



تاریخ	۵
شهریور	
۱۳۹۶	
یکشنبه	

نماینده مردم جهرم در مجلس عنوان کرد؛

بهره‌برداری از بزرگراه جهرم - شیراز تا پایان امسال

نماینده مردم جهرم در مجلس شورای اسلامی گفت: تا پایان سال جاری پروژه بزرگراه جهرم به شیراز آماده بهره‌برداری است. محمدرضا رضایی در گفت و گو با خبرنگار مهر گفت: ۱۵۰ کیلومتر از بزرگراه جهرم به شیراز آماده شده است و در تلاشیم طبق برنامه، امسال این پروژه را به پایان برسانیم. وی افزود: جاده جهرم به شیراز، یک مسیر بین شهری بود و بودجه استانی داشت اما در مجلس هشتم سعی کردیم با توجه به اهمیت استراتژیک این مسیر، یک بزرگراه ملی را تعریف کنیم که خوشبختانه ردیف ملی در بودجه پیدا کرد. رضایی با اشاره به اینکه پروژه بزرگراه جهرم به شیراز یکی از فعال‌ترین پروژه‌ها در سطح استان و کشور است، بیان کرد: با توجه به محدودیت‌های مالی دولت و مشکلات اقتصادی، به نرخ روز تاکنون سه هزار میلیارد ریال در این پروژه هزینه شده است و هم اکنون ساخت هر کیلومتر جاده در حدود ۲ میلیارد تومان هزینه دارد. وی ادامه داد: هم اکنون این پروژه در مسیر خاوران به خفر در راه مراحل اجرایی قرار دارد.

صفحه	۴
شماره	
۲۰۳۹	
سال	
بیست و سوم	



در چهلمین دوره مسابقات صورت می‌گیرد؛

شرکت رقابت‌کنندگان فارس در مسابقات سراسری قرآن کریم

رئیس اداره امور قرآنی اوقاف فارس از برگزاری مرحله کشوری چهلمین دوره مسابقات سراسری قرآن کریم با حضور شرکت‌کنندگانی از فارس خبر داد. به گزارش روابط عمومی اداره کل اوقاف و امور خیریه فارس، امیر عباس جلالی اظهار داشت: چهلمین دوره مسابقات سراسری قرآن کریم در رشته‌های حفظ، قرائت، ترتیل، رشته‌های معارفی، هم‌سرایی و همخوانی قرآن کریم، اذان و دعاخوانی در دو بخش برادران و خواهران با حضور گروه‌ها و نفرات منتخب ۱۰ تا ۲۶ شهریور در استان آذربایجان غربی (ارومیه) برگزار می‌شود. وی با بیان اینکه گروه اول بخش برادران شامل رشته‌های هم‌سرایی و همخوانی قرآن

کریم، دعاخوانی، اذان و رشته‌های معارفی می‌باشد، افزود: مراسم افتتاحیه رقابت‌های این گروه شنبه ۱۱ شهریورماه جاری ساعت ۱۰ صبح برگزار می‌شود و در روزهای ۱۱ و ۱۲ شهریور ماه، شرکت‌کنندگان این رشته‌ها با هم به رقابت می‌پردازند. جلالی بیان داشت: گروه دوم بخش برادران نیز شامل رشته‌های حفظ ۱۰ جزء، حفظ ۲۰ جزء، حفظ کل قرآن کریم، قرائت و ترتیل می‌باشد که ۲۲ تا ۲۵ شهریور ماه در ارومیه باهم به رقابت می‌پردازند. جلالی با تأکید بر اینکه اعزام شرکت‌کنندگان طبق زمان‌بندی اعلام شده انجام خواهد شد، اظهار داشت: در رشته‌های حفظ ۱۰ جزء، دعاخوانی، حفظ موضوعی معارف و احادیث و اذان، تمام استان‌های کشور یک سهمیه دارند.

