندم به درمان کم خونی کمک می‌کند

موثر در بهبود قندخون

فکر می‌کنید چه چیزی در پودر علف گندم برای دیابت مفید است؟ خوب، با تأخیر در جذب کربوهیدرات‌ها به تنظیم قند خون کمک می‌کند. بنابراین، این مکمل می‌تواند دیابت را در مراحل اولیه یا پیشرفته کنترل کند.

سبزه گندم مفید برای دندان

پودر سبزه گندم یک مکمل عالی برای درمان پوسیدگی دندان و سایر مشکلات دندانی است. ماساژ لثه‌ها با پودر سبزه گندم می‌تواند مشکلات لثه را بهبود بخشد و لثه‌های شما را محکم و سفت‌تر کند.

جلوگیری از واریس

سیاه رگ‌های واریسی، که به آن واریس نیز گفته می‌شود، هنگامی اتفاق می‌افتد که رگ‌های شما گشاد، بزرگ و پر از خون شوند. این رگ‌ها غالباً دردناک بوده و ظاهری متورم دارند و به رنگ مایل به آبی و بنفش یا قرمز است. مصرف منظم گندم سیاه به دلیل عملکرد ضد التهابی آن احتمال ابتلا به واریس را کاهش می‌دهد.

کاهش خستگی

خستگی اغلب نمادی از کمبود خواب و سیستم ایمنی ضعیف است که با کمک سبزه گندم می‌توان آن را به طور موثری درمان کرد. این ماده شگفت انگیز حاوی کلروفیل است که به غیر از تقویت سیستم ایمنی بدن، در بازسازی سلول‌ها نیز کمک می‌کند، به نوبه خود به بهبود بدن ما کمک می‌کند و خستگی را کاهش می‌دهد. علاوه بر این، کلروفیل به تقویت سیستم آدرنال ما کمک می‌کند، که برای جلوگیری از خستگی مزمن ضروری است.

اثرات جانبی سبزه گندم

در اینجا چند عارضه جانبی مرتبط با سبزه گندم وجود دارد که باید از آن‌ها آگاه باشید:

سر درد و حالت تهوع با سبزه گندم: برخی از افراد بعد از مصرف آب سبزه گندم حالت تهوع را تجربه می‌کنند. همانطور که قبلاً ذکر شد، علف گندم از کلروفیل زیادی تشکیل شده است. این امر با القاء بافت‌ها به آزاد شدن عناصر سمی ذخیره شده در فرآیند حذف سموم کمک می‌کند. این آزاد شدن ناگهانی عناصر سمی می‌تواند منجر به حالت تهوع شود که اغلب با سردرد و سرگیجه شدید همراه است.

علاوه بر سردرد و حالت تهوع، برخی از علائم شایع مسمومیت عبارتند از:درد معده، تورم پوست، سرفه، احتقان بینی و تب خفیف.

اسهال با سبزه گندم: از مصرف اضافه علف گندم خودداری کنید. مصرف روزانه آن خوب است، اما بیشتر از آن می‌تواند منجر به اسهال حاد به دلیل ناتوانی سیستم گوارشی در هضم آن شود.

آلرژی با سبزه گندم: افرادی که موارد حساسیت به گندم در گذشته دارند، باید از مصرف علف گندم خودداری کنند. اگر بعد از مصرف این عمل واکنشی ایجاد شد، بلافاصله با پزشک مشورت کنید.

چگونه می‌توان از پودر و آب علف گندم استفاده کرد؟

دو روش وجود دارد که می‌توانید از آن از پودر سبزه گندم استفاده کنید:به عنوان یک مکمل خشک یا به شکل آب میوه. بهترین راه این است که ۳ گرم پودر سبزه گندم (۱ قاشق چایخوری) را در آب گرم اضافه کرده و مخلوط کنید. هر روز آن را با معده خالی بنوشید. اگر طعم آن را دوست ندارید، با پودر سبزه گندم و میوه‌های تازه یک اسموتی درست کنید و یک تکه لیمو اضافه کنید.

یک کلمه جادوئی

واقعیت این است که ناسپاسی، هم به فردی که مورد ناسپاسی قرار گرفته صدمه می‌زند و هم به فرد ناسپاس چرا که فرد ناسپاس به‌جای پیدا کردن دوست، دشمن می‌یابد.

احساس سپاسگزار بودن به تنهائی کافی نیست. این احساس باید بروز داده شود. شاید آن دانشجو واقعاً از کار من سپاسگزار بود اما با اظهار نکردن، این احساس از بین رفت. کلمه «متشکرم» می‌توانست تفاوت زیادی ایجاد کند.

وقتی فردی باعث آزردگی ما می‌شود باید از خود بپرسیم که آیا نشانه‌هائی از این شخصیت آزاردهنده در وجود خود ما هم نیست؟ من از خودم می‌پرسم چه تعدادی از ما سپاسگزار کارهای کوچک بی‌شماری هستیم که دیگران با مهربانی برای ما انجام می‌دهند تا زندگی را برای ما آسان‌تر سازند؟

واقعاً چه تعدادی از ما به خاطر داشتن موهبت زندگی سپاسگزار هستیم در حالی که آزادی، عدالت و امنیت را حق مسلمی برای خود می‌پنداریم؟ چه تعدادی از ما قدردان هدیه شگفت‌انگیز زندگی هستیم؟ آیا به اندازه کافی این قدردانی را به خالق زندگی ابراز می‌کنیم؟

جواب صادقانه به هر پرسش به‌طور غم‌انگیزی روشن است. کافی نیست نه اصلاً کافی نیست. تصمیم گرفتم که راه‌حلی بیابم. بعد از این، از همه افرادی که گذران زندگی را برایم آسان می‌کنند تشکر خواهم کرد. پیشخمت، مسئول آسانسور، رانندگان تاکسی و هر کس دیگری. البته نه با گفتن کلماتی از روی بی‌تفاوتی و خالی از احساس. به خود هر روز خاطر نشان نیم که هر لحظه از حیات بی‌اندازه ارزش دارد. سپاس خود را به خدا نه فقط با دعا خواندن بلکه با زندگی به همان روشی که خدا دوست دارد ما زندگی کنیم، نشان دهیم.

اصل اساسی که در نشان دادن سپاسگزاری دریافتم این است که هم‌اکنون سپاسگزار باشید هنگامی‌که احساس سپاسگزاری تازه و نیرومند است آن را ابراز کنید. عمل کنید قبل از اینکه انگیزه ناگهانی سپاسگزار بودن در شما از بین برود.

سپاسگزار بودن به این معنا امر ساده‌ای نیست. من معتقدم که چندین مرحله دارد. آشناترین نوع آن احساس خود به خود طبیعی سپاس بابت منافعی است که دریافت می‌کنیم. مرحله دوم سپاسگزاری، نه تنها برای لذت‌ها و مزایای زندگی، بلکه برای اتفاقات و سختی‌ها هم هست. این نوع سپاسگزاری نشانه شناخت و بلوغ فکری ما است چرا که تشخیص دادیم که سختی‌ها و مشکلات هم ارزشمند هستند. همه ما داستان افراد معمولی را شنیده‌ایم که چگونه ایستادگی کردند و تلاش کردند تا بر معلولیت خود پیروز شوند و در نهایت قهرمان هم شدند.

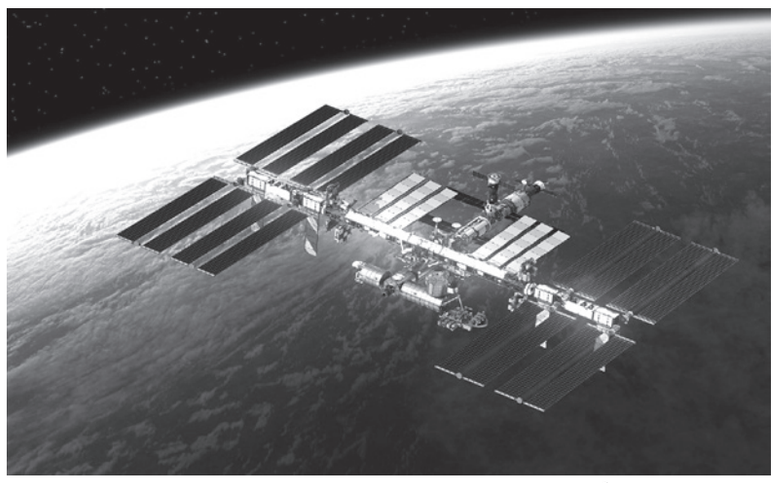
سومین مرحله سپاسگزاری مرا به یاد شعری می‌اندازد که در آن دو نوع تشکر وجود دارد. یی زمانی که کمکی از کسی دریافت می‌کنیم و خود به خود تشکر می‌کنیم و نوع دوم و باارزش آن یعنی هنگامی‌که به دیگران کمک می‌کنیم. به‌عبارتی از اینکه فرصت کمک به دیگران به ما داده شده سپاسگزاری می‌کنیم. تا جائی‌که خود را فراموش می‌کنیم. یعنی مانی که در انجیل در مورد راز خشنودی حقیقی به ما گفته شده است: اگر احساس سپاسگزار بودن را در خود افزایش دهید و با خشنودی آن را ابراز کنید. هم اطرافیان خود را شادتر می‌کنید و هم خود خشنودتر خواهید شد.

بشر چه زمانی شروع به دفن مردگان خود کرد؟

بررسی‌ها نشان می‌دهد که قدمت عمل دفن مردگان به زمان نئاندرتال‌ها می‌رسد. قدیمی‌ترین تدفین شناخته شده حدود ۱۳۰ هزار سال قدمت دارد با این حال نمی‌توان مطمئن بود که بشر از چه زمانی شروع به دفن مردگان خود کرده است. دفن مردگان شاید در ابتدا عملی بر پایه مذهب باشد، این امر نشان می‌دهد که انسان‌ها در آن زمان نگران بودند که پس از مرگ چه اتفاقی می‌افتد. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد نئاندرتال‌ها مردگان خود را با ابزار و استخوان دفن می‌کردند.

تاریخچه تشییع جنازه انسان موضوعی دشوار برای مطالعه به شمار می‌رود. معمولا حیوانات کار خاصی با اجساد مردگان خود نمی‌کنند و اگر به اندازه کافی به گذشته برگردیم، انسان‌ها نیز رفتار مشابهی داشتند. درواقع در مقطعی از زمان بشر از رها کردن اجساد به دفن کردن آن‌ها رسیده است، شناسایی زمان دقیق این تغییر چالش‌برانگیز به شمار می‌رود. قدیمی‌ترین تدفین به زمان نئاندرتال‌ها می‌رسد، اما بقایای به جا مانده از سوزاندن یک زن بومی استرالیا در نزدیکی دریاچه مونگو نشان می‌دهد که قدیمی‌ترین محل سوزاندن اجساد ۴۰ هزار سال قدمت دارد.

