

وزیر بهداشت در مراسم پیاده‌روی خانوادگی:

۵۰ درصد مردم اضافه وزن و فشار خون دارند

وزیر بهداشت در مراسم پیاده روی خانوادگی، از اضافه وزن و ابتلا به بیماری های کبدچرب، دیابت و فشار خون ۵۰ درصد مردم خبر داد. به گزارش ایلنا، دکتر هاشمی، وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ضمن تأکید بر اهمیت ورزش در میانسالان، گفت: ورزش و تحرک فیزیکی در سنین کودکی نیز بسیار در سلامت جسم و روح تاثیر دارد و باید برای انجام ورزش و فعالیت های فیزیکی، تنبلی را کنار بگذاریم. دکتر هاشمی گفت: با ورزش و فعالیت فیزیکی میتوان علاوه بر تأمین سلامت جسم به سلامت روح و روان نیز کمک کرد. ابتلا به بیماری فقط برای دیگران اتفاق می افتد و باید توجه داشت افرادی که به پیشگیری اهمیت می دهند کمتر و دیرتر به بیماری مبتلا می شوند.

روحانی رئیس جمهوری اسلامی ایران در شیراز:

دولت اگر کاری انجام داده یک سرمایه بزرگ داشته و آن اعتماد مردم است



صدرای بود که با حضور روحانی افتتاح شد. در ابتدای این مراسم دکتر ملک‌حسینی، مدیرعامل مرکز پژوهشی، آموزشی و درمانی ابوعلی سینا به ارائه توضیحاتی درباره این مجتمع خیرساز پرداخت و افزود: این مجتمع به مساحت ۱۰۰ هکتار در حال ساخت است و قرار است در بیش از یک میلیون متر مربع ساخت و ساز شود و دارای بخش‌های مختلفی است، بیمارستان ابوعلی سینا تنها بیمارستانی است که از آغاز تا پایان آن، پزشکان در کنار مهندسان با هم کار کرده و مجتمعی با سبک معماری ایرانی اسلامی بنا کرده‌اند. وی ادامه داد: در مجتمع پژوهشی، آموزشی و درمانی ابوعلی سینا دو بیمارستان به‌صورت دو قلو در کنار هم ساخته می‌شود که یکی بیمارستان ابوعلی سینا و دیگری بیمارستان تخصصی سرطان جنوب کشور است. قاضی‌زاده هاشمی وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با بیان اینکه ۲۶۲ پروژه درمانی در این سفر در استان فارس افتتاح می‌شود، گفت: یکی از مهم‌ترین پروژه‌ها آغاز عملیات اجرایی شهر بین‌المللی سلامت و گردشگری در ۲۲ کیلومتر جاده شیراز - سپیدان است که به صورت ویدئو کنفرانس با دستور رئیس‌جمهور آغاز شد. وی ادامه داد: این پروژه با همکاری بخش خصوصی و دانشگاه علوم پزشکی شیراز احداث خواهد شد. وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی افزود: دولت تدبیر و امید در استان فارس بالغ بر ۹۳۰ میلیارد تومان در قالب طرح تحول سلامت هزینه کرد.

راه‌اندازی ۱۰ باب کتابخانه عمومی در شیراز به صورت ویدئو کنفرانس در این مراسم

سیدرضا صالحی‌امیری، وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی، به ارائه توضیحاتی درباره افتتاح ۱۰ باب کتابخانه عمومی در شیراز پرداخت. وی ادامه داد: دولت یازدهم بدون جنجال و تبلیغات مسیر توسعه فعالیت‌های فرهنگی را در پیش گرفته است و همه این‌ها حاصل آشتی

