



بیانات رهبر انقلاب اسلامی در دیدار مسئولان نظام : احساس مسئولیت در مقابل مردم از ارکان نظام جمهوری اسلامی و مردمسالاری است، لکن بر مراتب مهم‌تر از آن، احساس مسئولیت در مقابل خدا است. / بنده مکرر به مجموعه‌های خدمتگزار دستگاه‌های مختلف اداری کشور که با بنده مواجه شده‌اند گفته‌ام: گفته‌ام آن نیم ساعت وقتی که شما اضافه‌ی بر مدت مسئولیت میگذارید، هیچ کس نمیفهمد، حتی مافوقتان هم مطلع نمیشود، یک کلمه تشکر زبانی هم از شما نمیکنند، اما خدا میبیند. نکرده‌ها هم همین جور است، کار خطا هم همین جور است. ۱۴۰۱/۰۱/۲۳

# میلاد لارستان

تولید دانش بنیان اشتغال آفرین



۲ روند اجرای طرح ملی نهضت مسکن در لارستان / تملک دستگاه‌های اجرایی سبب شده تا طرح به خوبی جلو تروند



۳ واکنش‌ها علیه یورش صهیونیست‌ها به مسجد الاقصی



۸ رئیس‌جمهور: محکوم به موفقیت هستیم و اجازه عقب‌گرد نداریم



۸ اختصاص اتوبوس آمبولانس به لارستان امضاء قرارداد ساخت بیمارستان جویم

تندرستی

اعتقادی

سبزینه

چاردیواری

سیاسی اقتصادی

خبر

روزنامه میلاد لارستان - سال سی ام - دوشنبه ۱۴۰۱/۰۱/۲۹ - شانزدهم رمضان المبارک ۱۴۴۳ - ۱۸ آپریل ۲۰۲۲ - شماره ۱۹۲۰ - صفحه ۸ - تک شماره ۴۰۰۰ تومان

## مردم لارستان، همچنان در انتظار دستگاه پرتو درمانی



در شماره ۱۷۵۲ روزنامه میلاد لارستان به این موضوع پرداخته شد ولی تا کنون اقدام موثری جهت تامین و تجهیز لارستان به دستگاه پرتو درمانی صورت نگرفته است. با توجه به نیاز مردم لارستان به این دستگاه و جلوگیری از رفت و آمد به شهرهای همجوار برای درمان، ضروری است در این خصوص اقدام عاجلی صورت گیرد تا بیماران برای اقدامات درمانی، مجبور به عزیمت به شهرهای همجوار نشوند.

۲ ارجاع پرونده ۵۰۰ منزل مسکونی خسارت‌دیده در سیل یرم لارستان به بانک‌ها

۳ رسانه نظامی رژیم صهیونیستی: حماس به سیستم‌های ارتش اسرائیل نفوذ کرده است

۶ آداب قرض دادن و قرض گرفتن

۸ کسب رتبه اول صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان در فارس

۸ اختصاص ۷۵ درصد اراضی زراعی لارستان به کشت گندم و جو

### تجدید میثاق ارتشیان با آرمان‌های بنیانگذار کبیر انقلاب اسلامی



فرماندهان و کارکنان ارتش جمهوری اسلامی ایران، با حضور در حرم امام راحل و در آستانه روز ارتش، با آرمان‌های بنیانگذار کبیر انقلاب اسلامی تجدید میثاق کردند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از ایرنا، فرماندهان و کارکنان نیروهای چهارگانه ارتش جمهوری اسلامی ایران در آستانه روز ارتش با حضور در حرم امام راحل تجدید بیعت کردند. این آیین معنوی با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی و حضور امیر سرتیپ کیومرث حیدری فرمانده نیروی زمینی ارتش برگزار شد.

### بازدید شهردار و رئیس شورای اسلامی شهر لار از پروژه‌های مشارکتی شهرداری و بنیاد نیک اندیشان هاشمی لارستان



حال اجراءات بازدید کردند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی شهرداری لار؛ ساخت پل ورودی شهرک کوثر، پل در حال احداث بر روی رودخانه وربند از سمت جهرم، پل ورودی نواز شریفی لاری، شهردار لار و زینل قنبری، رئیس شورای اسلامی این شهر، از پروژه‌های عمرانی، زیربنایی فرهنگی و ورزشی شهرداری که با مشاوره و همیاری بنیاد نیک اندیشان هاشمی لارستان در

روزنامه میلاد لارستان

اعتقاد و ایمان قلبی نقش بسیار سازنده‌ای در تقویت ارتش دارد.

مقام معظم رهبری

روزنامه میلاد لارستان

کاملترین بانک اطلاعاتی فرهنگ عامیانه لارستان بزرگ

جدیدترین خبرها و تحلیل‌های لارستان و جنوب کشور

WWW.MLDL.IR







## قدس دیگر تنها نیست...



ملت فلسطین به نیابت از امت عرب و اسلامی با دست خالی نشفه بسیار خطرناک رژیم صهیونیستی برای مسجد الاقصی را خشتی کرده است؛ این رژیم با تکیه بر برخی مؤلفه ها و عوامل تصور می کرد که زمان اجرای این نقشه فرا رسیده است اما اراده شهروندان قدس قویتر از نقشه های رژیم اشغالگر بودوقتی آمریکاقدس اشغال شده را به عنوان پایتخت رژیم صهیونیستی به رسمیت شناخت و عرب های مرتجع برای سزاش با این رژیم از یکدیگر گوی سبقت ربودند، این رژیم به این تصور واهی رسید که از قدرت لازم برای اجرای این نقشه و تغییر هویت مسجد الاقصی و تبدیل نمادها و شناسه های عربی و اسلامی آن به یهودی و توراتی و در نهایت اثبات افسانه قدمت تاریخی صهیونیسم در این مکان، برخوردار شده است.جسارت رژیم صهیونیستی برای اجرای این نقشه به جایی رسیده است که به گروه های موسوم به «گروه های معبد» اجازه داده است در داخل مسجد الاقصی به عنوان حریم معبد واهی آنها، مراسم قربانی اجرا کنند. اما فلسطینی ها در جمعه «حامیان اقصی» با راهپیمایی به سوی مسجد الاقصی، شعار دادند «خون و جانمان فدای اقصی». آنها سوگند یاد کرده اند که از مسجد الاقصی دفاع کنند. در این روز حدود ۶۰ هزار فلسطینی نماز صبح را در محوطه این مسجد



یک رسانه تخصصی نظامی در رژیم صهیونیستی به نقل از منابع پایش حملات سایبری خبر داد، حماس بین کارمندان و پرسنل نهادهای امنیتی و نظامی ارتش اسرائیل از سرباز گرفته تا افسران پلیس نفوذ کرده است.

به گزارش خبرگزاری تسنیم، اسرائیل دیفنس در گزارشی در این رابطه نوشت: همزمان با موج عملیات (فلسطینی) که طی هفته‌های اخیر خیابان‌های اسرائیل را در نوردیده است شرکت دفاع سایبری (Cyberason) از حملات گسترده حماس علیه اهداف اسرائیلی



در پی حمله وحشیانه صهیونیست‌ها به داخل مسجدالاقصی و هتک حرمت آن موجی از واکنش‌ها در سراسر جهان به راه افتاده است؛ از مقاومت منطقه تا برخی از نمایندگان آمریکایی و ایران و روسیه تا دیگر کشورهای غرب آسیا این اقدام و سرکوب وحشیانه فلسطینی‌ها را محکوم کرده‌اند. صبح روز جمعه درگیری‌های شدیدی در داخل مسجدالاقصی بعد از یورش نیروهای نظامی و برخی از شهرک‌نشینان صهیونیست رخ داد. این نیروها به سمت نمازگزاران بمب آتش‌زا پرتاب کردند که به زخمی شدن تعداد زیادی از آنها منجر شد.
هالال احمر فلسطین، از افزایش شمار مجروحان حمله جنتیکارانه اشغالگران اسرائیلی به مسجدالاقصی به بالای ۲۰۰ نفر خبر داده است. «عمر الکسواتی» مدیر مسجدالاقصی هم اعلام کرد که اشغالگران صهیونیست پس از بازداشت ۴۰۰ نمازگزار فلسطینی مجبور به عقب‌نشینی شدند. همچنین خبرگزاری «شهاب» گزارش داده بود که نظامیان اشغالگر به کلینیک پزشکی مجاور «مصلاهی قبلی» در مسجدالاقصی یورش برده و مانع رسیدگی کادر درمان به فلسطینی‌های مجروح شده‌اند. اما بالاخره با وجود تدابیر شدید امنیتی و نظامی رژیم صهیونیستی، با مقاومت فلسطینی‌ها دست کم ۵۰ هزار نمازگزار فلسطینی دومین نماز جمعه ماه مبارک رمضان را در مسجدالاقصی اقامه کردند و صهیونیست‌ها عقب‌نشینی کردند.

از همان روز جمعه موج واکنش‌ها علیه رژیم صهیونیستی به راه افتاد و از کشورمان که مقدس به جا آوردند.پس از نماز، با حمله نظامیان رژیم اشغالگر به مسجد الاقصی، درگیری شدیدی بین نمازگزاران و این نظامیان در گرفت؛متجاوزان صهیونیست به نمازگزاران حاضر در مسجد حمله کرده و به سمت آنها گاز اشک آور و بمب صوتی و گلوله های پلاستیکی شلیک کردند. در این حمله حدود ۲۵۰ نفر مجروح و ۱۰۰۰ نفر دستگیر شدند. رژیم صهیونیستی با اینکه تمام توان خود را به کار گرفت تا خود را قدرتمند نشان داده و آثار و تبعات شکست های پی در پی خود در مناطق مختلف فلسطین به خصوص در قلب تل آویو را جبران کند اما صالح العاروری، نایب رئیس دفتر سیاسی حماس در گفتگویی با شبکه الاقصی فاش کرد: «رژیم صهیونیستی از طریق واسطه پیام داده است که مانع مراسم قربانی شهربک نشینان صهیونیست در مسجد الاقصی می شود.» این رژیم با عقب نشینی از مواضع خود ثابت کرد که زبان زور، تنها زبانی است که می فهمد. مقاومت فلسطین هم توانست معادله بازدارندگی را بر رژیم اشغالگر تحمیل کند؛ معادله ای که به برکت عملیات ششمشیر قدس شکل گرفت. اکنون دوره زورگویی رژیم صهیونیستی علیه شهروندان قدس به پایان رسیده است... قدس دیگر پی حامی و یاور نیست بلکه هزاران نفر آماده اند تا در راه دفاع از آن جان بدهند.

برده برداشت.

در این گزارش به سه ضربه جدید وپیشرفته وارد شده در این چارچوب اشاره شده و تاکید شده است مهاجمان به شکل خارق العادهای زبان عبری را به کار برده و پروفایل‌های ساختگی شان به شکل دقیق و موثقی ایجاد شده است.

در بخش دیگری از گزارش این شرکت تاکید شده است، Cyberizen طی چند سال گذشته در بخش دیگری از گزارش این شرکت تاکید شده است، گروه‌های مهاجم مختلف را اهداف مختلفی در خاورمیانه را مورد حمله قرار می‌دهند، رصد می‌کند و طی چند ماه اخیر شاهد افزایش قابل ملاحظه فعالیت یکی از شاخه‌های حملات سایبری جنبش حماس بوده ایم، که به اسم APT-C-۲۲ مشهور است.

این شرکت اسرائیلی اعتراف می‌کند با وجود آن که اکثر حملات در گذشته علیه عربی زبان‌ها صورت می‌گرفت اما امروز شاهد گسترش تلاش برای رخنه و جمع آوری اطلاعات از ده‌ها اسرائیلی هستیم که اکثر آنها هم دارای جایگاه و شغل‌های حساسی در ارتش بوده یا از کارمندان نیروهای امنیتی و

## وصول مطالبات ارزی ایران،

### نتیجه دیپلماسی اقتصادی قوی دولت است



عضو کمیسیون برنامه و بودجه مجلس شورای اسلامی گفت: وصول مطالبات ارزی ایران نتیجه دیپلماسی اقتصادی قوی دولت است

مهرداد گودرزوند چگینی، درباره عملکرد دولت در تقویت دیپلماسی اقتصادی گفت: از ابتدای دولت سیزدهم اقدامات بسیار خوبی در حوزه دیپلماسی اقتصادی انجام شد و برخی درآمدهای ارزی بلوکه شده ایران وصول گردید، رایزنی‌های لازم برای وصول دیگر مطالبات ادامه دارد.

