

رئيس کمیسیون فرهنگي و اجتماعي با اعلام اين خبر گفت: با تصويب کمیسیون فرهنگي و اجتماعي پرديس تئاتر در منطقه ۱۱ شهرداری شیراز احوادث مي‌شود. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومي شورای اسلامي شهر شیراز، سيروس پاک‌فطرت اظهار کرد: مجموعه پرديس تئاتر شهر يکي از ۱۰ پروژه شاخص شهرداری شیراز در سال ۹۸ خواهد بود.

وي ادامه داد: بر اساس طرح پيش‌بینی شده اين پرديس تئاتر در نزديکی ميدان نصر و در زميني به مساحت ۵ هزار مترمربع و زیربنای ۲۵۰۰ مترمربع احوادث خواهد شد. به گفته پاک‌فطرت در پرديس تئاتر شهر ۳ سالن با گنجایش ۲۰۰، ۶۰ و ۴۰ نفری با تمام تجهيزات احوادث مي‌شود. ناظر شورای اسلامي شهر شیراز در منطقه ۱۱ شهرداری گفت: برای اين پرديس تئاتر دسترسي ترافيکی و پارکينگ موردنظر بوده و طراحی معماری مناسبي صورت گرفته است. وي اظهار اميدواری کرد: اين پرديس در کمترین زمان ممکن به بهره‌برداری برسد.



معاون دانشگاه پیام نور استان فارس خبر داد:
ثبت‌نام جديد داوطلبان تحصيل در دانشگاه
پیام نور شهرهای فارس از ۲۰ اسفند

معاون دانشگاه پیام نور فارس گفت: ثبت‌نام کارشناسي بدون آزمون دانشگاه پیام نور از ۲۰ اسفندماه شروع و تا ۶ شهریورماه ادامه خواهد یافت. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومي دانشگاه پیام نور استان فارس سعید مظلومیان در نشست رسوای مراکز و واحدهای دانشگاه پیام نور فارس اظهار داشت: در اين مرحله از ثبت‌نام، داوطلبان مي‌توانند پس از مطالعه جزئیات و دفترچه راهنما در سایت سازمان سنجش، با مراجعه به دانشگاه پیام نور محل موردنظر خود نسبت به ثبت‌نام و تکميل مدارک اقدام نمایند.

وي ظرفيت رشته‌های کارشناسي مراکز و واحدهای دانشگاه پیام نور فارس را ۲۶ هزار دانشجو عنوان کرد و در عين حال خاطر نشان کرد: پذيرفته‌شدگان از مهرماه سال آینده مشغول به تحصيل خواهند شد.

مظلومیان، برنامه‌ریزی برای افزایش کیفیت و رضایتمندی دانشجو، استفاده مؤثر از نیروها و امکانات، برگزاری جلسات مداوم با کارکنان و اساتید را بسیار مهم تلقی کرد و افزود: با آموزش منظم و افزایش کیفیت خدمات، علاوه بر موفقیت در جذب دانشجو در بحث درآمدزایی نیز موفق خواهیم شد.

معاون دانشگاه پیام نور استان فارس، آموزش را رکن اساسی و فلسفه وجودی دانشگاه معرفی کرد و همچنین بر اميدواری، حفظ انگیزه و تقويت آن، تلاش مضاعف و یافتن مسیرهای جديد برای موفقیت بیش‌ازپیش دانشگاه پیام نور تأکید کرد.

چک کردن پرونده‌های دانشجویان و رفع نواقص، شروع مراحل فارغ‌التحصیلی حداقل یک‌ترم قبل از اتمام دروس دانشجو نیز از جمله مواردی بود که دکتر مظلومیان برای تسهیل در فارغ‌التحصیلی دانشجویان در مراکز و واحدهای دانشگاه پیام نور ضروری دانست.