سرویس خبری: خدیجه غضنفری - عکس: میلاد پناهی

حسن روحانی رئیس جمهوری اسلامی ایران در شیراز گفت: دولت اگر کاری انجام داده یک سرمایه بزرگ داشته است و این سرمایه اعتماد مردم است. روحانی در مراسم بهره‌برداری بیمارستان ۶۰۰ تخت‌خوابی ابوعلی سینا و افتتاح و آغاز همزمان پروژه‌های زیربنایی، اقتصادی و ورزشی استان فارس، به صورت ویدئو کنفرانس، گفت: اگر مردم به دولت اعتماد کنند و دولت اگر امید یابیرند، این ارتباط است که ما را به رشد می‌رساند. رئیس‌جمهور اشاره ای به برخی از دستاوردهای برجام کرد و افزود: برجام ما را آزاد کرد، آثار برجام شکستن حصر ایران است. روحانی ادامه داد: آثار برجام این است که نفت را به هر کسی می‌خواهیم می‌فروشیم، پول نفت را به هر ارزی خواستیم می‌گیریم. رئیس‌جمهوری در خصوص دستاوردهای حوزه کشاورزی با بیان اینکه قبل از برجام نانی که در سفره مردم بود، از خارج می‌آمد، افزود: امروز همه گندم ما از تولید داخل کشور خودمان است، سه میلیون تن گندم صادر می‌کنیم. روحانی با اشاره به اینکه مردم ما یک حماسه بزرگ در سال ۹۲ آفریده‌اند، افزود: هر اقدامی شده با وحدت ملی و با همراهی رهبر ما بود، اگر دولت اقتصاد را درست نمی‌کرد، در مذاکرات با شش کشور بزرگ، آنها به ما جواب نمی‌دادند. رئیس‌جمهور پیوند دولت با مردم را اساس سرمایه کشور برشمرد و افزود: مردم دولت را باور دارند، اعتماد، اساس کار دولت است، وقتی مردم اعتماد می‌کنند، با این سرمایه از مشکلات عبور خواهیم کرد. حسن روحانی در بخش دیگر سخنانش با بیان اینکه آب‌های زیرزمینی در حال افت است و این خطری برای آینده کشاورزی و محیط‌زیست است، افزود: قبلاً بی رویه چاه احداث شده، ولی واقعا آب‌های زیرزمینی تمام شده است، کشور به پایان حیات سرزمینی نزدیک شده، اولین کار دولت این بود که جلوی چاه‌های غیرقانونی را گرفت. وی ادامه داد: بسیاری از مناطق کشور به خاطر همین محدودیت‌ها در برداشت آب، اکنون به شرایط ثبات رسیده است. رئیس‌جمهور خاطر نشان کرد: دولت توانست بعد از ۶۲ سال صادرات را نسبت به واردات فزونی بخشد که این برای اولین بار در کشور اتفاق افتاد. روحانی با اشاره به اینکه برخی از سال‌ها کسری تجاری ایران ۳۰ میلیارد دلار بود، افزود: از پول نفت جنس وارد می‌کردیم، سال گذشته و سال ۹۴ صادرات غیرنفتی، از واردات بیشتر شد که برای اولین بار رخ داد. گفتنی است که با حضور رئیس‌جمهور و تعدادی از وزرای کابینه دولت یازدهم در محل بیمارستان ۶۰۰ تخت‌خوابی ابوعلی سینا شیراز، طرح‌های عمرانی، فرهنگی، درمانی، ورزشی و اقتصادی به صورت ویدئو کنفرانس افتتاح شد و آغاز عملیات اجرایی آن‌ها اعلام شد. اولین مکان بیمارستان ابوعلی سینا با زیربنای ۸۰ هزار متر مربع و ۶۰۰ تخت خواب در شهر

