چاق‌ها حس بویایی قوی تری دارند

بر اساس یک تحقیق، افراد چاق از حس بویایی بهتری در زمینه مواد غذایی برخوردار هستند. به گزارش ایسنا، محققان دانشگاه پورتسموث انگلستان می‌گویند: نتایج اولیه تحقیقات به آن‌ها نشان می‌دهد که چرا بعضی افراد برای لاغر ماندن، دچار مشکل هستند. کارشناسان در حال حاضر از این نکته آگاهند که بخشی از مغز که مسوول به گردش درآوردن اطلاعات مربوط به بویایی است، با مراکز مربوط به تغذیه در مغز، مرتبط است.

دکتر لورنزو استفورد و گروه تحقیقاتی او به بررسی این موضوع پرداختند که آیا حس بویایی قوی می‌تواند در چاقی تاثیر داشته باشد یا خیر. دانشمندان هنوز از دلیل اصلی این موضوع اطلاع ندارند، اما دکتر استفورد معتقد است احتمالا این شیوه‌ای است که از طریق آن بدن انسان غذایی را که دیگر به آن احتیاج ندارد، شناسایی و سپس رد می‌کند تا از طریق ایجاد توازن درست انرژی، مانع از مصرف بیش از اندازه غذا شود. اعضای این گروه تحقیقاتی پی بردند: افراد چاق بخصوص پس از صرف غذا، نسبت به افراد لاغر، حس بویایی بسیار قوی‌تری در مورد مواد غذایی دارند.

دکتر استفورد معتقد است: این حس بویایی قوی‌تر موجب می‌شود فرد حتی پس از سیر شدن، به غذا خوردن ادامه دهد.

افزایش حافظه با مصرف «تخم‌مرغ»

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: تخم مرغ حاوی انواع ویتامین‌های گروه B است و برای ارتقای نیروی حافظه مناسب مفید است.احمدرضا درستی مطلق در گفت‌وگو با فارس، افزود: تغذیه مناسب علاوه بر اثر بر عملکرد جسمی، تاثیر فوق العاده‌ای بر عملکرد روانی و مغزی انسان دارد.

وی گفت: کمبودهای تغذیه‌ای می‌تواند بیماری‌های روانی و روحی را ایجاد و یا تشدید کند و به همین ترتیب ناراحتی‌های روحی نیز با تاثیر بر مقدار دریافت مواد غذایی اثرات جسمی را بر فرد تحمیل می‌کند.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران افزود: بیوتین یا ویتامین B1 از جمله ویتامین‌هایی است که در تمام مواد غذایی یافت می‌شود و در صورتی که غذای افراد به طور عمدی کمبود داشته باشد، علائم کمبود شامل بی‌حالی شدید ، افسردگی و پرخوابی ظاهر می‌شود.درستی گفت: منابع غذایی آن از قبیل تخم‌مرغ، جگر، گل کلم، قارچ، موز، هندوانه، توت‌فرنگی، بادام زمینی هستند. در سفیده تخم مرغ نپخته ماده‌ای به نام آویدین وجود دارد که از جذب این ویتامین جلوگیری می‌کند و لازم است تخم مرغ بخوبی پخته و سپس مصرف شود.

میهمان نوازی بندرعباس از معتادان

هر ساله با آغاز فصل سرما در کشور که بدلیل بهاری بودن هوای بندرعباس ، معتادان سرازیر این استان می شوند ؛ ناامنی هایی که معتادان ایجاد می کنند نیز افزایش می یابد . در هر کوچه و کوی و برزن پاتوقهایی از معتادان دیده می شود که در برخی از محلات بصورت مختلط در حال استعمال مواد مخدر و تزریق و ... می باشد .

مردم نیز از وضعیت فعلی ناراحت و گلایه مندند و خواستار اقدامات مسئولان برای جمع آوری آنها هستند . یکی از اولیای دانش آموزان که فرزندش در مدرسه ای در محله آیت ا... غفاری درس می خواند هم می گوید : هر وقت که فرزندم را می آورم و می برم ؛ شاهد تجمع دهها معتاد در اطراف مدرسه و کوچه های اطراف هستیم . این منظره ها بر روحیه دانش آموزان بسیار تاثیر منفی و ناخوشایندی دارد .

"عباسی" شهروند دیگری است که می گوید : معتادان نیز بر سارقان افزوده شده اند و آسایش را از مردم ربوده اند و به راحتی اقدام به سرقت می کنند .

یکی از ساکنان کوچه بعثت چهار خیابان مدرس نیز می گوید: هر شب تعدادی از معتادان و ولگردان وارد خانه های مردم می شوند و با قفل ، پشت اتاق آنها را قفل می زنند و اقدام به سرقت می کنند .

