



تاریخ
۳
تیر
۱۳۹۸
دوشنبه

سرپرست تأمین اجتماعی فارس خبر داد:

بخشودگی جرائم بیمه کارفرمایان خوش حساب

قانون حداکثر استفاده از توان تولیدی و خدماتی در تأمین نیازهای کشور و تقویت آنها در امر صادرات در سال ۹۸ مشابه سال گذشته اجرا می‌شود.

سرپرست اداره کل تأمین اجتماعی فارس هدف از اجرای طرح بخشودگی جرائم را حمایت از کارگران و کمک به کارفرمایانی خوش‌حسابی است که در ایجاد بحران و عدم پرداخت حق بیمه مقصر نبوده و نوسانات ارزی و پدیده‌های طبیعی (زلزله و…) منجر به بدهی آنها به سازمان تأمین اجتماعی شده است.

وی مهلت برخورداری از تسهیلات این طرح را تا تاریخ ۱۳ شهریورماه اعلام و اضافه کرد: کارفرمایانی

سرپرست اداره کل تأمین اجتماعی استان فارس گفت: بخشودگی جرائم حق بیمه کارفرمایان خوش‌حساب در جهت بهبود فضای کسب‌و کار و حمایت از کارگران و کارفرمایان برای رونق تولید اجرا می‌شود.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی تأمین اجتماعی استان فارس، محمد مصلائی گفت: در اجرای سیاست‌های اقتصاد مقاومتی و نیز مساعدت با کارفرمایان خوش‌حساب مدیون که به عللی نتوانسته‌اند حق بیمه کارگران خود را در موعد مقرر پرداخت کنند، طرح بخشودگی جرائم کارفرمایان منطبق بر آیین‌نامه اجرایی ماده ۱۳

مدیرکل استاندارد فارس عنوان کرد:

رقابت شرکتهای فارس در عرصه انتخاب واحد نمونه استاندارد

مدیرکل استاندارد فارس گفت: واحدهای تولیدی استان که همه محصولات آنها مشمول استاندارد اجباری و دارای نشان استاندارد باشد، می‌توانند در رقابت برای کسب عنوان واحد نمونه استاندارد شرکت کنند. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از

استاندار فارس تأکید کرد:

اجرای طرح آبخیزداری و کنترل سیلاب دروازه قرآن در دستور کار قرار گیرد

استاندار فارس گفت: مطالعه آبخیزداری و پروژه کنترل سیلاب در محدوده دروازه قرآن و محله سعدی توسط دانشگاه شیراز، منابع طبیعی، سازمان آب منطقه‌ای فارس و منابع طبیعی انجام شده در قالب کمیته‌ای متشکل از چهار دستگاه مربوطه در دستور کار قرار گیرد. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از پایگاه اطلاع‌رسانی استانداری فارس،

رئیس دانشگاه فنی و حرفه‌ای استان فارس:

حدود ۲۰۰ حق‌التدریس جدید جذب دانشگاه فنی و حرفه‌ای فارس می‌شود

رئیس دانشگاه فنی و حرفه‌ای استان فارس بایان اینکه از مهرماه امسال بازنشتگان نمی‌توانند به‌عنوان حق‌التدریس مشغول به آموزش شوند، گفت: پیش‌بینی می‌شود حدود ۲۰۰ حق‌التدریس فارغ‌التحصیل جوان جذب شوند. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی دانشگاه فنی و حرفه‌ای استان فارس، محمد جامعی در جلسه کمیته استانی بررسی صلاحیت متقاضیان تدریس در دانشگاه فنی و حرفه‌ای استان فارس، اظهار داشت: در حال حاضر نسبت اعضای هیئت‌علمی این دانشگاه نسبت به حق‌التدریس‌ها به‌مراتب کمتر است و به همین منظور باید از نیروهای حق‌التدریس استفاده کنیم. جامعی با اشاره به تدوین دستورالعمل بررسی صلاحیت متقاضیان حق‌التدریس خطاب به اعضای کمیته استانی بررسی صلاحیت متقاضیان تدریس در دانشگاه فنی و حرفه‌ای استان فارس بیان کرد: باید حساسیت ویژه‌ای در جذب و به‌کارگیری اساتید حق‌التدریس انجام شود، به‌طورقطع مصاحبه شما مهم است و باید در دانشگاه بهترین‌ها را با دارا بودن تجربیات مهارتی و آموزشی مناسب گزینش کرد.

خود به شعب تأمین اجتماعی اقدام و از تسهیلات مقرر در بخشودگی جرائم بهره‌مند شوند.

سرپرست اداره کل تأمین اجتماعی استان فارس گفت: کارگاه‌های ورشکسته و تعطیل و بیمه‌انکاران مشمول این طرح نیستند.