آخرین وضعیت صلاحیت داوطلبین شوراها در شهرستان شیراز



معاون سیاسی و اجتماعی فرمانداری شیراز گفت: از مجموع ۱۱۰۱ داوطلب شرکت در انتخابات شوراها در این شهرستان، ۲۴ نفر انصراف داده و ۹۳۴ نفر تأیید صلاحیت شده‌اند. به گزارش ایسنا منطقه فارس به نقل از پایگاه اطلاع‌رسانی فرمانداری شیراز، سعیدی تعداد کسانی که صلاحیت آنان احراز نشده است را ۱۴۳ نفر اعلام و اضافه کرد: از مجموع ۸۲۳ داوطلب ثبت‌نام کرده در شهر شیراز، ۲۰ نفر انصراف دادند و صلاحیت ۱۰۳ نفر احراز نشد و ۷۰۰ نفر نیز تأیید صلاحیت گرفته‌اند. او همچنین از رد صلاحیت ۲۹ داوطلب در شهر صدرا خبر داد و با بیان اینکه در آن شهر ۲ نفر انصراف داده بودند، گفت: از کل ۱۷۷ نفر داوطلب ثبت‌نام شده در صدرا، ۱۲۷ نفر تأیید صلاحیت شده‌اند. سعیدی اضافه کرد: در زرقان ۴۴ نفر ثبت‌نام کرده بودند که ۲ نفر انصراف دادند، صلاحیت ۳۹ نفر تأیید شد و ۳ نفر نیز تأیید صلاحیت نشده‌اند. او تعداد داوطلبان شهر لپوی را ۱۷

نفر اعلام و اضافه کرد: از این تعداد، ۱۵ نفر تأیید و ۲ نفر رد صلاحیت شده‌اند. به گفته سعیدی، از ۲۴ داوطلب شهر خان‌زینان هم ۲۰ نفر تأیید و ۴ نفر رد صلاحیت شده‌اند و از ۱۶ داوطلب داریون نیز ۱۴ نفر تأیید و ۲ نفر رد صلاحیت شده‌اند. معاون سیاسی فرمانداری شیراز با بیان اینکه روز شنبه دوم اردیبهشت ماه ۹۶ زمان قانونی اعلام رسمی نتایج بررسی صلاحیت‌ها به داوطلبین است، از فرمانداری درخواست کرد که با مراجعه حضوری و ارائه کارت شناسائی معتبر، پاکت نامه حاوی نتیجه صلاحیت خود را از فرمانداری دریافت کنند. سعیدی توضیح داد که براساس قانون داوطلبانی که صلاحیت آنان احراز نشده باشد، ۴ روز برای ارائه شکایت کتبی خود به هیئت نظارت شهرستان شیراز و استان فارس فرصت دارند و براساس قانون انتخابات، رسیدگی و بررسی نهایی شکایات داوطلبان، از هفتم اردیبهشت تا ۱۶ اردیبهشت انجام و نظر قطعی در تاریخ ۱۷ اردیبهشت رسماً اعلام می‌شود.

خبر



دولت با اصحاب فرهنگ و هنر است. علیرضا مختارپور، دبیر کل نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور نیز در این مراسم به صورت ویدئو کنفرانس افزود: با احداث این ۱۰ کتابخانه عمومی در شیراز، ۶۰ درصد به تعداد کتابخانه‌های شیراز اضافه شده که از این تعداد، ۳ کتابخانه تخصصی کودکان و نوجوانان است و ۹ کتابخانه در مناطق کم بهره احداث شد. بهره برداری از ۲۲۳ پروژه کشاورزی از طریق ویدئو کنفرانس محمود جنتی، وزیر جهاد کشاورزی در این خصوص گفت: از این تعداد ۳۲۳ پروژه، ۳۰۳ پروژه آب‌رسانی است که با استفاده از شیوه‌های آبرسانی نوین انجام شده است. عباس آخوندی، وزیر راه و ترابری به ارائه گزارشی درباره پروژه‌های افتتاح شده در این سفر اشاره کرد و گفت: احداث آزاد راه شیراز-اصفهان اکنون میزان پیشرفت آن به ۵۵ درصد رسیده است و امیدواریم در سال آینده شاهد بهره‌برداری آن باشیم. وزیر راه و ترابری توسعه فرودگاه بین‌المللی فرودگاه شیراز و نیز افتتاح ۵۴ کیلومتر راه جاده‌ای را از جمله دستاوردهای این سفر عنوان کرد و افزود: علاوه بر این‌ها، آغاز عملیات احداث ۵۴ کیلومتر جاده‌ای دیگر انجام شد.

