



تاریخ
۴
<p>اردیبهشت</p>
۱۳۹۸
<p>چهارشنبه</p>

سخن بزرگان

انسان هرگز حتی به مرگ هم تسلیم نمی‌شود مگر زمانی که اراده‌اش ضعیف باشد.

ادکارآلن پو



احتمالاً تا اینجا متوجه شده‌اید که تفکرات ما، برخلاف آنچه تصور می‌کنیم، منطقی و کامل نیستند. فهم این نکته می‌تواند ما را در تشخیص و تحلیل خطاهایمان یاری کند. به قول الیوت ارونسون تا وقتی‌که محدودیت‌های شناختی خود را تشخیص ندهیم نمی‌توانیم از بند آنها رهایی یابیم. شناخت فیلترهای مغزی (که تا اینجا سه‌سای آنها را بررسی کرده‌ام) می‌تواند به ما در تشخیص درست از غلط و داشتن تفکرات، احساسات و رفتارهایی منطقی‌تر و حساب‌شده‌تر کمک کند.

چهارمین فیلتری که در مغز وجود دارد و مثل فیلترهای قبلی جزو اصول عملکرد مغز محسوب می‌شود، فیلتر توجیه نام دارد. این فیلتر که یکی از پرکارترین فیلترهای مغزی است عملکردی بسیار تأثیرگذار و شکل‌دهنده دارد. بدین معنی که کارکرد این فیلتر، می‌تواند روی نحوه اندیشه و تفکر ما بسیار مؤثر عمل کند و رفتارهای ما را شکل دهد. یکی از کارهای مغز که بسیار هم بر روی انجام آن پاششاری و تعصب دارد این است که به خودش ثابت کند که هر عملی که انجام می‌دهد کاملاً درست، منطقی، قابل استدلال و به‌حق است. این بدان معنی است که مغز بخشی از اطلاعات واردشده را (که تشخیص می‌دهد نیاز به توجیه دارند) توجیه می‌کند.

برای این‌که وجود و نوع عملکرد این فیلتر را بهتر درک کنید پیشنهاد می‌کنم سری به یک زندان یزید و از نزدیک با زندانیان صحبت کنید. در

معلم باید به‌طور منظم کودک و رفتار دیگران با او را زیر نظر داشته باشد

فاطمه تاجمیری، دانشجوی پردیس باهنر فرهنگیان شیراز با ویرایش دکتر سید عبدالرحمن اعتماد

– **آماده کردن کودک برای قبول شکست:** پیش از آنکه کودک به علت شکست‌های مکرر در موقعیت‌های اجتماعی دچار سرخوردگی و یأس شود او را برای مواجهه با این شرایط یا دشواری‌های احتمالی آن آماده سازید و تمرین‌هایی را در این زمینه با او انجام دهید.

– **حمایت و درک کودک:** به‌گونه‌ای بر فعالیت‌های کودک نظارت داشته باشید که در عین وابسته نساختن او به خودتان، همواره احساس کند که از حمایت و پشتوانه شما برخوردار است و احساس بی‌کسی و تنهایی نکند. همچنین این احساس را در کودک ایجاد کنید که فکر کند همواره او را درک می‌کنید.

– **برقراری رابطه توأم با اعتماد به کودک:** کودکان از اینکه احساس کنند والدینشان به آن‌ها اعتماد دارند لذت می‌برند.

– **تشویق و امیدوار کردن کودک:** توانمندی‌های دانش آموزانتان را نادیده نگیرید و در ازای انجام هر کار خوب وی، او را تشویق کنید. همچنین با روش‌های مختلف عزت‌نفس را در دانش‌آموزانتان افزایش دهید و دیدگاهی مثبت در ذهن او از دنیا، خلق کنید. محیط اطراف را برای او ناامیدکننده و متخاصم توصیف نکنید.