مدیرکل اداره ثبت اسناد و املاک فارس گفت: خوشبختانه امروزه نقش و جایگاه به بیان مشکلات ادارات ثبت در تثبیت مالکیت‌ها و حفظ حقوق اشخاص مورد اذعان همگان است. به گزارش واحد روابط عمومی اداره کل ثبت اسناد و املاک فارس، مهدی اقبال در ادامه بازدیدهای تیم بازرسی این اداره کل، از ادارات ثبت منطقه ۲ و منطقه ۴ شیراز بازدید کرد. در این بازدیدها که به منظور بررسی روند ارائه مطلوب خدمات به مراجعین و نیز رسیدگی به مشکلات این واحدها انجام شد مدیرکل ثبت فارس و هیئت همراه از قسمت‌های مختلف این ادارات دیدن نمودند. در ابتدای این بازرسی‌ها رؤسای دو اداره فوق‌الذکر ضمن ارائه گزارشی از عملکرد و تلاش‌های انجام شده در راستای تکمیل ارباب رجوع و

مدیرکل اداره ثبت اسناد و املاک فارس عنوان کرد؛

اذعان همگانی در مورد نقش و جایگاه ادارات ثبت در تثبیت مالکیت



مراجعین بوده و ما موظفیم با اصلاح روش‌ها و شیوه‌ها و نیز همدلی بیش از پیش زمینه‌ساز نیل به اهداف عالی سازمان ثبت که همان تسریع، تسهیل و دفاع از حقوق مردم می‌باشد گام برداریم.

معاون قضایی و فرهنگی دادگستری فارس تأکید کرد؛

برخورد با زمین‌خواران در چارچوب قانون

و انقلاب شهرستان بوانات با تبریک سالروز ازدواج حضرت امیرالمؤمنین علی (ع) با حضرت فاطمه زهرا (سلام‌الله‌علیها) و ضمن تبریک هفته دولت به همه خدمتگزاران این عرصه در جلسه شورای تأمین و شورای اداری شهرستان بوانات به مسئله حفظ حقوق بیت‌المال اشاره کرد. وی در این باره افزود: مدیریت ارتش قضایی استان فارس بر تعیین ضرب‌الاجل برای اجرای احکام آراء قطعی دادگاه‌ها مبنی بر رفع تصرف اراضی ملی تأکید دارند. این مسئول در مراسم تودیع و معارفه دادستان شهرستان بوانات با بیان این که دادستان ششمین برنده عدالت است از دادستان عمومی و انقلاب جدید این شهرستان خواست تا در راستای استیفای حقوق عمومی و حفظ بیت‌المال و حفاظت از اراضی ملی هر کجا که لازم است با قاطعیت وارد شود و دست زمین‌خواران و افرادی که قصد چنگ‌اندازی به عرصه‌های ملی دارند با قاطعیت و در چارچوب قانون برخورد کند. معاون قضایی دادگستری استان در این مراسم به مسئله کاهش جمعیت کیفری زندان‌ها اشاره و تصریح کرد: دستگاه قضایی



معاون قضایی و فرهنگی دادگستری استان فارس گفت: هر کجا که لازم است با قاطعیت وارد می‌شویم و دست زمین‌خواران و افرادی که قصد چنگ‌اندازی به عرصه‌های ملی را دارند در چارچوب قانون برخورد می‌کنیم. حجت‌الاسلام سید صدراله رجایی در مراسم تودیع و معارفه دادستان عمومی

