



تاریخ
۴
مهر
۱۳۹۷
چهارشنبه

اوقاف فارس میزبان فرماندهان پایگاه‌های مقاومت ادارات شیراز می‌شود

فرمانده پایگاه مقاومت اوقاف فارس گفت: اداره کل اوقاف و امور خیریه فارس میزبان برگزاری گردهمایی پایگاه‌های مقاومت ادارات شیراز می‌شود. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی اداره کل اوقاف و امور خیریه فارس، علی‌اکبر جعفریان اظهار داشت: گرامیداشت هفته دفاع مقدس تجلیل از حماسه‌آفرینانی است که با تمام داشته‌های خود در مقابل تجاوز دشمن ایستادند. وی افزود: پایگاه مقاومت اوقاف فارس نیز مانند سال‌های گذشته برای بزرگداشت این ایام تلاش می‌کند و بسیاری از سال‌ها میزبانی از گردهمایی فرماندهان پایگاه‌های مقاومت ادارات شیراز را عهده داشته است. جعفریان گفت: پنجشنبه ۵ مهرماه سال جاری نیز فرماندهان پایگاه‌های مقاومت بسیج حوزه ۸ ادارات ثامن‌الامنه به میزبانی اوقاف فارس گرد هم جمع می‌شوند تا یادآور روزهای حماسه و ایثار رزمندگان اسلام باشند. فرمانده پایگاه مقاومت اوقاف فارس اضافه کرد: بصیرت‌افزایی ازجمله اهداف این گردهمایی است و این برنامه با برگزاری زیارت عاشورا و سخنرانی دنبال می‌شود.

خطیب دینی:

روزی به نام کوروش نام‌گذاری شود



گونگون گرد هم جمع می‌شوند؛ بنابراین ضروری است که فضا را برای حضور آنان مناسب‌سازی کنیم.

سقاچی بایان اینکه دشمن در پی آن است که امور را در دست گیرد، تأکید کرد: رسانه‌های غربی امنیتی کردن روز کوروش را به معنای ترس نظام ترجمه می‌کنند؛ درحالی‌که نظام ترسی ندارد و چنانچه برگزاری این روز را آزاد کنیم، هرکس می‌تواند بیاید و اتفاقی نیز رخ نمی‌دهد.

وی ادامه داد: اگر این روز را تعطیل کنیم، مشکلات حل نمی‌شود، بلکه زمینه برای بروز ناهنجاری‌ها فراهم می‌شود و فضا در اختیار غرب قرار می‌گیرد. قائم‌مقام ستاد اقامه نماز فارس گفت: اگر فضای آثار تاریخی پاسارگاد به‌خوبی مدیریت شود، هیچ فردی شعار هنجارشکنانه سر نمی‌دهد؛ زیرا فضا و امکانات و مدیریت در دست ماست.

سقاچی افزود: با مدیریت و برنامه‌ریزی و نیز برپایی غرفه‌های مختلف، فضای مناسب ایجاد می‌شود و اخلاص‌گراان درمی‌یابند که فضا برای حضور آنان فراهم نیست و خود، صحنه را ترک می‌کنند.

وی بایان اینکه بسیاری از افرادی که در مراسم روز کوروش شعارهای هنجارشکنانه می‌دهند، افرادی با پیشینه نادرست هستند، گفت: این فضا به دعوت خارجی‌ها آماده شده که این گونه افراد را ترغیب می‌کنند تا در روزی مشخص برای فریاد زدن و ایجاد اخلاص در آرامگاه کوروش جمع شوند.

سقاچی با اشاره به ناآرامی‌های دی‌ماه گذشته در شیراز بیان کرد: حدود ۱۲ تن از افرادی که در این ناآرامی‌ها در مرکز استان فارس دست داشتند، ایرانیان مقیم انگلستان بودند که برای متشنج کردن فضا وارد میدان شدند.

این خطیب دینی اظهار داشت: باید امکان اعتراض برای مردم فراهم شود

صفحه
۴
شماره
۲۳۴۱
سال
یست و چهارم

خبر



تشریح برنامه‌بودجه مصوب سال ۹۷ و ۹۸ پدافند غیرعامل شهرداری کلان‌شهر شیراز

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی حوزه مدیریت بحران شهرداری شیراز، برنامه‌بودجه مصوب سال ۹۷ و ۹۸ پدافند غیرعامل ارسالی از سازمان پدافند غیرعامل کشور طی جلسه‌ای با حضور نمایندگان پدافند غیرعامل حوزه‌های مختلف شهرداری، تشریح و موردبحث و بررسی قرار گرفت.