عضو کمیسیون برنامه و بودجه مجلس شورای اسلامی، افزود: وصول این مطالبات فرصت بسیار مغتنمی را برای کشور رقم خواهد کردکه با توجه به مزیت‌های استان‌های مختلف در بخش تولید

دانش بنیان، سرمایه‌گذاری لازم انجام شود تا سئال رهبر معظم انقلاب برای تحقق شعار ملی عملی شود. نماینده مردم رودبار در مجلس شورای اسلامی تاکید کرد: چنین رویکردی موجب حضور سرمایه‌گذاران در کشور و افزایش گردش مالی خواهد شد و زمینه حل مشکلات اقتصادی، افزایش تولید و پویایی شرکت‌های

خدمات اورژانسی هستند.

مهاجمان در این موج از حملات از ابزارهای تهجمی پیشرفته‌ای استفاده کرده و زبان‌های آنها هم به ابزارهای قربانی نامحسوس است، آنها با هدف دسترسی به لب تاپ و رایانه‌های شخصی قربانیان خود برای جاسوسی و به دست آوردن اطلاعات حساس وارد عمل می‌شوند.در ادامه این گزارش تاکید شده است، اولین نقطه ارتباط بین مهاجمان و قربانیان از طریق شبکه اجتماعی فیسبوک است، گروه‌های مهاجم شماری از تصاویر دختران با چهره‌های زیبا را برای پروفایل خود انتخاب کرده و تلاش می‌کنند تا آن را به شکل قابل توجهی جلوه دهند.

به اعتقاد کارشناسان Cyberzen مهاجمان تمامی تلاش خود را به کار بسته‌اند تا اطلاعات موجود در پروفایل هایشان صحیح به نظر برسد، تصاویری را به اشتراک گزارده و متن عبری شیوایی هم به کار می‌گیرند، به گروه‌های فعال در این پلتفرم می‌پیوندند و دوستان قربانیان خود را هم به دروغ مدعی دفاع از بشریت لاد

## چطور صفحات فیشینگ را تشخیص دهیم؟



گزارش مردمی ارسال کنید.

استفاده از متدولوژی کارآمد در تشخیص درگاه‌های پرداخت جعلی، تشخیص خودکار درگاه‌های جعلی و ارسال پیام هشدار به کاربر در صورت مواجه با درگاه فیشینگ، از ویژگی‌های افزونه ضدفیشینگ درگاه بانکی است، که نسخه‌های آن برای مرورگرهای کروم، فایرفاکس و یاندکس در دستکناپ و مرورگرهای فایرفاکس و یاندکس در موبایل موجود است. همچنین تا کنون ۲۰۱۳ درگاه جعلی توسط این افزونه شناسایی شده است. برای استفاده از افزونه افزونه ضدفیشینگ درگاه بانکی، با کلیک روی آیکن افزونه در کنار نوار آدرس و خواندن خط مشی رازداری، روی گزینه فعال سازی کلیک کنید تا افزونه فعال شود. با فعال بودن افزونه، در صورت تشخیص درگاه جعلی پرداخت اینترنتی یک هشدار برای شما نمایش داده شده و برای بررسی بیشتر URL آن به سرور ارسال خواهد شد؛ بنابراین فقط درگاه‌هایی امن هستند که افزونه پیام اصالت آن را به شما نشان دهد، در غیر این صورت درگاه جعلی است.

افزونه ضدفیشینگ درگاه بانکی، توسط مرکز آپا دانشگاه سمنان با حمایت مرکز ماهر (مدیریت امداد و هماهنگی رخدادهای رایانه‌ای)، برای شناسایی درگاه‌های جعلی پرداخت اینترنتی تولید شده است. افزونه ضد فیشینگ درگاه بانکی، با بررسی پروتکل https، آدرس درگاه و همچنین محتوای صفحه، به‌صورت خودکار اصل یا فیشینگ بودن آن صفحه را تشخیص داده و در صورتی که درگاه پرداخت الکترونیکی را جعلی تشخیص دهد، آدرس درگاه را برای بررسی بیشتر به سرور ارسال خواهد کرد.

با استفاده از این افزونه، با رفتن به درگاه بانکی سایت‌های که صفحه پرداخت اصل باشد، پیامی مبنی‌بر اصل بودن آن نمایش داده می‌شود و شما می‌توانید با خیال آسوده پرداخت اینترنتی خود را انجام دهید. در صورت جعلی بودن نیز یک پیام هشدار نمایش داده شده و برای بررسی بیش تر به صفحه وب افزونه هدایت می‌شوید. در این هنگام پرداخت مشترکی بدون محکومیت تجاوزات مأموران رژیم صهیونیستی در مسجدالاقصی به ابراز نگرانی در این خصوص بسنده کردند.

**منبع: ایسنا**



## واکنش‌ها علیه یورش صهیونیست‌ها به مسجدالاقصی

## از روسیه و ایران و ترکیه تا عراق و یمن و بحرین محکوم کردند

به آن پایان بدهیم.» همچنین «رشیده طلبی»، عضو دموکرات مجلس نمایندگان آمریکا از ایالت میشیگان در تویییت نوشت: «حمله به مردم در مکان مقدس‌شان نادرست و ظالمانه است. من از دست کشورم که با سکوت و کمک‌های بی‌قید و شرط اجازه این خشونت‌ها و نقض‌های حقوق بشری را می‌دهد، خسته شده‌ام. این تزویر و ریا نشان می‌دهد مادامی که سکوت کنیم، اعتبار ما آمریکا اما بدون محکومیت تهاجم صهیونیست‌ها ضمن ابراز نگرانی از درگیری‌ها روز جمعه در مسجدالاقصی، خواستار حفظ وضعیت تاریخی این مکان مقدس شد. کشورهای آلمان، فرانسه، ایتالیا و اسپانیا، نیز روز جمعه در بیانیه مشترکی بدون محکومیت تجاوزات مأموران رژیم صهیونیستی در مسجدالاقصی به ابراز نگرانی در

در استانبول، تجاوزات این رژیم به مسجدالاقصی را محکوم و حمایت خود را از مقاومت فلسطین اعلام کردند.

##### کشورهای عربی

همچنین برخی دولت‌های عربی حوزه خلیج فارس و منطقه نیز علی‌رغم نزدیکی برخی از آنان به رژیم آپارتاید اسرائیل نتوانستند از محکوم کردن اتفاقات روز جمعه طفره ببرند. بغداد، ریاض، ابوظبی، دوحه و کویت هر کدام به صورت جداگانه حمله روز جمعه را محکوم کردند. گفتنی است، پاکستان نیز تجاوز نیروهای رژیم صهیونیستی به مسجدالاقصی را به شدت محکوم و اعلام کرد این تجاوز، نقض فاحش قوانین حقوق بشر در ماه مبارک رمضان است.

##### روسیه محکوم کرد

وزارت خارجه روسیه هم در واکنش به اتفاقات روز جمعه در مسجدالاقصی برای نخستین بار موضع شدیدی علیه صهیونیست‌ها گرفت و اعلام کرد، اسرائیل در اقدامی که نقض بسیاری از قطعنامه‌های شورای امنیت و مجمع عمومی سازمان ملل متحد به شمار می‌آید در پی «اشغالگری» غیرقانونی و پیشروی توأم با مصادره در اراضی فلسطینی است. به گزارش خبرگزاری صداسویما، این وزارتخانه هشدار داد، «اسرائیل با بهره‌برداری از اوضاع اوکراین، سعی می‌کند توجه جامعه بین‌الملل را از درگیری‌های فلسطینی اسرائیلی دور کند»

##### نمایندگان مسلمان کنتره آمریکا

در ادامه واکنش‌ها «پلهان عمر» نماینده مجلس نمایندگان آمریکا به آن واکنش نشان داد و آن را قویاً محکوم کرد. پلهان عمر که از منتقدان اصلی رژیم صهیونیستی در کنگره آمریکاست با انتشار یک ویدئو از برخورد نظامیان صهیونیست با مسلمانان فلسطینی در حساب توئیتری خود نوشت: «وحشتناک است. ماه رمضان ماه صلح و تعمق است. حمله به مردم در عبادتگاه آنها، جایی که باید مقدس باشد، به‌روشنی، اشتباه و ظالمانه است. ما باید این وحشیگری را محکوم کنیم و

دانش بنیان را فراهم خواهد ساخت.

این نماینده مجلس با تاکید بر اینکه دعوت از سرمایه گذاران خارجی برای فعالیت در ایران از دیگر راهبردهای اساسی دولت سیزدهم است، تصریح کرد: برای تحقق این هدف ، باید رفت و آمد سرمایه گذاران خارجی یا سرمایه گذاران ایرانی مقیم خارج تسهیل شود. حلقه بعدی که می‌تواند در بهبود دیپلماسی اقتصادی کشور اثر گذار شود، حذف بروکراسی از وزارتخانه‌ها و نهادهای مختلف است؛زمانی که فردی یا شرکتی از داخل یا خارج کشور قصد سرمایه‌گذاری دارد، نباید روند طولانی اخذ مجوز سبب خسته شدن

و انصراف او از سرمایه‌گذاری شود.

این نماینده مجلس درباره نیاز سرمایه‌گذاران خارجی یا داخلی به تسهیلات گفت: هر چند در بودجه به این بخش هم توجه شده ولی معمولاً سرمایه‌گذران نیازی به تسهیلات ندارند. بلکه نوع تردد آنها به کشور و همکاری که دستگاه‌ها با آنها خواهند داشت در اولویت کاری آنها محسوب می‌شود. سرمایه‌گذاران خارجی نیاز به حمایت معنوی برای سرمایه گذاری دارند و اینکه دستگاه‌ها بدون رانت،موجبات سرمایه‌گذاری افراد یا شرکت‌ها را فراهم کنند، از مسائل بسیار مهمی است که در دولت سیزدهم باید به صورت جدی مورد پیگیری قرار گیرد.

وی با بیان اینکه برای بهبود دیپلماسی اقتصادی در کشور باید همه بخش های کشور هم افزایی داشته باشند، خاطر نشان کرد: در بخش‌های سلامت، گردشگری، تولید و صنعتی، کشور این آمادگی را دارد که در پیشبرد اهداف دیپلماسی اقتصادی سهم به سزایی ایفا کند و در این راه باید کنترل، نظارت و تسهیل‌گری هم انجام شود.

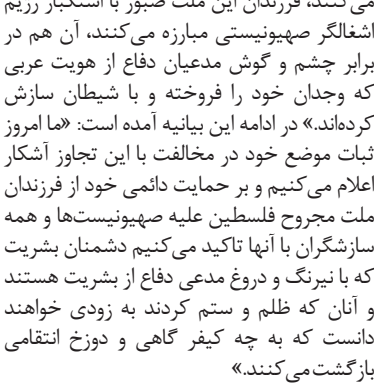
## رسانه نظامی رژیم صهیونیستی: حماس به سیستم‌های ارتش اسرائیل نفوذ کرده است

می‌کنند)، تا مشروعیت بیشتری برای نزدیکی به فرد قربانی پیدا کنند.

بعد از ایجاد ارتباط بین اکانت مهاجم و قربانی گفتگوهای اولیه در چت این پلتفرم انجام می‌شود، این گفتگو مدت زمان کوتاهی داشته و در آن به موضوعات جنسی هم پرداخته می‌شود، در مرحله بعدی مهاجمان تصویری از یک زن زیبا را برای قربانی ارسال و سپس از او می‌خواهند برای ادامه گفتگو به پلتفرم واتس آپ منتقل شود و در صورت پاسخ مثبت قربانی مهاجمان براساس سیستم عامل قربانی به روش‌هایی در تلفن وی نفوذ پیدا می‌کنند.

به اعتقاد کارشناسان این شرکت امنیت سایبری این گروه بر خلاف گروه‌های سابق به شکلی به شدت حرفه ای عمل کرده و جعلی بودن صفحات آنها به سختی قابل تشخیص است، و بعد از رخنه به دستگاه های قربانیان خود تمام دستگاه را در کنترل خود گرفته و میکروفون و دوربین را در اختیار گرفته و به تمامی پرونده ها و برنامه‌های موجود در دستگاهش هم دسترسی پیدا می‌کنند.

فلسطین تا نابودی کامل رژیم غاصب صهیونیستی از منطقه ما اعلام می‌کنیم.» همچنین شیخ «اکرم الکعبی» دبیرکل جنبش التجدیه عراق نیز با صدور بیانیه‌ای تاکید کرد: «در این مقطع حساس که رزمندگان مجاهد در فلسطین عزیز سبری می‌کنند، فرزندان این ملت صور با استکبار رژیم اشغالگر صهیونیستی مبارزه می‌کنند، آن هم در برابر چشم و گوش مدعیان دفاع از هویت عربی که وجدان خود را فروخته و با شیطان سازش کرده‌اند.» در ادامه این بیانیه آمده است: «ما امروز ثبات موضع خود در مخالفت با این تجاوز آشکار اعلام می‌کنیم و بر حمایت دائمی خود از فرزندان ملت مجروح فلسطین علیه صهیونیست‌ها و همه سازشگران با آنها تاکید می‌کنیم دشمنان بشریت که با نیرنگ و دروغ مدعی دفاع از بشریت هستند و آنان که ظلم و ستم کردند به زودی خواهند دانست که به چه کیفر گاهی و دوزخ انتقامی بازگشت می‌کنند.»



