روزنامه طلوع

۱۸ فروردین ۱۳۹۵ چهارشنبه

۴ شماره ۱۶۴۶ سال بیست و دوم

کازرون

با قانون زندگی کنیم

هر کس آلات و وسایل مخصوص به قماربازی را بخرد یا حمل و نگهداری کند به یک تا سه ماه حبس یا تا پانصد هزار تا یک میلیون و پانصد هزار ریال جزای نقدی محکوم می شود.

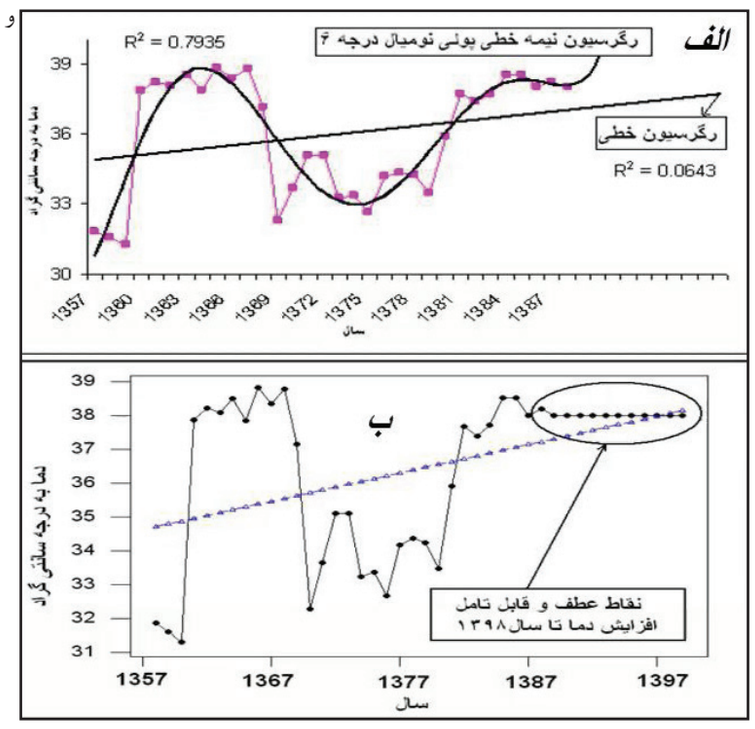
ماده ۷۰۶ قانون مجازات اسلامی

بررسی و پیش بینی متوسط دمای حداکثر ۵ ماه گرم سال در شهرستان کازرون و تحلیلی بر برق مصرفی مناطق گرمسیر

قسمت سوم و پایانی

دکترسعید بلیانی، دکتری تخصصی آب و هواشناسی در برنامه ریزی محیطی / محل ارایه سخنرانی مقاله: سومین همایش منطقه ای تغییر اقلیم و گرمایش زمین ۱۳۹۴/۱۲/۱۹
محل برگزاری: کیلاق فراشبند استان فارس توسط دانشگاه علوم پایه زنجان - پژوهشکده تغییر اقلیم

و این مهم توسط تئوری شبکه های عصبی مصنوعی که بخوبی می توانند تولید حافظه اقلیمی کنند و توانایی پیش بینی سیستم پیچیده اقلیم خصوصا دما را دارا هستند مورد توجه این مطالعه قرار گرفت. بخوبی و با توجه به اشکال علمی مندرج در این پژوهش نمودارهای(۲-۴-۶)، می توان دریافت که تئوری شبکه عصبی توانسته است با ضریب همبستگی فوق العاده ایده آل و منطقی همبستگی بین مقادیر واقعی و شبیه سازی شده دما و همچنین پیش بینی آن را تا سال ۱۳۹۸ که نشانگر خیز نسبتا چشمگیر است، نشان دهد. در این راستا و با امعان موضوع برق مصرفی منطقه کازرون و حومه ،استفاده از دستگاه های خنک کننده نمود بیشتری پیدا می کند.



شکل ۵ و الف : پیش بینی روند سری زمانی دما به روش رگرسیون خطی و پولی نومینیال درجه شش تا سال ۱۳۹۸و ب پیش بینی روند افزایش متوسط دمای حداکثر ۵ ماه گرم سالتوسط شبکه عصبی

صرفه جویی در مصرف دستگاه های خنک کننده،در دستور کار قرارگیرد.در هر صورت این میزان پیش بینی تا سال ۱۳۹۸ روند روبه افزایش خود را طی خواهد کرد(شکل۵).

