

یافته ها

خواص فوق‌العاده آناناس را بشناسید؛

خوشمزه ، مقوی و بی همتا

حسین مخزونیه / گروه ترجمه

news@naslefarda.net

آناناس گیاهی است پایا که ارتفاع آن تا ۱۵ متر می‌رسد. برگ‌های آن باریک، نوک‌تیز و خشن با کناره‌های منتهی به خار هستند که بلندی آن‌ها ۳۰ تا ۱۰۰ سانتیمتر و تعدادشان تا ۳۰ عدداست. گل‌هایدون دملگ وبه‌صورت اجتماع سنبله هستند که انتهای آن‌ها به مجموعه‌ای از براکته ها ختم می‌شود. میوه آناناس بزرگ و شامل مقدار زیادی سسته به هم چسبیده است که به‌وسیله براکته هایی محصور شده‌اند. آناناس وارپته های گوناگونی دارد که بعضی از انواع پرورشی آن بدون دانه است.

به‌علاوه، آناناس دارای مقادیر کمی فسفر، روی، کلسیم و ویتامین‌های K و a می‌باشد. همانطور که ذکر کردیم، آناناس سرشار از ویتامین C و منگنز است. ویتامین C باعث حفظ سلامت سیستم ایمنی، جذب آهن و رشد می شود، و منگنز خواص آنتی اکسیدانی دارد و باعث کمک به رشد و متابولیسم می‌شود. ویتولیفه آنتی اکسیدان‌ها جلوگیری از اکسیداسیون (تلفای) که منجر به سرطان و دیگر بیماری‌های مزمن می‌شود) در بدن است.

آناناس، علاوه بر مواد مغذی، سرشار از آنتی اکسیدان‌ها می‌باشد و همانطور که می‌دانید آنتی اکسیدان برای مبارزه باسترس اکسیداتیو بسیار مهم و ضروری است. استرس اکسیداتیو معمولاً ناشی از فراوانی رادیکال‌های آزاد (مولکول‌های ناپایداری که منجر به آسیب سلولی می‌شوند) می‌باشد و باعث ایجاد التهاب مزمن، تضعیف سلامت ایمنی، بیماری قلبی، دیابت و برخی سرطان‌ها می‌شود. آناناس سرشار از آنتی اکسیدان‌هایی به نام فلاونوئیدها و ترکیبات فنلی است، که طبق نتایج حاصل از تحقیقات حیوانی آنتی اکسیدان‌های موجود در آناناس دارای خاصیت محافظتی از قلب می‌باشند. اگر چه هیچگونه تحقیق انسانی در این‌باره انجام نگرفته است. آناناس حاوی آنزیم‌های گوارشی از جمله بروملین است که باعث تسهیل هضم گوشت می‌شود. بروملین به تجزیه پروتئین و در نتیجه هضم کمک می‌کند. به‌علاوه، آناناس سرشار از فیبر است که برای سلامت دستگاه گوارش بسیار مفید است. رشد سلولی کنترل نشده منجر به سرطان می‌شود و معمولاً استرس اکسیداتیو و التهاب مزمن باعث پیشرفت این بیماری مزمن می‌شوند. طبق نتایج حاصل از تحقیقات انجام شده، ترکیبات بروملین موجود در آناناس، با به حداقل رساندن استرس اکسیداتیو و کاهش التهاب، خطر ابتلا به سرطان را کاهش می‌دهند. حتی نتایج برخی از تحقیقات حاکی از آن است که بروملین می‌تواند سرطان موجود را نیز تا حدودی درمان کند. همانطور که قبلاً ذکر شد آناناس سرشار از ویتامین‌ها، مواد معدنی و آنزیم‌هایی مانند بروملین می‌باشد که به بهبود ایمنی و کاهش التهاب کمک می‌کنند. آرتريت يکی از شايع‌ترين بيماری‌ها در آمریکا به‌شمار می‌آید و معمولاً انواع مختلفی دارد، اما شایع‌ترین نوع آن مربوط به التهاب مفاصل می‌باشد. بروملین به دلیل دارا بودن خواص ضد التهابی باعث تسکین درد در مبتلایان به آرتريت التهابی می‌شود. واژه «Pineapple» اولین بار در زبان انگلیسی در سال ۱۹۹۸ میلادی ثبت شد و برای اندام‌های زایشی درختان کاج (مخروطه‌ای کاج) به کار رفت.

