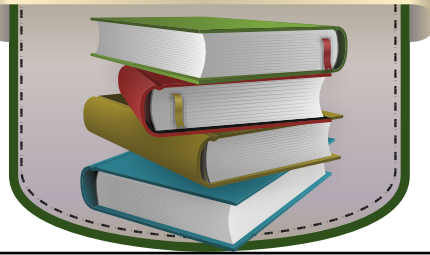


## با قانون زندگی کنیم

هر فرد یا گروه که طرح براندازی حکومت اسلامی را بریزد و برای این منظور اسلحه و مواد منفجره تهیه کند و نیز کسانی که با آگاهی و اختیار امکانات مالی موثر و یا وسایل و اسباب کار و سلاح در اختیار آنها بگذارند محارب و مفسد فی الارض می باشند.

ماده ۱۸۷ قانون مجازات اسلامی

## علمی



## نکات طلایی در خصوص مطالعه کردن (ویژه دانش آموزان)

تهیه کننده: فروزان نجیبی - لیسانس آموزش ابتدایی



- وقتی می خواهید کتابی را بخوانید، آن را به بخش های کوچک، تقسیم و زمان خواندن آنها را مشخص کنید، زیرا هرچه مطالب به بخش های کوچکتر تقسیم شوند، یاد گیری آنها راحت تر خواهد بود.
- درس خواندن موثر، خط کشیدن زیر سطر های کتاب نیست، مطالعه ی فعال شامل خواندن، نوشتن، تکرار و مرور است.
- بعد از گذشت ۲۴ ساعت از مطالعه، حدود ۸۰ درصد از مطالب فراموش می شوند، با مرور صحیح از این فراموشی جلوگیری کنید.
- سعی کنید آنچه را که می خوانید در ذهن خود مجسم کنید زیرا تجسم، سنگ بنای حافظه است.
- اساس خواندن فعال، طرح سوال است. خواننده فعال در حین خواندن، دائما سوال طرح می کند.
- نکته های مهم درسی و کلاسی را به صورت کلیدی بنویسید.
- نکته های کلیدی، کلماتی هستند که بیشترین معنی را در بر می گیرند.
- جواب های زیبا همیشه به دنبال سوال های زیبا می آیند.

## دو میوه آبرسان برای پوست های خشک

در حالی که برای پوست های چرب مرکبات فایده دارد، ولی سبب هیدراته شدن و کم آب شدن پوست های خشک می شوند؛ چون آب را به سمت خود جذب می کنند؛ بنابراین بهتر است برای پوستهای خشک، از میوه هایی که در این بخش معرفی می کنیم استفاده شود، میوه هایی بسیار آبرسان که پوست را مرطوب کرده و مغذی هستند، میوه هایی مثل موز، پاپایا و هلو می توانند برای پوست های خشک، فوق العاده عالی باشند.

### موز:

موز، خواص مرطوب کننده ای دارد که برای افراد دارای پوست خشک، فوق العاده مفید می باشد. موز، رطوبت پوست را حفظ کرده و آن را مرطوب نگه می دارد و از طرفی به پوست، آبرسانی می کند. یک عدد موز را در کاسه له کنید و سپس چند قطره عسل و ۲ قاشق غذاخوری ماست به آن اضافه نمایید. آنها را خوب با هم مخلوط کنید و خمیری صاف و یکدست به دست آورید. آن ترکیب را

در حالی که برای پوست های چرب مرکبات فایده دارد، ولی سبب هیدراته شدن و کم آب شدن پوست های خشک می شوند؛ چون آب را به سمت خود جذب می کنند؛ بنابراین بهتر است برای پوستهای خشک، از میوه هایی که در این بخش معرفی می کنیم استفاده شود، میوه هایی بسیار آبرسان که پوست را مرطوب کرده و مغذی هستند، میوه هایی مثل موز، پاپایا و هلو می توانند برای پوست های خشک، فوق العاده عالی باشند.



## با عسل و زردچوبه یک ماسک عالی برای صورت تان درست کنید



ماسک صورت یکی از لوازمی است که برای داشتن پوستی شاداب و جوان باید از آن استفاده کنید. با این ماسک می توانید در خانه تهیه کنید و مسلمانان بهتر از درمان های سالن زیبایی شما استفاده کنند.

**مواد لازم برای تهیه ماسک طبیعی صورت**

- ۱/۲ فنجان قاشق غذاخوری پودر زردچوبه
- ۱/۲ فنجان قاشق غذاخوری عسل
- ۱/۲ فنجان قاشق غذاخوری شیر

**طرز تهیه ماسک طبیعی صورت**

این مخلوط را بخوبی هم بزنید تا یک خمیر سفت به دست آید. هر شب قبل از خواب آن را بر روی صورت خود استفاده کنید. آن را تا وقتی که خشک شود بر روی پوست نگاهدارید و سپس بشویید. شما می توانید آن را در یخچال نیز نگاهداری کنید. این ماسک طبیعی پوست شما را شاداب و جوان نگه می دارد.

