

رئیس ستاد بازسازی عتبات عالیات استان فارس از مشارکت هنرمندان این استان در ساخت صحن «عقیله بنی‌هاشم» در کر بلا خبر داد. اسکندر قاسمی در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم در شیراز، از مشارکت هنرمندان استان فارس در ساخت صحن عقیله بنی‌هاشم در کر بلا خبر داد و اظهار داشت: این صحن حداقل تل زینبیه و خیمه گاه امام حسین(ع) قرار دارد و در ۶۴ هزار مترمربع در سه طبقه ساخته می‌شود. وی با بیان اینکه زمین کر بلا در عمق ۲٫۵ متری به آب می‌رسد، گفت: یکی از اقداماتی که باید پیش از شروع ساخت صحن انجام شود، آب‌بندی و تسطیح زمین است و در حال حاضر در عمق ۵ متری زمین کارهای مقدماتی و آب‌بندی زمین نیز ۴۰ تا ۵۰ درصد انجام شده است. رئیس ستاد بازسازی عتبات عالیات استان فارس با بیان اینکه هنرمندان و معماران چیره‌دست استان فارس در آینه‌کاری، گچ‌بری و ساخت سازه‌های این صحن نقش دارند، افزود: تلاش می‌شود تا پایان امسال کارهای مقدماتی تمام و ساخت صحن آغاز شود. قاسمی از ساخت نیم ضریح خیمه گاه امام سجاد(ع) خبر داد و عنوان کرد: سازه چوبی و قلم‌زنی روی تفره این کار تمام شده و در حال حاضر تفره قلم‌زنی شده در حال نصب بر روی ضریح است.



رئیس کمیسیون عمران مجلس:

### کاهش اعتبارات وزارت راه افزایش تلفات جاده‌ای را در پی دارد

رئیس کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی با اشاره به کاهش ۳ هزار نفری آمار تلفات جاده‌ای در سال‌های گذشته از امکان سیر رو به رشد این آمار با توجه به کاهش بودجه وزارت راه و شهرسازی در لایحه بودجه ۹۷ سخن گفت.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی راهداری استان فارس، محمدرضا رضایی در آئین بزرگداشت راهداران و فعالان حوزه حمل‌ونقل استان فارس با بیان اینکه کشورهای بزرگ دنیا در حوزه حمل‌ونقل بار و مسافر سرمایه‌گذاری کلان می‌کنند، اظهار داشت: باوجود اینکه در ایران نیز تلاش زیادی شده‌است ولی هنوز به نسبت منابع فاصله زیادی وجود دارد.

وی حمل‌ونقل هوایی را روشی برای دسترسی با سرعت بالا و کاهش زمان حمل‌ونقل دانست و گفت: با وجود اینکه در چشم‌انداز پنجم توسعه، ایران باید به رتبه اول می‌رسد ولی اکنون سهم کشور در جابه‌جایی مسافر در حمل‌ونقل هوایی یک درصد است. رئیس کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی افزود: جابه‌جایی بار نیز باید در پایان برنامه پنجم توسط شبکه ریلی به ۳۰ درصد می‌رسد که ۱۱ درصد آن محقق شده است.

وی با اشاره به وجود ۲۱۵ هزار کیلومتر جاده در کشور بیان کرد: به منظور نگهداری این سرمایه کشور سالانه حداقل ۸۰ هزار میلیارد ریال اعتبار لازم است که متأسفانه در لایحه بودجه ۹۷ کل اعتبار وزارت راه و شهرسازی ۵۰ هزار میلیارد ریال اختصاص داده شده است.

رضایی با انتقاد از حذف سهمیه قیر رایگان در بودجه ۹۷ تأکید کرد: در سال‌های گذشته بسیاری از جاده‌ها از این سهمیه احداث و بازسازی می‌شد و اکنون این ظرفیت در بودجه ۹۷ از دست رفته است.

وی افزود: کمیسیون عمران مجلس درصدد است سهمیه قیر رایگان را به لایحه بودجه ۹۷ بیافزاید.