در ادامه محمدرضا نعمت‌زاده، وزیر صنعت و معدن به افتتاح ۳۳ پروژه صنعت و معدن در این سفر، در استان فارس اشاره کرد و گفت: افتتاح شرکت پردیس آباده با ۶ میلیون متر مکعب ظرفیت تولید انواع کاشی و سرامیک، از جمله این پروژه‌هاست.

افتتاح ورزشگاه ۵۰ هزار نفری پارس شیراز

در ادامه مسعود سلطانی‌فر، وزیر ورزش و جوانان گفت: این ورزشگاه بعد از ورزشگاه‌های آزادی تهران، نقش جهان اصفهان و یادگار امام، چهارمین ورزشگاه بزرگ کشور است. وی ادامه داد: این ورزشگاه یکی از ظرفیت‌های ما برای میزبانی مسابقات بین‌المللی جام ملت‌های آسیا در سال ۲۰۲۳ است. مسعود سلطانی‌فر، وزیر ورزش و جوانان خاطر نشان کرد: بنا داریم تا ظرف چند روز آینده یک مجتمع ورزشی ویژه بانوان را در شیراز راه‌اندازی کنیم. در ادامه همچنین حمید چیت‌چیان، وزیر نیرو، به افتتاح پروژه‌های عمرانی در این بخش اشاره کرد و گفت: در این مراسم سد چشمه عاشق فارس افتتاح خواهد شد که این سد یک‌صد و هفتاد و چهارمین سد بزرگ تاریخ سدسازی ایران است و در طول مدت دولت یازدهم، این سی‌امین سد احداث شده است. در پایان علی ربیعی، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی به پروژه های مورد بهره برداری در استان فارس اشاره کرد و گفت: ۲ پروژه مهم کار و تعاون در این سفر در فارس افتتاح می‌شود. در مراسم افتتاح پروژه‌های مختلف در استان فارس از طریق ویدئو کنفرانس رئیس‌جمهور، درخصوص ضرورت هر کدام از آنها در استان و کشور توضیحاتی داد.

تازه نگه داشتن گل با روش‌هایی ساده و کاربردی

گل هدیه دادن همیشه بهترین کاری است که می‌توان برای یک دوست انجام داد. اما بدی آن این است که خیلی زود بعد از چند روز پژمرده شده و از بین می‌روند. بنابراین در این مقاله چندین روش برای تازه نگه داشتن گل‌ها و طولانی کردن عمر آن‌ها آورده است.

گل‌ها را در گلدان بزرگ قرار دهید

همیشه از گلدان تمیز برای گل‌ها استفاده کنید تا آن‌ها را از میکروب و ریز جاندارها حفظ کنید. برای این که ساقه گل‌ها خیلی به هم فشرده نباشند گلدان‌های دهانه گشاد استفاده کنید.

گل‌ها را در آب داغ قرار دهید

مراقب باشید که از آب جوش استفاده نکنید. دمای آب باید حول و حوش ۴۳ - ۴۴ درجه سانتیگراد باشد. آب داغ را داخل گلدان گل‌ها بریزید و به مدت ۱ تا ۲ ساعت در مکانی سرد قرار دهید. ملکول‌های آب داغ سریع‌تر در ساقه‌ها حرکت می‌کنند و در عین حال گل‌ها رطوبت کمتری را از دست می‌دهند چون هوا سرد است. این روش عمر گل‌ها را بیشتر می‌کند.