جمع بندی و نتیجه گیری

همانگونه که بیان شد میزان برق مصرفی در شهرستان کازرون برای اثبات نوع گزینش اقلیم گرمسیر کازرون روند متوسط دمای حداکثر ۵ ماه گرم سال ایستگاه کمارج کازرون مدنظر این مطالعه قرار گرفته است. اساسا کازرون دارای آب و هوایی معتدل در فصول پاییز و زمستان و آب و هوایی گرم و سوزان در فصول بهار و تابستان ازحیث شرایط دمایی است.

منابع و مآخذ

۱-بلیانی،یداله،فاضل نیا،غریب،جلالی،مسعود،بیات،علی،۱۳۹،تحلیل و مدل سازی دمای سالانه شهر شیراز با استفاده از مدل آریما،فصلنامه فضای جغرافیایی، در نوبت چاپ.
۲- حاتمی بهمن بیگلو، خداکرم (۱۳۸۹) نواحی اقلیمی استان فارس به روش تحلیل عاملی، فصلنامه فضای جغرافیایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر، زمستان، شماره ۳۲.
۳- خسروی، محمود، جاودانی، خلیفه، محمدی نیا قرائی، سعید، ۱۳۸۲، بررسی انطباق سریهای زمانی دمای مشهد با نوسانات دمای کره زمین، مجموعه مقالات سومین کنفرانس منطقه ای و اولین کنفرانس ملی تغییر اقلیم.
۴-رضایی، بنفشه، مجید، بلیانی، یداله، فاضل نیا، غریب، زینالی، بتول، ۱۳۹۰،بررسی اثرات خشکسالی دهه های اخیر بر منابع آب و کشاورزی شهرستان کازرون،همایش ملی تغییر اقلیم،۱و۲مرداد ماه، دانشگاه ارومیه.
۵- هفته نامه علمی، فرهنگی، سیاسی، اجتماعی سلمان کازرون،۱۳۹۰/۳/۲۷.
۶- علیجانی،بهلول، قویدل رحیمی، یوسف، ۱۳۸۵ ، مقایسه و پیش بینی تغییرات دمای سالانه تبریز با ناهنجاریهاری دمایی کره زمین با استفاده از روش های رگرسیون خطی و شبکه عصبی مصنوعی، مجله جغرافیا و توسعه، شماره۶.
7-Turkes,M.M.S.U.tku, (1996):Observed chang Temperature in Turky International 5 Journal of climatology, Vol.16.PP463477-.
8- Przybylak, R.A, Vizi ,z.s,(2005), «Air Temperature changes in the Canadian arctic from the early instrumental period to page, modern times» , international journal of climatology , 11491171-.
9- Intergovernmental panel on climate (ipcc).(2007):climate change 2007:ipcc assessment
10- http://tariff.moe.org.ir

اهمیت تغذیه در دوره سالمندی

لیلا موسوی/کارشناس پرستاری

در تمام دوران زندگی، تغذیه با عنوان عامل تقویت کننده جسم و روح و موثر در حیات ارزش بسیار زیادی داشته است.

سوء تغذیه و عدم توجه به نوع تغذیه در دوران کهولت منجر به کم اشتهایی می شود و این خود باعث عوارضی مانند خستگی، کاهش تحرک، فراموشی و ناراحتی های عصبی می گردد.

به طور کلی نیازهای غذایی بدن، شامل انرژی، پروتئین، چربی، ویتامین ها، مواد معدنی و آب است.

۱- با افزایش سن نیاز به انرژی به دلیل کوچک تر شدن بافت عضلانی و کاهش فعالیت فیزیکی، کاهش می یابد.

۲- با افزایش سن، سوخت و ساز مواد قندی و نشاسته ای کاهش می یابد.

۳- در دوران سالمندی با تحلیل عضلات، مقدار پروتئین بدن کم می شود؛ بنابراین باید پروتئین بیشتری مصرف کنیم.

۴- در دوران کهولت بر مقدار چربی بدن افزوده می شود باید کمتر استفاده شود.

برای تأمین نیازهای غذایی روزانه باید از چهار گروه اصلی مواد غذایی استفاده کرد.

۱-گروه شیر و لبنیات ۲-گوشت، تخم مرغ، حبوبات و مغزها ۳-گروه نان و غلات ۴-گروه میوه ها و سبزی ها

چند توصیه تغذیه ای مفید:

۱- روزانه مصرف ۸-۶ لیوان مایعات را فراموش نکنید.

۲- تا حد امکان مصرف نمک و شکر را کم کنید.