نماینده مردم چهارم در مجلس شورای اسلامی با اشاره به کاهش ۳ هزار نفری آمار تلفات جاده‌ای گفت: آمار تلفات جاده‌ای از ۲۰ هزار نفر به ۱۷ هزار نفر کاهش یافته است که با توجه به کاهش بودجه وزارت راه و شهرسازی امکان سیر رو به افزایش این آمار دوباره وجود دارد.

دبیر شورای پیشگیری از وقوع جرم فارس خطاب به اعضای شورای شهر شیراز:

### تدوین برنامه پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی، پشت درهای بسته راهکار مؤثری نیست



نباید سیاسی و جناحی عمل بکنیم چرا که سیاسی عمل کردن، خود سبب ایجاد آسیب می‌شود و مضرات آن بیشتر از منافع آن است.

دبیر پیشگیری از وقوع جرم با تأکید بر اینکه اقدامات باید کارشناسی و بر اساس اصول ارزش‌های نظام و رعایت ویژگی‌های انقلاب اسلامی و محورها و اصول تعریف شده از سوی مقام عظمای ولایت در خصوص فرهنگ و آسیب‌های اجتماعی باشد تصریح کرد: وظیفه اصلی در زمینه پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی بر عهده دستگاه‌های دولتی و اجرای آن بر عهده دستگاه‌های فرهنگی و اجتماعی است.

رحمانیان یادآور شد: دستگاه قضایی در این خصوص مسئولیت مستقیمی ندارد اما در اجرای لیبیک به فرمان مقام معظم رهبری در این راستا وارد شده و در طول همین مدت کوتاه اقدامات مناسبی در زمینه ایجاد و توسعه مراکز مشاوره در معیت محاکم خانواده و ارتقای آگاهی‌های عمومی انجام داده است.

وی برگزاری ۳۶۰ دوره آموزشی جهت ۹۶۷۰ نفر از جوانان در معرض آسیب، برگزاری دوره آموزشی برای معتمدان مراکز ماده ۱۵ و ۱۶، اجرای طرح قاضی در مدرسه و تدوین سیاست‌ها و تدابیر پیشگیری از خشونت را از سری اقدامات دستگاه قضایی استان فارس خواند و افزود: ایجاد تشکیلات دیده‌بان پیشگیری از جرم با بیش از سه هزار عضو، فعال‌سازی ظرفیت مردمی و تدوین برنامه راهبردی از کارهای انجام گرفته توسط سیستم قضایی است.

رحمانیان گفت: امید است که با ایجاد فهم و درک مشترک در میان مردم و مسئولان در زمینه آسیب‌های اجتماعی و انجام اقدامات قرارگاهی و استمرار کار اقدامات مؤثری انجام گیرد.

دبیر شورای پیشگیری از وقوع جرم خطاب به اعضای شورای شهر شیراز گفت: در تدوین برنامه پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی باید تمام دستگاه‌ها هم‌اندیشی کنند و تدوین برنامه توسط چند دستگاه در پشت درهای بسته راهکار مؤثری نیست.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از حوزه معاونت اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری فارس، احمد رحمانیان در کمیسیون فرهنگی و اجتماعی شورای شهر شیراز در حضور مسئولان فرهنگی و دستگاه‌های مسئول و جمعی از اعضای شورای شهر شیراز با اشاره بهبود شرایط آسیب‌های اجتماعی مانند خشونت، اعتیاد، حاشیه‌نشینی، جرم اخلاقی، طلاق و ... اظهار کرد: با توجه به حساسیت و توجه ویژه مقام معظم رهبری (مدظله‌العالی) و ارتقای ساختار شورای اجتماعی کشور و تخصیص اعتبار تا حدودی شاهد بهبود وضعیت بودیم.

وی با بیان اینکه هنوز تا رسیدن به شرایط مطلوب فاصله داریم تصریح کرد: آسیب‌های اجتماعی با گذشت زمان به وجود آمده و بطئی و سیال بودن از ویژگی‌های آن است.