مدیر بحران و پدافند غیرعامل شهرداری گفت: این مصوبه با موضوع اهداف و برنامه‌های سال ۹۷ شهرداری توسط سازمان پدافند غیرعامل تهیه و به شهرداران کلان‌شهرهای کشور ازجمله کلان‌شهر شیراز ابلاغ گردیده و اولویت‌ها و سیاست‌های این مصوبه در سال ۹۷ تحت عنوان، مصون‌سازی زیرساخت‌های حیاتی، ارتقاء سطح آمادگی دستگاه‌ها، فعال‌سازی کمیته پدافند غیرعامل دستگاه‌های اجرایی و... مشخص شده است.

جوکار همچنین گفت: در همین راستا، مدیریت بحران و پدافند غیرعامل شهرداری شیراز با برگزاری جلسه‌ای، اولویت‌ها و سیاست‌های این مصوبه را به سمع و نظر کارشناسان و نمایندگان پدافند غیرعامل حوزه‌های شهرداری رسانده و ضروری است با حمایت شهردار شیراز و حوزه خدمات شهری و تعامل سایر حوزه‌ها نسبت به اجرای این مصوبات و آمادگی هر چه بیشتر در حوزه پدافند غیرعامل گام‌های بلند و مثمر ثمری برداشته و نقش خود را به‌عنوان یکی از دستگاه‌های بسیار مهم در راستای تحقق رسالت پدافند غیرعامل شهرستان و استان به‌خوبی ایفا نماید.

وی همچنین در پایان گفت: با توجه بدیع و جدید بودن موضوعات این حوزه، کارشناسان مربوطه ضمن بررسی مصوبات و سیاست‌های مذکور با ارائه پیشنهادات و نظرات خود، ما را در ارتقاء و تکامل این مبحث یاری نمایند تا برنامه‌ها به‌طور کامل‌تری در زمان معین محقق گردد.

و بتوانند سخن خود را بگویند؛ زیرا اعمال فشار بیش‌ازحد باعث از دست رفتن کنترل می‌شود؛ همان‌گونه فشار بیش‌ازحد بر یک فنر کنترل آن را از دست خارج می‌کند.

سقاچی بایان اینکه فضا در روز موسوم به کوروش باید در دست افراد متدین باشد و برنامه‌ریزی فرهنگی صورت گیرد، گفت: کسی نباید در این روز به دین تعرض و به‌نظام بی‌حیایی کند و البته رفتارهای ناهنجار مستوجب تنبیه است.

وی امنیتی کردن روز کوروش را اقدامی موقتی خواند و گفت: افرادی که در این روز به‌نظام و دین کج‌دهنی می‌کنند باید توبیخ شوند؛ اما نباید جلوی دیگر افراد را گرفت.

سقاچی افزود: باید قاطعانه در مقابل برخی افراد که برای اخلاص‌گری می‌آیند، ایستاد، برخی دیگر نیز در این روز جمع می‌شوند تا بدانند چه خبر است و بعضی افراد نیز واقعاً برای خواندن فاتحه در این روز جمع می‌شوند؛ بنابراین نباید زمینه برای موج‌سواری بیگانگان فراهم شود.

قائم‌مقام ستاد اقامه نماز استان فارس با اشاره به برگزاری یادروزهای سعدی و حافظ در شیراز گفت: ما در این مناسبت‌ها از رئیس‌جمهور، وزرا و علما دعوت می‌کنیم و یاد این افراد را گرامی می‌داریم، همین کار را می‌توان با تعیین یاد روز کوروش صورت داد.

کوروش، بنیان‌گذار و نخستین پادشاه هخامنشی بود که از سال ۵۵۹ تا ۵۲۹ قبل از میلاد به مدت ۳۰ سال بر نواحی گسترده‌ای از آسیا حکومت کرد. منشور کوروش که به‌عنوان کهن‌ترین و نخستین بیانیه حقوق بشر در جهان شناخته شده در سال ۱۲۵۸ خورشیدی (۱۸۷۹ میلادی) هنگام کاوش‌های باستان‌شناسی هیئت بریتانیایی در محوطه باستانی بابل در بین‌النهرین به دست آمد.