استان فارس در اجرای مویات مقام معظم رهبری (مدظله‌العالی) در مسائل امنیتی و مهم به جدیت و بدون اغماض، قاطعانه و در چارچوب قانون برخورد می‌کند اما در جرائم بدهکاران مالی و جرائمی که باعث هتک حرمت و عفت عمومی جامعه نشده است با همراهی و همکاری سایر نهادهای دستگاه قضایی می‌توانیم از آمار موجودی زندانیان بکاهیم. حجت‌الاسلام رجایی نسبت در ادامه با اشاره به فرموده امام کاظم (ع) "طوبی للمصلحین بین الناس اولک هم المقربون یوم‌القیامه" (خوشا به سعادت اصلاح‌کنندگان بین مردم که آنان همان مقربان روز قیامت اند) گفت: کسانی که توفیق پیدا می‌کنند با قلم و زبان خویش و کسانی که با توان و کمک مالی در زمینه صلح و سازش میان مردم قدم بردارند فرای قیامت به عنوان فرد مصلح مورد لطف و عنایت پروردگار قرار می‌گیرند. وی با اشاره به این که ۲۰ درصد پرونده‌های قضایی در شوراها حل اختلاف رسیدگی می‌شود خاطر نشان کرد: در شهرستان بوانات استفاده از ظرفیت شوراها حل اختلاف آمار بازدارندگی آن

خواص خارق‌العاده هندوانه!

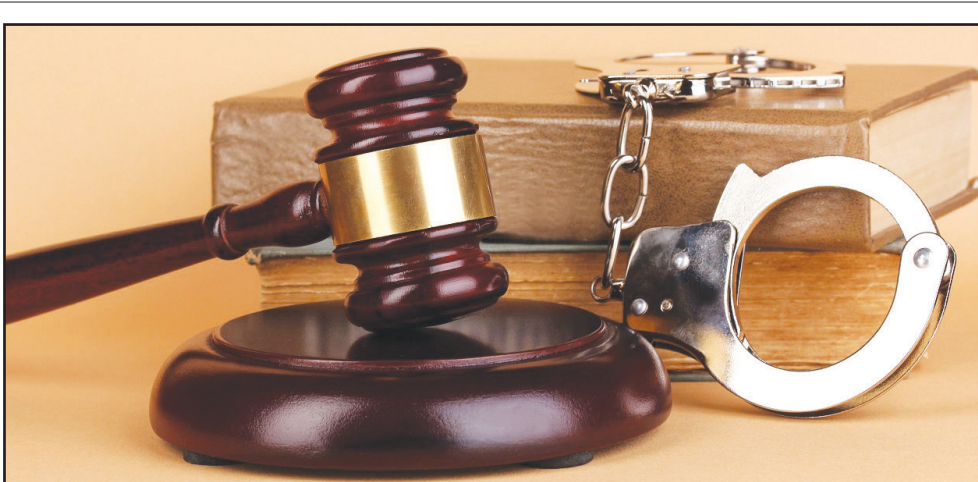
هندوانه یکی از میوه‌های پر طرفدار در فصل تابستان است. این محصول از محتوای بالای آب و مواد مغذی سود می‌برد و بر همین اساس فواید سلامت مختلفی را ارائه می‌کند. توانایی هندوانه در افزایش سطوح آرژینین این امکان را فراهم می‌کند تا آمونیاک و دیگر ترکیبات سمی از بدن حذف شوند. مکتوب زیر مطلبی در مورد هندوانه و خواص مفید آن است. به گزارش کر ۲، هندوانه گزینه‌ای عالی برای فرونشاندن تشنگی و تأمین آب مورد نیاز بدن است. با انتخاب هندوانه‌های قرمز از بیشترین میزان مواد مغذی، مانند لیکوپن و فلاونوئیدها، بهره خواهید برد. همچنین، توجه داشته باشید مواد مغذی هندوانه‌هایی که به تازگی برداشت شده‌اند کمترین میزان تخریب را تجربه کرده و هرچه هندوانه مدت زمان بیشتری نگهداری شود از ارزش غذایی آن کاسته می‌شود. در ادامه ۱۱ دلیل برای مصرف هرچه بیشتر هندوانه ارائه شده‌اند. ۱. هندوانه یکی از بهترین منابع برای ماده مغذی لیکوپن است، که در مواد غذایی مانند هندوانه، گوجه فرنگی، توت فرنگی و گریپ فروت صورتی یافت می‌شود و رنگ قرمز- صورتی را به آن‌ها می‌بخشد. مطالعات بسیاری نشان داده‌اند که مصرف لیکوپن با کاهش خطر ابتلا به سرطان پروستات و سرطان پستان مرتبط است. ۲. هندوانه ممکن است عملکردی فراتر از تحریک جوانه‌های چشایی داشته باشد. مجموعه‌ای از مواد تشکیل‌دهنده در هندوانه می‌توانند رگ‌های خونی را تحریک کرده و بر همین اساس، ممکن است میل جنسی را افزایش دهند. ۳. لیکوپن که در هندوانه یافت می‌شود با کاهش خطر ابتلا به بیماری قلبی، تصلب شرایین، و فشار خون بالا نیز پیوند خورده است. ۴. هندوانه حاوی یک ماده مغذی به نام سیترولین است، که طی روند تبدیل به اسید آمینه