رئيس سازمان جهاد کشاورزي فارس گفت: اقتصاد مقاومتی دارای پنج رکن مردم بنیان، دانش‌بنیان، عدالت‌بنیان، برون‌گرا و درون‌زا است که مهارت‌آموزی به جوانان، به رکن درون‌زا بودن اقتصاد مقاومتی توجه به نیروی انسانی است. به گزارش روابط عمومي سازمان جهاد کشاورزي فارس، محمدمهدی قاسمی در همایش طرح جامع مهارت‌آموزی کارکنان وظیفه نیروهای مسلح یادآور شد: اين طرح نگاه بسیار عالمانه‌ای به استفاده از فرصت سربازی جوانان در جهت مهارت‌اندوژی دارد.

وي با بيان اين که سربازان سرمایه عظيم انسانی جامعه ما هستند، افزود: اين افراد جوان، تحصيل کرده و باانگیزه هستند و مهارت‌آموزی در دوره سربازی علاوه بر ایجاد روحیه اميد و نشاط در جوانان، بسترساز اشتغال‌زایی در آینده نیز خواهد شد. قاسمی تصريح کرد: در شرایط فعلی که کشور در وضعیت تحریم و جنگ اقتصادی قرار دارد نگاه ما باید به ظرفیت‌ها باشد و اساس کار برای بهره‌برداری از اين ظرفیت‌ها، توجه به نیروی انسانی است. اين مقام مسئول با اشاره به اين که بخش کشاورزي سهم عمده‌ای در تأمین امنیت کشور دارد، گفت: استان فارس ۱۰ درصد از تولیدات کشور را دارد و ظرفیت بسیار گسترده‌ای در بخش‌های مختلف کشاورزي از جمله زراعت، باغ، دام، طیور و آبیزيان وجود دارد و ما به دنبال ارتقای بهره‌وری در اين حوزه‌ها هستیم. قاسمی افزود: رکن اصلی برای افزایش بهره‌وری، آموزش و توانمندسازی نیروی انسانی و بهره‌برداران است چراکه با علم و دانش و استفاده از منابع خود کفا و شایم و یکی از گروه‌های هدف کارکنان بسیج نیروهای مسلح هستند که مطمئناً مي‌توانند به‌عنوان کشاورزان آینده، نقش خیلی مهمی را در تولید ایفا کنند. قاسمی ورود افراد با توجه به علاقه‌مندی به بخش کشاورزي را از نکات مثبت در فرآیند آموزشی

نیروهای مسلح دانست و افزود: اميد است اين افراد بعد از مهارت‌افزایی در يکي دو سال آینده وارد بخش تولید شوند و در تأمین امنیت غذایی کشور نقش مؤثری داشته باشند. وي با اشاره به اين که از تعهدات دولت در برنامه ششم، ایجاد سالانه یک‌میلیون و نیم ميليون شغل است، گفت: کشاورزي ظرفیت اشتغال‌زایی را دارد. اين مقام مسئول با بيان اين که منظور از اشتغال‌زایی، اشتغال‌زایی پایدار است، تصريح کرد: آموزش‌ها باید به سمتی بروند که افراد آموزش‌دیده، خبره کشاورزي شوند و پس از ورود به سیستم خارج نشوند چراکه مهارت‌آموزی اولین گام برای راه‌اندازی کسب‌وکار است. وي افزود: خیلی از اقتصاددانان تأکید دارند یک جامعه وقتی مي‌تواند موفق باشد که منابع انسانی توسعه پیدا کند نه منابع مالی، از این رو که منابع مالی محدود است؛ ولی سرمایه‌گذاری بر نیروی انسانی به‌خصوص نیروی جوان ما را در رسیدن به اهداف بلندمدت یاری می‌کند. قاسمی تأکید کرد: آموزش‌ها باید متناسب باعلاقه افراد، شرایط اقتضایی و نیاز جامعه باشند تا ما را در دستیابی به اهداف بلندمدت ازجمله کاهش بیکاری، اشتغال در بخش کشاورزي، تأمین امنیت غذایی و اشتغال پایدار کمک کند.