از آب ولرم استفاده کنید

اگر نمی‌خواهید از روش قبلی استفاده کنید دسته گل‌ها را در آب ولرم یا آب دمای اتاق قرار دهید. گل‌های تازه معمولاً آب گرم را زودتر از آب سرد جذب می‌کنند.

برگ‌های پایین ساقه را بچینید

برای این که گل‌های تازه ماندگاری بیشتری داشته باشند برگ‌هایی که زیر آب می‌روند را بچینید. برگ‌های زیر آب خیلی زود فاسد می‌شوند و تبدیل به غذا برای باکتری‌ها می‌شوند در نتیجه باقیمانده گل‌ها را از بین می‌برند.

آب گل را عوض کنید

برای تازه ماندن گل‌ها آب آن‌ها را هر روز عوض کنید و قبل از عوض کردن آب هر چه داخل گلدان مانده بیرون بریزید و تمیز کنید. این کار از ایجاد میکروب‌ها جلوگیری می‌کند. حتی می‌توانید چند عدد قرص آسپرین داخل بریزید تا آب را تمیز و بدون باکتری نگه‌دارد.

انتهای ساقه را بچینید

مرتب‌انتهای ساقه را بچینید. با استفاده از یک چاقو یا تیغ ساقه گل‌ها را به صورت زاویه دار (۴۵ درجه) ببرید. این کار توانایی گل‌ها در جذب آب را بیشتر می‌کند. برای گل‌های ظریفی مثل گل‌رز ساقه را زیر آب ببرید زیرا باکتری‌های هوا را خیلی زود جذب می‌کند و گل پژمرده می‌شود.

از مواد نگهدارنده گل‌ها استفاده کنید

این محلول‌ها را هم می‌توانید از گل‌فروشی‌ها خریداری کنید و هم خودتان درست کنید. نگهدارنده‌های گل دربردارنده موادی است که عمر گل‌ها را بیشتر می‌کنند. این مواد آفت‌کش مانع از ایجاد باکتری در گیاه می‌شود. برای درست کردن این محلول نوشابه گازدار مرکبات را با مایع سفیدکننده ترکیب کنید. به نسبت ۱ بر ۳ نوشابه و آب را با هم مخلوط کنید و چند قطره مایع سفیدکننده به آن اضافه کنید تا میکروب‌ها و جانوران میکروارگانیزم از بین بروند.

گل‌ها را از نور مستقیم آفتاب، میوه و سیستم‌های گرمایشی دور نگه دارید. گل‌ها را در مکانی دور از نور خورشید و سیستم‌های گرمایشی قرار دهید. حتی از قرار دادن میوه در کنار گل‌ها نیز اجتناب کنید زیرا گاز میوه‌ها (اتیلن) باعث پژمرده شدن گل‌ها می‌شود.

میخک هندی یا میخک ژاپنی در هر چهارفصل سال سبز می‌باشد.

پیچ امین الدوله Honeysuckle

بومی شرق آسیا
ارتفاع تا ۱۰ متر در کنار درختان و دیوار
برگ بیضی شکل، ساده و متوسط
گل بسیار معطر سفید رنگ، دارای طعم شیرین در انتهای گل
میوه به رنگ روشن و گرد
درختچه بالارونده و مناسب استفاده در آلانچ، پرگولا
نور: آفتاب تا نیم سایه (سایه گلدهی را رقب می‌اندازد)
آبیاری: زیاد
تکثیر: کشت بذر در بهار و تابستان، خوابانیدن شاخه و قلمه چوب نرم در بهار



گیاه پیچ امین الدوله در هر چهارفصل سال سبز می‌باشد

پیروکانتا Fire Thorn

درختچه ای با خارهای بسیار بلند و تیز
ارتفاع ۹۰ سانتی متر تا ۶ متر
برگ بیضی شکل کوچک، سبز رنگ با حاشیه صاف
گل جذاب سفید رنگ در بهار تا وسط تابستان
میوه نارنجی، قرمز یا زرد، گرد و کوچک در پاییز و زمستان
نور: آفتاب تا نیم آفتاب - مقاوم به باد و سرما
در طراحی فضای سبز کاشت به عنوان درختچه تک زینتی و پرچین دائمی و همیشه سبز یا کنار دیوار و نرده
آبیاری: متوسط
تکثیر: کشت بذر و قلمه



گیاهان همیشه سبز

درختچه ماهونیا هم یکی از گیاهان چهارفصل می‌باشد.