سازمان ملل متحد، مفاد این منشور را در سال ۱۹۷۱ میلادی، به ۶ زبان رسمی دنیا منتشر کرد.

مجموعه میراث جهانی پاسارگاد که آرامگاه کوروش را در خود جای داده است، پنجمین مجموعه ثبت شده ایران است که در سال ۱۳۸۳ خورشیدی در فهرست میراث جهانی به ثبت رسید.

از آن زمان، زرمه‌هایی مبنی بر بزرگداشت کوروش مطرح شد، هرچند برخی می‌گویند این دیدگاه از زمان دولت موقت در سال‌های نخست پیروزی انقلاب مطرح بوده است.

برخی افراد هفتم آبان‌ماه را مقارن با سالروز ورود کوروش به بابل و فتح تاریخی این منطقه و همچنین سالروز صدور فرمان حقوق بشری این پادشاه هخامنشی می‌دانند و آن را گرامی می‌دارند، هرچند در اصالت این مناسبت تاریخی تردیدهایی توسط مورخان مطرح شده است.

پیش‌ازاین پیشنهادهایی همچون نام‌گذاری روزهای تولد یا وفات کوروش، سالروز نگارش منشور حقوق بشر و یا روز اعلام رسمی حاکمیت بنیان‌گذار حکومت هخامنشی به نام روز کوروش مطرح شده است.

گونگون

ربات‌ها در پیری عصای دست‌تان می‌شوند

کم‌کم ربات‌ها به‌جای داروهای آرام‌بخش برای مبتلایان به زوال عقل استفاده می‌شود تا اضطراب و پریشانی بعدازظهر آن‌ها کمتر شود.

به گزارش خبر آنلاین، در مبتلایان به زوال عقل پدیده‌ای به نام سندرم Sundowner وجود دارد که پریشانی، گیجی و اضطراب بعدازظهر تا شب را به همراه دارد. دلیل آن ناشناخته بوده و اختلال در ریتم شبانه‌روزی، تغییر در میزان نور، اضطراب ناشی از فعالیت‌های انتهایی روز و نوسانات هورمونی بخشی از نظریه‌های مطرح‌شده در این زمینه هستند.

درنهایت تجربه ناخوشایندی هم برای بیماران و هم برای پرستاران ایجاد می‌شود.

اغلب نیز در بیمارستان‌ها و مراکز روان‌درمانی از داروهای آرام‌بخش برای حل مشکل استفاده می‌شود اما در سال‌های اخیر ژاپنی‌ها رباتی را برای این کار به نام paro ایجاد کرده‌اند که بتواند نقش آرام‌بخش را بازی کند.

موسسه ملی علوم و فناوری‌های پیشرفته ژاپن بیش از یک دهه روی توسعه Paro وقت صرف کرده است. این ربات سال ۲۰۰۴ رونمایی شد و در بسیاری از مناطق جغرافیایی جهان استفاده می‌شود تا بتواند نقش یک حیوان خانگی را برای افراد سالمند و مبتلایان به زوال عقل بازی کند.

«پارو» ۶ هزار دلاری برای مبتلایان به زوال عقل در نقش معجزه وارد عمل شده و البته این ربات گران‌قیمت در دسترس همه نیست.

«ساندرا پترسون» پروفیسور پرستاری در دانشگاه تگزاس بیمار مبتلا به زوال عقل پیشرفته داشت که ۸ سال حرف زنده بود اما با دیدن «پارو» به او گفت: دوست دارم!

پارو بعد از لمس شدن حرف می‌زند و مانند طوطی سخنگو عمل می‌کند و اگر با وی به‌آرامی صحبت کنید به‌سوی شما سوق پیدا می‌کند.

نیاز به غذا یا راه رفتن (مانند حیوان خانگی) ندارد و در هر زمان از ساعات شبانه‌روز گوش‌به‌فرمان شماست. بیمار نشده و حواس‌پرت هم نمی‌شود و وظیفه اصلی خود یعنی در مرکز توجه قرار گرفتن را مناسب را انتخاب کنید.