مصلائی با اشاره به تسهیلات این طرح گفت: چنانچه کارفرمایان توان پرداخت یکجای بدهی خود را نداشته باشند، می‌توانند درخواست تقسیط بدهی خود را به شعبه مربوطه ارائه کنند که در این صورت با تقسیط ۱۲، ۱۸، ۲۴، ۳۰، ۳۶ به ترتیب از ۱۰۰، ۸۵، ۷۵، ۶۰ و ۵۰ درصد بخشودگی جرائم برخوردار خواهند شد.

حقوقی را در کارنامه داشته باشند.

وی افزود: برگزاری دوره‌های آموزش مدیران و کارکنان و دوره‌های آموزشی مسئولان کنترل کیفیت واحدهای تولیدی از امتیازهای اصلی انتخاب واحدهای نمونه استاندارد تلقی می‌شود.

مدیرکل استاندارد فارس بایان اینکه مهلت تعیین شده برای شرکت واحدهای تولیدی در فرآیند انتخاب واحدهای نمونه استاندارد تا ۱۵ تیرماه ۹۸ است و تمدید نمی‌شود، یادآور شد: هم‌اینک افزون بر ۱۳۰۰ واحد صنعتی در استان فارس برای حدود ۳۶۰۰ فرآورده تولیدی از اداره کل استاندارد فارس، پروانه دریافت کرده‌اند.

به بررسی و رفع مشکل اقدام شود. وی عنوان کرد: هرگونه تغییر در عوامل و ضوابط ارزیابی در سایت مذکور اطلاع‌رسانی و تأکید می‌شود که امکان اقدام درخصوص درخواست‌هایی که خارج از مهلت تعیین شده و یا به‌صورت ناقص ارائه شود، وجود نخواهد داشت. ضمناً اداره نظارت بر اجرای استاندارد این اداره کل به آدرس خیابان قصدش، بالاتر از چهارراه مطهری، آماده پاسخگویی و راهنمایی در این زمینه است. رهنما اظهار کرد: کالاهای تولیدی این شرکت‌ها نباید در جریان آزمون‌های سال هیچ‌گونه مغایرتی با موازین استاندارد داشته و این شرکت‌ها نیز نباید هیچ‌گونه شکایت منجر به اقدام

عنایت‌الله رحیمی در جلسه ستاد بازآفرینی بافت‌های فرسوده بعد از ارائه گزارش توسط دستگاه‌های مربوطه درخصوص بازآفرینی محله سعدی بعد از سیل ۶ فرودین سال جاری با تأکید بر اقدامات عملیاتی درزمینه این بازسازی گفت: باید برنامه کوتاهی که منجر به اقدام شود در این مناطق در دستور قرار بگیرد. استاندار فارس بایان اینکه اولین مرحله از طرح بازآفرینی در محله سعدی انجام مطالعه بود که در این جلسه اعلام شد به‌زودی انجام می‌شود، عنوان کرد: درحالی‌که هشتم فروردین به اداره کل راه و شهرسازی، شهرداری و سازمان آب منطقه‌ای ابلاغ کردیم که مطالعات حوزه آبریز و تحت تأثیر سیل هم به شکل تلفیقی و هم فردی انجام شود.

سلامت

خواص قهوه سبز و تأثیر آن برای لاغری

کافئین و اسید کلروژنیک از خواص مهم قهوه سبز هستند. بر اساس مطالعات متعددی که صورت گرفته، اسید کلروژنیک به‌عنوان پیشگیری‌کننده از ابتلا به بیماری‌هایی چون بیماری‌های کبدی، سنگ کیسه صفرا، سیروز کبدی، سرطان کبد، دیابت، مقاومت به انسولین، فشارخون و بیوست و… معرفی شده است.

قهوه سبز و لاغری
محققان وجود موادی مانند اسید کلروژنیک که از اثرات لاغر کننده قهوه سبز است را تأیید کرده‌اند؛ اما اثر اسید کلروژنیک بر کاهش وزن نیاز به تحقیقات بیشتری دارد و نمی‌توان با اطمینان از اثر آن بر لاغری سخن گفت. همچنین وجود کافئین قهوه باعث کند شدن تجمع چربی و افزایش سرعت متابولیسم بدن می‌شود. اعتقاد بر این است که کلروژن اسید، عامل اصلی فعال در دانه‌های این ماده است. به این معنی که ماده‌ای است که تأثیراتی در کاهش وزن دارد. اکثر کلروژنیک اسیدها زمانی که قهوه‌ها گرم‌ا دیده می‌شوند، از بین می‌رود، به همین دلیل است که مصرف دانه‌های قهوه پوداده اثر مشابهی نخواهند داشت.
آیا مصرف قهوه سبز در چربی سوزی مؤثر است؟