آیا بدون همکاری روسیه، ایستگاه فضایی بین‌المللی سقوط می‌کند؟



با وجود تهدید رئیس آژانس فضایی روسیه مبنی بر احتمال سقوط ایستگاه فضایی بین‌المللی و در حالی که ماژول رانشگر اولیه این ایستگاه متعلق به روسیه است، این سوال پیش می‌آید که آیا ایستگاه فضایی بدون پشتیبانی این رانشگر روسی می‌تواند در مدار بماند؟

ساعاتی پس از اینکه روز پنجشنبه «ولادیمیر پوتین» رئیس جمهور روسیه به ارتش خود دستور حمله به اوکراین را صادر کرد، رئیس آژانس فضایی روسیه در تهدیدی غیر مستقیم اعلام کرد که ممکن است ایستگاه فضایی بین‌المللی بر زمین سقوط کند.

این سناریو که «دیمیتری روگوزین» مدیرکل «روسکاسموس» در حساب کاربری توییتر خود نوشت، احتمالا به دلیل تحریم‌های جدید اعمال شده علیه روسیه توسط ایالات متحده و متحدانش در ناتو بوده است.

وی در آن توییت نوشت: اگر همکاری با ما را متوقف کنید، چه کسی ایستگاه فضایی بین‌المللی را از یک خروج از مدار کنترل نشده و سقوط روی ایالات متحده یا اروپا نجات می‌دهد؟

«روگوزین» در ادامه نوشت: همچنین احتمال سقوط این سازه ۵۵۱ تنی بر روی کشورهای هند و چین وجود دارد. آیا می‌خواهید آنها را با چنین چشم اندازی تهدید کنید؟

در حالی که به نظر می‌رسد این یک تهدید اغراق آمیز و بی پایه و اساس است، اما غیرممکن هم نیست. ایستگاه فضایی بین‌المللی در مدار نزدیک زمین مستقر است که دسترسی به آن را آسان‌تر می‌کند.

اما همچنین کشش اتمسفر در این مدار، زیاد است که سرعت آن را کاهش می‌دهد و هرچه یک جسم در این مدار، کندتر حرکت کند، به ورود مجدد به جو و سوختن در آن نزدیک‌تر می‌شود.

به همین دلیل است که فضاپیمای «پروگرس» متعلق به روسیه معمولاً برای تقویت دوره‌ای ایستگاه فضایی بین‌المللی به منظور حفظ ارتفاع استفاده می‌شود و با هر بار تکرار این کار، آن را از ورود به جو زمین و سوختن و سقوط روی زمین نجات می‌دهد و اگر این فرآیند لغو شود، ایستگاه فضایی بین‌المللی به روش دیگری برای حفظ خود نیاز دارد.

ایستگاه فضایی بین‌المللی با سرعتی باورنکردنی حرکت می‌کند تا در بالای افق زمین در مدار باقی بماند. این فضاپیما تقریباً با سرعت بیش از ۲۸ هزار کیلومتر در ساعت، هر ۹۰ دقیقه یک دور به دور زمین می‌چرخد. ارتفاع متوسط آن ۴۰۰ کیلومتر است، اما حتی با وجود این ارتفاع، هنوز ذرات ریزی وجود دارند که به سطح ایستگاه فضایی بین‌المللی برخورد می‌کنند و با هر ضربه‌ای سرعت آن را کاهش می‌دهند.

در مجموع، این ذرات باعث می‌شوند این ایستگاه عظیم که به اندازه یک زمین فوتبال است، به تدریج سرعت خود را از دست بدهد که این کاهش سرعت به این معنی است که مدار آن تحلیل می‌رود و به ورود مجدد به جو زمین نزدیک می‌شود. برای مقابله با این موضوع، فضاپیمای روسی موسوم به «پروگرس ام‌اس-۱۹» Progress MS- ۱۹ که به ایستگاه فضایی متصل است و بخش روسی این ایستگاه محسوب می‌شود، مانورهای تقویت مجدد را برای حفظ ایستگاه فضایی بین‌المللی در مدار انجام می‌دهد.

اگر «پروگرس» خاموش یا غیرفعال شود و یا حتی به خواست روسیه از ایستگاه فضایی جدا شود، ممکن است مانورپذیری ایستگاه فضایی را کاهش دهد که همان چیزی است که به نظر می‌رسد منظور رئیس «روسکاسموس» بوده است.

«روگوزین» در ادامه توییت خود افزود: ایستگاه فضایی بین‌المللی از فراز روسیه نمی‌گذرد، بنابراین همه خطرات برای شماست. برای آن آماده هستید؟

این خطرات همیشه وجود دارند، زیرا ایستگاه فضایی بین‌المللی هر ۹۰ دقیقه بر فراز چندین قاره پرواز می‌کند. اما فضاپیمای «پروگرس» تنها روش برای تقویت مجدد ایستگاه فضایی نیست، چرا که سایر ماژول‌های این ایستگاه نیز دارای پیشرانه‌هایی هستند که در صورت نیاز می‌توانند آن را تقویت و تسریع کنند.

در گذشته، شاتل‌های فضایی ناسا این مانورها را برای ایستگاه فضایی بین‌المللی انجام می‌دادند. اما اکنون شاید یکی از وسایل نقلیه تجاری، شاید یکی از کپسول‌های «دراگون» متعلق به شرکت فضایی خصوصی «اسپیس‌ایکس» بتواند به عنوان جایگزینی بالقوه برای تقویت مجدد ایستگاه فضایی بین‌المللی عمل کند.

اما این کار احتمالاً ضروری نخواهد بود، چرا که با وجود تحریم‌های جدید آمریکا علیه روسیه پس از تهاجم این کشور به خاک اوکراین، ناسا اعلام کرده است که همکاری در فضا میان ایالات متحده و روسیه بدون مانع ادامه خواهد یافت.

سخنگوی ناسا گفت: ناسا به همکاری با همه شرکای بین‌المللی خود از جمله شرکت فضایی دولتی «روسکاسموس» برای عملیات ایمن مداوم ایستگاه فضایی بین‌المللی ادامه می‌دهد. همکاری فضایی غیرنظامی آمریکا و روسیه ادامه خواهد یافت و هیچ تغییری در پشتیبانی ناسا برای عملیات مداوم در مدار و ایستگاه زمینی برنامه‌ریزی نشده است.

در هر حال تا زمانی که روسیه تدابیر شدیدی را برای قطع مشارکت مدنی خود با ناسا و سایر آژانس‌های فضایی مانند آژانس فضایی اروپا اتخاذ نکند، ماموریت های علمی و تجاری در ایستگاه فضایی بین‌المللی ادامه خواهد داشت.

ترفندهایی برای ساخت پسوردهای غیرقابل هک

پرکاربردترین کلمه‌ای که در گذرواژه‌ها به کار می‌رود Sam، Anna و Alex است که معرض خطر کشف سریع قرار دارند.

به رغم اینکه اسرار شخصی بسیاری از مردم جهان در دستگاه‌های هوشمند آن‌ها ذخیره شده است، مردم همچنان برای حفظ و صیانت از این اسرار پسوردهای بسیار ساده و قابل حدسی به کار می‌گیرند.

به‌کارگیری گذرواژه‌های ساده و قابل حدس باعث شده است تا اسرار مردم به طور گسترده‌ای در معرض رخنه هکرها قرار گیرد.

کارشناسان امنیتی اعلام کردند بیش از ۳۴ میلیون نفر در فضای مجازی از گذرواژه‌هایی استفاده می‌کنند که آن‌ها را در معرض حمله و آسیب قرار داده است.

بر اساس تحقیقی که از سوی شرکت کارت‌های اعتباری Dojo و مرکز ملی امنیت سایبری (NCSC) از طریق تحلیل صد هزار کلمه عبور هک‌شده انجام گرفته، شماری از گذرواژه‌هایی که احتمال کشف شدن‌شان بسیار زیاد است در رسانه‌ها در اختیار مردم قرار گرفت.

یکی از مواردی که بسیار به کار می‌رود نام حیوانات خانگی افراد است، به نحوی که استفاده افراد از نام حیوانات خانگی‌شان باعث هک شدن سریع گذرواژه‌هایشان شده است.

نوع دوم از گذرواژه‌های ضعیف هم نام شخص، نام حیوان، عواطف و احساسات یا غذاها هستند که به سرعت می‌توان کشف‌شان کرد.

پرکاربردترین کلمه‌ای که در گذرواژه‌ها به کار می‌رود Sam، Anna و Alex است، به‌علاوه کلماتی که دربرگیرنده نام حیوانات و واژه‌هایی مانند Dog و Cat هستند نیز در معرض خطر کشف سریع قرار دارند.

همان‌طور که سال‌ها هشدار داده شده، گذرواژه ۱۲۳۴۵۶ که گذرواژه‌ای قابل یادآوری است یکی از پرکاربردترین و البته سهل‌الوصول‌ترین گذرواژه برای هکرهاست.

پالایش صورت‌گرفته از سوی این شرکت پرکابردترین گذرواژه‌های پرخطر در جهان را به این ترتیب ذکر کرده است:

۱۲۳۴۵۶(بیش از ۲۳.۲ میلیون کاربر)
۱۲۳۴۵۶۷۸۹ (بیش از ۷.۷ میلیون کاربر)
Qwerty (بیش از ۳.۸ میلیون کاربر)
Password (بیش از ۳.۶ میلیون کاربر)
۱۱۱۱۱۱ (بیش از ۳.۱ میلیون کاربر)

کارشناسان به منظور ساخت گذرواژه‌های قوی توصیه‌هایی به کاربران کرده‌اند که برخی از آن‌ها عبارت‌اند از:

از ترکیبی از کارکتر، شماره و حروف بزرگ در ساخت گذرواژه استفاده کنید.

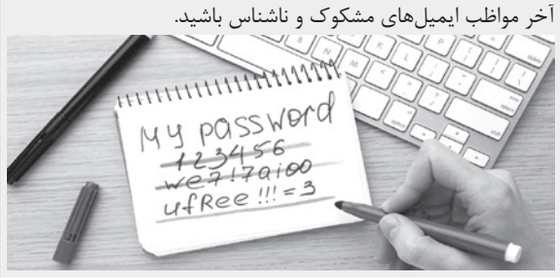
سعی کنید گذرواژه خود را طولانی و متشکل از ۸ تا ۱۲ حرف انتخاب کنید.

از به‌کارگیری واژه‌هایی که بیانگر اطلاعات شخصی شماست اجتناب کنید.