## کازرون

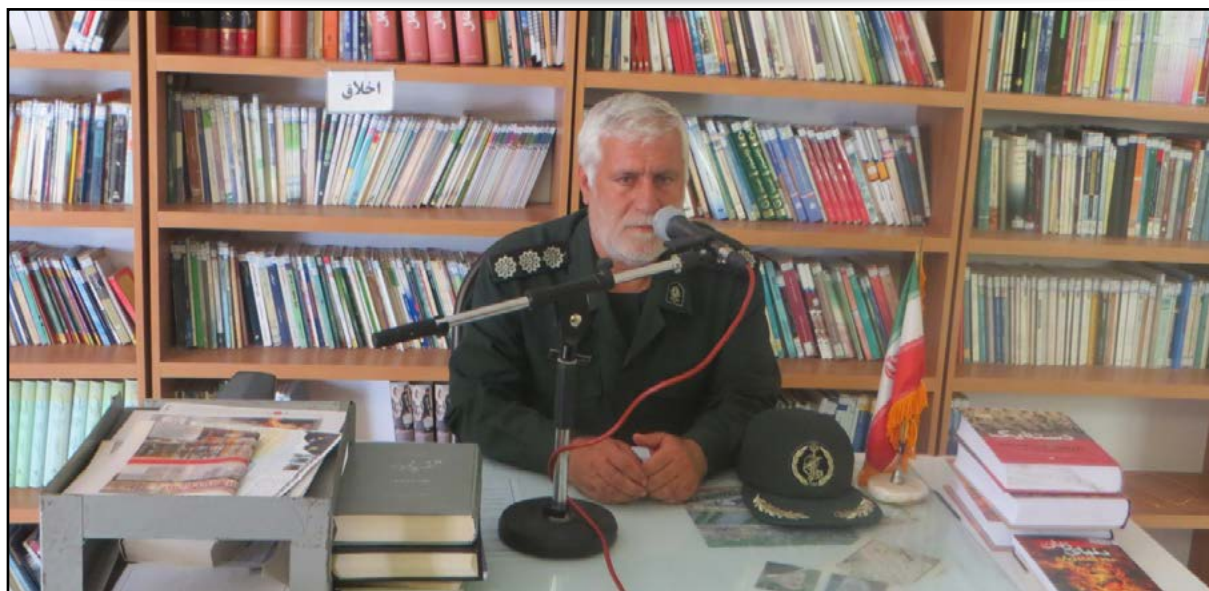
### برگزاری مراسم بزرگداشت شهید مطهری در تپ امام سجاد(ع)



به مناسبت بزرگداشت استاد فرزانه شهید مرتضی مطهری در هفته عقیدتی سیاسی، مراسم بزرگداشتی با حضور کارکنان تپ تکاور امام سجاد(ع) در حسینیه موسی ابن جعفر(ع) یگان برگزار گردید. آیت الله ملک حسینی ضمن گرامیداشت یاد استاد مطهری و هفته عقیدتی سیاسی به بیان مطالبی پیرامون معرفت اله و اخلاق اسلامی پرداخت و با بیان مطلبی از امام صادق(ع) اشاره کرد: حیات و شکوفایی انسان و جوامع بشری که به عنوان شاکله جامعه مترقی است، بر چهار اصل، کار و تلاش و حرکت (اقدام و عمل)، انضباط و حیا، آرامش یقین و سرعت و آمادگی استوار است؛ لذا می بینیم وقتی کار و تلاش و تحرک باشد و خدا را ناظر بر اعمال خود بدانیم، با حیا و شرم از خدا از لغزش ها و انحراف ها مصون خواهیم ماند. وی ادامه داد: سرعت و آمادگی که اصل چهارم حیات انسان است می تواند نهایت تاثیر را در رشد شکوفایی انسان ها داشته باشد. در ادامه برنامه، مسئول عقیدتی سیاسی یگان گزارشی از فعالیتهای این قسمت در سال ۱۳۹۴ را ارائه و از مریدان نمونه عقیدتی و آموزش یگانی، تجلیل کرد. در حاشیه این مراسم، نمایشگاه آثار و تالیفات شهید مطهری دایر گردیده بود.

مسئول تربیت و آموزش عقیدتی سیاسی تپ تکاور امام سجاد (ع) خبر داد:

### افزایش سطح آگاهی و معنویت افزایی نیروها در قالب دوره های تربیت و تعالی



لطفا خودتان را معرفی کنید.