##### مقاومت عراق

کتاب حزب... عراق به دنبال تحولات در قدس و مسجدالاقصی در بیانیه‌ای اعلام کرد: «هجوم آشکار به مسجدالاقصی و اقدامات جنتیکارانه دشمن فقط به دست فلسطینیان ازاده متوقف می‌شود.» در ادامه بیانیه آمده است: «ما برای دفاع از مسجدالاقصی ایستاده‌ایم تا دست صهیونیست‌ها را در عراق و منطقه قطع کنیم.» شیخ «قیس الخزعلی» دبیرکل جنبش عصاب اهل عراق با صدور بیانیه‌ای بر حمایت این جنبش از آرمان فلسطین تاکید کرد. در این بیانیه آمده است که در سایه سکوت مشکوک مدعیان دفاع از هویت عربی و اسلامی نظامیان رژیم اشغالگر صهیونیست به هتک حرمت مکان وقوع «سراء و معراج» پیامبر (ص) در مسجدالاقصی ادامه می‌دهند و صدها مسلمان فلسطینی را که برای نماز جمعه امروز عازم مسجدالاقصی شده بودند، بازداشت یا زخمی کردند. دبیرکل جنبش عصاب اهل‌الحق در پایان این بیانیه آورده است: «ما آمادگی کامل خود را برای هر گونه کمک به تداوم مقاومت دلیرانه

##### مقاومت یمن

دفتر سیاسی جنبش انصار... یمن یورش نظامیان صهیونیست به نمازگزاران فلسطینی در مسجدالاقصی و تعرض مکرر آنها به حرمت و قداست قبله نخست مسلمانان را محکوم کرد. در بیانیه‌این جنبش آمده است: «به ملت فلسطین به خاطر پاسخ قهرمانانه شان به استکبار اسرائیل درود می‌فرستیم.» همچنین عضو انصارالله یمن تاکید کرد اگر حمایت برخی از نظام‌های





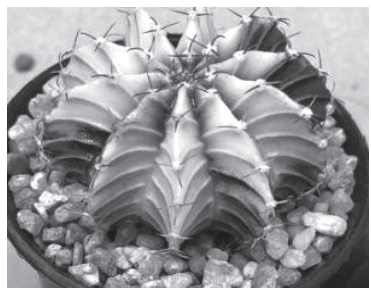


## پرورش و نگهداری کاکتوس چانه (ژیمنو کالیسیم)

کاکتوس چانه به کاکتوس کلاه قرمز نیز معروف است و گل های این گیاه هیچ برزی ندارند. این کاکتوس ها انواع متنوعی دارند و می توانند قد خوبی داشته باشند. ژیمنو کالیسیم که برخی آن را با نام کاکتوس چانه می شناسند گونه ای از کاکتوس ها در جنوب آمریکا است که به عنوان گیاه زینتی آپارتمانی پرورش داده می شود و همچنین به نام کاکتوس ماه نیز شهرت دارند.

کاکتوس چانه را به عنوان کاکتوس بدون کلروفیل نیز می شناسند چراکه به راحتی رشد میکند اما به علت عدم انجام عمل فتوسنتز، عمر آن در انتهای دوران نهالی به پایان میرسد مگر اینکه بر روی نوعی کاکتوس دارای کلروفیل طبیعی پیوند زده شود.

### چگونگی پرورش کاکتوس چانه



کاکتوس چانه به مراقبت زیادی نیاز ندارند و مطمئناً با مشکل خاصی در پرورش آن مواجه نمی شوید. این گیاهان در گلدان و باغچه رشد خوبی دارند. این گیاه به گیاه آلبینو یا زال معروف است، به این معنی که هیچ کلروفیلی ندارد و می توان به عنوان منبع غذایی از آن استفاده کرد و اگر بخواهید که با قسمت پایین و بالای این گیاه به طور یکسان رفتار کنید، قطعاً این گیاه از بین می رود. این گیاه نیز مانند دیگر کاکتوس ها خشکی را به آب

اجازه دهید که این گیاه خشک شود و بعد به آن آب دهید اما آب دادن باید به کل گیاه باشد. این گیاه نباید در خاک لجن دار باشد و زهکشی خاک نیز باید بالا باشد. در ماه های تابستان باید آب دادن به این گیاه را افزایش داد. گیاه کاکتوس چانه در گلدان کوچک نیاز به آب دادن هفتگی دارد و آب دادن در فصل زمستان نیز ضرورت ندارد اما رطوبت آن نباید به حد صفر برسد.

### دما و شرحی بودن

این گیاه قادر به تحمل شرایط سخت است و می تواند در دمای پایین تر از ۸ یا ۹ دوام بیاورد و البته در این میزان کاهش دما نباید زیاده روی کرد زیرا گیاه از بین می رود.

### کود گیاهی

هرگز مجبور نیستید که کود دادن به این گیاه را به طور منظم انجام دهید اما کود دادن به آن



به صورت ماهانه در فصل های بین فروردین تا شهریور مناسب است.

### در گلدان قرار دادن و عوض کردن گلدان

عوض کردن این گلدان مخصوصاً در فصول گرم کار ضروری است و برای عوض کردن گلدان این گیاه باید مطمئن شوید که خاک آن

کاملاً خشک باشد و به آرامی آن را از گلدان جدا کنید. و همچنین باید خاک قدیمی را از ریشه ها کنار بریزید و ریشه های مرده را در این فرآیند جدا کنید و همچنین قسمت های بیمار را جدا کنید. گیاه را در گلدان جدید قرار دهید و آن را با خاک جدید پر کنید و گلدان را در مدت یک هفته خشک نگه دارید تا خطر پوسیدگی ریشه ها کاهش یابد و سپس آب دادن کم را به آن آغاز کنید.

### قلمه زدن کاکتوس چانه

این گیاه برای قلمه زدن چندان مناسب نیست اما اگر اصرار به این کار دارید از یک چاقوی تیز یا الکل استفاده کنید و ریشه های قدیمی را برش دهید. در این قسمت قطعاً یک بافت رگ دار و گرد می بینید که در مرکز ساقه ها قرار دارد. باید گیاه را به یکدیگر فشار دهید و آن را در گلدان جدید بگذارید و در همان اول از کود گیاهی برای گیاه جدید استفاده کنید. گیاهان کاکتوس چانه گاهی اوقات در فصل تابستان، گل صورتی می دهند که بعضی از افراد اشتباهاً این گل ها را جزئی از خود گیاه می دانند.

## عوامل اصلی توقف رشد گیاهان آپارتمانی



به همین علت باعث توقف رشد گیاه می شوند. ۲- دومین نکته که می تواند رشد گیاهان را کند کرده یا متوقف کند نور محیط است. هر دسته از گیاهان به میزان مشخصی از سطح نور نیاز دارند و همان طور که میدانید بهترین و کامل ترین طیف نوری برای گیاهان نور خورشید می باشد و هیچ نوری نمی تواند جایگزین نور طبیعی خورشید شود. اگر سطح تابش نور و مدت زمان دریافت نور گیاه از حد متوسط کمتر باشد، باعث کم پشت شدن برگ های گیاه و ساقه های ضعیف و توقف رشد آن ها می شود. حتی نور دریافتی زیاد از حد نیز می تواند باعث سوختگی برگ و ساقه و توقف رشد شود، پس نور گیاه باید تنظیم باشد.

۳- سومین نکته استفاده نکردن از کودها و مواد معدنی می باشد. خاک گیاهان تمام مواد ضروری گیاه را نمی تواند تأمین کند و همگی املاح معدنی را در خود ندارد و پس از مدتی گیاه با کمبود برخی املاح معدنی دچار شده و باعث کمبود رشد و توقع آن می شود. کود دهی باعث جبران کمبود این مواد در خاک می شود. گیاهان خود را مرتب در فصل رشد کوددهی

نیازهای آن ها است. اگر گیاه شما رشد کامل یا طبیعی نداشته یا اصلاً رشدی نمی کند مدتی است بی حال شده چند عامل مهم می تواند رخ داده باشد. ۱- اولین نکته خاک گیاهان است. گیاهان برای تأمین انرژی خود به خاک خوب و غنی احتیاج دارند که سرشار از مواد و املاح معدنی باشد. گیاهانی که در گلدان نگهداری می شوند باید مرتب و هر چند سال تعویض خاک شوند و خاکی جدید جایگزین خاک قبلی شود. خاک ها پس از مدتی فقیر شده و ترکیب و اسیدیته خود را از دست می دهند و نمی توانند رشد خوب و مطلوبی برای گیاه فراهم آورند و

کنید تا رشد مطلوبی داشته باشند. کوددهی زیاد و بیش از حد نیز می تواند آسیب های شدیدی به گیاه وارد کرده و رشد آن را کند یا متوقف کند.

۴- نکته چهار که رشد گیاه را تهدید می کند آفت ها هستند. آفت هایی همچون شمشک آرد آلود، مگس سفید و... از شیره گیاهان تغذیه می کنند که هم باعث آسیب رسیدن به گیاه شده و هم رشد گیاه را کند یا متوقف می کنند. گیاهان زمانی که دچار آفت می شوند درگیر مبارزه با آفت شده و سعی می کنند از خود دفاع کنند که بیشتر انرژی گیاه در این راه تلف می شود. گیاهان خود را به طور مرتب و با دقت بررسی کنید تا دچار آفت زدگی نشوند.

۵- نکته دیگری که گیاه را با خود درگیر می کند عدم دسترسی به هوای تازه می باشد. برخی از افراد گیاهان را در فضاهای بسته نگهداری می کنند که تهویه هوا در آن محیط به شدت کم می باشد و گیاه نمی تواند به خوبی تنفس کند. گیاهان خود را اگر پشت پنجره یا داخل خانه نگهداری می کنید حتماً هر از گاهی پنجره را باز گذاشته تا گیاه از هوای تازه محیط بیرون بهره مند شود. البته دقت کنید که در فصل سرد سال به هیچ وجه این کار را نکنید و در این فصل گیاه را در معرض هوای سرد قرار ندهید.

۶- و نکته آخر اینکه برخی از افراد فکر می کنند که هرچه گلدان گیاه بزرگتر باشد رشد بهتری داشته و فضای بیشتری برای رشد دارد که این یک باور غلط می باشد. گیاهان در گلدان های بیش از حد کوچک یا بیش از حد بزرگ رشد خوبی نداشته و پس از مدتی از بین می روند. برای گیاهان خود گلدانی با سایز مناسب تهیه کنید و هر سال یک سایز گلدان را بزرگتر کنید. بخصوص برای کاکتوس ها و ساکولنت ها نباید گلدان بیش از حد بزرگ باشد.

## شرایط نگهداری گیاه نخل گربه



گیاه نخل گربه، گیاهیچه ای درخشان و زیبا است که متعلق به جنوب شرقی مکزیک می باشد. این گیاه در صورت بهره مندی از نیازهای مراقبتی، از رشد بسیار خوبی بهره مند خواهد شد. این گیاهان از محبوب ترین نخل های آپارتمانی هستند و تا حدود ۲ متر رشد خواهند کرد. طول برگ های این گیاه به ۲۰ سانتی متر

عرض آن ها به ۲/۵ سانتی متر می رسد. شرایط مناسب برای رشد گیاه نخل گربه: آب

این نخل در مقایسه با سایر گیاهان مشابه خود نیازمند رطوبت و آبیاری بیشتری است. با این وجود بهتر است از آبیاری بیش از حد آن خودداری کنید. برخی معتقدند که گیاه نخل گربه یک گیاه بیابانی نیست و بنابراین آبیاری منظم گیاه نخل گربه باعث جلوگیری از قهوه ای شدن برگ های آن خواهد شد. برگ های قهوه ای ممکن است در اثر خاک خشک، هوای خشک و یا آبیاری گیاه با استفاده از آب شیر که حاوی فلوراید است، بروز پیدا کند بنابراین بهتر است برای آبیاری این گیاه از آب مقطر و یا آب باران استفاده کنید و از زیاده روی در انجام این کار خودداری کنید.

### رطوبت

گیاه نخل گربه نیازمند رطوبت بالای ۵۵٪ در محیط است و از آن جایی که تأمین این مقدار رطوبت در منزل کار دشواری است، می توانید از دستگاه های رطوبت ساز و یا پر کردن سینی زهکشی گلدان استفاده کنید و همچنین می توانید گهگاهی مقداری آب به برگ های این گیاه اسپری کنید.