بهترین روش شستن صورت

اگر پوست چرب دارید، از شوینده‌های پایه روغن استفاده کنید. روغن چربی را از بین می‌برد؛ اگر پوست شما آکنه یا جای جوش دارد، در استفاده از ترکیبات پاک‌کننده جوش زیاده‌روی نکنید چون ممکن است باعث خشک شدن پوست شما شوند.

چه دمایی، چند بار و چگونه؟

آب گرم، چربی‌ها را بهتر تمیز می‌کند. البته دمایی مناسب بین سرد و گرم باید انتخاب شود. حداقل روزی دو بار صورت خود را بشوید. این کار برای از بین بردن آثار جوش و آکنه نیز مفید است. ابتدا آب گرم و شوینده مناسب را به‌صورت خود بزیند و سپس به‌آرامی با نوک انگشتان صورت خود را ماساژ دهید.

نقاط بینی و پیشانی و زیر چانه را فراموش نکنید. بعد از شستشو و پام مردن شوینده با آب گرم، کمی صبر کنید تا صورت به‌طور طبیعی خشک شود و سپس از حوله نرم برای خشک کردن آن استفاده کنید.

شستشوی منظم دست و صورت جزو ابتدایی‌ترین و مهم‌ترین راه‌های پیشگیری از بیماری‌ها است. بعلاوه شستن صورت برای سلامت پوست نیز بسیار مفید است؛ اما بهترین شیوه شستن صورت برای حداکثر پیشگیری از بیماری‌های واگیردار چگونه است؟

ابتدا آرایش و پوشش‌ها را از روی صورت خود پاک کنید. این کار را با پاک‌کننده‌های مخصوص انجام دهید چون آرایش با شستشوی معمولی پاک نمی‌شود. در ادامه باید نسبت به نوع پوست، شوینده مناسب را انتخاب کنید.

اگر پوست خشکی دارید، از شوینده‌های کرم‌دار و مرطوب‌کننده استفاده کنید. سعی کنید از قالب‌های صابون معمولی استفاده نکنید چون پوست شما را خشک‌تر می‌کنند.

اگر پوست معمولی دارید، از شوینده‌های با PH متعادل استفاده کنید. شوینده‌هایی که ترکیبات روغنی دارند، باعث از بین رفتن روغن و کثیفی‌ها از روی پوست می‌شوند.

راه‌هایی برای افزایش لذت ورزش



بسیاری از افراد نیاز دارند که ورزش را در برنامه روزانه خود لحاظ کنند؛ اما علاقه و انگیزه‌های برای ورزش کردن ندارند، زیرا از ورزش لذت نمی‌برند.

ورزش کردن با دوستان و خانواده

از دوستان یا افراد خانواده خود بخواهید که برای ورزش به شما ملحق شوند. سعی کنید افرادی را انتخاب کنید که از حضور آنها لذت می‌برید.

قبل از ورزش میان وعده بخورید

بهتر است غلات یا سبزیجات سالم مصرف کنید. هنگامی که مواد موردنیاز بدن تأمین شود انگیزه برای ورزش افزایش می‌یابد. وعده غذایی سنگین قبل از ورزش نخورید. به‌اندازه کافی آب مصرف کنید.

حرکت کششی قبل از ورزش انجام دهید

بهتر است قبل و بعد ورزش حرکت کششی انجام دهید. این کار باعث می‌شود که اکسیژن‌رسانی بیشتری صورت گیرد و بدن سرچال‌تر باشد. انجام حرکات کششی باعث ترشح آندروفین در بدن می‌شود که شادی آور است.

گاهی فراتر از محدوده توان خود ورزش کنید

بهتر است گاهی اوقات خود را مجبور به ادامه دادن کنید. البته نباید این کار باعث ایجاد درد شود. بهتر است ورزش مداوم انجام دهید و در زمان مناسب شدت را افزایش دهید.

علاوه بر ورزش هفتگی خود یک چالش در هفته داشته باشید

یکی از فعالیت‌های ورزشی که دوست دارید در طول هفته علاوه بر برنامه عادی خود انجام دهید. برای مثال به شنا یا پیاده‌روی با دوستان خود بروید.



به‌خوبی انجام می‌دهد.

پاروی ۵۶ سانتی‌متری مانند یک نوزاد ۲٫۷ کیلوگرم وزن دارد و با توسعه هوش مصنوعی روی آن می‌تواند به چنین بیمارانی کمک فراوانی کند.