وی از نیروی انتظامی می خواهد گشت خود را شبها به این منطقه اعزام نمایند. زیرا از ساعت یک تا اذان صبح ، معتادان و سارقان اقدام به سرقت می کنند. برخی از مردم نیز می گویند: معتادان حتی زمانی که مردم برای اقامه نماز به مساجد می روند ؛ اقدام به سرقت کفش و وسایل آنها می کنند . چرا هیچ نهادی اقدام به جمع آوری معتادان از سطح شهر که چهره شهر را زشت کرده اند نمی کنند و چرا جلوی ورود آنها را نمی گیرند که به راحتی از سایر استانها به هرمزگان می آیند و باعث سلب آرامش مردم می شوند.

"نوذری" کارمند یکی از ادارات دولتی هم می گوید : در هیچ استانی مانند هرمزگان ، معتادان آزادانه نمی توانند باعث سلب آرامش روحی و روانی مردم شوند و سرقت کنند و در ملا عام اقدام به مصرف مواد و تزریق نمایند؛ اما در این استان این افراد کاملاً آزاد هستند . چرا هیچ دستگاهی در این زمینه اقدام نمی کند. اگر دستگاههای قضایی ، نظامی ، شهرداری ، بهزیستی ، فرمانداری و ... با همدیگر هماهنگ باشند ؛ می توانند از ورود اینگونه افراد جلوگیری نمایند و آنها را جمع آوری نمایند.

برخی از شهروندان می گویند : فرزندان دانش آموز ما هنگامی که از مدرسه می آیند از صحنه های دلخراشی می گویند که در مسیر راه از برخوردها و رفتارهای معتادان و ولگردان دیده اند . آرامش روحی و روانی ندارند . از دستگاه های مربوطه هم می خواهند که برای این معضل قدیمی بندرعباس چاره اندیشی کنند و اجازه ندهند این قشر با آبروی شهر صنعتی و در حال توسعه بندرعباس بازی کنند . توریست های خارجی و داخلی که این وضعیت را می بینند ؛ چه تصوری خواهند داشت ؟ واقعاً جای تاسف است که مسئولان استان از معتادان به گرمی پذیرایی و میهمان نوازی می کنند . به همین دلیل نیز روز به روز بر تعداد آنها افزوده می شود!

درد دل یکی از اهالی روستای مزرای رضوان

مرحمت فرموده ما را مس کنید !

غلام عیدی پور

در تاریخ ۸۵/۴/۱۱ اهالی روستای مزرای رضوان طی تقدیم عریضه ای به استانداری و اداره راه و ترابری و همچنین نمایندگان مجلس شورای اسلامی مستدعی همراهی و معاضده مسئولین و مقامات محترم و ارگانهای ذیربط در خصوص آسفالت راه روستایی شدند .

با استحضار نمایندگان مجلس شورای اسلامی و استعانت استانداری هرمزگان و مساعدت اداره راه و ترابری و تلاش حاج آقا شعبانی و سایرین در پیگیری مکاتیب و مکاتبه ، در سال ۸۹ اقدام به نقشه برداری وتعیین مختصات گردید. این خبر خوش اهالی ساکن روستا و چه کسانی که در حاشیه روستاهای همجوار یا دیگر شهرها و مرکز استان سکونت دارند بوجد آورد و با شوق و ذوقی زاید الوصف مشعوف نمود. با واگذاری کار به شرکت پیمانکار تسریع تصمیمات آنقدر غیر منتظره بود که شادمانیها را دوچندان کرد .

اهالی امیدوار شدند که تا پایان سال با آرامش خاطر ایاب و ذهابی خالی از مخاطره در مسیر روستا خواهند داشت . پیمانکار خیلی سریع شروع به کار کرد و حجم عظیمی از سنگهای شکسته در طول مسیر انباشته کرد. با مشاهده این حجم از سنگ جاده ای تاریخی و منحصر به فرد با زیرساختی سنگفرش شده در ذهن تداعی می کرد .

در عین حال ، گستردگی دامنه کار و نمودها به نحوی بود که در ذهن بعضی ها در خصوص اتمام کار به نوعی ایجاد شک و تردید کرده بود و با ضرب المثلهایی عامیانه مثل سنگ بزرگ علامت نزدن است یا تب تند زود به عرق می نشیند نوعی یاس و ناامیدی ابراز می داشتند.

سرانجام دیری نپایید که ضرب المثلها به واقعیت پیوست وکار تعطیل شد و کلیه وسایل تجهیزات کارشان جمع آوری و به مناطق دیگر انتقال دادند . حتی از پرداخت حقوق اهالی روستا که در این مدت در شرکت مشغول به کار بوده اند استنکاف نموده و شبانه سنگهای شکسته که در طول مسیر جمع آوری شده بود را حمل و به مکانی دیگر منتقل کردند.