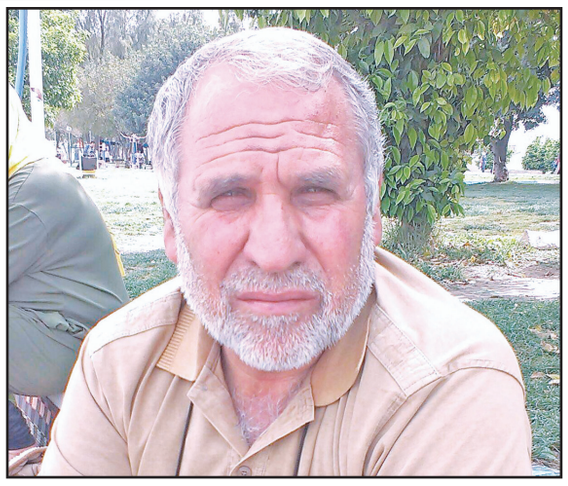
۳- مصرف روزانه میوه و سبزی را فراموش نکنید و قبل از طبخ گوشت چربی ها و پوست مرغ را کاملاً جدا کنید.

۵/۵

نوروز ۹۵ با مسافران نوروزی در کازرون

(قسمت دوم و پایانی)

محمد رضا نوکام



با سلام و تبریک سال نو، لطفا خودتان را معرفی کنید و بفرمایید از کدام شهر آمده اید.

به نام خدا. جوکار هستم و از شیراز آمده ام.

مقصد سفرتان کجاست؟

ابتدا به استان خوزستان رفتیم و تقریبا بیشتر شهرها را دیدن کردیم؛ بعد وارد استان بوشهر شدیم. الان هم که در خدمت شما و در حال برگشت به شیراز هستیم.

جناب جوکار، تا به حال به کازرون سفر کرده بودید؟

بله، بنده قبلا کازرون را دیده بودم. شهر زیبایی دارید.

آیا مکان های دیدنی کازرون را بازدید کرده اید؟

بله، من از شهر تاریخی بیشاپور، غار شاپور و نرگسزارهای کازرون قبلا دیدن کرده ام که واقعا نظر هر بیننده ای را به خودش جلب می کند.

امسال وضعیت جاده ها را چگونه ارزیابی می کنید؟

در سفری که داشتیم، فقط دو مسیر ماهشهر تا بوشهر و قسمتی از مسیر بوشهر به کازرون مشکل داشت. در رابطه با تابلوهای راهنمای مسیر هم مشکلی ندیدم؛ اما امکانات جاده همانند استراحتگاه، نمازخانه و سرویس بهداشتی خیلی کم بود و تعدادی هم که وجود داشت از نظر امکانات اصلا راضی کننده نبود.

چه انتقاد و پیشنهادی برای شهرستان کازرون دارید؟

اگر مسئولین هر شهرستان، فقط و فقط به وظیفه خودشان عمل کنند، مردم آن شهرستان پیشرفت را به چشم می بینند. امیدوارم این اتفاق در تمامی شهرستان ها بیفتد.

ممنونم. روزنامه طلوع، سالی خوب و سرشار از موفقیت را برای شما آرزو دارد.

***

با سلام و خیر مقدم به شما دوست عزیز. لطفا خودتان را معرفی کنید و بفرمایید از کجا تشریف آورده اید.

رسول قنبری هستم و از شهر شیراز آمده ام.

مقصد سفرتان کجاست؟

من خودم خیلی دوست داشتم که در کازرون بمانم و برای دومین بار بتوانم از مکان های دیدنی شهرستان کازرون بازدید داشته باشم؛ ولی خانواده ام اصرار داشتند که به بوشهر برویم و بنده هم پایبند خانواده هستم.

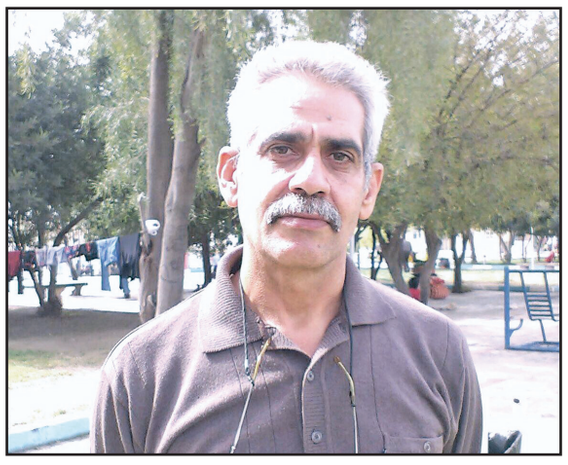
وضعیت جاده ها را چطور ارزیابی می کنید؟

نسبت به گذشته خیلی بهتر شده، هم از لحاظ کیفیت آسفالت و هم از لحاظ تابلوها، نشانه ها و راهنماهای مسیر و هم اینکه رعایت اصول راهنمایی و رانندگی در بین مردم خیلی بهتر شده است.