### دما

دمای مورد نیاز برای رشد مناسب گیاه دمای ۱۸ تا ۲۷ درجه سانتی گراد است. از نگهداری این گیاه در محیط های دارای دما پایین و یا در مقابل درجه های حرارتی خودداری کنید.

### نور

این گیاه نیازمند نور فراوان و غیرمستقیم خورشید است و بهترین مکان برای نگهداری از آن در کنار پنجره های پوشیده شده یا پرده می باشد. از قرار دادن این گیاه در معرض نور خورشید به خصوص در طول فصل تابستان خودداری کنید و همچنین لازم است که هر

شود و از آن جایی که این گیاه از رشد کندی برخوردار است، سال ها طول می کشد تا به یک درخت بالغ تبدیل شود. تکثیر این گیاه از طریق قلمه زنی ممکن نخواهد بود.

### تعویض گلدان

گیاه نخل گربه معمولاً هر ۳ سال یک بار نیازمند تعویض گلدان است. برای انجام این کار از گلدانی به اندازه ۵ سانتی متر بزرگ تر از گلدان قبلی استفاده کنید و به منظور جلوگیری از آسیب رسیدن به ریشه های گیاه، آن را در عمق گلدان نکارید و همچنین در هنگام آوردن گیاه از گلدان قدیمی مراقب باشید تا ریشه ها دست نخورده باقی بمانند.

### آفات و بیماری ها

گیاه نخل گربه مستعد ابتلا به آفات مختلف مانند کنه های عنکبوتی، حشرات مقیاس، مورچه و بیماری های ناشی از اشتباهات مراقبی می باشد. هوای خشک داخل منزل اصلی ترین علت بروز این آفات است. با توجه به این که این آفات بسیار ریز هستند، تشخیص آن ها کار بسیار دشواری است و معمولاً با توجه به آسیبی که به گیاه وارد می کنند شناسایی می شوند. برای جلوگیری از انتقال این آفات به سایر گیاهان، قسمت های آلوده گیاه را از آن جدا کنید. استفاده از حشره کش ها نیز در از بین رفتن این آفات موثرند. افزایش میزان رطوبت محیط منزل در فصل زمستان به جلوگیری از بروز این آفات کمک خواهد کرد. بروز لکه های قرمز و قهوه ای بر روی برگ های گیاه نیز نشان دهنده ابتلا گیاه به بیماری های قارچی است و برای مقابله با این بیماری، برگ های آلوده را از گیاه جدا کنید.

## تکثیر آسان گیاهان برای مبتدیان

### پتوس یا بیچ قلبی



فیلودندرون هاست و پسر عمومی پتوس است و در اغلب خصوصیات و حتی تکثیر به شدت مشابه هم هستند. برای تکثیر این گیاه آپارتمانی جذاب نیز کافی است یک قلمه با حداقل یک بند جدا شود حتی می توانید قلمه ای با چند بند و برگ جدا کنید که این بستگی به سلیقه شما دارد.



در پشت هر برگ زنده ای قهوه ای وجود دارد که ریشه های هوایی و بیشتر ریشه ها در آینده از آنجا رویش می کنند بنابراین با جدا کردن یک بند این قسمت هم جدا شده و ریشه ها خیلی سریع تر از آن قسمت فعال شده و رشد می کنند. به راحتی با قرار دادن ساقه یا همان قلمه های برگ انجیری در آب یا خاک کنید. اگر قصد دارید گلدان پرتری داشته باشید بهتر است قلمه ها را کوتاه تر اما با تراکم بالا کنار هم بکارید. این گلدان قطعاً بسیار زیبا خواهد شد.

### برگ انجیری



یک نمونه گیاه با تکثیر آسان برگ انجیری می باشد جالب است بدانید این گیاه از خانواده زاموفیلیا نیز جز چند گیاه با تکثیر آسان در خانه می باشد. راحت ترین راه جدا کردن غده های آن به همراه ساقه های متصل به غده است. اگر زاموفیلیای شما چند غده نسبتاً مجزا داشته باشد می توانید هر کدام از آنها را به همراه چند ساقه جدا کرده و در گلدان های مختلف بکارید. می توانید از برگ ها و حتی ساقه ها نیز قلمه گرفته و در آب یا خاک ریشه دار کنید. بهتر است برای این منظور از ساقه های ضخیم تر و برگ های درشت و سالم تر استفاده کنید. می توانید برای قلمه زدن در خاک قبل از فرو بردن قلمه در بستر کاشت یکی دو سانت از انتهای قلمه برگ یا قلمه ساقه را به کود هورمون ریشه زایی پودری آغشته کنید تا سرعت ریشه دهی افزایش یابد. به یاد داشته باشید فرآیند ریشه دهی زاموفیلیا کمی کند است پس صبور باشید بنابراین زاموفیلیا یک گیاه با تکثیر آسان اما سرعت رشد پایین است.

### سانسوریا

با تکثیر سانسوریا را تقریباً همه آشنایی دارند.



به راحتی با بریدن برگ ها و تقسیم آن به قلمه هایی حداقل ۸ تا ۱۰ سانتی یا بزرگتر می توان این گیاه را تکثیر کرد. اگر از انواع پاکوتاه استفاده می کنید در صورتی که برگ کوچک بود نیاز به برش نیست و یک برگ کامل را به عنوان قلمه در نظر بگیرید و اگر بسیار درشت بود برگ را نهایتاً دو تکه کنید نه بیشتر. نکته اینجاست قلمه ها بعد از برش می بایست یکی دو روز به حال خود رها شوند تا محل برش آنها بسته یا اصلاً پینه ببندد و بعد می توانید قلمه ها را در آب و یا خاک بگذارید تا کم کم ریشه بزنند. فرآیند بین دهی سانسوریا نیز طولانی است و حداقل بین ۴ تا ۸ هفته به طول می انجامد. فارغ از زمان بر بودن تکثیر این گیاه، سانسوریا یک گیاه با تکثیر آسان به حساب می آید چون قلمه زنی آن در بیشتر مواقع موفقیت آمیز خواهد بود و در خانه انجام می شود.

### برگ بیدی



یک گیاه با تکثیر آسان برگ بیدی است. این گیاه ساقه های طردی دارد که به راحتی در آب یا حتی یک خاک و بستر کاشت مرطوب ریشه می زنند. فقط کافیست قلمه هایی به اندازه یک انگشت یا بزرگتر از ساقه های بلند غده های آن به همراه ساقه های متصل به غده است. اگر زاموفیلیای شما چند غده نسبتاً مجزا داشته باشد می توانید هر کدام از آنها را به همراه چند ساقه جدا کرده و در گلدان های مختلف بکارید. می توانید از برگ ها و حتی ساقه ها نیز قلمه گرفته و در آب یا خاک ریشه دار کنید. بهتر است برای این منظور از ساقه های ضخیم تر و برگ های درشت و سالم تر استفاده کنید. می توانید برای قلمه زدن در خاک قبل از فرو بردن قلمه در بستر کاشت یکی دو سانت از انتهای قلمه برگ یا قلمه ساقه را به کود هورمون ریشه زایی پودری آغشته کنید تا سرعت ریشه دهی افزایش یابد. به یاد داشته باشید فرآیند ریشه دهی زاموفیلیا کمی کند است پس صبور باشید بنابراین زاموفیلیا یک گیاه با تکثیر آسان اما سرعت رشد پایین است.

سانسوریا با تکثیر سانسوریا را تقریباً همه آشنایی دارند.

**آگهی درخواست گواهی حصر وراثت**

آقای سعید رحیمی فرزند ابراهیم به شرح درخواستی که به کلاسه ۱۴۰۰/۲۸ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی انحصار وراثت نموده و اعلام داشته که ابراهیم رحیمی فرزند عبدا... شناسنامه ۹۲۸ صادره ازج لارستان-بیدشهر در تاریخ ۱۳۹۱/۰۴/۱۰ دراقامتگاه دائمی خودبیدشهر فوت نموده وراث حین الفوت وی عبارتنداز: عبارتست از:

۱- کنیز محمدی فرزند ابراهیم به ش ش ۷ متولد ۱۳۳۷ صادره ازج لارستان- بیدشهر (همسر متوفی)

۲-سکینه رحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۱۲۰۹ متولد۱۳۴۵ صادره ازج لارستان اوز-بیدشهر (فرزندمتوفی)

۳- آمنه رحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۱۲۷۶ متولد ۱۳۴۸ صادره از ج لارستان بیدشهر (فرزند متوفی)

۴- عبدا... رحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۲ متولد ۱۳۵۰ صادره ازج لارستان بیدشهر (فرزندمتوفی)

۵- اشکبوس رحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۱۵۴۳ متولد ۱۳۵۵ صادره ازج لارستان بیدشهر (فرزند متوفی)

۶-محمدعلی رحیمی فرزندابراهیم به ش ش ۱۶۴۹ متولد ۱۳۵۷ صادره ازج لارستان - بیدشهر (فرزند متوفی)

۷-جواد رحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۱۷۷۸ متولد ۱۳۶۰ صادره ازج لارستان بیدشهر(فرزند متوفی)

۸-ایرج رحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۹۹ متولد ۱۳۶۴ صادره ازج لارستان-بیدشهر (فرزند متوفی)

۹-احمدرحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۲۵۰۰۲۱۵۱۰۵ متولد ۱۳۷۰ صادره ازج لارستان بیدشهر (فرزند متوفی)

۱۰-حمید رحیمی فرزندابراهیم به ش ش ۵۴۷ متولد۶۴۹۰۰۰۰۰۰ صادره ازج لارستان بیدشهر(فرزند متوفی)

۱۱-مجید رحیمی فرزندابراهیم به ش ش ۶۴۹۰۰۱۵۴۰۴ متولد ۱۳۷۳ صادره ازج لارستان بیدشهر(فرزند متوفی)

۱۲- سعید رحیمی فرزند ابراهیم به ش ش ۹۰۳۲۲۷۹ متولد۶۴۹۰۰۳۲۲۷۹ صادره ازج مرکزی شهرستان-گراش (فرزند متوفی)

ولاعیر، اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را یک نوبت آگهی می نماید تا هر کس اعتراضی ویا وصیت نامه ای از متوفی نزد او می باشد. از تاریخ انتشار آگهی طرف یک ماه به این شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد.

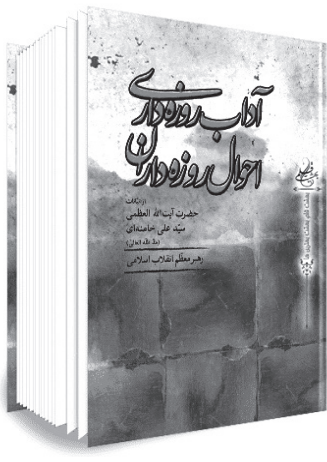
رئیس شورای حل اختلاف:شعبه شهری شهرستان اوز - محمود محبی م الف ۱۴۱



## آداب روزه‌داری؛

## احوال روزه‌داران

آیت... سیدعلی خامنه‌ای؛ انتشارات انقلاب اسلامی



آیت ... سیدعلی خامنه‌ای در بیانات خود ماه رمضان را ماه مغفرت الهی، ضیافت الهی، ماه خودسازی و تقوا، ماه استغفار و توبه و بازگشت، ماه ذخیره‌سازی تقوا، ماه عبادت و دعا و مناجات و... نامیده‌اند. این عنوان‌ها بیانگر ارزش و اهمیت این ماه مبارک برای مسلمانان است که باید با آگاهی به آن قدم بگذارند. مجموعهٔ انتشارات انقلاب اسلامی به کوشش علی‌رضا مختارپور، با رجوع به بیانات رهبر انقلاب در سال‌های ۱۳۶۹ تا ۱۳۹۰ تلاش کرده است مباحثی برای این ماه مبارک آماده کند. ایشان در جمع‌آوری مطالب به دو ویژگی توجه داشته‌اند. نخستین ویژگی این است که موضوع بیانات ماه مبارک رمضان، معارف دینی مربوط به روزه‌داری، آداب دعا، تکالیف مؤمنان در این ماه از نظر فردی، اجتماعی و سیاسی و مانند آن است و دیگر آنکه این بیانات در محدودهٔ زمانی حلول ماه مبارک رمضان تا پایان روز عید سعید فطر هر سال ارائه شده است.

## شہپطام را مسلمان کرده‌ام

## نقش الهام الهی در بحران‌ها



آموزه‌های قرآن گویای آن است که الهامات بلکه حتی وحی الهی از نوع غیر تشریحی، می‌تواند انسان‌ها را در شرایط بحران از عمل سقیفانه رها سازد و به رشد برساند که در تقابل آن است. این تقابل را خدا در آیاتی از قرآن بیان کرده که می‌توان به آیات ۲ و ۴ سوره جن اشاره کرد.

