

انجا که عشق سلطنت می کند
ممکن است غیرممکن ها حاصل شود

هندی



اداره کل مشاوره و مددکاری اجتماعی
سامانه صدای مشاور ۰۹۶۵۸۰

فرماندهی انتظامی استان فارس
معاونت فرهنگی و اجتماعی

چگونه به کسی که اضطراب دارد کمک کنیم؟

به او گوش دهید

سرزنش نکنید

همدلی کنید

احساسی او را بی اهمیت جلوه ندهید

کمکش کنید تا یک بررسی عینی انجام دهد

خودتان با آرامش حرف بزنید

مرکز مشاوره معاونت فرهنگی و اجتماعی فرماندهی انتظامی استان فارس
آدرس استان فارس شیراز پل حروروی کلانتری ۱۱ زند ۰۷۱۳۲۲۲۷۰۰۶

اداره کل مشاوره و مددکاری اجتماعی
سامانه صدای مشاور ۰۹۶۵۸۰

فرماندهی انتظامی استان فارس
معاونت فرهنگی و اجتماعی

چگونه خشم خود را در برابر کودکان کنترل کنیم؟

خودگویی مثبت داشته باشیم.

مسئولیت های خود و کودکان را به خوبی بشناسیم.

بپذیریم کودک احساسات، هیجانات، علایق و اعمال منحصر به خودش را دارد.

به روانشناس مراجعه کنید.

با کودک در مورد رفتارهای ناپسندش صحبت کنیم.

نفس عمیق را فراموش نکنید.

به رابطه مثبت و آینده آلی که قرار است در آینده با فرزند خود داشته باشید فکر کنید.

به خودمان تعهد دهیم که دیگر خشمگین نمی شویم.

در هنگام بروز خشم و عصبانیت موقعیت مکانی خود را تغییر دهید.

آیا صمغ یک درخت را می توان جایگزین پلاستیک کرد؟

دارورسانی دارد و ما روی صمغ تارا و سایر پلی ساکاریدهای طبیعی کار کرده ایم تا کاربردهای آنها را گسترش دهیم. این مطالعه اولین مورد در نوع خود است که یک بررسی جامع از پیشرفت های اخیر در صمغ تارا و مواد اصلاح شده آن ارائه می کند. این نقش بالقوه آنها را در شکل دادن به آینده تحویل غذا و دارو نشان می دهد.

در صنایع غذایی، صمغ تارا یک مهره همه کاره است و در بسته بندی پلیمرهای زیستی، نظارت بر فساد غذاهای دریایی و شیر و حتی محافظت از غذاهای چرب در برابر اکسیداسیون نقش ایفا می کند. اما ستاره واقعی این نمایش پتانسیل آن در صنعت داروسازی است. صمغ تارا و مشتقات اصلاح شده آن می توانند سیستم های دارورسانی را متحول کنند، آزادسازی کنترل شده ویتامین D-3، تولید هیدروژل ضد باکتریایی، تحویل آهن در نوزادان و بزرگسالان، آزادسازی کنترل شده داروها و حتی بازگرداندن سد فیزیولوژیکی روده از مواردی است که این صمغ ارائه می دهد.

پروفوسور لی در مورد احتمالات آینده گمانه زنی می کند و می گوید: خواص فیزیوشیمیایی صمغ تارا و محصولات آن را می توان با استفاده از انواع مختلف مونومرها، اتصال دهنده های عرضی یا سایر پلی ساکاریدها افزایش داد. این گروه معتقد است که خواص صمغ تارا را می توان با ترکیب کیتوزان یا سایر پلیمرهای طبیعی، همراه با مواد معدنی مانند نانوذرات مس و روی بهبود بخشید و ابعاد جدیدی از کاربردهای آن ایجاد کرد.

محققان دانشگاه چانگ-آنگ (Chung-Ang) در حال بررسی «صمغ تارا» به عنوان یک پلیمر سبز هستند که جایگزینی پایدار برای صنایع غذایی و دارویی است.

به گزارش اینها، در جهانی غرق شده در پلاستیک های مصنوعی، محققان دانشگاه چانگ-آنگ با آنچه تحت عنوان «صمغ تارا» برگرفته از دانه های درخت تارا (Caesalpinia spinosa) توصیف می کنند، زمینه جدیدی برای مقابله با پلاستیک ایجاد کرده اند.