طب سنتی

مزاج چیست؟



جته: معمولاً گرم‌مزاج‌ها جته درشت‌تری دارند و رشد بدنی‌شان (انظرف قدی و عرض شانه‌ها) بیشتر است اما افراد سردمزاج، جته ریزتری دارند. البته در بین گرم‌مزاج‌ها، افراد با مزاج گرم و تر نسبت به افرادی که مزاجشان گرم و خشک است، جته درشت‌تری دارند. افراد با مزاج تر چاق‌تر هستند و افراد با مزاج خشک استخوان‌بندی ریزتر دارند و عموماً لاغرترند.

آزمون مزاج‌شناسی

۱. با حلقه کردن انگشت شست و انگشت وسط یک‌دست به دور میخ دست دیگرتان، وضعیت اما لخت و روشن دو انگشت چگونه است؟
- الف: دو سرانگشت روی هم قرار می‌گیرد.
- ب: دو سرانگشت مماس یکدیگر قرار می‌گیرند.
- ج: دو سرانگشت به هم نمی‌رسند.
- د: اگر بدنتان را حرکت دهید، ساختار عضلات بیشتر است یا چربی؟
- الف: لایه‌های چربی زیاد دیده شده و حالتی از لرزش و بی‌ثباتی در آن دیده می‌شود.
- ب: حجم عضلات بیشتر بوده و بدن لرزش ندارد و گوشت بدن شل نیست.
۳. وضعیت موهای بدن اعم از سر و بدن به چه شکلی است؟
- الف: پرپشت، کلفت و تیره و صاف
- ب: پرپشت، کلفت و تیره و مجعد
- ج: پرپشت، کلفت اما لخت و روشن
- د: کم‌پشت، نرم و نازک و شکننده و چرب
۴. پوستتان چه رنگی است؟ این آزمون برای افراد سفیدپوست است.
- الف: رنگ سیاه با گرایش به کبودی
- ب: رنگ سفید مایل به آبی
- ج: رنگ سفید متمایل به سبز
- د: رنگ سفید مهتابی که فشار انگشت رنگ سرخ آن کم‌رنگ می‌شود.
۵. مفاصل شما به چه شکلی است؟
- الف: برجستگی مفاصل‌ها به‌خوبی نمایان است.
- ب: برجستگی خاصی در مفاصل‌ها دیده نمی‌شود.
- ج: رنگ‌های بدن، به‌ویژه دست‌ها دیده می‌شود؟
- الف: بله
- ب: خیر
۷. کف دستتان انظرف هندسی چه شکلی است؟
- الف: مربع
- ب: مستطیلی و کشیده که انگشتان در درازای آن قرار دارند.
- ج: مستطیلی شکل که عمود بر انگشتان دست است.
- د: اگر کفش شما معمولی باشد؛ منظور اینکه طبی نبوده یا انظرف بلندی داشته در خانم‌ها و یا انظرف ساختاری برای کفش آقایان وضعیت خاصی ندارد، پاتان در کفش چه وضعیتی خواهد داشت؟
- الف: پاپم را می‌زند.
- ب: کاملاً راحت هستم.
۹. در جمع معمولاً آغازگر بوده و در رأس حرکت می‌کنید و تأثیر می‌گذارید یا بیشتر آرام هستید و تأثیر می‌گیرید؟
- الف: تأثیرگذار
- ب: تأثیرپذیر
۱۰. اطرافیان شما را کم‌حرف می‌دانند یا پرحرف یا گزیده‌گو؟
- الف: پرحرف
- ب: کم‌حرف
- ج: گزیده‌گو
۱۱. روی حرفی که می‌زنید، می‌ایستید و به درست و نادرست بودنش

کاری ندارید یا اینکه می‌ایستید و در صورت اشتباه بودن آن را تصحیح می‌کنید یا دائماً تغییر موضع می‌دهید؟

الف: می‌ایستم و تغییر نمی‌دهم حتی اگر نادرست باشد.

ب: می‌ایستم اما اگر با ارائه دلایل محکم متوجه شوم اشتباه است، از حرفم برمی‌گردم.

ج: دائماً تغییر رأی می‌دهم.