خدا در قرآن بیان می‌کند که چگونه مادر موسی(ع) که پیامبر نبود، به وحی الهی

غیرتشریحی، راه رشد را دریافت و با فراغت خاطر فرزند را به امواج خروشان نیل داد؛ ما به مادر موسی الهام کردیم که: «او را شیر ده؛ و هنگامی که بر او ترسیدی، وی را در دریا (ی نیل) بیفکن و نترس و غمگین مباش، که ما او را به تو بازمی‌گردانیم و او را از رسولان قرار می‌دهیم!»... (سرا‌نجام) قلب مادر موسی از همه چیز (جز یاد فرزندش) تهی گشت؛ و اگر دل او را (به‌وسیله ایمان و امید) محکم نم‌کردیم، نزدیک بود مطلب را افشا کند! (قصص، آیات ۷ تا ۱۰)

همچنین خدا با وحی غیرتشریحی، حضرت

### آگهی در خواست گواهی حصر وراثت

آقای احمد بزرافشان فرزند محمود به شرح درخواستی که به کلاسہ ۱۴۰۱/۲۵ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی انحصار وراثت نموده و اعلام داشته که محمود بزرافشان فرزند احمد شناسنامه ۱۸۵ صادره ازح لارستان - اوز در تاریخ ۱۴۰۰/۱۲/۲۱ در اقامتگاه دائمی خوداوز فوت نموده وراث

حین الفوت وی عبارتنداز / عبارتست از:

۱-سمیه بزرافشان فرزند محمود به ش ش ۱۳۳ متولد ۱۳۶۴ صادره ازح ۲ لارستان اوز(فرزندمتوفی)

۲-احمد بزرافشان فرزند محمود به ش ش ۲۰۴۸۹متولد ۱۳۶۶ صادره ازح یک شهرستان بندرعباس (فرزندمتوفی)

۳-یاسر بزرافشان فرزند محمود به ش ش ۰۲۳۸۳۰۶۴۹۰متولد ۱۳۷۴ صادره از ح مرکزی بندرعباس (فرزند متوفی)

۴-ام کلثوم بزرافشان فرزند محمود به ش ش ۰۲۳۸۳۰۶۴۹۰متولد ۱۳۷۴ صادره از ح مرکزی لارستان (فرزندمتوفی)

ولاعبر، اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور رایک نوبت آگهی می نماید تا

هرکس اعتراضی ویا وصیت نامه ای از متوفی نزد او می باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یک ماه به این

شورا مراجعه و تقدیم نماید والا گواهی صادر خواهد شد

رئیس شورای حل اختلاف:شعبه شهری شهرستان اوز -محمود محبی م/الف ۱۴۳

## کتابخوانی در ماه مبارک رمضان

کتاب «آداب روزه‌داری و احوال روزه‌داران» با ترجیع‌بند تقوا و استغفار در ۴۲۲ صفحه چاپ و در دسترس مخاطبان قرار گرفته است. در این کتاب به موضوعاتی مانند مباحث مربوط به «قرآن کریم»، «دعا و مناجات»، «توبه و استغفار از گناهان»، «بندگی و مقام عبودیت»، «خودسازی»، «صبر»، «اخلاص و مراتب آن»، «مبارزه با هوای نفس» و... اشاره شده است که بیانگر فضیلت ماه مبارک رمضان و اعمال مرتبط با آن است. آنچه مخاطبان در این کتاب با آن آشنا می‌شوند که در اغلب کتاب‌هایی با این موضوع نیست، پرداختن به ابعاد اجتماعی و سیاسی ماه مبارک رمضان در کنار ابعاد فردی است.

\*\*\*

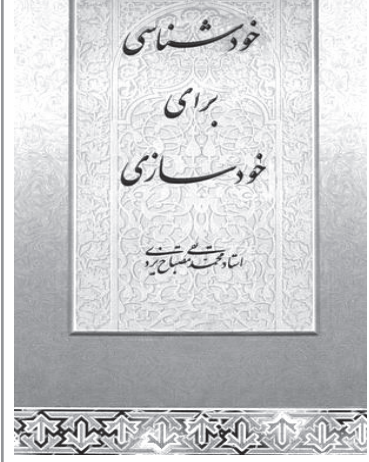
### المراقبات

آیت‌الله میرزا جواد ملکی تبریزی (ره)



علامه محمدحسین طباطبایی، مفسر کبیر قرآن کریم، دربارهٔ کتاب «المراقبات» فرمودند: «کتابی که پیش رو دارید، از بهترین کتاب‌هایی است که در این زمینه نگارش یافته است. در این کتاب لطایفی که اهل ولایت خدا از آن مراقبت نموده و نکات ظریفی که در دل سرگشتگان محبت خدا خطور نموده و تمام مطالبی که مریبان دربارهٔ عبادت خدا فهمیده‌اند، وجود

الهی را می‌شناسد، نگاه می‌کند. این کتاب را انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) در ۴۲۴ صفحه منتشر کرده و در آن تلاش شده است با اکتفا به دریافت‌های وجدانی و براهین ساده، متن کتاب برای عموم مردم کاربردی باشد.



کتاب دارای موضوع واحد و دو بخش مستقل از هم است. در بخش اول کتاب، استاد مصباح یزدی (ره) با ارائهٔ یک بحث کلی و فشرده دربارهٔ خودشناسی و خودسازی به تبیین و توضیح ضرورت خودشناسی بر اساس نقل و عقل می‌پردازند. علاقه‌مندان در این بخش با موضوعات مختلف مانند «لذت کمال»، «جهت‌یابی امیال فطری»، «قطعهٔ اوج امیال

و غایت آمل»، «کمال»، «فطرت»، «امیال»، «ارتباط با خداوند»، «قرب»، «تدبیر و اراده» و... را به بحث گذاشته است. این بخش از کتاب منبع عمیق و غنی برای آشنایی با مباحث معرفت نفس است و می‌تواند مانند چراغ راهی در این مسیر عمل کند.

از پیامبراکرم(ص) نقل شده است که آن حضرت در مقام مناجات با خداوند عرضه داشتند: «سجد لک خیالی» من خیالم را طوری مهار کرده‌ام که برای تو سجده کرده است (بحارالانوار، ج ۲۲، ص ۲۴۵) در روایتی دیگر پیامبر گرامی(ص) خیلی شفاف‌تر می‌فرماید: «قد اسلم شیطانی بیدی» من با دستان خود شیطان را مسلمان کرده‌ام (الدرالمنثور، ج ۶، ص ۲۷) آری شیطان هر کسی همین قوه واهمه است که با دوز و کلک شهوت و غضب را در نظر ما زیبا جلوه داده و از این طریق ما را مبتلای به گناه می‌کند.

ادب الهی، آیت ... شیخ مجتبی تهرانی(ره)، کتاب پنجم، ص ۴۸

## آداب قرض دادن و قرض گرفتن

قرض دادن و قرض گرفتن آداب و مهارت هایی دارد که رعایت آنها باعث می‌شود هیچ یک از طرفین قرض؛ ضرر نکنند. نگویید نه! برای همه ما در زندگی پیش آمده که در بحبویه مشکلات اقتصادی و شرایط خاص نیاز داشتیم از دوست و آشنا و فامیل پول قرض بگیریم. برعکس آن هم صادق است و قطعاً تا به حال به اطرافیانمان پول قرض داده‌ایم. باور کنید همه چیز این دنیا حساب و کتاب دارد؛ علی‌الخصوص زمانی که پای خدمت به خلق خدا وسط بیاید. اگر در این روزگار، دست بدهکاری را بگیری یا با دادن مبلغی از حساب شخصیت، غصه غریبه یا آشنایی را از این بین بری با خدا معامله کرده‌ای و در عین اینکه خدا با سخاوت دو برابر به تو برمی‌گرداند، پاداش آن دنیا را هم برایت حساب می‌کند. اگر هم بدهکاری و این روزها کسی پولش را از تو مطالبه می‌کند، حواست باشد که پیامبر اکرم (ص) فرموده‌اند: «کسی که هرگاه طلبکار باشد مهلت بدهد و هرگاه بدهکار باشد، به موقع بدهی‌اش را بپردازد، سود می‌برد و زیان نمی‌کند.» اما قرض دادن و قرض گرفتن قواعد و مهارت‌هایی دارد که اگر آن را بدانید شاید راحت‌تر برای رفع نیاز ضروری پول قرض بگیرید و پول قرض بدهید. قرض دادن بهتر است یا صدقه دادن؟ می‌دانستید ثواب قرض دادن از صدقه دادن هم بیشتر است؟ حجت الاسلام «سید محمد موسوی» کارشناس مذهبی می‌گوید: «در جلد چهارم کتاب «کافی» روایتی به نقل از پیامبر (ص) آمده مبنی بر اینکه آن حضرت درباره پاداش صدقه قرض دادن فرموده‌اند: «صدقه دادن ۱۰ حسنه و قرض دادن ۱۸ حسنه دارد.» شبیه این روایت از امام صادق (ع) در جلد یکصد و سوم کتاب «بحارالانوار» هم نقل شده که آن حضرت درباره تفاوت پاداش قرض و صدقه فرموده‌اند: «بر درب بهشت نوشته ثواب وام ۱۸ برابر است و ثواب صدقه ۱۰ برابر» دلایلش این است که وام جز به دست نیازمند نمی‌رسد، اما صدقه ممکن است به دست غیرمحتاج بیفتد. البته پاداتان باشد که قرار نیست صدقه دادن را رها کنید و اگر خواستید به کسی کمک کنید، فقط به او قرض دهید. درباره صدقه دادن و آثار و پاداش آن هم روایت‌های مستند بسیاری وجود دارد که یکی از آنها، دور شدن ۷۰ نوع بلا از شخص صدقه‌دهنده است.



## چرا روزه می‌گیریم؟

قرآن در باب روزه میفرماید:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (بقره/ ۱۸۳)
«ای مردم باایمان، برای شما روزه فرض شده است همچنان‌که برای پیشینیان شما فرض شده بود،

چرا؟ قرآن فلسفه را هم ذکر می‌کند:

لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ: برای اینکه در شما روح تقوا و ملکه تقوا پیدا بشود.

ملکه تقوا یعنی چه؟ یعنی تسلط بر نفس.

تسلط بر نفس همان است که امام صادق(ع) فرمود: ربوبیت (الْعُبُودِيَّةُ جَوْهَرَةُ كُنْهَهَا الرَّبُوبِيَّةُ) (مصباح الشریعة، ص ۵۳۶)

پس اگر ما ماه رضائی را گذرانیم، شیهای احیایی را گذرانیم، روزه های متوالی را گذرانیم و بعد از ماه رمضان در دل خودمان احساس کردیم که بر شهوات خودمان بیش از پیش از ماه رمضان مسلط هستیم،بر عصبانیت خودمان از سابق بیشتر مسلط هستیم، بر چشم خودمان بیشتر مسلط هستیم، بر زبان خودمان بیشتر مسلط هستیم،بر اعضا و جوارح خودمان بیشتر مسلط هستیم و بالاخره بر نفس خودمان بیشتر مسلط هستیم و می‌توانیم جلو نفس آماره

را بگیریم، این علامت قبولی روزه ماست.

... اگر انسان در ماه رمضان روزه گیر واقعی باشد، اگر واقعاً به خودش گرسنگی بدهد و همین‌طور که گفته شده است سه وعده غذا را تبدیل به دو وعده کند،یعنی قبلاً یک صبحانه و یک ناهار و یک شام می‌خورد، حالا دیگر ناهار نداشته باشد، افطارش فقط به اندازه یک صبحانه مختصر باشد، بعد هم سحر نه خیلی زیاد بر معده تحمیل کند بلکه یک غذای متعارف بخورد، بعد احساس می‌کند که هم نیروی بدنی‌اش بر کار افزایش پیدا کرده است و هم نیروی روحی‌اش



داده‌اید پس بگیرید، اما برای گرفتن حقتان داد و قال راه نیندازید و آبروی مقروض را نبرید. جنبه داشتن در ماجرای قرض دادن چیز خوبی است که هم پاداش قرض‌دهنده را پایمال نمی‌کند و هم آبرو و شخصیت قرض‌گیرنده را از بین نمی‌برد. اگر طلبکار هستید و به پولتان نیاز دارید همین حالا دست به کار شوید. با فرد مورد نظر تماس بگیرید و بعد از یک چاق سلامتی با احترام و بدون رودروایی موضوع بدهی را مطرح کنید.