به نقل از آی ای، صمغ تارا به عنوان ماده ای طبیعی و محلول در آب که می تواند روش بسته بندی و تحویل دارو را متحول کند، در کانون توجه قرار گرفته است.

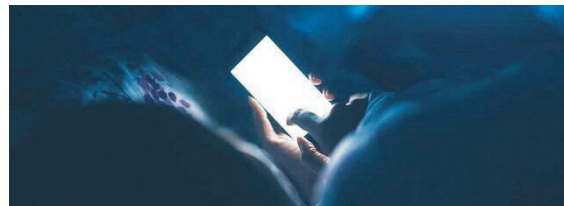
در مطالعه ای که به تازگی توسط پروفوسور سانگ کی لی (Sangkil Lee) و گروهش در دانشگاه چانگ-آنگ در جمهوری کره منتشر شده است، این تیم به بررسی پتانسیل صمغ تارا و اشکال اصلاح شده آن به عنوان پلیمرهای پایدار و زیست تخریب پذیر می پردازد.

تحقیقات نشان می دهد که صمغ تارا یک نیروگاه از پلی ساکاریدها، از جمله «گالاکتومانان» همه کاره است. این کربوهیدرات پیچیده می تواند متحول کننده باشد و در پوشش ها و فیلم های خوراکی به عنوان تثبیت کننده و ضخیم کننده کاربرد پیدا کند.

زیست سازگاری، تجزیه پذیری زیستی و مشخصات ایمنی صمغ تارا آن را متمایز می کنند و این ویژگی ها آن را به یک مهره مهم در انقلاب محیط زیست تبدیل می کنند.

پروفوسور لی در یک بیانیه مطبوعاتی کار این تیم را توضیح داد و اظهار داشت: تیم ما علاقه زیادی به پلی ساکاریدهای طبیعی و نقش آنها در

تأثیر نور آبی بر خواب به چالش کشیده شد



آیا نور آبی واقعا همانطور که مطالعات نشان داده اند بر خواب ما تأثیر می گذارد؟ محققان دانشگاه بازل و دانشگاه فنی مونیخ (TUM) مفروضات قبلی در مورد تأثیر رنگ روشن بر خواب را به چالش کشیده اند. یافته های آنها نشان می دهد که رنگ نور ممکن است به طور قابل توجهی بر ساعت درونی بدن و کیفیت خواب انسان تأثیر نداشته باشد و این در تضاد با تحقیقات قبلی انجام شده روی موش ها است.

به گزارش ایسنا، بنیادی فرآیند پیچیده ای است که در آن گیرنده های نور شبکیه یعنی گیرنده های مخروطی و میله ای نور را به تکان های الکتریکی تبدیل می کنند تا مغز به عنوان یک تصویر آنها را پردازش کند.

به نقل از اس اف، در حالی که گیرنده های مخروطی دید واضح و رنگی را در حضور نور کافی تسهیل می کنند، گیرنده های میله ای به دیدن سایه های خاکستری در نور کم کمک می کنند. علاوه بر این، سلول های گانگلیونی تخصصی در شبکیه، که به شدت به نور با طول موج کوتاه در حدود ۴۹۰ نانومتر که تحت عنوان نور آبی درک می شود، واکنش نشان می دهند در تنظیم ریتم خواب و بیداری ما بسیار اهمیت دارند.

دکتر کریستین بلوم (Christine Blume)، نویسنده اول مطالعه، محقق مرکز کرونیولوژی دانشگاه بازل، می گوید: سلول های گانگلیونی حساس به نور اطلاعاتی را از مخروطی ها نیز دریافت می کنند و این سؤال مطرح می شود که آیا مخروطی ها و در نتیجه نور روشن، بر ساعت داخلی بدن نیز تأثیر می گذارند یا خیر. از این گذشته، چشمگیرترین تغییرات در روشنایی و رنگ نور هنگام طلوع و غروب خورشید رخ می دهد که آغاز و پایان یک روز را نشان می دهد.