حروف یا شماره‌های متوالی و پشت سر هم را به کار نبرید.

گذرواژه را در مرورگر خود ذخیره نکنید.

از یک گذرواژه برای ورود به حساب‌های مختلف استفاده نکنید؛ و دست آخر مواظب ایمیل‌های مشکوک و ناشناس باشید.



فناوری های امیدوارکننده برای درمان سرطان

در سال‌های اخیر پیشرفت‌های زیادی در روش‌های درمان سرطان به وجود آمده است؛ در نتیجه بیماران مبتلا به سرطان و پزشکان گزینه‌های بیشتری برای درمان دارند. سرطان نه تنها برای بیماران بلکه برای پزشکان هم کابوس بزرگی است، زیرا در میان بیماری‌هایی قرار می‌گیرد که درمان آن دشوار است. در بسیاری از موارد، تشخیص آن به دلیل علائمی که اغلب به وجود می‌آیند پس از وخامت اوضاع ظاهر نمی‌شود. تشخیص زودهنگام اولین اقدامی است که می‌تواند در مقابله با این بیماری کمک کند.

علاوه بر درمان‌های فعلی مانند شیمی درمانی، پرتودرمانی و جراحی، فناوری و تلاش متخصصان به ارائه بسیاری از گزینه‌های درمانی جدید کمک می‌کند که امیدی برای مقابله با سرطان ایجاد می‌کند.

معاینه بیوپسی مایع: برخلاف معاینه بیوپسی سنتی که بر برداشتن یک تکه از بافت یا سلول‌های بدن متکی است، متخصصان روش مدرن متفاوتی به نام معاینه بیوپسی مایع ارائه کرده اند که به نظارت بر سلول‌های سرطانی در گردش (CTC) که از تومور اولیه جدا می‌شوند کمک می‌کند. این روش فقط در جریان خون قابل تشخیص است و باعث درد نمی‌شود. متخصصان به دنبال استفاده از آن برای نظارت بر انواع سرطان از جمله سرطان ریه، سینه، دهانه رحم وکولورکتال هستند.

فناوری درمانی CAR-T: این فناوری درمانی به محافظت در برابر عود سرطان کمک می‌کند و بر تبدیل یا افزایش توانایی سلول‌های T ایمنی بیمار برای هدف قرار دادن آنتی ژن‌های سلول‌های سرطانی تکیه می‌کند، یعنی سلول‌های ایمنی را هدایت می‌کند تا به تنهایی با آن آنتی ژن‌ها مبارزه کنند. این تکنیک برای بیمارانی مفید است که سرطان آن‌ها عود کرده و داروهایشان کمکی نکرده است.

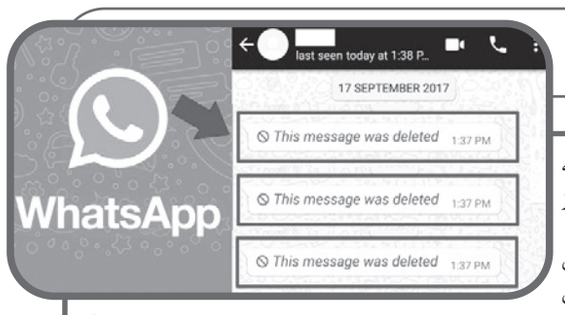
عکاسی FLI: این فناوری به غربالگری بیماران مبتلا به سرطان سینه با تشخیص اینکه آیا پروتئین‌های خاصی وجود دارد که باعث رشد سلول‌های سرطانی می‌شود، کمک می‌کند؛ براساس برنامه درمانی مناسب می‌توان برای جلوگیری از رشد آن سلول‌های بدخیم اقدام کرد.

میکروب درمانی: شاید عجیب و تکان دهنده به نظر برسد، اما مداخله میکروب‌ها در بسیاری از درمان ها، از جمله درمان سرطان و میکروبی درمانی یا استفاده از میکروب ها، یکی از فناوری‌های مدرنی است که درمان سرطان را بهبود می‌بخشد. این نوع درمان از میکروبیوم برای تقویت پاسخ سیستم ایمنی به سرطان و سرکوب پاسخ ایمنی که می‌تواند شرایط را بدتر کرده و مشکلات التهابی ایجاد کند، استفاده می‌کند.

MP-MRI: یک فناوری متفاوت از MRI معمولی، معاینه دقیق تری از رگ‌های خونی در تومورهای پروستات را فراهم می‌کند که به تعیین روش درمانی بهینه برای بیمار کمک می‌کند.

هوش مصنوعی: این یکی از برجسته‌ترین فناوری‌های مدرن در ارتباط با سرطان است و اثربخشی خود را در افزایش امکان تشخیص بیماری و ارزیابی پاسخ به درمان به همراه یک پیشنهاد ثابت کرده است.

ذخیره پیام‌های حذف شده در واتساپ



واتساپ چندی پیش توانایی حذف پیام‌های ارسال شده را اعلام کرد. این مورد در مواردی مفید است که به دلایلی نمی‌خواهید گیرنده، پیام را بخواند. اما اگر واقعاً می‌خواهید پیام حذف شده را بخوانید، می‌توانید از برنامه WhatsRemoved+ موجود در گوگل پلی استفاده کنید. این برنامه پیام را به محض اینکه در اعلان شما ظاهر شد، ضبط می‌کند و به این ترتیب حتی اگر فرستنده، پیام را حذف کند، همچنان در برنامه ذخیره می‌شود.

در ادامه نحوه ذخیره کردن پیام‌های حذف شده در واتساپ آمده است:

مرحله ۱: برنامه WhatsRemoved+ را از گوگل پلی نصب کنید.

گام ۲: برنامه را راه اندازی کنید و با شرایط و ضوابطی که برنامه نشان می‌دهد موافقت کنید. این برنامه همچنین برای دسترسی به اعلان‌های شما مجوز درخواست می‌کند که در صورت موافقت، شما را برای احراز هویت مجوز به تنظیمات می‌برد.

مرحله ۳: در این حالت برنامه WhatsApp را از فهرست برنامه‌هایی که ظاهر می‌شوند انتخاب کنید.

مرحله ۴: سپس برنامه از شما می‌پرسد آیا می‌خواهید، فایل‌های حذف شده را ذخیره کند یا خیر.

اکنون همه چیز با برنامه WhatsRemoved+ آماده شده است. همه پیام‌های واتساپ که به تلفن شما می‌رسند و در اعلان‌های شما نشان داده می‌شوند، برای مشاهده ذخیره می‌شوند، حتی اگر پیام حذف شود.

امکانات جالب و جذاب در گوشی های اندروید

اندروید دارای امکانات زیادی است که بسیاری از افراد از برخی از این امکانات آگاه نیستند. اندروید محبوب‌ترین و همه‌کاره‌ترین سیستم‌عامل برای گوشی‌های هوشمند کنونی است. تقریبا ۸۶ درصد از سهم فروش در بازار گوشی‌های هوشمند، به اندروید اختصاص دارد. دلیل چنین محبوبیتی این است که اندروید منبع باز است و از سوی دیگر، بسیار انعطاف‌پذیر و قابل‌تنظیم است. علاوه بر این، وقتی گوشی هوشمند شما اندرویدی است می‌توانید هزاران برنامه کاربردی در گوشی خود داشته باشید. اندروید دارای امکانات بی‌نهایتی است که بسیاری از افراد از برخی از این امکانات آگاه نیستند.

نوتیفیکیشن‌ها را سفارشی‌سازی کنید

اندروید به شما امکان می‌دهد که نوتیفیکیشن‌ها را به‌گونه‌ای تنظیم کنید که برخی از مخاطبان برجسته‌تر باشند. اکنون می‌توانید پیام‌ها را به صورتی تنظیم کنید که در بالای سایر برنامه‌های در حال اجرا ظاهر شوند. برای این کار کافی است که این گزینه را در قسمت تنظیمات روشن کنید و مخاطب را در اولویت قرار دهید. همچنین، تنظیمات دیگری نیز که می‌توانید با گوشی اندرویدی انجام دهید این است که از میان سه گزینه، یکی از گزینه‌ها را انتخاب کنید. این سه گزینه عبارت‌اند از: همه مکالمات ظاهر شوند، مکالمات انتخابی ظاهر شوند و هیچ چیز ظاهر نشود.

برای بهبود عملکرد گوشی خود، مانند کامپیوتر از آن مراقبت کنید

اگرچه اندروید عملکردهای متنوع‌تری نسبت به ios دارد، اما برای اینکه اجرای روانی داشته باشد نیاز به مراقبت بیشتری دارد. اگرچه شما نمی‌توانید کار زیادی برای ارتقاء پردازنده گوشی خود انجام دهید، اما می‌توانید با استفاده از ترفندهایی، گوشی خود را بهینه‌سازی کنید. گوشی‌های اندرویدی دقیقا مثل کامپیوترهای شخصی نیاز به مرتب‌سازی منظم دارند. چندین برنامه وجود دارند که می‌توانند در این زمینه به شما کمک کنند که یکی از این برنامه‌ها All-In-One نام دارد.

بااین‌حال، بدون این برنامه‌ها نیز می‌توانید گوشی خود را مرتب کنید. برای این کار، برنامه‌های قدیمی و برنامه‌هایی که استفاده نمی‌کنید را حذف کنید، ابزارک‌هایی که استفاده نمی‌کنید را حذف کنید و همچنین، فرایندهای غیرضروری در گوشی را متوقف کنید. برای این کار، لازم است به قسمت تنظیمات و سپس، اپلیکیشن‌ها بروید و پس از آن در بخش برنامه‌های در حال اجرا، به آنچه فضای زیادی از رم را اشغال می‌کند را به‌صورت دستی پایان بدهید.

مطمئن شوید که در صورت گم شدن گوشی، آن را بازمی‌گردانید

هیچ راه مطمئنی وجود ندارد که تضمین کند اگر گوشی خود را در معرض دید عموم قرار دهید، آن را دوباره خواهید دید. بنابراین، مهم است که برای این شرایط راه‌حل داشته باشید. شما می‌توانید با استفاده از تنظیمات گوشی خود، احتمال بازگرداندن آن را افزایش دهید. برای این کار به قسمت تنظیمات و سپس امنیت بروید. پس از آن در قسمت اطلاعات مالک، اطلاعات تماس خود را ثبت کنید. این اطلاعات بر روی صفحه قفل گوشی نشان داده می‌شوند و کمک می‌کنند که در صورت گم شدن گوشی، یابنده آن را به شما بازگرداند.