امروزه این اصطلاح به pine cones تغییر یافته است. منبع:
https://www.healthline.com/health/nutrition/benefits-of-pineapple#TOC_۱۰_TITLE_HDR

رئیس سازمان حفاظت محیط زیست :

آرمان‌های ما تغییرناپذیر هستند

رئیس سازمان حفاظت محیط زیست، با بیان اینکه مردم ما مردم زمان‌های سخت هستند، گفت: خواهیم دید که امسال بانوان، خواهران ما و دهه هشتادی‌ها و نودی‌ها نسبت به سال‌های قبل حضور شوراکنیزتری در راهپیمایی ۲۲ بهمن خواهند داشت و به دنیا خواهند گفت که آرمان‌های ما تغییرناپذیر هستند. علی سلاقلجه در حاشیه حضور در میز ارتباطات مردمی

سازمان حفاظت محیط زیست که به مناسبت ۲۲ بهمن و در وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی برپا شده است، در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: مردم ما مردم زمان‌های سخت هستند که خوشبختانه در طول این ۴۴ سال نشان دادند هر وقت دشمن کوچک‌ترین احساس غروری کرده است مردم درجا غرورش را در هم شکست‌اند.

جامعه

NasleFarda.net

naslefardanews

naslfarda

وی با بیان اینکه این مردم پشت سر مقام معظم رهبری برای حفظ و ارتقا آرمان‌های حرکت می‌کنند، ادامه داد: مردم امسال با تمام قوا در راهی که حاج قاسم فرمودند که «جمهوری اسلامی ایران حرم است و این حرم باید حفظ شود» پر شورتر حاضر شده‌اند. خواهیم دید که به‌ویژه امسال بانوان و خواهران ما، دهه هشتادی‌ها و نودی‌ها نسبت به سال‌های قبل حضور شوراکنیزتری در راهپیمایی ۲۲ بهمن خواهند داشت و به دنیا خواهند گفت که آرمان‌های ما لا یتغیر و تغییرناپذیر هستند. سلاقلجه همچنین در پاسخ به این سوال که به نظر شما چطور

یکشنبه ۲۳ بهمن ۱۴۰۱

سال سی و دوم / شماره ۲۰۱۳

۱۲ فوریه ۲۰۲۳ / ۲۱ رجب ۱۴۴۴

نتیجه عکس دادن حضورپوپولیستی رئیس جمهورترکیه در کنارزلزله زده ها!

زلزله‌ای که برند «اردوغان» را لرزاند!



روستای می بدترین وضعیت وجود دارد آنجا نه برق و آبی وجود دارد نه هیچ گونه کمکی.

خودداری اردوغان از پذیرش انتقادات نسبت به واکنش دولت کمک چندانی به فروشاندن خشم فزاینده عمومی در مورد واکنش دیرنگام دولت به فاجعه نکرده است. به نظر می‌رسد در برخی از روستاهای دورافتاده ترکیه تا به امروز نیروی امدادگری وارد نشده است.در سراسر جنوب ترکیه مناطقی که به‌طور سنتی سنگ‌های حمایت‌از رئیس جمهور و حزب عدالت و توسعه شهروندان آوارهای که در شرایط سرما زنده مانده بودند آشکارا تاخیر ساختن‌ای‌ی در نزدیکی کارهایمان ماراش در پاسخ به انتقادات مطرح‌شده از سوی منتقدان درباره عملیات نجات که او آنان را «تحریک کنندگان» خواند بالحنی انتقادی گفت:البته کاستی‌هایی وجود دارد. شرایط برای دیدن مشخص است. نمی‌توان برای چنین فاجعه‌ای آماده بود. مردم محلی در خیابان‌های بازارجیک صف کشیده بودند و گریه می‌کردند. آنان فریاد می‌کشیدند تا خوشاوندان کشته شده شان که از زیر آوار بیرون کشیده شده بودند را ببینند و بر سرر وزیر امور زیربنایی ترکیه فریاد می‌زدند. «عایشه کپ» یکی از ساکنان محلی در حالی که تیمم کوچکی از امدادگران از بالای تخته‌های بتن و فلز شکسته‌ای که به زمانی یک ساختمان مسکونی را تشکیل می‌دادند به جاده اصلی در بازارجیک خیره شده بود گفت: اگر کمک بیشتری وجود داشت آنان را بیرون می‌آوردند.