زرشک زینتی Red Barberry

بومی ژاپن و نقاط معتدل نیمکره شمالی
درختچه تیزدار با چوب قرمز، قهوه‌ای یا زرد
ارتفاع ۱ تا ۵ متر
برگ تخم مرغی شکل و سر نژی‌ای به رنگ سبز تا قرمز و زرشکی
گل خوشه‌ای زرد رنگ اواخر بهار
میوه خوشه‌ای قرمز و آویزان در رسیدگی کامل سرخ و خورشنگ
کاشت به عنوان پرچین یا به عنوان تک بوته زینتی
نور: آفتاب
مقاوم به سرما
آبیاری: متوسط - مقاوم به کم آبی
تکثیر: قلمه، جدا کردن پاجوش از بهمن تا فروردین ماه



درختچه زرشک زینتی یکی از گیاهان همیشه سبز است

میخک هندی یا میخک ژاپنی Pittosporum

بومی چین و ژاپن
رشد تا چندین متر نزدیک درخت
برگ بیضی و چرمی، صاف و گاهی موج دار، سبز تیره و براق در قسمت رویی
گل خوشه‌ای معطر سفید و زرد رنگ، کوچک در اردیبهشت ماه
میوه ریز زینتی، کرکدار
استفاده در طراحی محوطه به عنوان گیاه زینتی و پرچین، استفاده در دسته گل به عنوان شاخه بریده
نور: آفتاب با مقداری سایه در طول روز
آبیاری: متوسط، مقاوم به خشکی
تکثیر: کشت بذر و قلمه در تابستان



حیات، باغ و فضای بیرونی خانه زمانی می‌تواند زیبا و شاداب کننده باشد که سرسبزی در تمام طول سال فضای سبز را در بر بگیرد. استفاده از گیاهان همیشه سبز در طراحی محوطه باعث می‌شود حس و حال مثبت و فضای دلنشین همیشه حکم فرما باشد. نام درختچه‌های زینتی و ویژگی ۶ گونه گیاهی درختچه همیشه سبز را بشناسید:

شمشاد معمولی Boxwood

بومی نواحی غربی و جنوبی اروپا
ارتفاع ۱ تا ۹ متر
برگ کوچک به رنگ سبز تیره، چرمی، بدون دندانه، به شکل سرنیزه‌ای
گل بدون ارزش زینتی و به رنگ سبز روشن
استفاده در طراحی فضای سبز به عنوان پرچین و حائل
نور: آفتاب تا سایه
آبیاری: متوسط که خاک همیشه مرطوب بماند
تکثیر: قلمه چوب نرم، چوب نیمه سخت و چوب سخت



درختچه شمشاد یکی از گیاهان چهارفصل می‌باشد

ماهونیا Mahonia

بومی شمال آمریکا
ارتفاع ۳۰ سانتیمتر تا ۲ متر
برگ بیضی شکل، دندانه دار تیز، به رنگ آبی متمایل به سبز و خزان برنز رنگ
گل زیبا، کوچک و معطر، زرد رنگ در وسط بهار
میوه توت مانند به رنگ آبی مایل به بنفش، خوراکی با طعم ترش، در وسط تابستان
نور: زینتی مناسب کاشت در باغ، طراحی محوطه و گیاه پوششی
گیاه آفتاب کامل تا نیم سایه
آبیاری: متوسط تا حدودی مقاوم به کم آبی
تکثیر: کشت بذر، تقسیم ریشه، قلمه چوب نرم در بهار

