

### متهم به قتل فراری در جهرم به هلاکت رسید

فرمانده انتظامی استان فارس گفت: شخصی که پس از ارتکاب دوقدره قتل، یک سال و نیم متواری بود، در یکی از روستاهای شهرستان جهرم، توسط پلیس به هلاکت رسید. به گزارش حوزه معاونت اجتماعی فرماندهی انتظامی فارس، سردار سرتیپ دوم احمد علی گودرزی افزود: در پی وقوع دو قدره قتل توسط شخصی به هویت و متواری شدن قاتل، موضوع به صورت ویژه در دستور کار مأموران انتظامی شهرستان جهرم قرار گرفت. وی بیان کرد: پس از هماهنگی با مقام قضایی و یکسری اقدامات اطلاعاتی و پلیسی، مخفیگاه متهم شناسایی شد و در یک عملیات موفق پلیسی با گلوله مأموران انتظامی به هلاکت رسید. این مقام انتظامی اضافه کرد: ایجاد رعب و وحشت در منطقه، تیراندازی به سمت مأموران نیروی انتظامی، اخاذی از مردم و خرید فروش مواد مخدر از جرایمی بود که این قاتل فراری انجام داده بود. فرمانده انتظامی استان فارس اظهار کرد: اگر افرادی هستند که در ایام گذشته مرتکب قتل شده اند قبل از اینکه به سرنوشت این فرد دچار شوند خود را تسلیم قانون کنند و نیروی انتظامی در زمینه مصالحه با خانواده متقولین تلاش خود را خواهد کرد.

### خبر



### با همکاری شهرداری صدا؛

### شهروندان در ایستگاه صلواتی افطار می کنند



شهروندان شهر صدا با همکاری شهرداری این شهر در ایستگاه صلواتی افطار می کنند. به گزارش واحد روابط عمومی، همزمان با ایام ماه مبارک رمضان شهرداری صدا اقدام به برگزاری برنامه های فرهنگی ویژه این روزها کرده است. امام رضا (ع) است. در این برنامه شهروندان پس از افطار، نماز مغرب و عشا را به جماعت اقامه می کنند تا از برکات این ماه عزیز بیشتر بهره مند شوند. شهرداری صدا اقدام به برگزاری جمعه شهر صدا و ملک زاده شهردار صدا در برگزاری این برنامه تلاش هایی انجام داده اند تا بتوانند فرهنگ نماز اول وقت و افطار در مسجد و شهروندان را ترویج دهند.

### معاون سواد آموزی فارس خبر داد

### آموزش بیش از یک هزار بی سواد عشایر در فارس



معاون سواد آموزی فارس گفت: بیش از ۱۰۰۰ بی سواد جامعه عشایری فارس در سال ۹۵ تحت پوشش کلاس های سواد آموزی قرار گرفتند. به گزارش اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش فارس، عیسی ملک پور در اولین جلسه شورای پشتیبانی سوادآموزی فارس در سال ۹۶، گفت: ایجاد سامانه سوادآموزی در اداره آموزش و پرورش عشایر موجب اشاره به همکاری معاونت امور زنان ریاست جمهوری

دولت تدبیر و امید با سازمان نهضت سوادآموزی در اجرای توانمندسازی زنان و دختران عشایر استان گفت: در مرحله اول این همکاری در سال ۹۵ و با توجه به نیاز و محرومیت جامعه عشایری، با تأمین اعتبار از سوی امور بانوان نهاد ریاست جمهوری تعداد ۱۸۶ آموزش دهنده و ۱۵ کارشناس در کارگاهی با هدف شتاب بخشی به سوادآموزی زنان و دختران عشایری استان و تولید محتوا برای این قشر بی سواد ریسه کن گردید.

### مدیرکل اوقاف و امور خیریه فارس: مراسم احیای شبهای قدر در بقاع شاخص فارس برپا می شود

حجت الاسلام سیدعباس موسوی المبارک با حضور سوگواران از برگزاری مراسم احیای شبهای قدر در بیش از ۱۲۰ بقعه می آورند. این مقام مسئول در استان فارس به عنوان برنامه های اداره کل اوقاف و امور خیریه فارس، حجت الاسلام موسوی و افزود: تلاوت قرآن کریم، قرائت دعای جوشن کبیر، مهم ترین شب سال در فرهنگ ایوب حمزه ثمالی، مناجات اسلامی است، گفت: بقاع متبرکه، امامزادگان شهرستانها، مساجد، حسینیه ها و هیئت مذهبی در این شبهای روزهای ۱۹، ۲۱ و ۲۳ رمضان فرصت برقرار می شود.