کپ و سایر ساکنان با ناامیدی نسبت به نجات‌اعضای خانواده‌شان و زنده پیدا کردن آنان تماشاگر وضعیت بودند. او به ناراحتی گفت: ما اینجا هستیم تا منتظر تشییع جنازه باشیم. امید خود را حفظ کرده ام، اما هنوز باور نمی‌کنم که زنده باشند. پسر مویم آنجاست و این امدادگران تا امروز نیامده بودند. در

یلدا توکلی / گروه ایران

tavakoli.yalda11@gmail.com

اصفهان مهد هنر است و در میان هنرهای کم نظیرش فیروزه کوبی جایگاه ویژه‌ای دارد. فیروز کوبی از معدود هنرهایی است که کارش جان بخشیدن به نمای محیط اطراف شماس. این هنر از شهر نصف‌جهان سرچشمه گرفته و باطراحی‌های منحصر به‌فرد و متناسب با سلیقه روز جایگاهی والا در عرصه بین‌الملل پیدا کرده است. هنرمندان فیروزه کوبی را از جمله هنر‌های اصیل و بومی ایران می‌دانند و برای نشان دادن هویت ایرانی از این هنر در ساخت محصولاتی همچون انواع ظروف، آینه و شمعدان، زیورآلات، اکسسوری تزئینی و قاب بهره می‌برند. به همت اداره گردشگری سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان ،خبرنگاران از بزرگ‌ترین مرکز تولید فیروزه کوبی آقاجانی بازدید کردند. جلوه کم‌نظیر محصولات فیروزه کوب از سرشت سنگ‌های آبی با رنگ مسی باطلایی بدنه طرف به دست می‌آید به همین دلیل با محصولات جزء اکسسوری‌های لوکس محسوب می‌شوند. این هنر بر پایه زیرساخت‌های مختلفی به کار می‌رود، اما برای افزایش دوام محصولات فیروزه کوب عمدتا

می‌توان همه اقشار جامعه را در این رویداد ملی همراه کرد؟ توضیح داد: خوشبختانه قبل از این مراسم، حضرت آقا دستور عفو تمام جوان‌هایی که احساس می‌شد بعضا شاید فریب خورده‌اند را دادند، هر چند در بین این‌ها شاید افرادی هم بودند که به نوعی توسط دشمن هادیت می‌شدند اما این عفو عمومی که دادند، دستوراد فوق العاده‌ای بود. اینجا جناح، رنگ و پوست و حتی اعتقادات فرقی نمی‌کند و همه در زیر چتر و سایه نظام جمهوری اسلامی ایران هستیم و این اتفاق به نحو مطلوبی افتاده است.