– **تغییر سبک زندگی:** والدینی که کودک افسرده دارند باید سبک زندگی‌شان را به‌نجوی که موردعلاقه فرزندشان است تغییر دهند البته تا جایی که این امر امکان‌پذیر باشد. تغییر سبک فرزندپروری از والدینی پرخاشگر یا بی‌تفاوت به والدینی مقتدر مؤثر است.

آگهی مزایده اموال غیرمنقول

به موجب پرونده اجرایی کلاسه فوق سند مالکیت ششدانگ یکباب خانه به مساحت ۴۱۰/۹۹ مترمربع تحت پلاک ۱/۸۴ واقع در قطعه ۱۰ بخش ۷ فارس ذیل ثبت ۱ دفتر ۱ صفحه ۵۸۳ به نام آقای بهروز رحبیر صادر و تسلیم گردیده است و برابر سند رهنی شماره ۱۲۵۷۹۹ – ۱۳۹۲/۱/۸ – دفترخانه ۱۸ کازرون در قیال مبلغ ۱۱۰/۰۰۰/۰۰ ریال در رهن پست بانک شعبه کازرون قرار گرفته و طبق نظر کارشناس رسمی به مبلغ ۲۷۲/۲۹۷/۰۰۰ ریال ارزیابی شده و پلاک فوق دارای ۹۵ مترمربع ایعانی در یک طبقه و دارای انشعابات آب و برق و گاز و تلفن می باشد، پلاک فوق از ساعت ۹ الی ۱۲ روز شنبه مورخ ۱۳۹۸/۲/۲۱ در اداره ثبت اسناد و املاک کنارتخته از طریق مزایده به فروش میرسد. مزایده از مبلغ فوق شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی نقدا فروخته میشود. لازم به ذکر است پرداخت بدهی های مربوط به آب، برق، گاز اعم از حق انشعاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای آنها باشد و نیز بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری وغیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مزاد، وجوه پرداختی بابت هزینه های فوق از محل مزاد به برنده مزایده منترد خواهد شد و نیم عشر و حق مزایده نقدا وصول میگردد. ضمنا چنانچه روز مزایده تعطیل رسمی گردد، مزایده روز اداری بعد از تعطیلی در همان ساعت و مکان مقرر برگزار خواهد شد.
تاریخ انتشار: ۱۳۹۸/۲/۴ ۸/۸۰ م الف / ۶۶

ریس اداره ثبت اسناد و املاک خشت و کمارج – علیرضا کشوری

آب‌درمانی یا هیدروتراپی به معنای درمان امراض به‌وسیله آب است که توسط قبایل بدوی و نیز مللتمدن به کار می‌رفته است. در مورد این موضوع اغراق زیادی شده است و نوشیدن آب زیاد در پزشکی در بیماری‌های معدودی مانند سنگ کلیه، اسهال یا گرم‌زدگی توصیه شده است و فقط موجب جبران آب ازدمت‌رفته و تریق ادراک می‌شود. از زمانی که به یاد می‌آید، هم قبایل بدوی و هم ملل‌تمدن آب را برای درمان به کار می‌گرفتند. حتی حیوانات وحشی و اهلی دریافته‌اند، زمانی که بیمار می‌شوند، باید آب بیاشامند.

آب‌درمانی که به هیدروپاتی نیز معروف است بر این اصل پایدار است که در بدن انسان به دلیل استفاده دارو و موادی که ناخالصی دارند و در بدن انسان این ناخالصی‌ها رسوب کرده و می‌ماند با استفاده از آب‌درمانی می‌توان این ناخالصی‌ها و رسوبات سمی را از بدن خارج کرد.

تاریخچه «آب‌درمانی»

معالجه و مداوا با آب، از قرن‌ها پیش به‌عنوان یک شیوه پذیرفته شده علمی در پزشکی به کار گرفته شده و در میان مردم نیز به‌صورت تجربی و با استفاده از آب‌های معدنی رواج داشته است. درمان با آب در یونان و روم باستان و چین سابقه‌ای طولانی دارد. از قرن ۱۸ استفاده از آب در پزشکی رواج یافت و اصطلاح هیدروتراپی

متداول گشت و در قرن ۱۹ اولین مطب

آب‌درمانی در اروپا گشایش یافت.