در صفحه قفل گوشی، اطلاعات مفید را مشاهده کنید

آیا می‌دانستید که می‌توانید ویجت‌ها را بر روی صفحه قفل گوشی مشاهده کنید؟ این بدین معنی است که اگر تنها می‌خواهید برخی از اطلاعات اولیه را مشاهده کنید دیگر نیازی نیست که قفل صفحه را باز کنید. برای انجام این کار، به تنظیمات و سپس امنیت بروید و بر روی «فعال کردن ویجت‌ها» ضربه بزنید.

سپس به صفحه قفل گوشی بروید و انگشتتان را به سمت چپ بکشید. با این کار، یک علامت «+» بزرگ را می‌بینید. وقتی آن را انتخاب می‌کنید می‌توانید ویجت‌های موردنظر خود را برای نشان داده شدن در صفحه قفل گوشی انتخاب کنید. درصورتی که هنوز برای خرید گوشی اندرویدی مناسب تصمیمی نگرفته‌اید، ما به شما گوشی note ۱۰ pro را پیشنهاد می‌کنیم. گوشی شیائومی نوت ۱۰ پرو ۱۲۸ گیگ نسبت به ویژگی‌هایی که دارد از قیمت خوبی برخوردار است. بنابراین، اگر قصد خرید گوشی اندرویدی دارید، شیائومی نوت ۱۰ پرو را در نظر داشته باشید.

به گزینه‌های مخفی توسعه‌دهنده دسترسی پیدا کنید

برای اینکه درک کنید اندروید چقدر قابل‌تنظیم است، حالت توسعه‌دهنده مخفی را فعال کنید. برای این کار به قسمت تنظیمات تلفن بروید و هفت بار بر روی شماره ساخت (build number) ضربه بزنید. سپس دستگاه باید جمله‌ای مثل «شما اکنون یک توسعه‌دهنده هستید!» به شما بگوید. پس از انجام این کار به تنظیمات سیستم گوشی برگردید و احتمالا اکنون می‌توانید گزینه‌های توسعه‌دهنده را مشاهده کنید. یکی از کارهای جالبی که می‌توانید در این قسمت انجام دهید این است که زمان لازم برای اجرای انیمیشن‌ها را کاهش دهید و درنتیجه سرعت گوشی خود را افزایش دهید. این کار را می‌توانید با رفتن به قسمت مقیاس انیمیشن (animation scale) و خاموش کردن آن انجام دهید. سفارشی‌سازی‌های دیگری نیز در این قسمت وجود دارند که می‌توانید از آن‌ها استفاده کنید. بااین‌حال، سعی نکنید که همه‌چیز را تغییر دهید، مگر اینکه بدانید چه کاری انجام می‌دهید.

وضوح صفحه‌نمایش گوشی را کاهش دهید

یکی از راه‌های عالی برای صرفه‌جویی در باتری این است که وضوح صفحه‌نمایش گوشی را کاهش دهید. از سوی دیگر، وضوح بالای صفحه‌نمایش می‌تواند منجر به تاخیر در اجرای برنامه‌ها یا داغ شدن گوشی در زمان انجام بازی‌های سنگین شود. این مسئله باعث می‌شود که پردازنده گوشی تحت‌فشار قرار گیرد. بنابراین، ممکن است بخواهید وضوح صفحه‌نمایش گوشی خود را کاهش دهید. برای کاهش صفحه‌نمایش گوشی بدون نیاز به روت کردن آن، به یک کامپیوتر نیاز دارید. شما می‌توانید با استفاده از دستورات ADB، تراکم پیکسل و وضوح صفحه‌نمایش گوشی را کاهش دهید.

در نهایت، اندروید یک سیستم‌عامل بسیار قدرتمند و نوآورانه است که اغلب در پشتیبانی از تکنولوژی جدید از ios اپل جلوتر است.

آگهی ابلاغ دادنامه

پرونده کلاسه ۱۴۰۰۱۲۹۲۰۰۰۳۷۱۹۷۴۰ شعبه دوم دادگاه عمومی (حقوقی) دادگستری شهرستان لارستان تصمیم نهایی شماره ۱۴۰۰۱۲۳۹۰۰۰۴۲۴۹۲۰

خواهان: آقای مریم احمدی فرزند گل آقا با وکالت آقای مهران درتاج فرزند ابوالحسن به نشانی استان فارس - شهرستان لارستان - لار - شهر جدید- خیابان دانشجو ۱ - بلوک ۱ - دفتر وکالت مهران درتاج

خوانده: آقای پرویز شیخی فرزند آفتاب گل به نشانی مجهول المکان

خواسته ها: ۱. اثبات زوجیت ۲. ثبت واقعه ازدواج ۳. مطالبه مهریه

گردش کار به تاریخ ۱۴۰۰/۱۱/۲۴ در وقت فوق العاده شعبه دوم دادگاه حقوقی لارستان به تصدی امضاء کننده زیر تشکیل است پرونده کلاسه ۰۰۰۱۰۹۲ شعبه دوم حقوقی تحت نظر است دادگاه با عنایت به محتویات پرونده ختم رسیدگی را اعلام و به شرح زیر مبادرت به انشاء رای می نماید .

رای دادگاه:

در خصوص دعوی مریم احمدی فرزند گل آقا با وکالت مهران درتاج به طرفیت پرویز شیخی فرزند آفتاب گل به خواسته ۱- اثبات زوجیت ۲-ثبت واقعه ازدواج با عنایت به محتویات پرونده و مفاد دادخواست تقدیمی و مستندات پیوست از جمله استشهادیه محلی پیوست دادخواست و با توجه به سایر قرائن و امارات موجود در پرونده ، دادگاه دعوی خواهان را وارد تشخیص و مستندا به ماده ۱۹۸ از قانون آیین دادرسی دادگاه های عمومی و انقلاب در امور مدنی و ماده ۱۰۶۲ قانون مدنی و مواد ۲۰ و ۲۱ و ۴۹ قانون حمایت خانواده ۱۳۹۱ حکم پر اثبات رابطه زوجیت دائم فیمابین طرفین در مورخ ۱۳۹۵/۰۵/۰۳ با میزان مهریه یک میلیون افغانی وجه رایج افغانستان به صورت عندالمطالبه و الزام خوانده به ثبت واقعه ازدواج بین طرفین در یکی از دفاتر رسمی ثبت ازدواج را صادر و اعلام می دارد. و در خصوص دیگر خواسته خواهان مبنی بر مطالبه مهریه به میزان یک میلیون پول افغانی با التفات به اینکه به موجب بند ب ماده ۱۱۳ قانون پنج ساله ششم توسعه اقتصادی ، اجتماعی و فرهنگی جمهوری اسلامی ایران خواهان می بایست بعد از ثبت واقعه ازدواج بدوا از طریق اجرای ثبت اسناد مهریه خود را مطالبه نماید که چنین اقدامی صورت نگرفته است و دعوا با این کیفیت قابلیت استماع را ندارد. مستندا به ماده ۲ قانون آیین دادرسی مدنی قرار عدم استماع دعوا را صادر و اعلام می دارد. رای صادره نسبت به خواهان حضوری و نسبت به خوانده غیابی و ظرف مهلت ۲۰ روز پس از ابلاغ قابل واخواهی در این دادگاه و سپس ظرف ۲۰ روز قابل تجدید نظر خواهی در محاکم محترم تجدید نظر استان فارس می باشد.

احمد یعقوبی- رئیس شعبه دوم دادگاه عمومی حقوقی لارستان

م/الف ۸۶۴

فضای خاطره بوی گلاب می گیرد

حاج «جعفر روئینا» پدر زنده‌یاد «خلیل روئینا» شاعر فقید و نامی لارستان درپی درگذشت فرزند خود شعری سروده که در ادامه می‌خوانید:

عروج یاس که دارد شتاب می گیرد
فضای خاطره بوی گلاب می گیرد
دمی که سدّ سعادت شکاف بردارد
رخ «خلیل» مراهم به قاب می گیرد
و اشک دیده ی بابا که می شود باران
درون خنده ی آبش حباب می گیرد
بدیدم عارف شهرم به شانه ها بردند
تپیده قلب من و اضطراب می گیرد
در آسمان و غروبش که عکس تو پیدا ست
در حیرتم که شفق را به قاب می گیرد
شب وداع، وداع سهیل با خورشید
وداع سرخ تو نور از شهاب می گیرد
خزان، درخت مرا باز می کند عریان
و شاخ سبز درختش که خواب می گیرد
دوباره رقص قلم را گرفته است عزا
«خلیل» لحظه ی رفتن شتاب می گیرد

سلسله موی تو

دوش آخر سخن از سلسله موی تو بود
داستان تو و آن قصه گیسوی تو بود
شب دیجور و تنور و غم تنهایی بود
فارغ از هر سخنی در شکن موی تو بود
چشم از آتش سرخ شب دیجور نخفت
آن هم از عاقبت سرخی چون روی تو بود
شمع و پروانه و گل یکسره در آتش سوخت
آن هم از آتش عشق رخ مه روی تو بود
ما و دل هر دو ولی واله و تنها ماندیم
چون که شیدا زده از طاق دو ابروی تو بود
دامنم پاک و دلم گرم به رؤیای تو بود
چون که در دام تو و نرگس جادوی تو بود
غم هجران تو بود و دلم آرام نبود
بس که آزرده از آن قامت دلجوی تو بود
سال ها از دل تاریک زمان رفت و برفت
هر بلایی به گریبان من از سوی تو بود
آن همه شب که «سعادت» ز رخ و طره نوشت
آن هم از موهبت سلسله موی تو بود

سید ابوالقاسم سعادت

کرونا که چیزی نیست...

هر ویروس برای آنکه خودش را تکثیر کند به بدنی محتاج است، به میزبانی که پذیرایش باشد. ویروس اگر بر در و دیوار بماند و کسی به او دست نزند، سرانجام از بین خواهد رفت.

هر رذیلتی نیز به بدنی محتاج است، به تنی که آن را در خود جا بدهد.

دروغ اگر روی زمین افتاده باشد و کسی آن را بر ندارد، خواهد مرد. اما دروغ را که در دهان می‌گذاری جان می‌گیرد؛ دروغ را که می‌گویی زنده می‌شود و خودش را می‌سازد و تکثیر می‌کند و سرایت می‌کند از این دهان به آن دهان.

نفرت اگر روی زمین افتاده باشد، خودش خواهد مرد اما وقتی آن را بر می‌داری و در دلت می‌گذاری، از تو تغذیه می‌کند تا بزرگ شود. حیات او ممات تو خواهد شد. تنت میزبان نفرت می‌شود. او تمام تو را می‌خورد تا زنده بماند. تو هر روز متنفرتر و متنفرتر می‌شوی تا نفرت جان بگیرد. تو می‌میری تا نفرت زنده بماند.