صفحه
۴
شماره
۲۵۴۴
سال
بیست‌ونهم

خبر



مدیرکل راه و شهرسازی استان فارس:

فاصله شیراز به کرمان ۳۵ کیلومتر کاهش می‌یابد



مدیرکل راه و شهرسازی استان فارس گفت: مسافت شیراز به کرمان از طریق محور جدیدالاحداث شیراز– استهبان– نی‌ریز ۳۵ کیلومتر کاهش می‌یابد.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از اداره ارتباطات و اطلاع‌رسانی اداره کل راه و شهرسازی فارس فیروز تکاور مدیر راه و شهرسازی فارس گفت: یک مسیر جدید از کرمان به شیراز از طریق نی‌ریز– خرامه– شیراز به طول ۱۰۸ کیلومتر با مشخصات راه و در دست احداث است.

این محور به اتمام رسیده که ۳۶ کیلومتر آن آسفالت شده و ۴ کیلومتر دیگر آماده آسفالت است که پیش‌بینی می‌شود در صورت تأمین قیر تا یک ماه آینده آسفالت آن به اتمام برسد.

تکاور اظهار داشت: ۶۸ کیلومتر باقی‌مانده

نیز ۳۰ کیلومتر آن مطالعات کامل شده و حاشیه دریاچه بختگان عبور می‌کند و کاملاً یک منطقه توریستی و تولیدی است، باعث رونق اشتغال و گردشگری می‌شود.

تکاور اظهار داشت: با توجه به اینکه شهر خرامه نیز در مسیر این محور است و مسیر ۱۰۸ کیلومتر به بزرگراه استهبان– نی‌ریز و رونق شهرستان خرامه نیز می‌گردد.

استاندار فارس با تأکید بر اینکه انتظار است تا از توان تشکیلاتی نیروهای دستگاه‌ها برای مطالعه هر چه سریع‌تر استفاده شود، عنوان کرد: این مطالعات را می‌توان با استفاده از نیروهای داخلی سازمان که از نظر علمی توانمند هم هستند انجام داد.

وی بایان اینکه اگر این مهم انجام شده بود پس‌ازآن باید به سراغ تملک و جابه‌جایی می‌رفتیم، خاطرنشان کرد: انتظار رفت پس از گذشت ۳ ماه از حادثه سیل شیراز که منجر به آسیب‌دیدگی بافت‌های مسکونی محله سعدی شد، اکنون در مرحله تملک و جابه‌جایی پلاک‌های مورد مسیر باشیم. استاندار فارس با انتقاد از روند فعلی ستاد باز آفرینی استان در اجرای طرح‌های

نوشیدن یک فنجان قهوه حتی ممکن است نتوانند یک شبانه‌روز به خواب بروند. اختلال در خواب هم یکی دیگر از مضرات مصرف زیاد قهوه است.

مقدار زیاد قهوه به‌شدت اضطراب‌آور است؛ مشکلات بی‌قراری و… از مشکلات خلقی افرادی است که به‌طور افراطی قهوه می‌خورند به این امید که لاغر شوند. همچنین لازم است بدانید که اگرچه قهوه می‌تواند نقش مثبتی در کاهش کلسترول خون داشته باشد؛ اما در قهوه ترکیبی وجود دارد که مصرف بیش‌ازاندازه آن کلسترول خون را افزایش می‌دهد.

بنابراین مهم است که برای مصرف قهوه سبز با پزشک خود صحبت کنید، به‌خصوص اگر مشکلات دیگری مثل فشارخون بالا و یا دیابت دارید و یا دارو مصرف می‌کنید.

عوارض قهوه سبز

عوارض قهوه سبز همانند قهوه معمولی است زیرا هر دو حاوی کافئین هستند و عوارض جانبی رایج کافئین عبارت‌اند از: ناراحتی معده، افزایش ضربان قلب، تکرر ادرار، مشکل خواب، خارشک، استرس و اضطراب.

لاغری و کاهش وزن نیازمند تغییر شیوه زندگی و سالم زندگی کردن در طولانی‌مدت است. مکمل‌هایی مانند قهوه سبز ممکن است در این را به شما کمک کنند اما هرگز راه‌حل اصلی و دائمی نیستند. به گفته کارشناسان هیچ راهی مطمئن‌تر و ماندگارتر از داشتن رژیم غذایی و ورزش مناسب در طولانی‌مدت نیست؛ بنابراین سعی کنید شیوه زندگی خود را تغییر دهید و یک زندگی سالم را انتخاب کنید و در این مسیر، اگر نیاز بود از مکمل‌هایی مانند قهوه سبز و… هم استفاده کنید.

خود استفاده نمایید.