**مهلت بده!**

درست است که هر کس به مال خود نیاز دارد و حق دارد قرضی را که داده طلب کند، اما مراعات کردن حال مقروض و مهلت دادن به او نباید فراموش شود. چون هر روزی که از زمان سررسید ادای قرض بگذرد و قرض‌دهنده با مقروض مدارا کند، خدا برایش جبران می‌کند. کارشناس مذهبی در همین خصوص به حدیثی اشاره می‌کند و می‌گوید:

«رسول اکرم (ص) در «بحارالانوار» فرموده‌اند: «هر کس بدهکار تنگدستی را مهلت دهد، خداوند در هر روز برای او ثواب صدقه‌ای را برابر با طلبی که از او دارد، تضمین می‌کند تا زمانی که مال خود را دریافت کند.» پس اگر پولی را قرض داده‌اید و نیاز ضروری به پولتان ندارید به فرد قرض‌گیرنده مهلت دهید، اما مهلت را تعیین کنید و در مورد زمانش با هم حرف بزنید و به توافق برسید.

**قرض‌گیرنده خوب چه کسی است؟ / دور قرض بیهوده را خط بکشید**
درست است که همه مردم وظیفه دارند مراقب احوال دوست و آشنا و حتی غریبه‌ها باشند و در مواقع سختی و مشکلات، از یکدیگر دستگیری کنند. درست است کسی که پولی را به دیگری قرض می‌دهد باید رعایت حال

دوست و آبروی مقروض خود را بکند و او را برای ادای دیش در سختی و فشار قرار ندهد، اما قرض‌گیرنده هم مسئول است موارد ادب و احترام را در برابر طلبکار خود رعایت کند. در این خصوص روایت‌های جالبی از بزرگان دین وجود دارد که شاید تا الان شنیده باشید. حجت الاسلام موسوی با ذکرمنابع این روایت‌ها به بخشی از آن‌ها اشاره می‌کند. هر یک از این روایت‌ها برای ما حکم یک مهارت و دستورالعمل را دارد.

**باچ گیر نباشید**

در «بحارالانوار» به نقل از پیامبر (ص) آمده است: «اگر کسی بتواند حق کسی را بپردازد، ولی معطل کند، هر روز که بگذرد برایش گناه شخص باجگیر نوشته می‌شود.»

**همیشه در فکر پرداخت باشید**

امام صادق (ع) در «وسائل‌الشیعه» فرموده‌اند: «کسی که پولی را قرض بگیرد و انگیزه پس

دادنش را نداشته باشد، مانند دزد است.»

در حدیث دیگری به نقل از آن حضرت در «بحارالانوار» آمده: «خبری در آن کس نیست که دوست ندارد از راه حلال مالی

به‌دست آورد که آبرویش را حفظ و قرضش را با آن ادا نماید.»

**فقط برای کارهای ضروری یا پرسود**

امام صادق (ع) در «وسائل‌الشیعه» می‌فرماید: «بهترین قرض قرضی است که در آن منفعتی

باشد.» پس برای هر کاری نباید دست را جلوی دیگران دراز کرد و پول قرض گرفت.

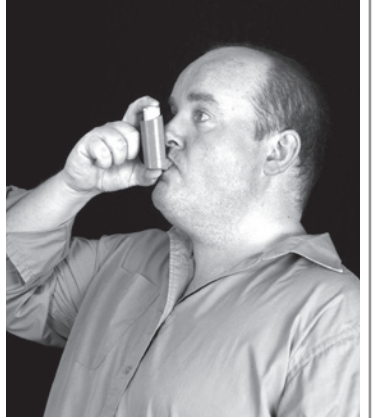
مثلاً به سرتان می‌زند مبلغان خانه را عوض کنید، اما پول آن را ندارید و قرض می‌گیرید.

یا مثلاً برای خرید فلان لباس لاکچری پول کم دارید و از دوست و آشنا قرض می‌گیرید.

به این نوع قرض، قرض بیهوده می‌گویند که اصلاً کار درستی نیست.



## ارتباط آسم و چاقی



به گزارش جام جم آنلاین، نتایج یک بررسی جدید نشان می‌دهد چاقی می‌تواند با آسم مرتبط باشد؛ داده‌های به دست آمده از مطالعات بیانگر آن است که مادران دارای اضافه وزن بیشتر احتمال دارد بچه‌هایی با این بیماری داشته باشند.

شیوع آسم از دهه ۱۹۷۰ به‌طور قابل توجهی افزایش یافته‌است. در سال ۲۰۱۱، تعداد ۲۳۵-۳۰۰ میلیون نفر در سطح جهان به این بیماری مبتلا بودند و این بیماری حدود ۲۵۰ هزار مورد مرگ و میر را سبب شد.

به گفته محققان ژاپنی، زنانی که قبل از بارداری اضافه وزن دارند، بیشتر در معرض ابتلا به آسم هستند. کارشناسان نیز معتقدند هورمونی به نام لپتین ممکن است مقصر ابتلا به آسم باشد.

لپتین هورمونی که نقش کلیدی در متابولیسم انرژی، باروری و تراکم استخوان دارد در تنظیم قطر راه‌های هوایی نیز موثر است.

براساس یافته‌های جدید، مادرانی که قبل از باردار شدن چاق بودند، کودکانشان ۲۸ درصد بیشتر در معرض ابتلا به آسم بودند؛ خود زنان باردار نیز در مقایسه با زنانی که وزن سالم داشتند، ۱۷ درصد بیشتر در معرض خطر ابتلا به آسم بودند.

محقق ارشد این مطالعه گفت: «این یافته‌ها اهمیت دارند، زیرا آسم اغلب یک بیماری مادام‌العمر است که می‌تواند زندگی روزمره را مختل کند». آسم شایع‌ترین بیماری درازمدت در بین کودکان انگلیسی است که از هر ۱۱ جوان یک نفر به آن مبتلا است.

منبع: بهداشت نیوز

## عوامل دخیل در کمردرد



آیا مدام کمردرد دارید؟ افرادی هستند که پیوسته این مشکل را دارند و چون به آن عادت کرده‌اند عادی تلقی‌اش می‌کنند؛ اما کمردرد عادی نیست و شما نباید به آن عادت کنید.

کمردرد شامل بزرگ‌ترین سیستم حمایتی در بدن است: ستون فقرات. اگر به اندازه کافی مراقبت سلامتی‌تان نباشید، ممکن است با مشکل کمردرد روبرو شوید.

در میان عواملی که می‌توانند موجب کمردرد شوند، بلندکردن وسایل سنگین بدون فرم مناسب بدن است که مشکلات پیچیده‌ای ایجاد می‌کند. در مورد علت‌های متداول کمردرد در این مطلب صحبت خواهیم کرد.

### پارگی دیسک میان مهره‌ای

همان‌طور که می‌دانید ستون فقرات شما از مهره‌هایی تشکیل شده که با استخوان‌های کوچکی به نام دیسک از هم جدا شده‌اند. عملکرد این دیسک‌ها، ساده‌تر کردن حرکت و ضربه‌گیری از ستون فقرات است تا استخوان‌هایتان به‌درستی کار کنند. به مرور زمان و به دلیل حرکات نامناسب و وضعیت بدنی نادرست، این دیسک‌ها نازک‌تر می‌شوند. این اختلال در میان افراد سنین بالا متداول است اما در خانم‌های جوانی که طی زایمان بی‌حسی اپیدورال گرفته‌اند نیز دیده می‌شود.

اگر متوجه شده‌اید این مشکل را دارید لازم است به پزشک مراجعه کرده و داروهای تسکین این درد را مصرف کنید. همچنین باید از ساپورت طبی ستون فقرات استفاده کنید تا این سیستم بسیار مهم حمایت شود. ضمناً، ماساژ نیز درمانی بسیار عالی است و باید مکمل کلسیم نیز مصرف نمایید تا مشکلاتان بدتر نشود.

اندومترئوز یکی از شایع‌ترین بیماری‌ها در زنان است. در این مورد، کمردرد در اثر رشد سلولی غیرعادی که در اندومترئوز رخ می‌دهد می‌تواند روی دهد؛ این استخوان بیشتر در معرض آسیب و شکستن قرار می‌گیرد. پوکی استخوان باعث می‌شود استخوان‌های شما شکننده‌تر شده و زودتر آسیب ببینند، حتی با کوچک‌ترین ضربه. در بیشتر موارد پوکی استخوان علامت بارزی ندارد اما کمردرد در موارد زیر می‌تواند روی دهد:

اگر بالای ۴۰ سال دارید و رژیم غذایی‌تان سرشار از کلسیم نیست بهتر است به طور منظم به پزشک مراجعه کنید تا در صورت ابتلا به کاهش تراکم استخوان، زودتر از این مسئله آگاه شوید.

در صورتی که متوجه شدید کمردردتان در وسط ستون فقرات شماست و وقتی حرکت می‌کنید صدایی می‌شنوید باید به پزشک مراجعه کنید. این وضعیت در هر سنی که باشید نرمال نیست.

### فیبرومیالژیا

فیبرومیالژیا یک بیماری مزمن است و درد طولانی‌مدت، یکی از ویژگی‌های بارز این بیماری است. یعنی شما نه‌تنها کمردرد دارید بلکه مفاصل و عضلاتان نیز دردناک هستند. علائم زیر در فیبرومیالژیا بسیار شایع‌اند:

-گرفتگی خواب -خستگی -احساس تورم -مفاصل -سوزش سردل

اگر مشکلاتان فیبرومیالژیا باشد، پزشک احتمالاً داروهای متعددی برایتان تجویز می‌کند تا هر عارضه را جداگانه درمان کند. هرچند فیبرومیالژیا درمانی ندارد اما راهکارهایی برای کنترل درد آن وجود دارد، فقط باید ببینید کدام روش بهترین جواب را به شما می‌دهد.

### درد پایین کمر

درد پایین کمر می‌تواند از قفسه سینه تا باسن موجب کمردرد شود. عارضه‌ای است که هر شخصی ممکن است طی زندگی خود تجربه کند. درد پایین کمر آن‌قدر شایع است که خیلی از افراد فکر می‌کنند هیچ علت واقعی ندارد. اما این‌طور نیست؛ در بیشتر موارد آزمایش‌های گوناگونی ممکن است لازم باشد تا تشخیص اصلی داده شود اما همیشه قطعاً دلیلی وجود دارد.

اگر فقط گاهی دچار درد پایین کمر می‌شوید، به فعالیت‌هایی دقت کنید که معمولاً انجام می‌دهید. این احتمال وجود دارد که وقتی پشت میز کارتان می‌نشینید وضعیت بدنی‌تان درست نیست یا کارتان جوری است که باعث این درد می‌شود.

بهترین کار این است که به پزشک مراجعه کنید تا علت کمردردتان به‌درستی مشخص شود.

### پوکی استخوان

پوکی استخوان بیماری استخوان‌هاست و زمانی رخ می‌دهد که تراکم توده استخوان کم می‌شود و این استخوان بیشتر در معرض آسیب و شکستن قرار می‌گیرد. پوکی استخوان باعث می‌شود استخوان‌های شما شکننده‌تر شده و زودتر آسیب ببینند، حتی با کوچک‌ترین ضربه. در بیشتر موارد پوکی استخوان علامت بارزی ندارد اما کمردرد در موارد زیر می‌تواند روی دهد:

اگر بالای ۴۰ سال دارید و رژیم غذایی‌تان سرشار از کلسیم نیست بهتر است به طور منظم به پزشک مراجعه کنید تا در صورت ابتلا به کاهش تراکم استخوان، زودتر از این مسئله آگاه شوید.

## آیا خوردن در زمانی که گرسنه نیستید، مشکل‌زا است؟



شاید این پرسش برای شما هم پیش آمده باشد اگر زمانی که گرسنه نیستیم، غذا بخوریم چه مشکلی پیش می‌آید.

خوردن غذا بر پایه احساس گرسنگی به عنوان روشی که سیگنال‌های طبیعی گرسنگی و سیری را تنظیم می‌کند، معمولاً مورد توجه افراد قرار می‌گیرد. متأسفانه بسیاری از مردم «خوردن» را تنها در زمانی که از لحاظ جسمی گرسنه هستند، معنا می‌کنند. اما باید گفت خوردن تنها در زمان گرسنگی می‌تواند مشکلاتی را به همراه داشته باشد:

اول آن که متأسفانه غذا همیشه در دسترس نیست. بیا باید فرض کنیم شما صبحگاه و زمانی که می‌خواهید برای رفتن به سر کار خود را آماده کنید، گرسنه نیستید. اما کار شما و یا برنامه مدرسه به شما اجازه نمی‌دهد تا هر زمانی که گرسنه می‌شوید، توقف کرده

و شروع به خوردن کنید. تصور کنید شما ده صبح به شدت گرسنه می‌شوید، تا جایی که نمی‌توانید بر روی کارتان تمرکز کنید؛ اما ناهار شما تا ساعت ۱۲:۳۰ دقیقه حاضر نمی‌شود.