حسادت هم همین است، خشمگینی و کینه‌ورزی و بدخواهی و حیله‌گری و دسیسه چینی و بی‌رحمی و بد اندیشی هم همین‌طور است. همه‌شان بدن می‌خواهند، میزبان می‌خواهند. جسمی می‌خواهند تا آن را بخورند، روحی می‌خواهند تا سوارش شوند.

آنها تنت را می‌خورند، روحت را می‌خورند، قلبت را می‌خورند، جانت را می‌خورند. بعدها جنازه‌ات را هم خواهند خورد.

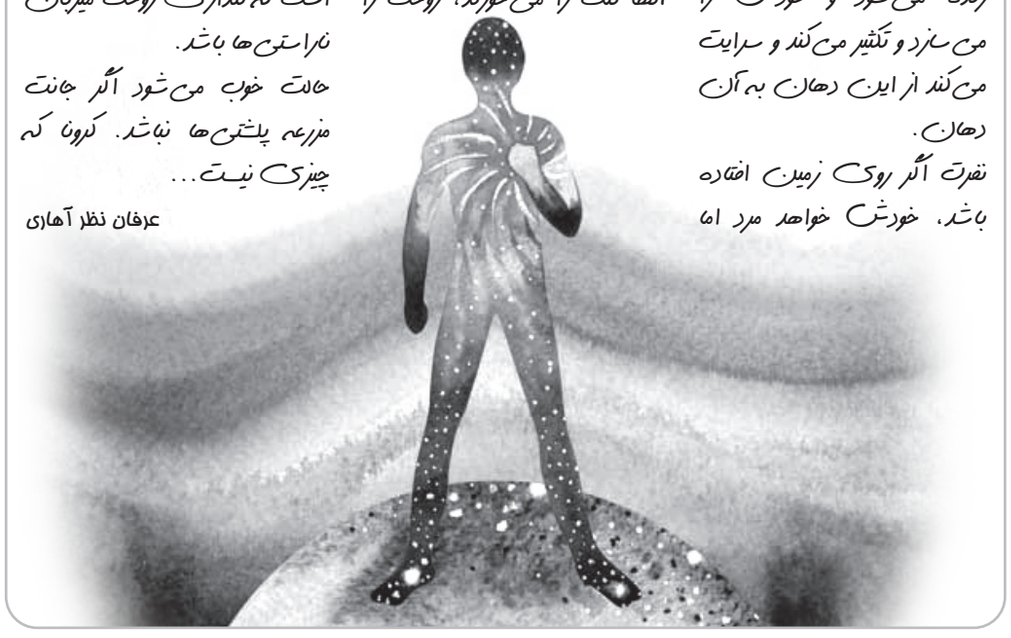
حالت خوش نیست؟ شاید که بیماری. بدنت را نگاه کن، روحت را، جانت را، روانت را، قلبت را، ببین کدام رذیلت در تو جا خوش کرده است.

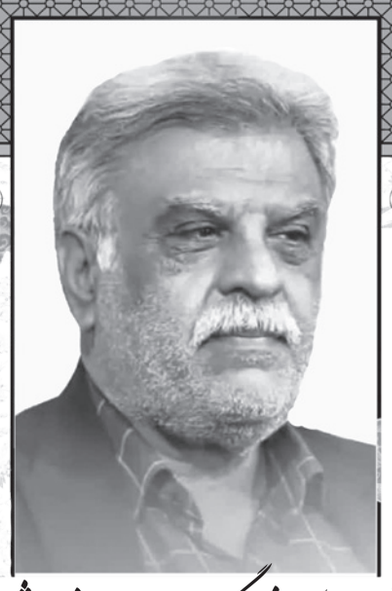
ببین میزبان کدامینی؟

خوب بودن، ماجرای ترس از دوزخ و طمع بهشت نیست. قصه ثواب و عقاب نیست. شریعت نیست، طریقت هم نیست. خوب بودن همان عقلانیت است. همان سلامت است. خوب بودن این است که نگذاری رذیلت‌ها در تنت تکثیر شوند، این است که نگذاری روحت میزبان ناراستی‌ها باشد.

حالت خوب می‌شود اگر جانت مزرعه پلشتی‌ها نباشد. کرونا که چیزی نیست...

عرفان نظر آهاری





کهکشان علم و فرهنگ و ادب خاموش شد

بر عزیزان سخنور بر ادیبان آفرین
بر شما اهل سخن در شهر و استان آفرین
خوب دانستید قدر آن ادیب نکته‌سنج
با کلام و نکته‌های پر ز عرفان، آفرین
هر کسی داده سخن سرداد در حد کمال
بر ادیبان و شما فخرآفرینان آفرین
همچو بحر پر خروش از هر طرف شد در خروش
آمده از هر سو خروش ابر و باران آفرین
نغمه سر دادید هم چون عندلیب خوش بیان
با تواضع ها و تکریم فراوان آفرین
گفت استاد ادب شعرش بدی «شعر و شعور»
یاد شعرش هست اندر سینه هامان آفرین
گفت استاد سخن «از شهر ما خورشید رفت»
یا که «استاد غزل» شد سوی رضوان آفرین
شد زمستان و خلیل «اندر زمستان رخت بست»
به چه آسان رفت او با امر یزدان آفرین
من بدم بیمار تا گویم بدو وصف آن ادیب
حق مطلب شد ادا بر هور تابان آفرین
کهکشان علم و فرهنگ و ادب می‌بود او
بی‌تکلف داد ولحق جان به جانان آفرین
چون خلیل رویینا بر اهل تقوا یار بود
باد شعرش در دل و هم جان یاران آفرین
بی‌گمان مهمان اهل‌بیت (ع) می‌باشد (نوید)
آنکه عشقش بود حب حی سبحان آفرین

نصرا... طالع زاده

این قلب من است؟ قلب کوچک من؟

همین‌جا روی زمین نشسته‌ام و به چینی هزارتکه قلبم می‌نگرم. این‌جا که عابری بی‌حواس، هنگام عبور از کنارم، به من تنه زد و رفت. همان لحظه به او گفتم: «این‌همه عجله برای چه؟ آخر نگاه کنید چه کردید!» اما او برنگشت که پشت سرش را نگاه کند. این‌جا نشسته‌ام و خُرده شکسته‌های دلم را از زمین جمع می‌کنم. آن‌ها را کف دستم می‌ریزم و از عابران می‌پرسم: «کجا دل شکسته‌ی آدم را بند می‌زنند؟ کسی می‌داند؟ بدون قلب کوچکم کجا بروم؟» بدون قلب کوچک کجا بروم؟

بندزن می‌گوید: «سرم شلوغ است. قلبت را بگذار همان‌جا کنار قلب‌های شکسته و برو تا نوبتت شود.»

بروم؟ مگر آدم قلبش را همین‌طور می‌گذارد و می‌رود؟

قلبم شبیه به پازل هزارتکه‌ای است که باید قطعه به قطعه‌ی آن را کنار هم بچینم و هرتکه را درست سرجای خودش بگذارم تا شبیه روز اولش شود.

شروع می‌کنم. با دقت و وسواس زیاد این کار را انجام می‌دهم. ساعت‌ها می‌گذرد اما کار که تمام می‌شود می‌فهمم چیزی که شکست دیگر شبیه به روز اولش نمی‌شود. آرام و بااحتیاط، آن را به قفسه‌ی سینه‌ام برمی‌گردانم و چندثانیه‌ای منتظر می‌مانم. یک، دو، سه، چهار... نه، نمی‌تپد!

نکند قطعه‌ای را درست نچسبانده‌ام؟ نکند تکه‌ای گم شده باشد؟ من بدون یک قلب سالم و تپنده چه‌طور به زندگی‌ام ادامه دهم؟

نبضم نمی‌زند! قلبم نمی‌تپد!

اسمم را در صف انتظار پیوند عضو نمی‌نویسند. می‌گویند شما مشمول دریافت آن نمی‌شوید. من از ادامه‌ی زندگی باز مانده‌ام!

سرم را از پنجره‌ی بیمارستان بیرون می‌برم. چشم‌هایم را می‌بندم و نفسی عمیق می‌کشم. بینی‌ام می‌خارد. انگار کسی قلقلکش می‌دهد. چشمم را که باز می‌کنم پروانه‌ی کوچکی را روی نوک بینی‌ام می‌بینم. پروانه به‌آرامی می‌پرد و روی انگشتم می‌نشیند. متوجه می‌شوم شکاف کوچکی در بال ظریف و زیبایش هست.

- تو چه‌طور پرواز می‌کنی؟ بالت چه شده؟

- روزی مجذوب گل سرخی بودم و از عطر او مدهوش. روزهای بسیاری دور سرش چرخ می‌زدم و در وصفش شعرها می‌سرودم. اما او یک روز با خارش مجروحم کرد و بالم را شکافت. حالا دیگر به‌خوبی گذشته پرواز نمی‌کنم، زود از نفس می‌افتم، زود خسته می‌شوم. از خستگی است که روی انگشتت نشستم.

سپس بال می‌زند و با بی‌رمقی از من دور می‌شود.

بیا از این‌جا برویم

برمی‌گردم به جایی که دلم چند روز پیش آن‌جا شکسته بود. برگشته‌ام تا شاید تکه‌ی گم‌شده‌ای پیدا کنم و از نو تکه‌ها را کنار هم بچینم. اما اتفاقی دیگری توجه‌ام را جلب می‌کند. درست همان‌جا، دختری شبیه به خودم می‌بینم. دختری که ایستاده و تکان نمی‌خورد. او فقط به رو به‌رو خیره شده است.

نزدیک می‌شوم. او شبیه من نیست، خود من است. منم که هنوز در آن لحظه، در آن مکان، جا مانده‌ام. منم که از آن‌چه برایم اتفاق افتاده عبور نکرده‌ام. روحم هنوز در گذشته جا مانده است. در آن روز و در آن اتفاق. دست روحم را می‌گیرم.

او را به گرمی در آغوش می‌کشم. در گوشش می‌خوانم: «بیا از این‌جا برویم. بیا دوباره به زندگی برگردیم.

کسی برای ترمیم دلی که شکست، باز نخواهد گشت. دیر است، باید برویم.»

حس می‌کنم روحم به جسم خالی از زندگی‌ام برگشته است. صدای قلبم را می‌شنوم که دوباره می‌تپد.