در قرن بیستم خواص آب و مداوا توسط آب گرم و سرد اثبات شد. نتایج تحقیقات نشان می‌داد، آب وسیله‌ای بسیار مؤثر و

قطعی در بهبود برخی بیماری‌ها یا تخفیف و حتی ریشه‌کن کردن دردهای عضلانی و مفاصل، مداوای نارسی‌های جسمی، سرعت بخشیدن به کاهش طول دوران نقاهت ناشی از صدمات استخوانی، تقویت عضلات، به‌کارگیری عضلات غیرفعال، تسریع گردش خون در عروق و حتی تسکین بیماری‌های روحی و روانی و… است.

هیدروتراپی استفاده از آب برای درمان بیماری یا حفظ سلامتی است. تئوری پشت آن این است که آب دارای خواص بسیاری است که توانایی التیام دادن را دارد:

– آب می‌تواند حرارت و انرژی را ذخیره و حمل کند.

– آب می‌تواند سایر مواد مانند مواد معدنی و نمک را از بین ببرد.

– آب نمی‌تواند به شما آسیب برساند، حتی اگر شما به محیط اطراف خود حساس هستید.

– آب در اشکال مختلف مانند یخ، مایع یا بخار یافت می‌شود. یخ ممکن است برای خنک شدن مورداستفاده قرار گیرد، مایع در حمام و فشرده‌سازی در فشار یا دمای متفاوت استفاده می‌شود و بخار در حمام

بخار و یا هنگام تنفس استفاده می‌شود

– آب می‌تواند به جریان خون کمک کند.

– آب اثر محافظتی و آرامش‌بخش بر روی افراد دارد، چه در حمام، دوش، اسپری و یا در فشرده‌سازی.

– ورزش در آب باعث می‌شود که وزن یک مفصل دردناک را کاهش دهد و همچنین مقاومت ایجاد کند.

فواید هیدروتراپی و ورزش در آب:

برنامه حرکات آب‌درمانی متشکل از انواع مختلفی از درمان‌ها و تمریناتی است که در یک استخر انجام می‌شوند. این روش بخصوص در مواردی سودمند است که به‌واسطه شدت درد کمر، کاهش تراسم استخوانی، ناتوانی یا دیگر عوامل انجام یک برنامه تمرینات بر روی زمین امکان‌پذیر نباشد.

همچنین هیدروتراپی و ورزش در آب در موارد زیر مفید است:

افراد دچار ضایعه نخاع (در آب ستون فقرات به حالت کشیده درمی‌آید و حرکت دست‌ها در آب به تقویت عضلات ناحیه پشت کمک کرده و از ایجاد انحراف در ستون فقرات جلوگیری می‌نماید. همچنین باعث ایجاد روحیه اعتمادبه‌نفس و ایجاد روحیه قدرتمندی برای انجام کارهای روزه مره می‌شود).

آرتروز

پوکی استخوان

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۰۷۳۷۷-۳۵۰۰۳۱۱۰۳۵۰۳۱۱۶-۱۳۹۱۶ مورخه ۱۳۹۷/۱۲/۰۷ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز – ناحیه ۳ مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمدعلی زنگنه فرزند محمدرضا به شماره شناسنامه ۳۲ کدملی ۲۲۹۵۵۵۹۴۹ صادره از شیراز نسبت به سه دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین محصور بانباتی احدائی در آن به مساحت ۶۱۸/۲۱۷/۶۱۸ مترمربع به پلاک ۱۳/۱۲۰۴ فرروز و مجزی شده از پلاک ۱۳ باقیمانده واقع در شیراز شهرک انجیره خیابان مهرآباد خریداری از مالک رسمی آقای مسعود عابدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
۴۰۴/م الف /۱۸۷۵۱/۳۰۰۲۱