آرژینین، به پیشگیری از تجمع چربی در سلول‌ها کمک می‌کند. سیترولین خواص دوستدار قلب هندوانه را نیز تقویت می‌کند. ۵. طی روند تبدیل به آرژینین، ذخایر اکسید نیتریک بدن افزایش می‌یابد. اکسید نیتریک به آرامش رگ‌های خونی و افزایش جریان خون کمک می‌کند، که هر چه بیشتر توانایی هندوانه در کاهش آژینین، فشار خون بالا و بیماری قلبی را افزایش می‌دهد. ۶. هندوانه حاوی ترکیباتی به نام فلاونوئیدها است. کاروتنوئیدها و تری ترپنوئیدها، همگی دارای قابلیت‌های آنتی‌اکسیدانی قوی هستند و از این رو، رادیکال‌های آزاد مضر در بدن را پیش از این که پیری و ابتلا به بیماری را تسریع کنند، از بین می‌برند. ۷. هندوانه از محتوای بالای گلیکوتائون سود می‌برد، که یک ماده مغذی مهم برای سلامت کبد است. ۸. هندوانه که در فرونشاندن تشنگی مؤثر عمل می‌کند، از محتوای بالای بتا کاروتن نیز سود می‌برد، که برای بهره‌مندی از پوستی سالم به اندازه ویتامین C تقویت‌کننده سیستم ایمنی ضروری است. ۹. توانایی هندوانه در افزایش سطوح آرژینین این امکان را فراهم می‌کند تا آمونیاک و دیگر ترکیبات سمی از بدن حذف شوند. ۱۰. حدود ۹۲ درصد هندوانه از آب تشکیل شده است و از این رو، منبعی عالی برای پیشگیری از کم‌آبی بدن و تأمین آب مورد نیاز سلول‌ها محسوب می‌شود. ۱۱. به واسطه محتوای بالای آنتی‌اکسیدان‌ها و مواد مغذی دیگر، هندوانه دارای اثرات ضد التهابی در بدن است که با در نظر گرفتن بیماری‌های مزمن جدی، مانند ورم مفاصل و سرطان، که با التهاب در بدن پیوند خورده‌اند، اهمیت خود را بیش از پیش نشان می‌دهد.