توسط حزب عدلت و توسعه در اوایل هفته جاری بر اثر زلزله با خاک یکسان شدند. در کاهرمان ماراش برخی از برج‌های بدون آسیب دیدن پابر جا باقی مانده بودند در حالی که برخی دیگر کاملا دچار فرو ریختن شده بودند. ایسن ویترونی تیره و تار است که نشان می‌دهد ساخت و سازها با قوانین و معیارهای یکسان و استاندارد ساختمانی انطباق نداشته‌اند چرا که اگر غیر از این بود فروپاشی ساختمان‌ها در زمان وقوع زمین لرزه رخ نمی‌داد. اردوغان طی سخنرانی‌ای در شهر وعده داد که خانه‌های جدیدی برای جایگزینی ساختمان‌های ویران شده در ده منطقه آسیب دیده ظرف مدت یک سال ساخته می‌شوند تعهدی که در ک عملی بودن آن دشسوار به نظر می‌رسید چرا که حتی تیم‌های اورژانس نیز به سختی می‌توانستند در میان انبوه اوارها حرکت کنند و چشم انداز اندکی برای پاکسازی منطقه وجود داشت. در عوض، به نظر می‌رسد که پیام کاخ ریاست جمهوری ناشی از ترس درباره امکان کنترل وضعیت پس از زلزله است به خصوص آن که گزارش‌هایی منتشر شد مبنی بر آن که دولت ترکیه توتیتر را مسدود کرده آن هم زمانی که شهروندان ترک از آن بلقلمر برای یافتن عزیزان زیر آوار مانده شان استفاده می‌کردند. در تلویزیون دولتی ترکیه خبرنگاری به فردی در کاهرمان ماراش که تاخیر در تحویل کمک‌ها سنخ می‌گفت پشت کرد و در عوض به بینندگان اطمینان داد که هنوز نقاطی وجود دارند که امدادگران هنوز موفق نشده‌اند به آنجا برسند، اما در نهایت خواهند رسید.

اردوغان پس از گشت و گذار در مناطق ویران شده بر اثر زلزله و پس لرزه‌های آن وضعیت اضطراری را که به او اجازه می‌دهد حاکمیت قانون را در ۱۰ منطقه آسیب دیده دور بزند به عنوان فرصتی برای خنثی کردن اقدامات ریاخوانان و گروه‌های فتنه گر که از روند قانونی در ترکیه سوء استفاده می‌کنند توصیف کرد. چارپاتی می‌گوید که اردوغان امروز ترجیح داده به جای شفقت بر کنترل تمرکز کند. او می‌افزاید: اقدامات و مبتنی بر این استدلال است که ترکیه در شرایط فروپاشی به یک رهبر مستبد موثر نیاز دارد و این بهتر از آن است که مردم بگویند دولت در آنجا شهروندان از او نترسند یا ترکیهای کاملا با این وجود، پایگاه هاداران اردوغان با پذیرش بخش استبدادی هويت سیاسی او بدون تسکین موثر پس از زلزله مشکل خواهد داشت. او می‌افزاید: اردوغان تلاش می‌کند عامل ترس را تقویت کند چرا که می‌داند اگر شهروندان از او نترسند یا ترکیهای کاملا متفاوت مواجه خواهیم بود. کپ با گشت تا خود را با آتش کوچکی که توسط عزاداران روشن شده بود گرم کند. او لحناتی پیش از پایان کار کاروان اردوغان گفت: کسی به ما کمک نمی‌کند.

می‌دهد. این شرکت ۸۰ نمایندگی رسمی در ایران و ۱۰ نمایندگی رسمی در کشورهای اروپا، آسیا، آمریکا و استرالیانیز دارد.

توسعه مشاغل روستایی و توانمندسازی زنان سرپرست خانوار
شرکت صنایع دستی آقاجانی از سال ۱۳۹۴ به‌صورت غیر رسمی در انجام امور خیر حضور فعال داشت و بجز اشتغال و دست‌گیری از نیازمندان را مهم‌ترین بخش ارزش‌های سازمانی خود قرار داد. در واقع این شرکت سعی دارد با ترویج تفکر درک متقابل و زیست همدلانه در سطح سازمانی و برون‌سازمانی، در جهت نیل به اهداف بلندمدت خود حرکت کند.وی متذکر شد: این شرکت در راستای مسئولیت اجتماعی خود فراتر از مرزهای استان گام برداشته و باهدف توسعه مشاغل روستایی و توانمندسازی زنان سرپرست خانوار در آق گاه تولید صنایع دستی در سیستان و بلوچستان و بندر لافت افتتاح شده است. همچنین به دلیل تغییر اقلیم جغرافیایی استان اصفهان و خشکسالی‌های اخیر این کارگاه تولید صنایع دستی باهدف اشتغال‌زایی و مهارت‌افزایی افراد در روستاهای مختلف اصفهان فعالیت می‌کند.