در مطالعه ای در سال ۲۰۱۹ روی موش ها، اینگونه به نظر رسید که نور مایل به زرد تأثیر قوی تری بر ساعت داخلی بدن نسبت به نور مایل به آبی دارد. با این حال، یافته های تیم تحقیقاتی بازل مورد دیگری را برای انسان نشان می دهند. آنها ۱۶ داوطلب را در معرض محرک های نور آبی، زرد و سفید قرار دادند و از تحریک یکسان سلول های گانگلیونی حساس به نور در همه شرایط اطمینان حاصل کردند. هرگونه تفاوت در اثر نور به تحریک مخروطی ها و رنگ نور نسبت داده شد.

مانوئل اسپیتسجان، پروفوسور کرونیولوژی و سلامت می گوید: این روش تحریک نور به ما امکان می دهد تا ویژگی های نوری را که ممکن است در نحوه تأثیر نور بر انسان به روش آزمایشی تمیز نقش داشته باشد، جدا کنیم.

محققان تغییرات ساعت داخلی، شروع خواب، عمق خواب، خستگی و توانایی واکنش شرکت کنندگان را در شرایط نوری مختلف ارزیابی

کردند. نتیجه این بود که تنوع رنگ روشن و در امتداد آن رنگ آبی-زرد تأثیر قابل توجهی بر ساعت داخلی یا خواب انسان ندارد. این یافته در تضاد با مطالعه بر موش ها در تحقیقات دیگری است که بر اهمیت سلول های گانگلیونی حساس به نور در ریتم های شبانه روزی انسان تأکید دارند.

بلوم می گوید: ما هیچ مدرکی پیدا نکردیم که نشان دهد تغییر رنگ روشن در امتداد رنگ آبی-زرد نقشی در ساعت یا خواب درونی انسان دارد. در عوض، نتایج ما از یافته های بسیاری از مطالعات دیگر حمایت می کند که سلول های گانگلیونی حساس به نور برای ساعت داخلی انسان مهم ترین هستند.

به طور مشابه، او تأکید می کند که در طراحی نورپردازی، تأثیر بر سلول های گانگلیونی حساس به نور باید در اولویت قرار گیرد و رنگ نور نقش کوچکی دارد.

اسپیتسجان خاطرنشان می کند: یافته های ما نشان می دهد که احتمالا مهم ترین نکته در نظر گرفتن تأثیر نور بر سلول های گانگلیونی حساس به نور هنگام برنامه ریزی و طراحی نورپردازی است. گیرنده های مخروطی و به دنبال آن رنگ نور نقش بسیار فرعی ایفا می کنند.

نتایج این مطالعه مقدماتی است، و تحقیقات بیشتری برای تعیین اینکه آیا رنگ نور بر خواب در شرایط مختلف، مانند قرار گرفتن در معرض طولانی مدت یا با زمان بندی متفاوت تأثیر می گذارد یا خیر، ضروری است. مطالعات بعدی می توانند درک جامع تری در مورد تأثیر نور بر خواب ارائه دهد.

این مطالعه همچنین به روش رایج استفاده از حالت شب در تلفن های هوشمند و تبلت ها می پردازد که نور با طول موج کوتاه را کاهش می دهد و مایل به زرد به نظر می رسد. بلوم سودمندی کاهش نور با طول موج کوتاه را برای خواب تأیید می کند، اما خاطرنشان می کند که تنظیم رنگ زرد از نظر فنی ضروری نیست.

او می گوید: از نظر فناوریانه، کاهش نسبت های طول موج کوتاه حتی بدون تنظیم رنگ نمایشگر امکان پذیر است، با این حال این امر هنوز در نمایشگرهای تلفن های همراه تجاری اجرا نشده است.

آگهی موضوع ماده ۳ و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای ۱۶۰۲۶۰۳۱۱/۳۴۰۰۷۹۵۰ مورخه ۱۴۰۲/۱۰/۰۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حبیب راستی اربابی فرزند بهمن به شماره شناسنامه ۱۱۹ و کدملی ۶۸۳۹۹۳۰۰۲۵ صادره از کوار در ششدهنگ یکباب نمایشگاه ماشین آلات به مساحت ۲۵۰۰ مترمربع پلاک فرعی ۱۷۹۶ از ۲۱۵۱ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۲۱۵۱ اصلی واقع در بخش چهار شیراز خریداری مالک رسمی بهمن راستی اربابی به متقاضی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف 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.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۱۰/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۱۰/۲۷ ۴۲۴۹۳/۱۹۶۹۴۴۱ ۳۹۳۵ م الف

مجتبی فخار - رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه ۲