نکاتی که باید هنگام مصرف اسپند به آن توجه نمایید:
اسفند برای گرم‌مزاجان مضر است سبب درد دل به هم خوردگی و استفراغ می‌شود که برای رفع آن می‌توان میوه‌های ترش و سکنجبین میل کرد.

مقدار مصرف اسفند ۵-۱۰ گرم بوده و زیاده بر این سمی است.

از جویدن دانه‌های اسفند اکیداً خودداری کنید چراکه حاوی مواد سمی است.

منظور از خوردن دانه‌های اسفند که برای درمان بیماری گفته شد همان دانه‌های سیاه‌رنگی است که دود می‌کنند.

مضرات اسفند

مصرف ناصحیح اسفند باعث عوارضی همچون تشنج، تهوع، سسکه، ترشح بیش‌ازحد بزاق و سیستم اعصاب مرکزی می‌شود. سمی بودن این گیاه به‌انداز‌های است که حتی حیوانات هم با مصرف آن دچار مسمومیت می‌شوند و مواردی از مرگ و میر حیوانات نیز گزارش شده است. در قدیم برای کم کردن میزان سمی بودن این گیاه آن را در آب چند بار خیس می‌کردند.

حکمت در دل می‌گردد.

حداقل خوراک آن ۳ دانه و حداکثر یک قاشق غذاخوری است. اسفند مغز را گرم می‌کند و باعث شادابی مغز و زداینده میکرب‌هاست (مخصوصاً صبح) و خوراک اسفند سودا زدا و بلغم زدا است (به شرطی که جویده نشود). اسفندی یا اسپند را همه باید یک دوره ۴۰ روزه، روزی یک قاشق مرباخوری اجرا کنند چون اسفند سودا زدا و بلغم زدا است، ازاین‌جهت شجاعت آفرین است و تقریباً همه بلغم اضافه دارند، اگر با خوردن آن مشکل دارید لااقل روزی یک‌مرتبه اسفند را دود کنید تا هم فضا و هم مغز استریل شود و در خانه‌هایی که مریض هست صبح و شب حتماً دود کنند.

نحوه شستن اسفند به چه صورت است؟

روش شستن اسفند بسیار ساده است. کافی است اسفند را در یک سبد یا پارچه توری ریخته و در حدود ۶ الی ۷ بار آن را با آب سرد آب‌کنی نموده و سپس با قرار دادن آن در مقابل نور غیرمستقیم خورشید خشک نمایید. با این عمل زردی و مضرات اسفند خارج شده و شما می‌توانید به‌راحتی از اسفند برای لاغری دور شکم

خواص اسپند و تأثیر آن در لاغری

خواص اسفند در لاغری

لاغری با اسفند روشی نوین و کاملاً اثبات شده برای افرادی است که قصد کاهش وزن و تناسب اندامشان را دارند. اگرچه بسیاری از ما تاکنون فکر می‌کردیم که اسپند تنها برای دفع چش‌زخم و نظر کارایی دارد؛ اما با مطالعه مقاله سلامت به این نتیجه خواهید رسید که می‌توانید از این گیاه شگفت‌انگیز برای درمان سایر مشکلات و کاهش وزن و رسیدن به لاغری نیز استفاده نمایید.

با توجه به طبیعت گرم اسفند این ماده می‌تواند درزمینه لاغری بسیار سودمند بوده و اثرات اعجاب‌برانگیزی به همراه داشته باشد.

یکی از راه‌های کم کردن دور شکم استفاده از گیاه اسفند است. اسفندی یا اسپند ۷۰ مرض را درمان می‌کند، گرم و خشک است و لذا وزن را کم (کاهش وزن و لاغری) می‌کند و خوردن ۴۰ روز آن باعث روشن شدن

شاید با شنیدن این مسئله که اسپند برای لاغری استفاده می‌شود تعجب کنید اما تحقیقات ثابت کرده است که استفاده اسپند باعث چربی سوزی و لاغری می‌شود. اگر قصد وزن کم کردن دارید این مقاله را مطالعه کنید، چون اسپند علاوه بر خواص لاغری، خواص دیگری نیز دارد.

خواص اسپند یا اسفند

خداوند متعال در گیاهان خواص شگفت‌انگیزی قرار داده که با مطالعه آن بی به قدرت او می‌بریم. یکی از همین گیاهان شگفت‌انگیز دانه اسفند یا اسپند است که خواص درمانی زیادی ازجمله درمان بیوست، تقویت قوای جنسی، درمان درد سیاتیک، درمان کجلی یا شپش سر، درمان استرس و اضطراب، نرم‌کننده سینه، افزایش شیر مادران، جلوگیری از بروز حساسیت‌های پوستی، درمان بی‌اختیاری ادرار، رفع سنگینی گوش و کری گوش و… دارد.