گفت و گو

گفت و گو با رئیس فراکسیون دیپلماسی

سلامت مجلس به مناسبت هفته سرطان؛

مالیات بر دخانیات؛ موضوعی

که همیشه به بن‌بست می‌رسد

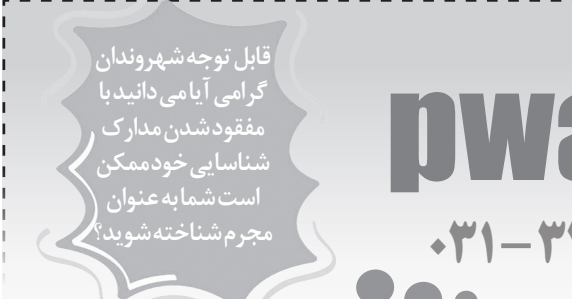
زهرافای‌نیا/ گروه پارلمانی

daryavafaei2009@gmil.com

رئیس فراکسیون دیپلماسی سلامت مجلس با تاکید براینکه اگرمقوله پیشگیری از بیماری اولویت تصمیم‌گیری‌ها باشد و برای این مهم هزینه شود ابتلا به بیماری‌ها از جمله سرطان کاهش می‌یابد، گفت: مصرف دخانیات یکی از عوامل موثر درافزایش سرطان‌ها محسوب می‌شود و هر چند دراین زمینه ضروری است مالیاتی که از دخانیات اخذ می‌شود اثر بازدارنده داشته باشد اما متأسفانه دراین راستا به‌طور مداوم با بن‌بست مواجه شده ایم و نسبت به این مهم غفلت شده و در لایحه بودجه ۱۴۰۲ هم به درستی مورد توجه قرار نگرفته است. زهرافای‌نیا به‌اشاره به هفته سرطان با بیان اینکه سرطان نوعی بیماری است که بار مالی بسیار شدیدی را به جامعه تحمیل می‌کند، گفت: سرطان بیماری با عوامل ناشناخته است که ژنتیک، چاقی و اضافه وزن، میزان فعالیت بدنی و عادات غذایی در بروز آن موثر بوده و آمار آن در کشورهای پیشرفته ودرحال توسعه به‌دلایل مختلف از قبیل وجود صنایع بزرگ، مصرف فست‌فودها و غذاهای صنعتی و فعالیت بدنی نامناسب بیشتر است.