دبیر شورای پیشگیری از وقوع جرم استان فارس غفلت مردم و مسئولان و عدم بهره‌برداری مناسب از ظرفیت‌های بالقوه اجتماعی، مذهبی-فرهنگی ارزش‌های ایرانی و اسلامی را از علل رشد آسیب‌های اجتماعی دانست و اشاره کرد: مبارزه با آسیب‌های اجتماعی نیازمند انجام تدابیر و اقدامات همه‌جانبه و بین‌بخشی بین دستگاه‌های مختلف و اجتناب از فعالیت‌های جزیره‌ای و مستقل و هم‌گرایی و هم‌افزایی میان دستگاه‌های مسئول و تدوین برنامه کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت که مورد اتفاق نظر دستگاه‌های مسئول است و نمی‌توان یک‌سویه آن را از بین برد.

رحمانیان با تأکید بر اینکه تدوین برنامه پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی توسط چند دستگاه پشت درهای بسته راه‌حل نیست بیان کرد: باید از سازمان‌های مردم‌نهاد، شکل‌های مردمی و دین‌فغان مطالبه برنامه کرد و این مسئله‌زم ایفای نقش فعال از سوی تشکل‌های مردمی و مذهبی در اجرای آن است.

این مقام مسئول ضعف آگاهی‌های عمومی و اختصاصی در مورد آسیب‌های اجتماعی و تأثیرات سوء آن بر زندگی فردی و اجتماعی را یکی از علل وقوع آسیب‌های اجتماعی عنوان کرد و گفت: همه دستگاه‌های مسئول در زمینه آسیب‌های اجتماعی موظف به تولید محتوی هستند و همه دستگاه‌های ارتباط‌جمعی و شبکه‌های اجتماعی مرتبط باید محتوی تولید شده را تبلیغ کنند.

وی افزود: آموزش کلیه مردم به‌ویژه جامعه هدف و تغییر نگرش آنان یکی از راه‌کارهای کاهش آسیب‌ها است، در زمینه مبارزه با آسیب‌های اجتماعی

### درمان شپش موی سر با اسپند

و بدین طریق محیط را ضدعفونی می‌کردند.

در هرروز صبح ناشتا نوشیدن جوشانده ریشه اسپند برای درمان آگزما مفید است.

افرادى که به علت ضعف مئانه یا سستی کمر دچار شب‌اداری هستند؛ شب‌ها مخلوطی از تخم رازیانه و اسپند بخورند و صبح‌ها یک یا دو عدد تخم‌مرغ و کمی عسل میل کنند تا شب‌اداری آن‌ها درمان خواهد شد.

**درمان شپش موی سر با اسپند**  
درمان شپش موی سر با اسپند به دلیل خواص بی‌شمار آن بسیار متداول است. رشک یا Pediculus تخم شپش است که پس از هفت روز از تخم درمی‌آید و مجدداً شروع به تخم‌ریزی می‌کند. تخم شپش، رشک (Pediculus) نامیده می‌شود. بیضی‌شکل، سفیدرنگ و کوچک است که به ساقه مو و در زیر لباس به فاصله کمی از ریشه مو که دما و رطوبت مناسبی دارد می‌چسبد. هر کدام از این تخم‌ها درون کپسول چسبناکی قرار می‌گیرند.

**شپش سر چیست و چطور درمان می‌شود؟**

پس از ۷ روز شپش‌ها از تخم یک قاشق اسپند خشک را آسیاب کرده و با یک لیوان آب جوش مخلوط کنید و اجازه دهید به مدت ۱۵ دقیقه دم بکشد. اگر موهای فرزندتان بلند است مقدار آن را تا ۲ یا ۳ برابر افزایش دهید. برای اثربخشی بهتر می‌توانید موها را با یک کیسه پلاستیکی پوشش دهید. کل موها را به این ترکیب آغشته کرده و اجازه دهید تا ۴۵ دقیقه روی موها باقی بماند سپس موها را با آب گرم آبکشی نمایید.

برای اینکه اثربخشی این روش بهتر بوده و شپش مو به‌طور کامل از بین رود بهتر است به مدت یک هفته این روش را تکرار نمایید.