۱۲. از گفتن بسیاری از حرف‌ها شرم می‌کنید یا اینکه به‌راحتی هر حرفی را به زبان می‌آورید؟

الف: هر حرفی باشد، می‌گویم.

ب: حجب و حیا مانع از بیان بسیاری از حرف‌ها می‌شود.

۱۳. هرروز یا بیشتر روزها عصبانی می‌شوید؟

الف: بله

ب: خیر

۱۴. اگر عصبانی می‌شوید، عصبانیت شما زیاد طول می‌کشد یا بعد از مدتی فروکش می‌کند و پشیمان می‌شوید؟

الف: فروکش نکرده و طولانی است.

ب: فروکش کرده و پشیمان می‌شوم.

۱۵. به خوردن گرمی‌ها بیشتر گرایش دارید یا خوردن سردی‌ها؟ برای مثال خوردن چند عدد خیار را ترجیح می‌دهید یا چند عدد شیرینی؟

الف: به خورد گرمی‌ها مثل شیرینی

ب: به خوردن سردی‌ها مثل خیار

۱۶. اگر تذکرات دیگران نباشد، اشتباهی شما چطور است؟

الف: زیاد

ب: کم

ج: معمولی

گرم و خشک:

این افراد گرمایی بوده و معمولاً فعالیت بدنی‌شان زیاد است. به مدیریت علاقه‌مند بوده و اغلب آنها را در پست‌های کلیدی می‌بینید. مدیران خوب و کارآمدی هستند اما زود عصبانی می‌شوند و البته از عصبانیتشان زود پشیمان می‌شوند. معمولاً طعم دهانشان در ساعت‌های ابتدایی صبح، تلخ است. در خرداد باید تدابیری بیندیشند تا دچار مشکل مزاجی نشوند. باید از خوراکی‌های سرد استفاده کنند.

گرم و تو:

صورت این افراد معمولاً برافروخته بوده و فشارخونشان بالاست. خوش‌اخلاق هستند. اگر کاری به آنها سپرده شود به‌خوبی آن را انجام می‌دهند اما نیاز به یادآوری مکرر دارند در غیر این صورت آن را به اتمام نمی‌رسانند؛ بنابراین به دلیل همین کارهای نیمه‌تمامشان اصولاً درگیری فکری زیادی دارند. اشتباهی آنها خوب است و زیاد می‌خوانند.

سرد و خشک:

این افراد انرژی پایینی داشته و انعطاف‌پذیری کمی دارند. فعال نبوده و توان انجام کارشان پایین است و به همین دلیل بارشان را روی دوش دیگران می‌اندازند. به دلیل نامناسب بودن جریان خون در بدن دچار کم‌خونی یا تیرگی پوست می‌شوند. برای رفع این مشکل می‌توانند از ماساژ کمک بگیرند. این افراد مستعد ابتلا به افسردگی و وسواس بوده و انظرف ظاهری نیز سرد و تو: صورت این افراد معمولاً برافروخته بوده و فشارخونشان بالاست. خوش‌اخلاق هستند. اگر کاری به آنها سپرده شود به‌خوبی آن را انجام می‌دهند اما نیاز به یادآوری مکرر دارند در غیر این صورت آن را به اتمام نمی‌رسانند؛ بنابراین به دلیل همین کارهای نیمه‌تمامشان اصولاً درگیری فکری زیادی دارند. اشتباهی آنها خوب است و زیاد می‌خوانند.