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۸/۰۱/۲۰ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۸/۰۲/۰۴

شاپور زارع شیانی

ریس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز

صفحه
۵
<p>شماره</p>
۲۴۹۶
<p>سال</p>
بیست‌ونجم

گوناگون



قسمت اول

عباس خادم الحسینی

علت وجود چنین جوایی وجود فیلتر توجیه در مغز است. این فیلتر تمام افکار، گفتار و رفتار ما را برای‌مان درست و منطقی جلوه می‌دهد. برای همین است که اغلب مردم عقیده دارند هر آنچه را که آنها می‌پندارند، عین واقعیت و هر آنچه را که آنها انجام می‌دهند کاملاً درست و بجاست و اگر کسی برعکس آنها بیندیشد یا عملکردی مغایر با عملکرد آنها داشته باشد درنتها فرد خطاکاری محسوب می‌شود، بلکه حتی ممکن است به وی برچسب نادانی و کج‌فکری هم بزنند.

بیایند از زاویه دیگری به فیلتر توجیه و تأثیری که نه‌تنها در عملکرد افراد بلکه در شکل‌گیری تاریخ دارد بنگریم. شاید برایتان جالب باشد اگر بگویم برخی از بدنام‌ترین و پلیدترین شخصیت‌های تاریخی که جنایت‌های ضدانسانی و بزرگی را در پرونده خود دارند، انسان‌هایی اخلاق‌گرا و عاطفی بوده‌اند! به‌عنوان‌مثال آدولف هیتلر که در چند پاراگراف قبل از او نام بردیم را در نظر بگیرید. او برخلاف تصور بسیاری از ما، اهل شهوت‌رانی نبود، به زن‌ها احترام می‌گذاشت، مشروبات الکلی مصرف نمی‌کرد و سیگار هم نمی‌کشید. این مرد که ما او را با شرارت‌ها و جنایت‌هایش می‌شناسیم از آزار دیدن حیوانات، ناراحت و رنجیده‌خاطر می‌شد و به همین دلیل برای اولین بار در تاریخ اروپا قوانین حمایت از حیوانات را وضع کرد. او عاشق هنرهای چون موسیقی و نقاشی بود و همواره از محیطزیست و بنیان‌خانواده حمایت می‌کرد!

آیا هیتلر همان مردی نبود که به‌راحتی و بی‌هیچ عذاب وجدانی میلیون‌ها نفر را در کوره‌های آدم‌سوزی سوزاند، در اتاق‌های گاز خفه کرد و یا زنده‌زنده دفن کرد؟ وقتی‌که این کشتارهای بی‌رحمانه و وسیع را در کنار آن ویژگی‌های نرم و اخلاقی قرار می‌دهیم به نظر می‌رسد که یک جای کار اشکال دارد و احتمالاً یکی از این دو جنبه شخصیتی واقعی نیست.

باید اعتراف کرد که هیچ جای کار اشکال ندارد و هر دو جنبه از ویژگی‌های شخصیتی هیتلر، واقعی و بدون اغراق است. البته این‌گونه تضادها فقط شامل هیتلر نمی‌شود و بسیاری از ما نیز همین تضادها را به گونه دیگری در خود داریم. حال سؤال اینجاست که چطور انسان‌هایی که به ارزش‌های اخلاقی و انسانی باور دارند و در سایر بخش‌های زندگی آرام، اخلاق‌گرا و حتی مهربان هستند می‌توانند چنین رفتارهای غیراخلاقی و ضدانسانی را مرتکب شوند؟ پاسخ این سؤال در عملکرد فیلتر توجیه خلاصه می‌شود.

آلبرت بندورا که از روان‌شناسان بزرگ معاصر محسوب می‌شود معتقد است که افراد معمولاً دست به اعمال ناپسند نمی‌زنند مگر آن‌که جنبه‌های غیراخلاقی آن اعمال را برای خودشان توجیه کرده باشند. او این حالت را غیرفعال کردن کنترل درونی نامید.