إِنَّما أَنتَ بَعضُ أيّامِك، فَكُلُّ يَومٍ يَمضي عَلَيكَ يَمضي بِبَعضِك

این را بدان که وجود تو همان شمارش روزهای عمر تو است، هر روزی که بر تو بگذرد قسمتی از وجود تو را به همراه خود می‌برد! (شرح غرر، ج ۳، ص ۷۷)

یاسمن مجیدی

چه سایه سار پر از لطف و رحمتی داری
به جمع سایه نشینان عنایتی داری
غبار تربت تو با دم مسیح یکی ست
عجب دوای عجیبی چه تربتی داری
در آن جمال علی وار و نور زهرایی
عجب شکوه و جلالی چه هیبتی داری
به عشق تو همه عالم شده حسینیه
چقدر مجلس روضه، چه هیئتی داری

به عشق تو همه عالم شده حسینیه

چگونه هسته مرکبات را به سبزه نوروز تبدیل کنیم

گذاشتن سبزه در کنار شش «سین» دیگر سفره هفت‌سین از رسوم باستانی ایرانیان است. سبزه نوروز نماد شادی و خرمی است که ایرانیان تا روز سیزدهم فروردین از آن نگهداری می‌کنند و سپس و آن را همراه با کدورت‌ها و پلیدی‌ها دور می‌اندازند. هر ساله برای تهیه سبزه نوروز از مقادیر زیادی غلات و حبوبات مانند عدس، گندم، ماش و ... استفاده می‌شود و به همین سبب در چند سال اخیر به طور جدی مسئله هدر رفتن حجم زیادی حبوبات و غلات برای تهیه سبزه نوروز مطرح شده است که افزون بر تحمیل هزینه زیاد، مصرف منابع آب شیرین و منابع طبیعی را نیز در پی داشته است.

اما از امسال می‌توانید با سبز کردن تخم مرکبات برای سبزه نوروز، آن را به عنوان نهالی پس از پایان یافتن جشن نوروز در باغچه بکارید. برای کودکانتان توضیح دهید که چرا به جای غلات و حبوبات از هسته مرکبات برای سبزه نوروز استفاده می‌کنید و با دخیل کردن آن‌ها در این فعالیت، از کودکی حفاظت از محیط‌زیست را به آنان بیاموزید.

سبز شدن هسته مرکباتی همچون نارنج، پرتقال، لیمو و نارنگی ۱۰ تا ۲۰ روز به طول می‌انجامد.

01

هسته‌های میوه را جدا کنید

هسته‌ها را با کمک قاشق یا چاقو از میوه جدا کنید. مراقب باشید به هسته‌ها آسیبی نزنید و آن‌ها را سالم دربیاورید. حتما از میوه‌هایی استفاده کنید که هسته فراوانی دارند. همچنین میوه‌های خوشمزه را انتخاب کنید چون درخت شما در آینده میوه‌هایی شبیه به همان میوه‌ای که شما انتخاب کرده‌اید به بار خواهد آورد.

02

چند هسته را از میان هسته‌ها انتخاب و تمیز کنید

حتما هسته‌هایی را انتخاب کنید که سالم، درشت و کامل باشند و همچنین هیچ لکه، شکستگی، فرورفتگی، تغییر رنگ یا هر نقص دیگری نداشته باشند. هسته‌ها را داخل کاسه‌ای بریزید و با آب تمیزی خوب بشویید. مطمئن باشید هیچ پالپی به تخم‌های مرکبات نچسبیده باشد.

03

هسته‌ها را خیس کنید

کاسه‌ای را از آب ولرم و هم‌دما با محیط اتاق پر کنید. دانه‌ها را برای ۲۴ ساعت داخل این کاسه آب نگه دارید. گاهی برخی از دانه‌ها داخل همین کاسه آب جوانه می‌زنند چراکه داخل آب نرم می‌شوند و آمادگی جوانه زدن می‌یابند. **نکته:** مراقب باشید. اگر دانه‌ها بیش‌تر از ۲۴ ساعت در آب شناور بمانند، از آب اشباع می‌شوند و دیگر امکان سبز شدن آن‌ها وجود

04

هسته‌ها را داخل حوله خیس قرار دهید

پس از ۲۴ ساعت، دانه‌ها را داخل حوله‌ای خیس قرار دهید. به هیچ‌وجه نگذارید هسته‌ای خشک شود چون در آن صورت دیگر جوانه نخواهد زد. همواره حوله را خیس نگه دارید. می‌توانید حوله خیس را داخل یک پاکت پلاستیکی قرار دهید تا زود خشک نشود.

05

هسته‌ها را به گلدانی آماده منتقل کنید

هنگامی که هسته‌ها جوانه زدند، آن‌ها را به گلدان منتقل کنید. ارتفاع گلدان شما باید نزدیک به ۱۰ سانتیمتر باشد و زیر آن حفره‌های زهکشی (برای خروج آب اضافی از گلدان) قرار داشته باشد. قسمت پایینی گلدان را با لایه‌ای از سنگ‌ریزه بپوشانید تا زهکشی (خارج شدن آب اضافی از گلدان) را افزایش دهد و سپس گلدان را با خاک مناسب گلدان پر کنید.

06

گلدان را در برابر نور خورشید قرار دهید

با آماده شدن گلدان، آن را در معرض نور مستقیم و کافی خورشید قرار دهید. به زودی سبزه نوروز شما حاضر خواهد داشت.

درختکاری

به دست خود درختی می نشانم
به پایش جوی آبی می کشانم
کمی تخم چمن بر روی خاکش
برای یادگاری می فشانم
درختم کم کم آرد بر گ و باری
بسازد بر سر خود شاخساری
چمن روید در آنجا سبز و خرم
شود زیر درختم سبزه زاری
به تابستان که گرما رو نماید
درختم چتر خود را می گشاید
خنک می سازد آنجا را ز سایه
دل هر رهگذر را می رباید
به پایش خسته ای بی حال و بی تاب
میان روز گرمی می رود خواب
شود بیدار و گوید : ای که اینجا
درختی کاشتی روح تو شاداب

عباس یمینی شریف

چگونه به دیگران کمک کنیم

شاید این جمله را بارها شنیده باشیم که همیشه از هر دستی بدهی، از همان دست پس می‌گیری! به ویژه در کمک به دیگران این جمله معروف بیشتر مصداق پیدا می‌کند تا جایی که گفته شده است که کمک به دیگران با سلامت روانشناختی و جسمانی ارتباط مستقیمی وجود دارد.

بی شک بسیاری از ما انسان‌ها به خصوص در شرایط شیوع کرونا و بد شدن وضعیت اقتصادی، آنقدر درگیر مشکلات مالی و به تبع آن، دچار اضطراب و نگرانی در زندگی خود شدیم که شاید اصلا به فکر کمک به دیگران در این شرایط سخت نیفتادیم یا اگر هم در ذهنمان خطور کرد، بلافاصله با خود گفتیم که در یک زمان دیگری که وضعمان بهتر شد، با آرامش بیشتری، کار خوبی برای کسی که نیازمند است انجام خواهیم داد، اما آموزه‌های دینی مان دقیقا برعکس آن تصوراتمان، تأکید دارد که در اوج فشارها باید به همنوع خود کمک کنیم.

حتی نسخه برطرف شدن بسیاری از مشکلات و گرفتاری‌هایمان را در بر طرف ساختن مشکلات دیگران و کمک به آنان می‌داند. پیامبر (ص) در این باره فرمود: «هر کس یک نیاز را از مؤمنی برطرف سازد، خداوند نیازهای فراوان او را روا سازد که کمترین آن‌ها بهشت است. یا در حدیث دیگری از امیرمومنان (ع) می‌خوانیم: « هر زمان فقیر شدید، با خداوند از طریق صدقه دادن (در راه او) تجارت (پرسود) کنید.»

امام (ع) در این سخنان گهربار خود، راهکار مقابله با مشکل مالی و فقر را در صدقه و کمک به نیازمندان بیان می‌دارد، به گونه‌ای که اثر این کار موجب عنایت الهی به فرد کمک کننده می‌شود و خداوند نیز به یاری او برمی‌خیزد. قرآن کریم می‌فرماید: « کیست که به خدا وام نیکو دهد (و از اموالی که به او ارزانی داشته انفاق کند) تا خداوند آن را برای او چندین برابر کند؟ و برای او پاداش پر ارزشی است!»

گرچه میان کمک در راه خدا به هنگام نیازمند بودن و برخورداری از نعمت‌های خداوند رابطه مستقیم و روشنی شاید در نگاه اولیه به نظر نرسد که وجود داشته باشد، ولی قطعا این از الطاف پنهان الهی است. بی تردید شخص ایثارگر آنچه را که خود به آن نیاز دارد، به دیگری می‌بخشد، روح پاکی پیدا می‌کند که سرچشمه استجابت دعاست و بالطبع درخواست‌های او برای گشایش روزی به هدف اجابت نزدیکمی‌شود.

در روایت های دینی، ارتباط صدقه با درمان بیماری‌ها، رفع بلاها و خطرات و به عنوان افزایش روزی با صراحت بیان شده است؛ از جمله سخن امیرمومنان است که فرمود: روزی را به‌وسیله صدقه بر خود فرود آورید.

از سوی دیگر وقتی واژه کمک به نیازمندان و مشکل گشایی را می‌شنویم، شاید بیشتر، انفاق مالی در ذهن‌مان تداعی شود، اما انفاق در راه خداوند، تنها منحصر به انفاق مالی نیست، بلکه انفاق علم و دانش، انفاق قدرت و مقام و انفاق نصح وخیرخواهی و خلاصه هرچیزی که خداوند به انسان روزی داده و هر اندازه که در توانش باشد، باید از آن برای کمک به دیگران استفاده کرد.

این نکته را نباید فراموش کرد که کمک به دیگران را تا آنجا که ممکن می‌باشد خوب است که به صورت پنهانی انجام شود همچنانکه سیره اهل بیت نیز بر پنهان نگاه داشتن عمل‌های خیرخواه خود بوده است، مگر در جایی که بیان آن باعث انگیزه دهی به دیگران شود.

امام سجاد در عصر خود، حدود یکصد خانوار از اهل مدینه را سرپرستی می‌کرد و همه نیازمندی های آنان را برآورده می‌ساخت، درحالی که آنان نمی‌دانستند که از سوی چه کسی تامین می‌شوند و پس از آنکه امام به شهادت رسیدند، به این نکته پی بردند.