وی افزود: اگر خامی به عنوان‌ مسادر که به نوعی ستون خانواده است درگیر سرطان سینه(breast cancer) که شایع‌ترین سرطان در میان زنان ایران و جهان است، مبتلا شود خانواده و جامعه به‌طور کامل تحت تاثیر هزینه‌های بالای روانی و اقتصادی قرار می‌گیرد درحالی‌که اگر مقوله پیشگیری ازبیماری اولویت تصمیم‌گیری‌ها باشد و برای این مهم هزینه‌شود ابتلا به بیماری‌ها از جمله سرطان کاهش می‌یابد و قطعا هزینه پیشگیری قابل‌قیاس با هزینه‌های درمانی نیست. رئیس فراکسیون دیپلماسی سلامت و سبک زندگی سالم در مجلس یازدهم با تاکید بر اینکه اصل پیشگیری باید مقدم بر درمان بیماری‌ها باشد، یادآور شد: علیرغم تاکید مداوم مسئولان براین موضوع اما درعمل به چنین اصلی توجه نمی‌شود وشکاف عمیقی میان بودجه بهداشت و درمان وجود دارد و این شکاف روز به روز حال افزایش است. شیخی ادامه داد: به‌طور قطع اگر بودجه درمان سرطان در زمینه بهداشت و ترویج سبک زندگی سالم هزینه‌شود اتفاقات مثبت زیادی را به دنبال دارد. سخنگوی کمیسیون بهداشت و درمان مجلس با تاکید بر اینکه هر چند وزارت بهداشت متولی امرسلامت است اما پیشگیری از بیماری‌ها لزوما تنها وظیفه وزارت بهداشت نیست ودستگاه‌های دیگر هم باید همکاری لازم را داشته باشند، گفت: برای نخستین بار در طول انقلاب اسلامی توسط مجلس یازدهم ردیف بودجه مستقلی با اعتبار ۸۰ میلیارد تومان برای ایجاد ملی پیشگیری از سرطان در کشور بودجه ۱۴۰۱ پیش‌بینی‌شد که این اقدام نشان اهمیت موضوع ونگاه سلامت و عدالت محور تصمیم‌گیران بود هر چند که تاکید می‌کنم وزارت بهداشت تنها متولی پیشگیری از بیماری‌ها به‌ویژه بیماری نگران کننده‌ای مانند سرطان‌ها نیست و سایر وزارتخانه‌ها و دستگاه‌ها از جمله وزارتخانه‌های تعاون، کار و رفاه اجتماعی، صمت و اقتصاد هم باید در این رابطه اقدامات موثری را انجام دهند و با وزارت بهداشت همکاری تنگاتنگ و تعامل مناسب را داشته باشند. شیخی با یادآوری اینکه علت بروز سرطان در ایران هم مانند سایر کشورهاست، یادآور شد: سبک زندگی و آب و هوای آلوده از جمله عواملی هستند که تاثیر زیادی در افزایش بیماری‌ها دارند و به‌طور قطع اگر برای پیشگیری از آلودگی هوا هزینه کنیم هزینه‌های درمان سرطان کاهش خواهد یافت؛ متأسفانه صنایع فیلترینگ مناسب ندارند و هیچ توجیهی به این مهم نمی‌شود و به‌طور قطع تغییر شاخص آلودگی هوا راهکار مناسبی برای حل مسائل نیست و در واقع پاک کردن صورت مساله است.

رئیس فراکسیون دیپلماسی مجلس با یادآوری اینکه آلودگی هوا نه تنها درافزایش سرطان‌ها بلکه در بروز بسیاری از بیماری‌ها تاثیر بسزایی دارد، گفت: هر چند یکی از علل ایجاد آلودگی هوا در کنار صنایع، وجود خودروهای بی‌کیفیت و سوخت نامناسب است اما متأسفانه وزارتخانه‌های مربوطه در این زمینه تاکنون تدبیر مناسبی نداشته‌اند از طرفی تکنولوژی خودرو در ایران متعلق به ۳۰ سال قبل است و رویکرد اینجانب به عنوان یک پزشک به بحث واردات خودرو صرفا سلامت محور است همچنین مصرف دخانیات یکی از عوامل موثر در افزایش سرطان‌ها محسوب می‌شود و هر چند در این زمینه ضروری است مالیاتی که از دخانیات اخذ می‌شود اثر بازدارنده داشته باشد اما متأسفانه در این راستا به‌طور مداوم با بن‌بست مواجه شده ایم و این اثر بازدارندگی مورد توجه قرار نمی‌گیرد و این مهم در لایحه بودجه ۱۴۰۲ هم به درستی مورد توجه قرار نگرفته است.



سایت ثبت آگهی مفقودی

۰۳۱-۳۲۲۷۴۷۹۳ ۳۲۲۷۴۷۹۲

۰۳۱-۳۲۲۷۴۷۹۳ ۳۲۲۷۴۷۹۲

۰۳۱-۳۲۲۷۴۷۹۳ ۳۲۲۷۴۷۹۲

۰۳۱-۳۲۲۷۴۷۹۳ ۳۲۲۷۴۷۹۲

۰۳۱-۳۲۲۷۴۷۹۳ ۳۲۲۷۴۷۹۲

۰۳۱-۳۲۲۷۴۷۹۳ ۳۲۲۷۴۷۹۲

۰۳۱-۳۲۲۷۴۷۹۳ ۳۲۲۷۴۷۹۲