ادامه دارد…

درمان بیماری‌ها با آب‌درمانی یا هیدروتراپی

کشدگی یا پارگی عضله	دیستروفی عضلانی
کمردرد	فلج مغزی (CP)
افراد دیابتی و دچار فشارخون بالا	سندروم گلبن باره (GBS)
افزایش گردش خون در ناحیه کلیه‌ها و مثانه و جلوگیری از رسوب مواد معدنی به شکل سنگ در کلیه‌ها و مجاری ادرار و تخلیه بهتر مثانه	فیبریوزیالژی
افزایش حرکت روده‌ها و جلوگیری از یبوست	بیماری انسفالوپاتی می‌الزیک (ME)
بالا بردن حجم تنفسی ریه و جلوگیری از تجمع ترشحات و خلط در ریه و ایجاد عفونت در آن	بیماری نورون حرکتی (MND)
افزایش سوخت‌وساز بافت‌ها	سندروم خستگی مزمن
اتساع عروق در اثر بالا بودن حرارت آب و افزایش سوخت‌وساز سلول‌ها	آرتربیت
افزایش جریان خون در اثر افزایش درجه حرارت بدن و سوخت‌وساز سلول‌ها	آرتروز زانو و آرتروز گردن
افزایش میزان فعالیت قلب	آرتربیت روماتوئید (RA) یا روماتیسم مفصلی
درد پایین کمر و گردن درد	انگیلوزنا اسپوندیلیت (AS)
درد شانه	درد پاپین کمر و گردن درد
کمردرد	درد عصب سیاتیک
آسیب‌های اسکلتی عضلانی	دردهای شلاقی
آسیب‌های ورزشی	پا درد
آسیب‌ها یا شکستگی‌های عضلانی و مفصلی و دیرجوش خوردن شکستگی‌ها	درد زانو
تعیین وضعیت مفصل لگن و زانو	درد شانه
ترمیم رباط صلیبی قدامی (ACL)	کمردرد
شکستگی‌هایی که با عمل جراحی درمان شده‌اند.	آسیب‌های اسکلتی عضلانی
پا درد در دوران بارداری	آسیب‌های ورزشی
کمردرد در دوران بارداری.	آسیب‌ها یا شکستگی‌های عضلانی و مفصلی و دیرجوش خوردن شکستگی‌ها

چه بیماری‌های می‌توانند از هیدروتراپی استفاده کنند:
هیدروتراپی یک از روش‌های درمان است که ازنظر انجام دارای تنوع بسیاری است از بیماریانی که می‌خواهند توانایی و عملکرد خود را بالا ببرند در کل بیماری‌هایی که با آب‌درمانی درمان می‌شوند عبارت‌اند از:
سکته مغزی
آسیب‌های وارد به سر
آسیب‌های وارد به ستون فقرات و نخاع
بیماری پارکینسون
بیماری‌ام اس

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۰۷۳۷۷-۳۵۰۰۳۱۱۰۳۵۰۳۱۱۶-۱۳۹۱۶ مورخه ۱۳۹۷/۱۲/۰۷ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز – ناحیه ۳ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمدکریم زنگنه فرزند محمدرضا به شماره شناسنامه–کدملی ۲۲۸۱۴۴۴۹۹۹ صادره از شیراز نسبت به سه دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین محصور بانباتی احدائی در آن به مساحت ۶۱۸/۲۱۷/۶۱۸ مترمربع به پلاک ۱۳/۱۲۰۴ فرروز و مجزی شده از پلاک ۱۳ باقیمانده واقع در شیراز شهرک انجیره خیابان مهرآباد خریداری از مالک رسمی آقای مسعود عابدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
۴۰۵/م الف /۱۸۷۵۰/۳۰۰۲۲

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۸/۰۱/۲۰ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۸/۰۲/۰۴

شاپور زارع شیانی

ریس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه سه شیراز