### از سوی معاون تبلیغات و ارتباطات آستان مقدس احمدین موسی الکاظم (ع): برنامه های شب قدر در حرم شاهچراغ (ع) تشریح شد



معاون تبلیغات و ارتباطات آستان مقدس احمدین موسی الکاظم (ع) اظهار داشت: همزمان با شب های قدر ویژه برنامه های مختلفی در سوین حرم اهل بیت علیهم السلام برگزار می شود. به گزارش روابط عمومی آستان مقدس احمدین موسی الکاظم علیهما السلام، حجت الاسلام احمد سلامی افزود: این ویژه برنامه ها که از ساعت ۲۲ شب های قدر در شبستان امام خمینی حرم مطهر برگزار می شود شامل قرائت قرآن، سخنرانی مذهبی و قرائت ادعیه است. وی گفت: در شب نوزدهم ماه مبارک رمضان (سه شنبه ۲۳ خرداد ۹۶) از ساعت ۲۲ تا ۲۲:۱۰ آیات کلام الله مجید توسط هادی افخمی قرائت شد و در ادامه از ساعت ۲۲:۱۰ تا ۲۳:۵۰ دعای پرفیض

محترم ولی فقیه و امام جمعه شیراز از ساعت ۲۳:۵۰ تا ۰۰:۲۰ - قرائت دعای ابوحمزه ثمالی با نوای حاج ابوحزه ثمالی با نوای حاج کاظم محمدی از ساعت ۰۰:۲۰ تا ۰۱:۲۰ و قرائت دعای قرآن به سر توسط تولیت معظم آستان مقدس احمدین موسی الکاظم دعای قرآن به سر توسط حضرت آیت الله سید علی اصغر دستغیب از ساعت ۰۱:۲۰ تا ۰۲:۲۰. حجت الاسلام سلامی در ادامه، برنامه های شب بیست و سوم ماه مبارک رمضان (شنبه ۲۷ خرداد ۹۶) را به این شرح اعلام کرد: قرائت قرآن کریم (سوره های روم، دخان، عنکبوت) توسط مهدی کشاورز از ساعت ۲۱:۲۰ الی ۲۲:۱۰، قرائت دعای جوشن کبیر با نوای حاج سید عباس انجوی از ساعت ۲۲:۱۰ تا ۲۳:۵۰، سخنرانی مذهبی حجت الاسلام حسین ملک مکان از ساعت ۲۳:۵۰ تا ۰۰:۲۰.

### نصب کننده پرچم داعش در شیراز دستگیر شد

نصب کننده پرچم داعش در منطقه پل فضای شیراز دستگیر شد. نصب پرچم داعش در منطقه پل فضای شیراز کرده بود. وی افزود: بلافاصله پرونده ای در این رابطه تشکیل شد و تحقیقاتی در این خصوص صورت گرفت. وی ادامه داد در پی این امر مأموران توانستند مردی را در این نصب کننده این پرچم دستگیر شده و تحقیقات در این رابطه ادامه دارد. حاضر تحقیقات از این مرد ادامه داد: چندی قبل فردی اقدام به

### بسیاری از پندارهای مردم درباره خوراکی ها نادرست است



عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز: متخصص تغذیه و رژیم درمانی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز بسیاری از پندارهای مردم درباره خوراکی ها، خوردن دو خوراکی با هم یا خوردن برخی مواد غذایی در ظروف خاص را نادرست دانست. دکتر موسی صالحی در گفت و گو با خبرنگار ایرنا گفت: از جمله این باورهای نادرست تأثیر خوردن همزمان گوشت با ماست است که گفته شده موجب بروز بیماری ها و پستی و موارد دیگر می شود. وی ادامه داد: هر چند ما اساساً خوردن گوشت به خصوص گوشت قرمز را توصیه نمی کنیم و سازمان بهداشت جهانی هم گوشت قرمز را در منطقه خطر انسانی قرار داده است اما خوردن همزمان ماست و گوشت را هم عامل بروز بیماری نمی دانیم. این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز

تماس است. صالحی گفت: مردم فریب این سخنان و ادعاها را نخورند، باید چشم باز کنند و ببینند مس کجا و چگونه با غذا یا آب تماس دارد. معمولاً افرادی که این ایده ها را در فضای مجازی می پراکنند به دنبال اهداف خاص سودجویانه هستند. متخصص تغذیه و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز همچنین در باره برخی ادعاها مبنی بر افزایش قند خون با مصرف میوه های قند دار گفت: قند میوه ها چون با ویتامین های گروه B همراه است تبدیل به انرژی می شود و باعث بالارفتن قند خون نمی شود اما قند نان، برنج، کیک، کلوچه، شیرینی، نوشابه، ماکارونی و قند و شکر چون با ویتامین همراه نیست تبدیل به انرژی نمی شود و مرتب قندخون را بالا می برد.

### استعمال سیگار خطر سرطان حنجره را تا ۴۰ برابر افزایش می دهد



دبیر علمی سومین سمینار ملی تومورهای سر و گردن با بیان اینکه استعمال سیگار احتمال بروز تومورهای حنجره را تا ۴۰ برابر افزایش می دهد، گفت: اگر است و از هر صد هزار نفر ۲ تا ۳ نفر را درگیر می کند. این متخصص گوش، حلق و بینی افزود: مهم ترین عامل بروز این سرطان استعمال دخانیات است البته عوامل دیگری مانند آلودگی هوا نیز مطرح شده است، اما مجامع بین المللی و نتایج تحقیقات انجام شده این عامل را به طور قطعی تأیید نکرده است. به گفته وی، استعمال سیگار و حلق تخریبی دارد و باعث قرار گرفتن در معرض سرطان حنجره را ۴۰ تا ۱۰۰ برابر افزایش می دهد. این جراح سر و گردن در ادامه تصریح کرد: اگر فردی علاوه بر سیگار، الکل مصرف کند این احتمال تا ۸۰ برابر افزایش می یابد. نوید روزبهانی یادآور شد: خوشبختانه پیشرفت های خوبی در حوزه تشخیص، درمان، بهبود و بازتوانی بیماران در کشور حاصل شده است. این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در پایان اظهار کرد: سومین سمینار تومورهای سر و گردن یادآور شد: تومورهای بسیاری ناحیه سر و گردن را درگیر می کند که از جمله آنها می توان به تومور حنجره اشاره کرد. وی افزود: تومور حنجره با علائمی مانند اختلال در تکلمی و تنفس بروز می یابد و در تمام رده های سنی بروز پیدا می کند.

### اكثر نوزادان نارس عملكرد تحصيلی خوبی دارند

محققان پی بردند: نوزادان متولد شده در هفته ۲۳ یا ۲۴ بارداری به موقع آماده رفتن به مهد کودک بودند. در این مطالعه، محققان داده های بیش از ۱.۳ میلیون کودک متولد شده در هفته ۲۳ تا ۴۱ بارداری را که در نظام مدرسه عمومی فلوریدا ثبت نام کرده بودند، بررسی کردند. گزارشات مهم آماردی آنها مطابق با گزارشات مدرسه شان بود تا مشاهده شود که آیا تولد زودهنگام بر عملکرد تحصیلی شان تأثیر داشته است.

### افراد گیاهخوار در رژیم های کاهش وزن موفق ترند



محققان دریافته اند رژیم غذایی گیاهخوار با کاهش وزن بدن مؤثر بود، و منجر به کاهش میانگین ۶.۲ کیلوگرم در مقایسه با ۳.۲ کیلوگرم برای رژیم غذایی قراردادی یافتند. رژیم غذایی گیاهخواری شامل سبزیجات، دانه ها، غلات، حبوبات، میوه و مغزپخت آجیلی بود و محصولات حیوانی آن حداکثر محدود به یک پنجه ماست کم چرب در روز بود؛ اما رژیم غذایی دیابتی طبق توصیه های انجمن اروپا مخصوص افراد دیابتی تعیین شده بود. هر دو رژیم غذایی محدود به مصرف ۵۰۰ کیلوکالری در روز برای هر فرد بود. محققان دریافته اند رژیم غذایی گیاهخواری تقریباً دو برابر در کاهش وزن بدن مؤثر بود، و منجر به کاهش میانگین ۶.۲ کیلوگرم در مقایسه با ۳.۲ کیلوگرم برای رژیم غذایی قراردادی شد.

### مطالعه جدید نشان می دهد:

### افراد گیاهخوار در رژیم های کاهش وزن موفق ترند