روزنامه میلاد لارستان – سال سی ام– چهارشنبه ۱۴/ ۱۲/ ۱۴۰۰ – دوم شعبان المعظم ۱۴۴۳ – ۰۵ مارس ۲۰۲۲ – شماره ۱۸۹۹ – ۸صفحه –تک شماره ۳۰۰۰ تومان

روزنامه سیاسی _ فرهنگی _ اجتماعی _ خبری
صاحب امتیاز و مدیر مسئول :ابوالحسن مویدی

حروفچینی و صفحه آرائی : روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی : لار - شهرجدید - بلوار امام رضا (ع)- جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن : ۵۲۲۴۳۸۴۴-۵۲۲۴۴۷۷۵ نمابر : ۵۲۲۴۸۱۰۱
کد پستی : ۷۴۳۱۸-۳۴۳۵۵
شماره شاپا : ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیأت تحریریه)
لیتوگرافی و چاپ : چاپخانه کوثر لار
www.mldl.ir miladelarestan@gmail.com

اوقات شرعی به افق لار (طول جغرافیایی ۵۴/۲۰ عرض جغرافیایی ۲۷/۴۱)

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب‌آفتاب	اذان مغرب
چهاردهم	۴:۵۷	۶:۱۳	۱۲:۰۴	۱۷:۵۶	۱۸:۱۲

حدیث عشق به طومار در نمی گنجد — بیان دوست به گفتار در نمی گنجد
سماع انس که دیوانگان از آن مستند — به سمع مردم هشیار در نمی گنجد
سعدی

نهج الفصاحه

سه چیز است که در هر که هست منافقست اگر چه روزه دارد و نماز گزارد و حج و عمره کند و گوید من مسلمانم، آنکه وقتی سخن گوید دروغ گوید و وقتی وعده کند تخلف ورزد و وقتی امانت گیرد خیانت کند.

نهج البلاغه

در دوستی با دوست مدارا کن، شاید روزی دشمن تو گردد، و در دشمنی با دشمن نیز مدارا کن، زیرا شاید روزی دوست تو گردد. حکمت ۲۶۸

خط قرمز ما باید توسعه و پیشرفت لارستان باشد

فرماندار ویژه لارستان، با تاکید بر اینکه باید از همه ظرفیت‌ها در کنار یکدیگر استفاده کنیم گفت: امروز خط قرمز ما باید توسعه و پیشرفت لارستان باشد.

به گزارش میلاد لارستان، داریوش دهقان معاون استاندار فارس و فرماندار ویژه لارستان در نخستین نشست خبری خود با خبرنگاران، عکاسان و اصحاب رسانه که با حضور معاونین وی در سالن جلسات فرمانداری لارستان برگزار شد با بیان اینکه اعتقاد دارم رسانه‌ها می‌توانند نقش موثری در پیشرفت و توسعه یک منطقه داشته باشند، اظهار داشت: رسانه‌ها بازو و چشمان دستگاه‌های اجرایی هستند، خبرنگاری کاری ایثارگرانه و عاشقانه است.

وی یک رسانه خوب رسانه‌ای دانست که امید ایجاد کند، تاکید کرد: باید امید ایجاد کنیم، چون دشمن در حال پمپاژ ناامیدی است و می‌خواهد مردم را از نظام جدا کند.

دهقان با اشاره به اینکه خبرنگاران با نوشتن خبرهای خوب می‌توانند در جامعه امید ایجاد کنند، ضمن اینکه انتقادات‌شان را هم داشته باشند، افزود: درصورتی که کسی از من نقد کند اگر پاسخی داشته باشم که پاسخ می‌دهم، اگر هم نداشته باشم تسلیم می‌شوم.

این مسوول با اذعان به اینکه آمده‌ایم که خدمت کنیم و فرمانبر باشیم، نیامده‌ایم که فرماندار شویم، خاطر نشان کرد: ما باید عاشقانه کار کنیم و خسته هم نشویم.

وی با ابراز خرسندی از عملکرد رسانه ها در سیل بیرم، یادآور شد: مطالبه‌گری اصحاب رسانه باعث حرکت و پیشرفت می‌شود و اگر مطالبه‌گری وجود داشته باشد مسئولان با توجه به مطالبه‌گری حرکت می‌کنند.

دهقان با بیان اینکه اگر خیرین را از لارستان بیرون بکشیم ته آن خیلی چیزی نمی‌ماند، ادامه داد: البته خدمات زیادی انجام شده و خدمات نظام واقعا ارزنده بوده است، اما با توجه به ظرفیت این منطقه می‌شد خدمات بیشتری ارائه داد.

نماینده عالی دولت در لارستان، رمز موفقیت را وحدت، همدلی و توکل بر خدا برشمرد و عنوان کرد: با همدلی و وحدت می‌توانیم به جایگاه گذشته که اولین خاستگاه تشکیل حکومت اسلامی بود برسیم و جزو چند شهرستان اثرگذار کشور شویم.

وی با بیان اینکه هرجا بوده‌ام فضا را به سمت کار برده‌ام تا همدلی بیشتر شکل گیرد، تاکید کرد: به هیچ مدیری اجازه نمی‌دهم حاشیه‌سازی داشته باشد.

فرماندار ویژه لارستان، با اشاره به اینکه اگر صدایی به سمت تفرقه بود بدانید که این صدا، صدای جلوگیری از پیشرفت لارستان است، تاکید کرد: باید کاری کنیم که این صدا خیلی بلند نشود، پس باید تلاش کنیم که فضا را به سمت همدلی پیش ببریم.

دهقان با بیان اینکه همدلی به این معنی نیست که از ما نقد نشود، گفت: اینجا لارستان مهم است نه فرد، ولی نباید فضا را به سمت اختلاف پیش ببریم.

وی با تاکید بر اینکه باید از همه ظرفیت‌ها در کنار یکدیگر استفاده کنیم افزود: امروز خط قرمز ما باید توسعه و پیشرفت لارستان باشد.

فرماندار ویژه لارستان، با طرح این موضوع که دغدغه شما دغدغه من هم است، تصریح کرد: من از لاری‌ها نسبت به لار متعصب ترم و هر جا رفته‌ام هم همین تعصب را داشته‌ام.

وی از اختصاص ۳۳ میلیارد برای مرکز رشد و ۲ میلیارد برای باغ نشاط خبر داد و بیان کرد: از این ۲ میلیارد یک میلیارد از آن را برای امسال و یک میلیارد دیگر را برای سال آینده تقسیم کرده‌اند.

دهقان، با گلایه از اینکه تاکنون برای تعرفه برق، حق مردم ضایع می‌شود، ادامه داد: تعرفه فروردین عادی و اردیبهشت نیمه گرم است، در حالی که بستک و لامرد که به ما نزدیک هستند تعرفه گرمسیری دارند، اما ما تعرفه عادی داریم.

معاون استاندار فارس، با اشاره به اینکه تنها شهرستانی که کشور دفتر نمایندگی وزارت امور خارجه دارد، لارستان است، عنوان کرد: و جالب اینجاست که زمانی جزو ۱۰ ردیف اول بوده و در واقع، نمایندگی وزارت امور خارجه یک ظرفیت و آبروست و هم‌تراز استان هاست.

دیدار شهردار لار با فرماندهی جدید انتظامی لارستان

نواز شریفی لاری شهردار لار به همراه زینل قنبری رئیس شورای اسلامی این شهر، محسن زارع معاونت فرهنگی شهرداری و حامد مقدم و سحر یادگارفرد اعضای شورای شهر، با سرهنگ سید محمد یوسفی فرماندهی جدید انتظامی شهرستان لارستان دیدار کرد.

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی شهرداری لار؛ در این دیدار نواز شریفی لاری ضمن معرفی شهر لار از نظر جغرافیایی و جمعیتی گفت: این شهر، با وجود مردمانی فهیم و مذهبی، از جمله شهرهای امن کشور محسوب می شود.

شهردار لار در بخش دیگری از سخنان خود با اشاره به مدنظر قرار دادن ارتقا امنیت اجتماعی در طراحی و اجرای پروژه های عمرانی، افزود: پدافند غیر عامل یکی از عوامل امنیت شهری است که مجموعه مدیریت شهری در طراحی و انجام کارها بر آن تاکید دارد.

شریفی لاری، با بیان اینکه با اقدامات صورت گرفته از سوی مجموعه نیروی انتظامی درسنوات گذشته تا کنون، برقراری امنیت در سطح شهر و شهرستان به طور عادلانه ای بوده است، گفت: با توجه به گستردگی شهر لار و همچنین ایجاد شهرک های جدید، گسترش مراکز پلیس در سطح شهر و تقویت سیستم سخت افزاری و نرم افزاری این مجموعه بیش از پیش احساس می شود و مجموعه مدیریت شهری برای تحقق این مهم همچون گذشته در کنار حافظان نظم و امنیت خواهد بود.

سرهنگ سید محمد یوسفی فرماندهی جدید انتظامی لارستان هم با بیان اینکه مردم لارستان؛ مردمانی شریف، نجیب و پایبند به ارزش های نظام مقدس جمهوری اسلامی هستند، گفت: این شهرستان از نظر امنیتی در وضعیت بسیار خوبی قرار دارد.

فرماندهی انتظامی لارستان، ضمن تقدیر از تعامل خوب شورا و شهرداری با مجموعه نیروی انتظامی، گفت: نیروی پلیس هیچگاه خود را از این دو مجموعه جدا ندانسته و در خدمات رسانی به شهروندان ارتباط متقابلی بین مجموعه پلیس و مجموعه مدیریت شهری وجود داشته و این ارتباط همچنان ادامه خواهد داشت.

سرهنگ یوسفی افزود: اقدامات انجام شده از سوی مجموعه مدیریت شهری چه در زمینه عمرانی و چه در زمینه فرهنگی، رابطه مستقیمی با امنیت و نشاط اجتماعی شهروندان دارد.

سرهنگ یوسفی فرماندهی انتظامی لارستان، از مردم و مسئولین شهرستان خواست تا مثل همیشه در کنار یکدیگر، یاریگر پلیس در انجام ماموریت های محوله باشند.

در این دیدار، سرهنگ حیدری جانشین فرماندهی انتظامی لارستان، سرهنگ رافت معاونت عملیات و سرگرد زارع معاونت اجتماعی نیز حضور داشتند که در خصوص بهتر شدن کارها در زمینه امنیتی و ترافیکی، بحث و تبادل نظر شد.

سید کامران علوی
روابط عمومی شهرداری لار

پیشنهاد تاسیس دبیرخانه استانی فرق و مذاهب در آموزش و پرورش لارستان

مدیرکل آموزش و پرورش فارس گفت: بافت ویژه فرهنگی و مذهبی در کنار ظرفیت های موجود خوب در آموزش و پرورش لارستان ایجاب می کند که دبیرخانه فرق و مذاهب در این شهرستان تشکیل شود.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش فارس، محمد خلیل عسکری در سفر به لارستان در دیدار با امام جمعه این شهر گفت: نشست با ائمه جمعه شهرستان ها و مناطق از برنامه های اصلی ما در سفر به سراسر استان است تا به وسیله تجربیات و بینش فرماندهان فرهنگی انقلاب ، یعنی ائمه جمعه آموزش و پرورش را به جهت مطلوب هدایت کنیم.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس، گفت: اجرای سند تحول بنیادین آموزش و پرورش در کنار بیانیه گام دوم انقلاب و نقشه مهندسی فرهنگی کشور از ۳ محور عملکرد آموزش و پرورش فارس در دولت جدید خواهد بود.