**اسپند در طب سنتی**

از گیاهان نام‌آشنای ایرانی‌ها، اسپند است. دانه این گیاه در خانه سوزانده می‌شود و دود غلیظ آن برای ضدعفونی هوا، دورکننده حشرات، خوشبوکننده فضا و به باور برخی حتی خنثی کردن چشم‌زخم مورداستفاده قرار می‌گیرد. در آسیا نیز از دانه‌های اسپند به‌عنوان ضدانگل کرم‌کش و کشنده آمیب استفاده می‌کنند. اسپند در برخی کشورهای دیگر نیز طرفدار دارد؛ مردم یونان از اسپند به‌عنوان قاعده آور، کرم‌کش، مسکن و خواب‌آور استفاده می‌کنند.

در هند برای سفلیس و در آفریقا نیز برای تب از اسپند استفاده می‌کردند، گرچه مصرف خوراکی این گیاه می‌تواند مسموم‌کننده باشد، اما بعضی از افراد محلی در این کشورها هنوز از آن برای درمان آسم، کولیک، تب، سنگ‌های صفراوی، سسکبه، زردی، مالاریا، دردهای عصبی، پارکینسون، افتادگی رجم، روماتیسم و بیماری‌های ادراری-تناسلی استفاده می‌کنند.

**خواص درمانی اسپند**  
از زمان‌های دور مردم به اثر ضدعفونی‌کنندگی اسپند پی برده بودند و در اطراف بستر بیمار و محیط‌های شلوغ آن را دود می‌کردند



### خواص چای گل بامیه

چای گل بامیه یک چای گیاهی است که بادم کشیدن گیاه گل بامیه در آب جوش درست می‌شود. چای گل بامیه مشابه چای کرن بری طعمی ترش دارد که می‌توانید آن را هم به‌صورت گرم و هم به‌صورت سرد بنوشید.

تحقیقات انجام‌شده پرده از خواص چای گل بامیه برداشته و نشان داده که این نوشیدنی مفید می‌تواند فشارخون را کاهش بدهد، با باکتری‌ها مبارزه کند و حتی منجر به کاهش وزن شود. در این مطلب به ۸ فایده‌ی نوشیدن چای گل بامیه اشاره می‌کنیم.

**۱. غنی از آنتی‌اکسیدان**  
آنتی‌اکسیدان‌ها مولکول‌هایی هستند که با ترکیباتی به نام رادیکال‌های آزاد می‌جنگند و مانع آسیب آن‌ها به سلول‌ها می‌شوند. چای گل بامیه سرشار از آنتی‌اکسیدان‌های قوی است و به همین علت می‌تواند به پیشگیری از آسیب و بیماری‌های ناشی از ایجاد رادیکال‌های آزاد کمک کند. در مطالعه‌ای روی موش‌ها، عصاره‌ی گل بامیه موجب افزایش آنزیم‌های آنتی‌اکسیدانی و کاهش تأثیرات مضر رادیکال‌های آزاد تا حدود ۹۲ درصد شده بود. مطالعه‌ای دیگر نیز یافته‌های مشابهی ارائه داد و معلوم شد بخش‌هایی از گیاه گل بامیه مانند برگ‌ها، دارای خواص آنتی‌اکسیدانی قوی هستند.

**۲. کاهش فشارخون**  
یکی از مهم‌ترین و شناخته‌شده‌ترین خواص چای گل بامیه، قابلیت آن در کاهش فشارخون است. فشارخون بالا به‌مرورزمان می‌تواند فشار زیادی به قلب وارد کرده و موجب ضعف آن شود. فشارخون بالا موجب افزایش ریسک بیماری‌های قلبی نیز می‌شود. مطالعه‌ای گوناگونی دریافته‌اند چای گل بامیه می‌تواند هم فشارخون سیستولیک و هم فشارخون دیاستولیک را پایین بیاورد. در مطالعه‌ای به ۶۵ فرد دچار فشارخون بالا، چای گل بامیه یا دارونما داده شد. بعد از ۶ هفته، آن‌هایی که چای گل بامیه نوشیده بودند، نسبت به افرادی که دارونما مصرف کرده بودند کاهش قابل‌توجهی در فشارخون سیستولیک داشتند.