ضمن عرض سلام و تبریک اعیاد رجیبه و هفته بزرگداشت مقام معلم و مری در سپاه، اینجانب سرهنگ پاسدار رحمان انصاری مسئول تربیت و آموزش عقیدتی سیاسی در تپ تکاور امام سجاد (ع) می باشم.

#### هدف از نامگذاری این هفته به نام عقیدتی سیاسی در سپاه، چه بوده است؟

مجموعه عقیدتی سیاسی در جهت ارتقای معنوی و اعتقادی کارکنان در طول سال فعالیت های مستمر داشته و از این رو بخاطر تجلیل از مقام مری و معلم و همچنین به پاس بزرگداشت استاد مطهری، سالروز شهادت ایشان روز عقیدتی سیاسی در سپاه نامگذاری شده است.

#### برنامه های ابلاغی عقیدتی، حول چه محورهایی انجام می شود؟

رویکرد برنامه های عقیدتی براساس آنچه که ابلاغ گردیده است، بالا بردن سطح آگاهی و معنویت افزایی در ابعاد مختلف دینی، اخلاقی، اعتقادی و سیاسی است که بخشی در یگان و بخش دیگری در خارج از یگان در مراکز مذهبی مثل مشهد، قم و شیراز در قالب دوره های تربیت و تعالی اجرا می گردد و در این دوره ها ضمن بهره گیری از فضای معنوی و زیارت اماکن مقدس از محضر ابرار و بزرگان اخلاق نیز استفاده می نمایند.

#### ضمن تشریح دوره های تربیت و تعالی، راجع به اعزام کارکنان به این دورهها توضیح دهید.

بر اساس تقویم ابلاغی و آموزشی در ابتدای سال، فرماندهان و مدیران قسمت ها نسبت به آزاد سازی و اعزام نیروها به مراکز آموزش، در طیف های مختلف اقدام می نمایند و در طول یک هفته از فیوضات ائمه اطهار در حرم های اهل بیت بهره مند می شوند.

### گرامیداشت روز جهانی دامپزشکی در واحد کازرون



به مناسبت روز جهانی دامپزشکی، مراسم جشنی با حضور جمعی از استادان و مسئولان نظام پزشکی استان فارس و دانشکده دامپزشکی واحد کازرون در سالن اجتماعات دانشگاه برگزار شد.

به گزارش خبرنگار خبرگزاری آنا، سرپرست واحد کازرون در این مراسم درباره اهمیت رشته دامپزشکی در راستای تامین بهداشت و سلامت جامعه سخنرانی کرد.

دکتر سعید خاتم ساز با بیان اینکه در جامعه بشری امروز بخش وسیعی از سلامت جامعه از سوی گروه دامپزشکی تامین می شود، گفت: «دامپزشکی در راستای ایجاد سلامت و درمان حیوانات و دامهای مختلف نقش مهمی دارد که این امر موجب کنترل بیشتر بیماریهای مشترک بین دام و انسان می شود.»

سرپرست واحد کازرون با توجه به تاریخچه درخشان دانشکده دامپزشکی واحد کازرون، افزود: «رشته دامپزشکی در واحد کازرون از ابتدا با استادن صاحب نام کشوری و امکانات لازم در این واحد آغاز شده و به همین دلیل بنیان این رشته استوار و پایدار بوده است.» وی اظهار کرد: «تاکتون تعداد زیادی از فارغ التحصیلان این دانشکده در تخصص های مختلف و یا در پست های مدیریتی استانی و کشوری مشغول هستند و این نتیجه تعهد و تخصص بالا در این دانشکده و دانشگاه است.»

دکتر ابودر دهقان رئیس دانشکده دامپزشکی واحد کازرون هم از موفقیت های چشمگیر فارغ التحصیلان رشته دامپزشکی کازرون در مجامع بین المللی و داخلی نام برد و اظهار کرد: «تمره و افتخارات سی سال تلاش و فعالیت های علمی، پژوهشی دانشکده دامپزشکی نیز فارغ التحصیل شدن بیش از ۱۴۰۰ دامپزشک و متخصص است که امروز در سطح جامعه مشغول خدمت رسانی هستند.»

برردار رئیس نظام دامپزشکی استان فارس که خودش یکی از فارغ التحصیلان دانشکده دامپزشکی کازرون بوده است، اظهار کرد: «دانشکده دامپزشکی کازرون یکی از با سابقه ترین دانشکده های کشور بوده و تاکنون افتخارات علمی زیادی در سطح کشور داشته است.»

عضو شورای مرکزی سازمان دامپزشکی کشور، گفت: «یک دامپزشک متعهد باید با دانش روز همراه باشد تا بتواند از آموخته های علمی خود در بازار کار آزاد هم بهره بگیرد؛ زیرا امروز سواد ملاک است نه مدرک و مدرک گرایی شایسته این دانشگاه نیست.»