عسکری گفت: آموزش و پرورش فارس با تشکیل شورای سیاستگذاری اسناد بالادستی از نظر پیشکسوتان و اندیشمندان در جهت پیشبرد اهداف سند تحول بنیادین استفاده خواهد کرد. لارستان از ظرفیت ویژه ای برخوردار است و باید با برنامه ریزی دقیق به دنبال احیای این ظرفیت ها باشیم.

مدیرکل آموزش و پرورش فارس، گفت: تمالم توانمان را برای برطرف کردن خلا ها و نقص های فرهنگی موجود در مدارس استان خواهیم گذاشت تا با احیای ارزشهای دینی، دانش آموزانی انقلابی تربیت کنیم.

عسکری گفت: به دنبال استفاده از همه ظرفیت ها با محوریت نگاه انقلابی هستیم تا با یک همفکری و نگاهی جدید به سمت حل مسائل پیش برویم.

امام جمعه لارستان نیز در این جلسه گفت: در آیات قرآن کریم پیش از تعلیم به تزکیه اشاره شده است و وظیفه همه معلمین استن که در این رابطه تلاش جدی داشته باشند.

حجت الاسلام والمسلمین دکتر سیدمختار موسوی خرم گفت: انسان تنها موجودی است که دست به ساخت هویت خویش می زند و از این طریق می تواند صاحب کمالات شود.

وی گفت: در سالیان گذشته مساله پرورش مورد غفلت واقع شده است و به خاطر این مساله هزینه زیادی متوجه نظام جمهوری اسلامی شده است.

امام جمعه لارستان اضافه کرد: باید در انتخاب معاونین و مربیان پرورشی مدارس دقت نظر بیشتری شود و این گروه از فرهنگیان باید پایبند به ارزشهای اسلامی باشند.

فراخوان سومین دوره جشنواره عکس «حرم» لارستان

دبیر سومین دوره جشنواره عکس «حرم» از برگزاری این مسابقه با محوریت آستان مقدس امامزاده میرعلی‌بن‌الحسین(ع) لارستان خبر داد.

حسن فراست، در گفت‌وگو با خبرنگار میلاد لارستان، ضمن تبریک عید بزرگ مبعث از برگزاری سومین دوره جشنواره عکس «حرم» با محوریت آستان مقدس امامزاده میرعلی‌بن‌الحسین(ع) لارستان خبر داد و اظهار داشت: دو دوره نخست این جشنواره در سال‌های ۹۶ و ۹۷ برگزار که در مجموع بیش از ۲۸۰ اثر به جشنواره ارسال شد. وی با بیان اینکه موضوع سومین جشنواره عکس «حرم» تهیه تصاویر از بارگاه ملکوتی امامزاده میرعلی‌بن‌الحسین(ع) لارستان شامل ضریح مطهر، صحن و شبستان ها، گنبد و مناره، تعویض پرچم، مراسمات و نماز جماعت، خدام، ابنیه‌ها، غبارروبی و غیره است، افزود: این جشنواره در دو بخش حرفه‌ای(دوربین) و آماتور(گوشی موبایل) برگزار می‌شود.

دبیر سومین دوره جشنواره عکس «حرم» آخرین مهلت ارسال آثار تا ۱۰ فروردین‌ماه ۱۴۰۱ اعلام کرد و ادامه داد: مراسم اختتامیه و معرفی برگزیدگان ۲۵ فروردین‌ماه ۱۴۰۱ همزمان با مراسم سالروز میلاد امامزاده میرعلی‌بن‌الحسین(ع) برگزار می‌شود.

این فعال فرهنگی با بیان اینکه در بخش حرفه‌ای برای نفر اول ۷۰۰ هزار تومان، نفر دوم ۶۰۰ هزار تومان و نفر سوم ۵۰۰ هزار تومان جائزه در نظر گرفته شده است، تصریح کرد: در بخش موبایلی نیز به نفر اول ۳۰۰ هزار تومان، نفر دوم ۲۰۰ هزار تومان و نفر سوم ۱۰۰ هزار تومان تعلق می‌گیرد.

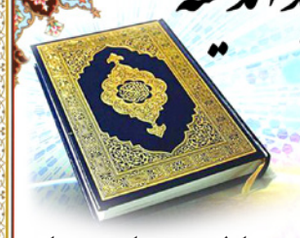
وی با برشمردن شرایط شرکت در جشنواره خاطر نشان کرد: شرکت در این رقابت برای عموم آزاد و رایگان است، محدودیتی در سال تولید عکس نیست و عکاسان می‌توانند عکس‌های گذشته خود را که منطبق با موضوع است نیز در بخش های مختلف جشنواره معرفی کنند.

فراست، با اذعان به اینکه هر شرکت کننده می‌تواند حداکثر۳ قطعه عکس رنگی یا سیاه و سفید ارسال کند وعکس‌ها باید به صورت تک عکس ارائه شود، بیان کرد: فرمت عکس‌های ارسالی بایدjpeg باشد، دست کاری و ویرایش ساختاری درعکس‌ها مجاز نیست، از مجموع تصاویر ارسال شده، تعداد ۳۰ قطعه عکس به نمایشگاه راه خواهند یافت و با نام صاحب اثر به نمایش عموم گذاشته می‌شود، ارسال عکس به مسابقه، به معنای اعلام موافقت با همه مقررات و تصمیم‌گیری‌های مسابقه خواهد بود و ارسال هر اثر به مسابقه به منزله آن است که کلیه حقوق معنوی و هنری آثار ارسالی متعلق به شخص شرکت‌کننده است و در صورت اثبات خلاف آن در هر مرحله، از مسابقه حذف خواهد شد.

دبیر سومین جشنواره عکس «حرم» عنوان کرد: عکس ها می‌بایست همراه با مشخصات فردی شامل نام‌ونام خانوادگی، کدملی و شماره تماس در زمان مقرر از طریق ایمیل به آدرس larestan.haram@gmail.com یا در پیام‌رسان واتساپ به شماره ۰۹۲۲۸۰۶۹۱۷۵ ارسال شود.

وی محل استقرار دبیرخانه جشنواره را لارستان، شهرقدیم، محله پاقلعه، آستان مقدس امامزاده میرعلی‌بن‌الحسین(ع) اعلام و اضافه کرد: این جشنواره با همکاری معاونت فرهنگی و اجتماعی شهرداری لار، دبیرخانه کانون فرهنگی هنری مساجد جنوب فارس، اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان، آستان مقدس امامزاده میرعلی‌بن‌الحسین(ع) لارستان، کانون بسیج هنرمندان و فرهنگی سپاه ناحیه لارستان برگزار می‌شود.

مروارید اندیشه



سوره حمد

سوره حمد که در قرآن هست و اولین سوره است و برای نماز قرار دادند و نماز بدون حمد، گفتند نماز نیست، همین سوره حمد تمام معارف درش هست. منتها آن کسی که نکته سنج باشد، باید درش تأمل کند، خوب، ما اهلش نیستیم. ما می‌گوییم که «الحمدللّه»؛ یعنی شایسته است. الحمدللّه ربِّ العالمین (۱)؛ یعنی شایسته است خدا که همه حمدها برای او باشد. اما قرآن این را نمی‌گوید، قرآن می‌گوید که اصلاً حمدی واقع نمی‌شود در جایی، الّا برای خدا. آن هم که بت پرست است حمد است، آن هم برای خداست، خودش نمی‌داند. اشکال، ندانستن و جهالت ماهاست. آن که می‌گوید که ایّاک نستعین (۲)؛ نه معنایش این است که ما همه استعانت از تو ان شاء ا... می‌خواهیم و اینها، نخیر، بالفعل این طوری است که به غیر خدا، استعانت اصلاً نیست، اصلاً قدرت دیگری نیست. چه قدرت دیگری ما داریم غیر قدرت خدا؟ آن که تو داری غیر از قدرت خداست؟ نه این است که ما ان شاء ا... عبادت می‌کنیم برای خدا، ان شاء ا... استعانت می‌کنیم از خدا. اصلاً واقعیت این طوری است، واقعیت این است که عبادت به غیر خدا، مدح، اصلاً در دنیا به غیر خدا واقع نمی‌شود، هیچ مدحی. اینهایی که مدح می‌کنند از مثلاً شیاطین و سلاطین و امثال اینها، اینها نمی‌فهمند که اینها مدح خداست، اینها غفلت از این دارند، لکن مدح به کمال است، مدح برای نقصان نیست، مدح برای کمال است. و آنهایی که، هرکس از هرکس استعانت بکند، استعانت از خداست. این سوره، این را می‌گوید. و اگر برای اهلش - آنهایی که اهل مسائل هستند - همین یک سوره قرآن تحقق پیدا بکند، تمام مشکلات حل می‌شود؛ برای اینکه وقتی انسان دید که همه چیز از اوست، دیگر از هیچ قدرتی نمی‌ترسد. ما که از قدرتها می‌ترسیم برای این است که خیال می‌کنیم قدرت این است. وقتی انسان قدرت را قدرت او دانست، وقتی انسان همه چیز را از او دانست، این دیگر نمی‌تواند که از دیگری بترسد. همه خوفهای ما از باب این است که نفهمیدیم که قدرت، یک قدرت است و آن قدرت هم برای نفع همه است. آن قدرت هم برای نفع همه افراد و جامعه و تمام بشر آن قدرت به کار گرفته شده، برای نفع اوست.

(صحیفه امام خمینی » جلد ۱۹ » صفحات ۳۵۴-۳۵۵)

لطایف قرآنی
برگرفته از آثار امام خمینی (س)

پیگیری مشکلات نیروهای نظامی و انتظامی لارستان در تهران

معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، با معاون طرح و برنامه ستاد کل نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران در پایتخت دیدار و گفتگو کرد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، داریوش دهقان معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان با سردار سلیمانی معاون طرح و برنامه ستاد کل نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران در تهران دیدار و گفتگو نمود.

فرماندار ویژه لارستان، در سخنانی با توجه به گستردگی و جمعیت زیاد شهرستان لارستان، مشکلات و درخواست های فرماندهی انتظامی و ناحیه مقاومت بسیج سپاه ناحیه لارستان را بیان کرد و خواستار رفع این مشکلات شد.

در ادامه، سردار سلیمانی معاون طرح و برنامه ستاد کل نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران هم گفت: موارد مطرح شده توسط فرماندار ویژه لارستان را به جد پیگیری می کنم.