هرچند چای گل بامیه می‌تواند راهی بی‌خطر و طبیعی برای کاهش فشارخون بالا باشد، اما مصرف آن به افرادی که هیدروکلروتیازید، دارویی که برای درمان فشارخون بالا تجویز می‌شود، مصرف می‌کنند توصیه نمی‌شود زیرا ممکن است با این دارو تداخل ایجاد کند.

**۳. کاهش چربی خون**  
برخی مطالعات دریافته‌اند که چای گل بامیه علاوه بر کاهش فشارخون، می‌تواند سطح چربی خون را نیز که ریسک فاکتور دیگری برای بیماری‌های قلبی است پایین بیاورد. در مطالعه‌ای ۶۰ فرد مبتلا به دیابت، چای گل بامیه یا چای سیاه نوشیدند. بعد از یک ماه، آن‌هایی که چای گل بامیه نوشیده بودند، سطح کلسترول HDL شان بالا رفته و کلسترول کلی و کلسترول بد یا همان LDL خونشان کاهش یافته بود.

اما بیشتر مطالعات این‌گونه نتیجه گرفته‌اند که فواید نوشیدن چای گل بامیه برای کاهش چربی خون، محدود به افرادی می‌شود که دچار بیماری‌های خاصی چون دیابت یا سندرم متابولیک هستند.



**۴. تقویت سلامت کبد**  
کبد شما عملکردهای بسیار مهمی را در بدن به عهده دارد؛ از تولید پروتئین گرفته تا ترشح زرداب برای تجزیه‌ی چربی. مطالعات انجام‌شده نشان داده که چای گل بامیه می‌تواند سلامت کبد را بهبود بخشیده و به عملکرد مؤثر آن کمک کند. پژوهشی که روی ۱۹ فرد دچار اضافه‌وزن انجام شد دریافت مصرف عصاره‌ی گل بامیه به مدت ۱۲ هفته می‌تواند استئاتوز کبدی را بهبود بدهد. استئاتوز کبدی در اثر تجمع چربی در کبد ایجادشده که می‌تواند منجر به نارسایی کبد شود.

**۵. کمک به کاهش وزن**  
مطالعات گوناگونی نشان داده‌اند که چای گل بامیه می‌تواند به کاهش وزن کمک کرده و با چاقی مبارزه کند. آزمایشی که روی ۳۶ فرد دچار اضافه‌وزن انجام شد نشان داد بعد از ۱۲ هفته، عصاره‌ی گل بامیه توانسته بود از وزن بدن، چربی بدن، شاخص توده‌ی بدنی و نسبت سایز لگن به درو کمر، کم کند.

**۶. حاوی ترکیباتی است که می‌تواند به پیشگیری از سرطان کمک کند**  
گل بامیه سرشار از پلی فنول‌هاست که ترکیباتی هستند با خاصیت ضد سرطانی قوی. مطالعات نشان داده عصاره‌ی گل بامیه، تأثیرات بالقوه روی سلول‌های سرطانی دارد؛ یعنی می‌تواند رشد آن‌ها را مختل کرده و از تهاجم سلول‌های سرطانی کم کند. ضمناً معلوم شده که عصاره‌ی گل بامیه می‌تواند سلول‌های سرطانی معده را تا حدود ۵۲ درصد مهار کند.

**۷. مبارزه با باکتری‌ها**  
باکتری‌ها میکروارگانیسم‌های مجزایی هستند که می‌توانند موجب عفونت‌های زیادی بشوند، از برونشیت گرفته تا ذات‌الریه و عفونت‌های سیستم ادراری. گل بامیه علاوه بر خواص آنتی‌اکسیدانی و ضد سرطانی می‌تواند با عفونت‌های باکتریایی نیز مبارزه کند.

**۸. یک چایی خوش‌طعم که راحت هم درست می‌شود**  
چای گل بامیه علاوه بر فوایدی که برای سلامتی شما دارد، خوش‌طعم بوده و بدون دردمر برارحتی در خانه تهیه می‌شود. کافیست کمی از گل‌های خشک‌شده‌ی بامیه را در قوری ریخته و روی آن آب جوش بریزید و بگذارید ۵ دقیقه دم بکشد. اگر دوست دارید می‌توانید با کمی عسل آن را شیرین کنید و بنوشید.