ممکن است شما از افرادی باشید که به ندرت احساس گرسنگی می‌کنید. حتی برخی افراد ممکن است احساس گرسنگی نکنند و یا مشکلاتی در سلامتی داشته باشند که احساس گرسنگی را برای آن‌ها دشوار می‌سازد. در این موارد ممکن است افراد صبر کنند تا احساس گرسنگی به آن‌ها دست دهد. این مسئله

ممکن است شما در درجه‌ای که در تبدیل زانوها ایجاد شده‌اند، باید توسط متخصص پزشکی - ورزشی اندازه‌گیری و دقیقاً دلیل اصلی زانوی پرنانزی ضعیف ماهیچه چهارسر رانی شناخته شود. در غیر این صورت از این تمرین‌ها تأثیرهای مطلوبی به‌دست نمی‌آورد.

حالا اگر زانوی پرنانزی بر اثر کوتاهی ماهیچه‌های همسترینگ داخلی باشد، می‌توانید این کارها را انجام دهید. فرد یا کودک را طاقباز می‌خوابانید و از او می‌خواهید پاهایش را دراز کند. شما مچ پای او را با دست گرفته و به سمت خارج چرخانده، همچنین به طور همزمان به سمت بالا نیز می‌آورید. در این حالت ماهیچه‌های همسترینگ داخلی کشیده شده و با تمرین و تکرار روزانه مشکل برطرف می‌شود.

### ضعف ماهیچه

اما در صورتی که ضعف ماهیچه دوسر رانی مشکل‌ساز شده باشد، باید این روش را به کار بگیرید: فرد یا کودک را به شکم بخوابانید. از مچ پایش گرفته و ساقش را به خارج بچرخانید. از فرد بخواهید زانویش را کم‌کم خم کرده و به سمت باسنش نزدیک کند. در مقابل این حرکت شما نیز به طور همزمان با دستان از این کار جلوگیری می‌کنید. توجه داشته باشید باید بتدریج و در جلسه‌های مختلفی، میزان مقاومت را افزایش دهید؛ در غیر این صورت فرد دچار آسیب و درد زیادی می‌شود. نکته‌ای که باید درباره زانوی پرنانزی حتماً مد نظر داشته باشید، ایجاد تغییر شکل استخوانی است. اگر کار به تغییر شکل استخوانی برسد یا مدت زمان زیادی از این موضوع بگذرد، دیگر قابل اصلاح نیست. همان‌طور که گفته شد؛ شناسایی این نوع ناهنجاری‌ها و آسیب‌هایی که به بدن وارد می‌کند، همیشه اولویت دارند. پس بهتر است از همین امروز به فکر فردا باشید و با مراجعه به متخصص پزشکی - ورزشی به بازیابی سلامت خود بپردازید.

بعضی از همین مواردی که آنها به عنوان یک ویژگی منحصر به فرد شخصی می‌دانند، به اصلاح نندن عوارض جبران‌ناپذیری به همراه دارد. یکی از عوارضی که زانوی پرنانزی برای افراد ایجاد می‌کند، وارد شدن فشار زیاد به سطح داخلی مفصل زانوست. این مشکل همیشه با ایجاد درد همراه است و شخص را بی‌طاقت می‌کند. البته کار به همین جا ختم نمی‌شود و زانوی پرنانزی در قسمت داخلی زانو نیز با کشش بافت‌های نرم، درد مضعافی را به‌دنبال می‌آورد. همچنین تغییرات فرسایشی زود هنگامی که با این ناهنجاری پدید می‌آید، باعث ایجاد آرتروز زودرس می‌شود. علاوه بر این زانوی پرنانزی باعث تغییرشکل در ساختمان پا شده و در مراحل پیشرفته‌تر ظاهر ناخوشایندی پیدا می‌کند. دست آخر نیز، فرد نمی‌تواند درست راه برود.

### ورزش همیشه حرف اول را می‌زند

برای این که خود و کودکمان از مصائب و سختی‌های زانوی پرنانزی نجات پیدا کنیم، بهتر است در هر سنی برای کنترل و کاهش وزن اقدام کنیم. البته ناگفته نماند همان‌طور که زانوی پرنانزی از دلایل مختلفی نشأت گرفته است، اصلاح کردن آن نیز روش‌های مختلفی دارد. در صورتی که فردی قبل از داشتن زانوی پرنانزی، پایش دچار مشکل دیگری شده، مثلاً پاهایش به سمت داخل چرخیدگی پیدا کرده باشد، ابتدا باید این تغییر شکل را اصلاح کرد و بعد از آن سراغ اصلاح زانوی پرنانزی رفت، اما در حالی که پارگی لیگامان جانبی - خارجی زانو دلیل اصلی ایجاد پای پرنانزی است، باید به تقویت ماهیچه‌های چهارسر رانی پرداخته تا بتوانید از بروز تغییرشکل زانوها جلوگیری کنید. برای این کار باید حرکت‌هایی مانند لگد زدن به توپ، زانو بلند، اسکات (نشستن روی صندلی خیالی) و بشین و پاشو را برای تقویت ماهیچه‌های خود انتخاب کنید. البته ناگفته

## درمان پا پرنانزی‌ها با ورزش



پوشک بچه می‌تواند باعث زانوی پرنانزی در نوزاد شود؛ یکی دیگر از دلایل‌هایی که امروز بیشتر از گذشته شاهد آن هستیم، چاقی در کودکان است. این چاقی علاوه بر هزار و یک دردمری که در حال و آینده فرزندانمان ایجاد می‌کند، زانوی پرنانزی را نیز به‌رمغان می‌آورد؛ از آنجا که در کودک نوپا هنوز استخوان و ماهیچه‌ها بخوبی شکل نگرفته و تحمل وزن او را ندارند، اضافه وزن می‌تواند براحتی در پاها تغییر شکل ایجاد کرده و او را دچار زانوی پرنانزی کند.

از سویی اگر اضافه وزنی هم در کار نباشد، همین که بچه‌ها زودتر از سن رشد خود شروع به راه‌رفتن کنند، این موضوع نیز می‌تواند باعث زانوی پرنانزی شود. به‌جز این، مواردی مانند راشتیمس (نرمی استخوان)، شکستگی استخوان پا، بخصوص در نزدیکی سطوح مفصلی و همچنین چرخش پاها به سمت داخل، از دیگر دلایل ایجاد زانوی پرنانزی هستند. البته نباید مشکلات عضلانی پاها را فراموش کنیم. ضعف ماهیچه همسترینگ خارجی (دو سر رانی) یا کوتاهی ماهیچه همسترینگ داخلی (نیمه غشایی و نیمه تاندونی)، همچنین پارگی لیگامان جانبی - خارجی زانو نیز می‌تواند زانوی پرنانزی را به دنبال داشته باشند. موارد زیادی در ایجاد این ناهنجاری سهمیه هستند؛ بنابراین بهتر است برای شناسایی هر چه سریع‌تر چنین مشکلاتی به متخصص پزشکی - ورزشی مراجعه کنید تا مانع پیشرفت آن شود.

### مهم‌نیست این شکلی‌ام

متأسفانه بعضی از مردم یا والدین اصلاً به ساختار قامتی خود و فرزندانشان توجهی نشان نداده و تصور می‌کنند بدن آنها از اول نیز به همین شکل بوده، پس هیچ اشکالی ندارد که به همین صورت هم باقی‌بماند! در صورتی که

## ساده‌ترین راه برای کالری سوزی بیشتر در ورزش



قرمز و چای سبز هم از دیگر موادی هستند که کالری سوزهای خوبی به شمار می‌روند هرچند که مصرف بیش از حد آن‌ها می‌تواند مضر باشد.

### \*\*\*

### سوزاندن چربی شکم و کاهش وزن

متخصصان تناسب اندام چند روش موثر و برخی از ساده‌ترین و در عین حال ایمن‌ترین روش‌ها برای سوزاندن چربی شکم را معرفی کرده و گفته‌اند، این روش‌ها به تدریج منجر به کاهش وزن سالم می‌شوند.

به گفته محققان، نوشیدن آب ولرم همراه با عسل در اوایل صبح با معده خالی نه تنها چربی‌های غیر ضروری را از بین می‌برد و آب می‌کند، بلکه مهمتر از همه باعث ایجاد تعادل در هورمون‌ها و تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود. از دیگر راه‌های موثر در کاهش چربی شکمی، افزایش مصرف پروتئین است؛ همه ما می‌دانیم که پروتئین یک ریزمغذی مهم برای رشد انسان است. مصرف مواد غذایی پروتئینی به افزایش درصد عضله کمک می‌کند و در نهایت با ایجاد احساس سیری منجر به کاهش چربی‌های می‌شود.

طب فشاری از دیگر راه‌های کاهش وزن است؛ در حالی که طب سوزنی از سوزن برای تحریک نقاط مختلف فشار در اطراف بدن استفاده می‌کند، طب فشاری با تحریک این نقاط از تقویت هضم و بهبود متابولیسم موثر است که همه اینها در مدیریت وزن نقش دارند.

ورزش نیز یک راه موثر برای بهبود سلامتی و سوزاندن کالری است. دودین یا پیاده‌روی منظم یکی از موثرترین ورزش‌ها برای کاهش چربی شکم است. محققان تأکید می‌کنند، افزایش مصرف فیبر در کاهش چاقی تأثیر دارد؛ فیبر در معده شما منبسط می‌شود و همچنین هضم آن به زمان نیاز دارد، به این معنی که برای مدت طولانی‌تری احساس سیری می‌کنید. همچنین مهم است که مطمئن شوید که تعادل مناسبی از ویتامین‌ها و مواد معدنی را در رژیم غذایی خود دریافت می‌کنید؛ زیرا مقدار زیاد یا کم آن می‌تواند اثرات منفی بر سلامت شما داشته باشد.





روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
بیست و نهم	۵:۰۵	۶:۲۵	۱۲:۵۲	۱۹:۱۹	۱۹:۴۶

من و باد صبا مسکین دو سرگردان بی حاصل

من از افسون چشم مست و او از بوی گیسویت  
حافظ

نهج الفصاحه

إِنَّ قَلِيلَ الْعَمَلِ مَعَ الْعِلْمِ كَثِيرٌ وَ كَثِيرَ الْعَمَلِ مَعَ الْجَهْلِ قَلِيلٌ.  
کار اندک که با بصیرت و دانش انجام گیرد بسیار است و کار بسیار که با نادانی صورت پذیرد اندک است.

نهج البلاغه

طمع انسان را به هلاکت می کشاند و نجات نمی دهد، و به آنچه ضمانت کند، وفادار نیست، و بسا نوشنده آبی که پیش از سیراب شدن گلو گیرش شد؛ و ارزش آنچه که بر سر آن رقابت می کنند، هر چه بیشتر باشد، مصیبت از دست دانش اندوهناکتر خواهد بود، و آرزوها چشم بصیرت را کور می کند، و آنچه روزی هر کسی است می جستجو خواهد رسید. حکمت ۲۷۵

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان  
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی  
تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴-۰۲۲۴۳۸۴۴  
کد پستی: ۷۴۳۱۸-۳۴۳۵۰  
شماره شاپا: ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیات تحریریه)  
لیتوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار  
www.mld.ir miladelarestan@gmail.com

رئیس جمهور: محکوم به موفقیت هستیم و اجازه عقب گرد نداریم

رئیس جمهور با بیان اینکه احیای امید و اعتماد عمومی با اقدام و عمل شدنی است، گفت: محکوم به موفقیت هستیم؛ نه می توانیم توقف کنیم و نه اجازه عقب گرد داریم.  
به گزارش ایرنا، آیتا... سید ابراهیم رئیسی در نشست هم اندیشی با جمعی از علما و روحانیون با بیان اینکه شخصاً ارتباط با علما را فرصتی مغتنم برای دولت می دانم، گفت: دولت تلاش کرده در سطوح مختلف با علما و نهاد روحانیت ارتباط داشته باشد و از نظرات و مشورت های آنان بهره بگیرد.  
رئیس جمهور با بیان اینکه امروز به لطف خدا امید و انتظار مثبت از دولت به وجود آمده که باید با اقدام و عمل تثبیت شده و ارتقا یابد، افزود: ارتقای این امیدواری به معنای تبدیل آن به مشارکت، نشاط و سرمایه اجتماعی است و دولت در این مسیر گام برمی دارد.