مزاجتان گرم و خشک است. اگر انتخاب شما گزینه «ب» است، پایتان باریک و استخوانی است و مزاجتان سرد و خشک است. پاسخ ۹: اگر پاسخ «الف» است، گرم و خشک‌مزاج بوده و اگر پاسخ «ب» است، مزاجتان گرم و تر است. پاسخ ۱۰: اگر پاسخ «الف» است، مزاج شما گرم و خشک است. اگر پاسخ «ب» است، مزاجتان سرد و تر است و اگر گزینه «ج» مزاج شما گرم و تر است، اما خشک نیست. پاسخ ۱۱: پاسخ «الف» یعنی اینکه مزاج شما گرم و خشک است. پاسخ «ب» یعنی مزاج شما گرم و تر است و اگر گزینه «ج» را انتخاب می‌کنید مزاجتان سرد و تر است. پاسخ ۱۲: اگر پاسخ شما «الف» است مزاجتان گرم و خشک است و اگر پاسخ «ب» است، مزاجتان سرد و تر است. البته شرایط رشد و تربیت هر فرد نیز روی رفتار او تأثیر دارد. پاسخ ۱۳: گزینه «الف» نشانه گرم و خشک‌مزاج و گزینه «ب» نشانه سرد و ترمزاج است. پاسخ ۱۴: گزینه «الف» نشانه گرم و خشک‌مزاج و گزینه «ب» نشانه گرم و ترمزاج است. پاسخ ۱۵: اگر انتخابتان گزینه «الف» است، مزاجتان سرد و تر و اگر انتخاب شما گزینه «ب» است، مزاجتان گرم و خشک است. پاسخ ۱۶: اگر انتخابتان گزینه «الف» است، مزاجتان سرد و تر، اگر انتخابتان گزینه «ب» است، مزاجتان گرم و خشک و اگر گزینه «ج» را انتخاب کرده‌اید، مزاجتان معتدل است؛ یعنی بین مزاج گرم و تر است.

آزمون تشخیص مزاج شناسی
چطور نتیجه بگیریم؟

اگر تعداد پاسخ‌های مثبت شما نسبت به یک مزاج بالاتر از نصف به‌علاوه یک باشد، مزاج شما همان است؛ برای مثال است اگر از ۱۶ سؤال پرسیده شده، پاسخ ۱۰ سؤال شما مرتبط به مزاج گرم باشد، مزاج شما گرم است.

گرم و خشک: این افراد گرمایی بوده و معمولاً فعالیت بدنی‌شان زیاد است. به مدیریت علاقه‌مند بوده و اغلب آنها را در پست‌های کلیدی می‌بینید. مدیران خوب و کارآمدی هستند اما زود عصبانی می‌شوند و البته از عصبانیتشان زود پشیمان می‌شوند. معمولاً طعم دهانشان در ساعت‌های ابتدایی صبح، تلخ است. در خرداد باید تدابیری بیندیشند تا دچار مشکل مزاجی نشوند. باید از خوراکی‌های سرد استفاده کنند.

گرم و تو: صورت این افراد معمولاً برافروخته بوده و فشارخونشان بالاست. خوش‌اخلاق هستند. اگر کاری به آنها سپرده شود به‌خوبی آن را انجام می‌دهند اما نیاز به یادآوری مکرر دارند در غیر این صورت آن را به اتمام نمی‌رسانند؛ بنابراین به دلیل همین کارهای نیمه‌تمامشان اصولاً درگیری فکری زیادی دارند. اشتباهی آنها خوب است و زیاد می‌خوانند.

سرد و خشک: این افراد انرژی پایینی داشته و انعطاف‌پذیری کمی دارند. فعال نبوده و توان انجام کارشان پایین است و به همین دلیل بارشان را روی دوش دیگران می‌اندازند. به دلیل نامناسب بودن جریان خون در بدن دچار کم‌خونی یا تیرگی پوست می‌شوند. برای رفع این مشکل می‌توانند از ماساژ کمک بگیرند. این افراد مستعد ابتلا به افسردگی و وسواس بوده و انظرف ظاهری نیز سرد و تو: صورت این افراد معمولاً برافروخته بوده و فشارخونشان بالاست. خوش‌اخلاق هستند. اگر کاری به آنها سپرده شود به‌خوبی آن را انجام می‌دهند اما نیاز به یادآوری مکرر دارند در غیر این صورت آن را به اتمام نمی‌رسانند؛ بنابراین به دلیل همین کارهای نیمه‌تمامشان اصولاً درگیری فکری زیادی دارند. اشتباهی آنها خوب است و زیاد می‌خوانند.

میزان متابولیسم بدن از دلایل اضافه‌وزن آن‌هاست.