با مشاهده این وضع تعدادی از اهالی برای اطلاع از کم و کیف قضیه به اداره راه و ترابری شهرستان بندرعباس مراجعه و جویای علت این مسئله شدند. اما با کمال تاسف پاسخی منطقی وشفاف دریافت نکردند.

ظاهرا فردی به آنها گفته بود بودجه متعلق به جای دیگری بوده . گرچه صحت این سخن بعید به نظر می رسد اما با مقیاس فرض چنانچه ظنی از واقعیت بر این گفته حمل کنیم . باید پرسید اکنون که مقداری از این بودجه در اینجا به مصرف رسیده ، می خواهید بودجه ناقص و ابتر شده را به کجا احاله دهید؟

بهتر نیست از ناکجا آباد صرف نظر کنید و مابقی بودجه را نیز در همین راه به مصرف برسانید تا حداقل این پروژه آغاز شده به بهره برداری برسد ؟ و نتیجه این کارکرد توفیقی اجباری بر اهداف ملی وبودجه ملی خواهد بود . پاسخ دیگری که داده بودند اینکه اهالی این روستا تعدادشان کمتر از سقف تعیین شده در برنامه چهارم دولت است. لذا به علت قلت تعداد محروم الحق محسوب می شوند .

اولا اهالی این روستا تعدادشان نه تنها کم نیست بلکه بیش از تعدادی است که در برنامه چهارم دولت سقف تعیین شده است، ثانیاً اگر تعداد جمعیت روستا از حد نصاب کمتر بود با چه ضابطه ای ده سال قبل این روستا برق داده شده است ؟

ثالثاً در حال حاضر آب آشامیدنی روستا در دستور کار قرار دارد و به زودی تامین بودجه خواهد شد . رابعاً در گذشته نیز بعلت همین اشتباه آماری و سوءاستفاده فردی حق مسلم این مردم تضییع شده بود و بودجه ای که به منظور تامین آب آشامیدنی این روستا تخصیص اعتبار شده با امحاء حق جمعی و ترفندی زیرکانه و مزورانه خارج از منافع گروه هدف در جای دیگر به مصرف رسانیده اند.

خامساً حق و حقوق انسانی از اقلام قابل جمع نیست . یک نفر همانقدر ذیحق است که ۷۵ میلیون ایرانی صاحب حق اند . به هرحال تا آنجاکه حقیر مطلع است در حال حاضر جمعیت سکون روستای مزرا بانضمام زیربند مزرا بالای ۳۰ خانوار است . مگر اینکه تعدادی از خانوار جزء آمار جمعیتی روستای دیگر منظور شده باشد .

علاوه بر جمعیت ساکن روستا متجاوز از صد خانوار نیز در سطح استان پراکنده که همگی به زادگاهشان تعلق خاطر دارند و به سبب نیاز رفت و آمد نسبت به داشتن راه مناسب بیشتر از ساکنین احساس ضرورت می کنند.

ضمناً دربین اهالی ساکن خارج از روستا مرسوم است که از هر جای استان اموات خود را به زادگاهشان حمل و در آنجا مدفون می شوند . لذا بارها اتفاق افتاده در اثر بدی راه و بهانه گیری رانندگان تشییع کنندگان جنازه در بین راه پیاده شده و با تحمل رنج و زحمت پیاده روی خود را به مقصد رسانده اند . از طرفی کراراً محموله ساکنین در بین راه تخلیه شده و با وسیله نقلیه سبک با تقبل زحمت زیاد مجدداً بارگیری و حمل کرده اند .

همچنین برای برگزاری اعیاد مراسم و مناسک و ضیافت ماههای محرم و صفر ساکنین خارج ازروستا حضوری فعال دارند. درنتیجه نیاز خارق العاده به راهی مناسب و سهل العبور بیش از پیش احساس می شود .

برای تنویر اذهان باید به اطلاع برساند حدوداً نیم قرن است که اهالی روستا از دو جهت شرق و جنوب بدون کمک گرفتن از نهاد یا ارگانی با همت و هزینه خود اقدام به احداث جاده کرده و این مهم در شرایطی و زمانی انجام گرفته که مرکز استان برای اتصال به مرکز کشور از جاده آسفالته برخوردار نبوده و روستاهای زیادی با جمعیتی چندین برابر اینجا از داشتن راه محروم بوده معهذا این مردم اجازه ندادند که قلت جمعیت باعث محرومیتشان گردد.متاسفانه اکنون به علت تخریب جاده قدیمی توسط پیمانکار حمل و نقل و رفت و آمد از جاده های انحرافی به سختی ممکن و بعضاً غیر ممکن شده است.