برای پیشگیری از وقوع انواع جرائم چه کارهایی باید انجام داد؟

محمد بازیار. کارشناس پیشگیری از وقوع جرم حوزه قضایی کازرون



۱- خانم‌ها از سوار شدن در خودروهای سواری افراد ناشناس حتی برای مسافرت کوتاه و درون شهری تا حد امکان خودداری کنند. ۲- از دادن اجازه برای ورود افراد ناشناس به داخل منزل تحت هر عنوانی نظیر مأمور دولتی و غیر دولتی تا قبل از احراز هویت کامل و رویت کارت شناسایی و مطابقت آن با ظاهر افراد، تا حد امکان خودداری کنید. ۳- از حمل اموال و اشیاء با ارزش ریالی بالا از جمله طلاجات و وجه نقد زیاد در داخل کیف حتی الامکان خودداری شود. ۴- در طول شب، حتی الامکان دقت نمایید از تردد در مسیرهای خلوت و به صورت انفرادی حتماً خودداری شود. ۵- از شرکت در مجالس لهو و لعب به منظور جلوگیری از انتشار تصاویر و فیلم‌های خصوصی در فضای مجازی خودداری شود. ۶- از قبول کردن هر گونه مواد غذایی و خوراکی و نوشیدنی توسط افراد ناشناس خودداری شود. ۷- از مطرح کردن مسائل و مشکلات خانوادگی و شخصی با افراد ناشناس خودداری گردد. ۸- هرگونه رفتار و گفتار با افراد نامحرم، توأم با رعایت شئون اسلامی باشد. ۹- از نگهداری فیلم‌های شخصی و خانوادگی در تلفن همراه اکتفا خودداری شود. ۱۰- از ارسال فیلم‌های شخصی برای حتی افراد آشنای نزدیک و دوست در فضای مجازی خودداری شود. ۱۱- از گذاشتن تصاویر شخصی به عنوان پروفایل در فضای مجازی خودداری شود. **در خصوص پیشگیری از سرقت و کیف قاپی:** ۱- در هنگام پیاده روی در پیاده‌روها، حتماً کیف سمت دیوار باشد و دسترسی موتورسواران به کیف را به حداقل کاهش دهید. ۲- از تنها رها کردن فرزندان خود که طلاجات همراه دارند در محل‌های خلوت و کوچک‌ها حتی برای بازی کردن، خودداری شود. ۳- عدم نمایش وسایل قیمتی از جمله طلاجات به صورت آشکار و پوشش کامل آن برای جلوگیری از استفاده سوء افراد فرصت طلب توجه جدی شود و حتی الامکان سعی شود کیف همراه خود را در زیر چادر مخفی کنید. **پیشگیری از سرقت خودرو:** ۱- از نصب سیستم دزدگیر توسط افراد متفرقه و ناشناس بر روی اتومبیل خود خودداری کنید.

۴- از قرار دادن کلید در زیر جاکفشی، داخل کفش و سایر نقاط قابل دسترسی خودداری کنید. ۵- کلید منزل خود را در دسترس افراد غیر مطمئن قرار ندهد و حتی الامکان از خالی گذاشتن منزل خودداری کنید. ۶- برای اطمینان بیشتر، بر روی دیوارها، تمام پنجره‌ها و نقاط قابل نفوذ مانند نورگیر، پاسیو، حفاظ محکم و مقاوم نصب کنید. ۷- درب پشت بام منزل خود را در اسرع وقت به حفاظ نرده‌ای و قفل آویز مطمئن مجهز کنید. ۸- برای جلوگیری از سرقت منزل خود به روش تویی زنی، تویی قفل را با بدنه درب همسطح کرده و در صورت عدم امکان لوله‌ای فلزی به دور آن جوش دهید. ۹- حتی الامکان درب‌های ورودی و داخلی منزل خود را به سیستم هشدار دهنده مجهز و از نگهداری وجوه نقد و طلا و جواهر به مقدار زیاد در منزل خودداری نمایید. ۱۰- نزد افراد ناشناس و افرادی که اعتماد کافی به آنها ندارید از میزان اموال و دارائی موجود خود در منزل صحبت نکرده و در مواقعی که به مسافرت می‌روید از همسایگان یا اقوام مورد اطمینان خود بخواهید که از منزلتان مراقبت کنند. ۱۱- نسبت به اتومبیل‌ها و موتورسیکلت‌های متوقف و سرنشینان آن در اطراف منزل خود بی تفاوت نبوده و در صورت مشاهده موارد مشکوک، شماره و سایر مشخصات آن‌ها را یادداشت و سریعاً به مراکز ۱۱۰ پلیس اطلاع دهید. ۱۲- شماره سریال یا مشخصات کامل اجناس و لوازم خانگی منزل خود از جمله لوازم صوتی و تصویری، لوازم برقی و سایر لوازم با ارزش را در دفتری مخصوص ثبت کرده و برای اطمینان بیشتر از آنها عکس تهیه کنید.