شهر کازرون را از لحاظ طبیعت، امکانات و... چگونه می بینید؟

شهر کازرون از لحاظ طبیعت به هیچ عنوان مثال زدنی نیست. کیفیت آب و هوای این شهر بسیار بالاست و عطر بهار نارنج که از کیلومترها قبل از شهر استشمام می شود، لذتبخش است. مردم خوب کازرون هم از مسافران استقبال خوبی می کنند. واقعا شهر کازرون در جایگاه خوبی در استان فارس قرار گرفته و بنده امیدوارم مسئولین شهرستان بتوانند جاذبه های تاریخی و گردشگری فراوانی که این شهرستان دارد را ساماندهی کرده وآنها را بهتر و بیشتر به هموطنان معرفی کنند.

تشکر و سپاس فراوان از شما دوست عزیز. امیدوارم امسال سالی پر از نشاط و شادی برای شما باشد.



سلام، روزتان بخیر. لطفا خودتان را معرفی کنید و بفرمایید از کجا تشریف آورده اید.

با سلام خدمت شما. مؤمنی فر هستم و از استان خراسان، شهر مشهد مقدس آمده ام.

در سفر نوروزی که با خانواده داشتید، از کدام استانها دیدن کردید؟

ما تقریبا بیشتر استان های شمالی و غربی را دیدیم و با آمدن به جنوب کشور، بیشتر شهرهای استان های خوزستان، بوشهر و فارس را دیدن کردیم که برای ما خیلی جالب و فرهنگها نیز خیلی قابل توجه بود.

شهر و شهرستان کازرون را چگونه دیدید؟

بعد از اینکه نقشه شهرستان کازرون را دریافت کردیم، آثار تاریخی و طبیعی شهرستان برای ما خیلی جالب بود و تصمیم گرفتیم یکی دو روز در شهر زیبای شما باشیم و مکانهای دیدنی را بازدید کنیم.

جناب مؤمنی فر، در جاده و یا شهر کازرون مشکل مسیریابی نداشتید؟ و تابلوهای راهنمای مسیر از نظر شما چطور بود؟

برخی میادین در شهر کازرون فاقد تابلوی راهنمای مسیر بود، اما در جاده وضعیت بهتر بود.

اگر انتقاد یا پیشنهادی دارید، بفرمایید.

وقتی از کمربندی کازرون عبور می کردیم، قسمتهایی از مسیر بود که وضعیت آسفالت جالبی نداشت و در این ایام که مسافران نوروزی نیزبرای بازدید آمده بودند، بازسازی و ترمیم نشده بود. من پیشنهاد می کنم شهرداری کازرون این موضوع را پیگیری کند.

با تشکر از شما، سفر خوشی را برایتان آرزو می کنم.

***

با سلام و تبریک سال ۹۵ به شما و خانواده محترمتان، لطفا ضمن معرفی خودتان، بفرمایید از کجای کشور پهناورمان آمده اید.

به نام خدا، بنده امامی هستم و از تبریز آمده ایم.

چرا استان فارس را برای مسافرت انتخاب کردید؟

آب و هوای خوب، مردم مهمان نواز و خونگرم و آثار باستانی فراوان، باعث شد تا به استان فارس بیاییم و آثار باستانی این استان را مورد بازدید قرار دهیم.

چند روز در کازرون بودید و از کجاها دیدن کردید؟

من و خانواده ام سه روز در شهر شما بودیم و از بیشتر آثار تاریخی این شهرستان مانند شهر تاریخی بیشاپور، غار شاپور، نقش برجسته های تنگ چوگان و... بازدید کردیم که برای ما بسیار جالب بود و قطعا باز هم برای سفرهای بعدی اینجا را انتخاب خواهیم کرد.

باتشکر از شما، سفر خوب و خوشی را برایتان آرزو می کنم.

گزارش تصویری

متاسفانه جاذبه کاروانسرای صفوی کمارج ده کهنه در حال ویرانی است؛ سال گذشته، برج جنوبی به شکلی که در تصویر می بینید، ترک نداشت و می شد با هزینه ای جزیی از واژگونی برج جلوگیری کرد، اما متاسفانه اقدامی انجام نشد؛ شایسته است برای جلوگیری از تخریب بیشتر این بنای تاریخی توجه بیشتری از سوی مسئولین مبذول گردد.

منتصری