نهایتاً حال و احوال و اوضاع فعلی مردم مصداق قطعه شعر ذیل است :

از طلا بودن پشیمان گشته ایم
مرحمت فرموده ما را مس کنید

در نهایت استدعا دارد عنایت بفرمایید حداقل راه قبلی وقدیمی را احیا ء تا در مرتبه گذشته محفوظ بماند.

اندیشه برتر
مربوط: مجرم:

جهت رفتار با فرزندان دانستن اصولی لازم است که امکان آموختن آنها در برنامه گام ها و کارگاه های آموزشی این شرکت با حضور روانشناسان و مدرسان کارآمد و حرفه ای فراهم شده است.

چقدر از وقت خود را به یادگیری نحوه رفتار با فرزندان خود اختصاص می دهید ؟

فرصت را از دست ندهید ...

کودک، امروز است و فردا را نمی شناسد . .

همین امروز اقدام کنید ...

پذیرش سفارش کتاب :
برای آشنایی با بیش از ۱۰۰ عنوان کتاب در حوزه آموزش خانواده و رفتار با فرزند و سفارش خرید آنها به دفتر شرکت آموزشی اندیشه برتر مراجعه کنید .
دفتر مرکزی : بندرعباس ، خیابان امام خمینی، نرسیده به میدان یادبود - کوچه پیروزی ۱۶ ساختمان مجید ، طبقه اول تلفن دفتر مرکزی : ۰۷۶۱ - ۲۲۲۱۳۲۴ ، ۰۷۶۱-۴۲۱۲۹۱۳
تلفکس :۰۷۶۱-۴۲۱۲۹۱۴
تلفکس شعبه شهید رجایی : ۰۷۶۱-۵۱۱۱۶۶۴

وزارت جهاد کشاورزی
سازمان جنگلها مراتع
و آبخیزداری کشور

شماره : ۸۸/۳۱/۹۰۶۴
تاریخ : ۸۹/۹/۳

آگهی تشخیص منابع ملی و مستثنیات قانونی

اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان هرمزگان در اجرای صدر ماده ۲ قانون حفظ و حمایت از منابع طبیعی و ذخایر جنگلی کشور مصوب ۷۱/۷/۱۲ و تبصره ۱ ماده ۳ آئین نامه اجرایی مصوب ۷۱/۱۲/۱۶ هیات محترم وزیران و بر اساس تفویض اختیار ۷۰۴/۱۰۰/۹۰ مورخ ۷۲/۴/۲۷ سازمان جنگلها و مراتع و آبخیزداری کشور محدوده رقبات حوزه استحفاظی خود را به شرح ذیل :

ردیف	نام رقبه	مشخصات ثبتی					حدود اربعه				مساحت به هکتار		
		اصلی	فرعی	قطعه	بخش	شهرستان	شمال	جنوب	مشرق	مغرب	منابع ملی	مستثنیات	کل
۱	گرازوئیه	۵۷۳	-	-	-	میناب	محدود است به اجرای ماده ۵۶ بحل و بندزک	محدود است به اجرای ماده ۵۶ قریه مسکنک و ودماغ ریگ و جاده آسفالته به طرف کرگان میناب	محدود است به اجرای ماده ۵۶ بحل	محدود است به اجرای ماده ۵۶ کوه جنگل	۲۴۸۰۷۸	۳۱۷۳۱۹۲	۳۴۲۱۹۹۸

به استثنای مستثنیات قانونی تبصره ۳ (هر پلاک) موضوع ماده ۲ قانونی ملی شدن جنگل ها که به وسیله جنگلداران و کارشناسان ذیصلاح این اداره کل بازدید و مشخصات هر رقبه در متن این آگهی قید و سوابق مربوطه در ادارات منابع طبیعی شهرستانهای ذیربط و اداره کل موجود است جزء اراضی منابع ملی موضوع ماده یک قانون ملی شدن جنگل ها تشخیص و مراتب به اطلاع عموم رسانیده می شود تا چنانچه به تشخیص منابع ملی شده هر رقبه معترض می باشند از تاریخ انتشار این آگهی در روزنامه کثیرالانتشار حداکثر به **مدت شش ماه** اعتراض خود را کتباً همراه با مدارک و مستندات قانونی به دبیرخانه هیات مقرر در قانون تعیین تکلیف اراضی اختلافی مستقر در اداره منابع طبیعی شهرستان مربوطه ارسال دارند تا مورد رسیدگی قرار گیرد.

بدیهی است در صورت عدم وصول اعتراض در فرجه قانونی تعیین شده حسب اعلام اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری نسبت به اخذ سند مالکیت منابع ملی مورد تشخیص اقدام خواهد شد.

محسن یکتاپور- سرپرست اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری استان هرمزگان

اسراف در مصرف آب نبض زندگی را کند می کند

■ روابط عمومی شرکت آب منطقه ای استان هرمزگان