دشمن تلاش می کند روایت مخدوش خود را در ذهن مردم جا بیندازد

آیتا... رئیسی تبدیل امیدواری به سرمایه اجتماعی را در روایت صحیح از اقدامات انجام شده دانست و گفت: امروز جنگ روایتها است و دشمن تلاش دارد روایت مخدوش خود را از مسیر ۴۰ ساله انقلاب در ذهن مردم جا بیندازد اما بهترین و منصفانه ترین روایت در دسترس از آنچه در سالهای پس از پیروزی انقلاب اسلامی گذشته و مسیری که باید در ادامه طی کنیم، در بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی تبیین شده است و دولت مردمی صراحتاً اعلام کرده که این بیانیه را مبنای تمام اقدامات و برنامه های خود می داند.  
دولت در پی مردمی کردن حکمرانی و اداره امور به معنای واقعی است

رئیس جمهور با اشاره به اینکه گفتن دولت مردمی همان گفتن امام راحل و مقام معظم رهبری است، تصریح کرد: دولت اجرایی عدالت را در تمام عرصه ها و در تمام سطوح دنبال خواهد کرد و به دنبال تحقق مردمی کردن حکمرانی و اداره امور به معنای واقعی است.  
آیتا... رئیسی با اشاره به اهمیت توجه به فرهنگ خاطر نشان کرد: باید سیاست های اقتصادی و فرهنگی را توأماً و دوشادوش هم پیش برد و دولت نگاه «انقلابی و جهادی» و «توجه به جوانان و نسل بالنده انقلاب» را در این عرصه را در دستور کار خود قرار داده است.  
وی با استقبال از پیشنهاد ایجاد هماهنگی و هم افزایی بین نهادهای تبیینی و تبلیغی دولتی، حاکمیتی، غیردولتی و مردمی گفت: در این دولت تمام ظرفیت های نظام در بخش های مختلف حاکمیتی و دولتی در کنار هم قرار گرفته و خطایی که در گذشته در جدا کردن نهادهای انقلابی از نهادهای دولتی اتفاق افتاده بود اصلاح شده است.  
رئیس جمهور افزود: امروز همه نهادها و بخش های زیرمجموعه نظام جمهوری اسلامی زیر نظر مقام معظم رهبری و با یک آهنگ واحد فعالیت می کنند و حتی در عرصه سیاست خارجی نیز نهادهای انقلابی و وزارت امور خارجه کاملاً هماهنگ هستند؛ در این دولت سیاست گذاری بر اساس قانون اساسی از سوی مقام معظم رهبری انجام شده و همه دستگاه های دیگر مجری این سیاست ها هستند.

طی ۷ ماه گذشته بسیاری از راههای فرار مالیاتی مسدود شده است

آیتا... رئیسی پیگیری شبانه روزی تحقق

کامل شبکه ملی اطلاعات، بهره برداری از سامانه جامع تجارت، راه اندازی درگاه ملی صدور مجوزها و اجرای اصلاحات دولت اجرایی عدالت را در تمامی بخش های دولت در حدود ۷ ماه گذشته عنوان کرد و اظهار داشت: در نتیجه این اقدامات شفاف سازی قابل قبولی در عرصه فعالیت های اقتصادی ایجاد شده و به عنوان مثال بسیاری از راه های فرار مالیاتی شناسایی و مسدود شده است.  
رئیس جمهور تصریح کرد: دولت برنامه و بودجه مورد توجه بیشتری قرار گرفته تا آنچنان که شایسته است فعال شوند.  
دولت به هیچ وجه متصدی شایسته های در عرصه اقتصاد و فرهنگ نیست

دولت به هیچ وجه متصدی شایسته های در عرصه اقتصاد و فرهنگ نیست

آیتا... رئیسی با بیان اینکه دولت به هیچ وجه متصدی شایسته های در عرصه اقتصاد و فرهنگ نیست، خاطر نشان کرد: دولت مردمی سعی کرده نقش آفرینی خود را در عرصه های مختلف در سه زمینه «هدایت، نظارت و حمایت» سامان دهد و بر همین اساس اصلاح نحوه اجرای سیاست های خصوصی سازی را با هدف واگذاری صحیح بنگاه های اقتصادی به بخش خصوصی واقعی دنبال کرده است.  
از سوی مقام معظم رهبری انجام شده و همه دستگاه های دیگر مجری این سیاست ها هستند.  
طی ۷ ماه گذشته بسیاری از راههای فرار مالیاتی مسدود شده است  
آیتا... رئیسی پیگیری شبانه روزی تحقق



زمینه نظام بانکی، رشد نقدینگی و ایجاد دشمن برای ایجاد یأس و ناامیدی در به عنوان مثال اگر تولید در روستاها رونق یافته و به صرفه شود دیگر شاهد خالی شدن روستاها و رشد حاشیه نشینی نخواهیم بود.  
آیتا... رئیسی با اشاره به اینکه دولت تلاش کرده رفع دغدغه های مردم، نخبگان و رهبری در عرصه های مختلف پولی و بانکی، صادرات و واردات، مالیات و امثال آن را با جدیت دنبال کند، اظهار داشت: دولت مردمی ضمن تلاش برای جبران عقب ماندگی ها، در همان روزهای آغاز به کار با حجم انبوهی از مطالبات انباشت شده بخش های مختلف جامعه خود را در عرصه های مختلف در سه زمینه «هدایت، نظارت و حمایت» سامان دهد و بر همین اساس اصلاح نحوه اجرای سیاست های خصوصی سازی را با هدف واگذاری صحیح بنگاه های اقتصادی به بخش خصوصی واقعی دنبال کرده است.  
رئیس جمهور تأکید کرد: با وجود همه مشکلات و موانع موجود، هر چه به پیش می رویم آینده را بیش از پیش روشن و امیدوارکننده می بینم. راهبرد و کلان پروژه دولت ایجاد و ارتقای امید

اختصاص اتوبوس آمبولانس به لارستان

امضاء قرارداد ساخت بیمارستان جویم



سرپرست دانشکده علوم پزشکی لارستان، با بیان اینکه با رایزینی ها و پیگیری های فراوان و توجه وزارت بهداشت یک دستگاه اتوبوس آمبولانس که از آرزوهای دیرینه مردم لارستان بود به این دانشکده و در فروردین امسال اختصاص یافت، گفت: با توجه به حادثه خیز بودن محورها و ارتباطی در جنوب فارس به ویژه جاده لار- جهرم- بندرعباس و بستک- لار و نایمن بودن جاده های اصلی بین شهرستانی، تجهیز و نوسازی ناوگان در حوزه مدیریت حوادث دانشکده یک ضرورت اجتناب ناپذیر است.  
رئیس دانشگاه علوم پزشکی لارستان، با بیان اینکه با رایزینی ها و پیگیری های فراوان و توجه وزارت بهداشت یک دستگاه اتوبوس آمبولانس که از آرزوهای دیرینه مردم لارستان بود به این دانشکده و در فروردین امسال اختصاص یافت، گفت: با توجه به حادثه خیز بودن محورها و ارتباطی در جنوب فارس به ویژه جاده لار- جهرم- بندرعباس و بستک- لار و نایمن بودن جاده های اصلی بین شهرستانی، تجهیز و نوسازی ناوگان در حوزه مدیریت حوادث دانشکده یک ضرورت اجتناب ناپذیر است.  
رئیس دانشگاه علوم پزشکی لارستان، با بیان اینکه با رایزینی ها و پیگیری های فراوان و توجه وزارت بهداشت یک دستگاه اتوبوس آمبولانس که از آرزوهای دیرینه مردم لارستان بود به این دانشکده و در فروردین امسال اختصاص یافت، گفت: با توجه به حادثه خیز بودن محورها و ارتباطی در جنوب فارس به ویژه جاده لار- جهرم- بندرعباس و بستک- لار و نایمن بودن جاده های اصلی بین شهرستانی، تجهیز و نوسازی ناوگان در حوزه مدیریت حوادث دانشکده یک ضرورت اجتناب ناپذیر است.

مکان تزریق واکسن کرونا در لار به مراکز بهداشتی درمانی منتقل می شود



در پاسخ به مطلب شهروند خبرنگار میلاد لارستان مطرح شد: مکان تزریق واکسن کرونا به مراکز بهداشتی درمانی منتخب منتقل می شود.  
به گزارش میلاد لارستان، یکی از مخاطبان میلاد لارستان در پیامی خطاب به مسوولان دانشکده علوم پزشکی لارستان موارد زیر را مطرح کرد:  
هنگام مراجعه به سالن واکسیناسیون عمومی شهید باقریه، مشاهده می شود که برخلاف روزهای نخست آغاز واکسیناسیون، سالن خلوت است و ازدحامی شکل نگرفته است. به نظر می رسد دیگر نیازی به اشغال چنین سالن بزرگی برای انجام واکسیناسیون نباشد تا بتوان از آن استفاده بهینه کرد.  
با دقت نظری که از مسوولان دانشکده سراغ داریم، انتظار داریم تدبیری صحیح در این خصوص اندیشیده شود.  
این موضوع به اطلاع روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی لارستان رسانده شد که جوابیه آن در ذیل می آید:  
روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان در پاسخ به مطلب منتشر شده در کانال خبری میلاد لارستان از جانب (شهروند خبرنگار) مبنی بر

کسب رتبه اول صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان در فارس



مدیر کمیته امداد لارستان، گفت: صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان در استان فارس رتبه نخست را از آن خود کرد.  
به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی کمیته امداد امام خمینی لارستان، هوشنگ دلور اظهار داشت: صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان موفق به اخذ رتبه اول جذب سپرده سال ۱۴۰۰ در هم گروه خود که شامل کمیته های ۹۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد در این سایت طراحی شده است. تکمیل و بهره برداری این پردیس بسیاری از نیازها و خدمات بهداشتی، درمانی و آموزشی در مناطق جنوبی استان فارس و حتی استان های همجوار را پوشش خواهد داد.  
رئیس کمیته امداد امام خمینی لارستان با بیان اینکه صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان موفق به اخذ رتبه اول جذب سپرده سال ۱۴۰۰ در هم گروه خود که شامل کمیته های ۹۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد در این سایت طراحی شده است. تکمیل و بهره برداری این پردیس بسیاری از نیازها و خدمات بهداشتی، درمانی و آموزشی در مناطق جنوبی استان فارس و حتی استان های همجوار را پوشش خواهد داد.  
مدیر کمیته امداد لارستان، گفت: صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان در استان فارس رتبه نخست را از آن خود کرد.  
به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی کمیته امداد امام خمینی لارستان، هوشنگ دلور اظهار داشت: صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان موفق به اخذ رتبه اول جذب سپرده سال ۱۴۰۰ در هم گروه خود که شامل کمیته های ۹۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد در این سایت طراحی شده است. تکمیل و بهره برداری این پردیس بسیاری از نیازها و خدمات بهداشتی، درمانی و آموزشی در مناطق جنوبی استان فارس و حتی استان های همجوار را پوشش خواهد داد.  
رئیس کمیته امداد امام خمینی لارستان با بیان اینکه صندوق قرض الحسنه امداد ولایت لارستان موفق به اخذ رتبه اول جذب سپرده سال ۱۴۰۰ در هم گروه خود که شامل کمیته های ۹۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد در این سایت طراحی شده است. تکمیل و بهره برداری این پردیس بسیاری از نیازها و خدمات بهداشتی، درمانی و آموزشی در مناطق جنوبی استان فارس و حتی استان های همجوار را پوشش خواهد داد.

اختصاص ۷۵ درصد اراضی زراعی لارستان به کشت گندم و جو



همچنین یک هزار مترمربع زیربنای آموزشگاه بهوزری و هزار و ۵۰۰ متر نیز برای ساخت استاد سرا که هم اینک ۲۳ درصد پیشرفت فیزیکی دارد در طولانی با همکاری نماینده مردم لارستان در مجلس شورای اسلامی گرفته شده و بر اساس اعلام وزارت بهداشت هم اینک در ردیف ۱۹ قانون بودجه قرار گرفته است.  
مسئولان دانشکده علوم پزشکی لارستان پیش تر اعلام کرده بودند اعتبار مورد نیاز برای تکمیل و اجرای کامل فضاهای موجود این پردیس رقمی افزون بر ۲ هزار میلیارد ریال است. عملیات اجرایی این سایت دانشگاهی که ۵۳ هکتار نیز وسعت دارد، از سال ۹۳ تاکنون و با همت و مشارکت فعال خیرین و نیک اندیشان این شهرستان آغاز شده است.  
ساختن ها و فضاهای فیزیکی موجود در این سایت شامل مجموعه ای کامل از بخش های مختلف از جمله اداری، دانشگاهی، آموزشی و بهداشتی، خدماتی و ورزشی است.  
در این پردیس دانشگاهی همچنین بیش از سه هزار و ۲۰۰ مترمربع خوابگاه دانشجویی، ۸۵۰ متر برای ساختمان مجتمع فرهنگی، هزار و ۴۰۰ متر برای ساختمان معاونت غذا و دارو، سه هزار و ۲۰۰ متر مجموعه ستاد دانشکده و فضای اداری طراحی و پیش بینی شده است.