گیاهان دارویی

برای مصارف دارویی از سر شاخه برگ دار آن استفاده می شود . هنگامی که هوا خوب وخشک باشد سر شاخه های گلدار گیاه را با دست می چینند وبرای خشک کردن روی سبدی جدا از دیگر گیاهان دارویی ودر سایه پهن می کنند زمانی که گیاه خشک شد قسمتهایی از آن را در ظرف در بسته ودور از نور نگهداری می کنند

الف) آویشن:

گیاهی است از خانواده (Labiatea) واز رده Dicotyledonesکه پایا ،بوته ای ایستاده ودر پایه ،چوبی است . این گیاه دارای ساقه ای محکم وبسیار منشعب است وبرگهای سرنیزه ای شکل و منحصراتوسط کرک پوشیده شده است .

گلها به رنگ سفید و صورتی است که در اردیبهشت ماه و خرداد ماه ظاهرمی شود . در استان هرمزگان در دامنه های کوههای گنو ، بشاگرد ،رودان ،حاجی آباد و... رویش دارد .

میوه این گیاه به شکل فندقه می باشد . در آویشن حدود ۵ ٪تانن ،یک ماده تلخ ،مواد چرب ،یک رزین ،مواد رنگی ،اسانس ومنگنز فراوان معادل ۱۵ تا۶۰ درصد وجود دارد. اسانس سر پوله موسوم است که از سرشاخه های گلدار گیاه بوسیله تقطیر حاصل می شود .

سر پوله مایعی است بی رنگ یا به رنگ زرد طلایی که دارای بویی بسیار مطبوع است . حداکثر اسانسی که از گیاه بدست می آید معادل ۶۰ ٪است.

خواص دارویی آویشن

بادشکن ،مقوی معده ،خلط آور ،ضد تشنج و بطور ضعیف دارای اثر مدروقاعده آور است. با مصرف آن اعمال دستگاه گوارش معده مخصوصا در افراد عصبانی و کم بنیه را تقویت شده و سوء هاضمه را از بین می برد . از سر پوله (اسانس آویشن)برای نفخ استفاده می شود .

همچنین در رفع اسپاسم ها و حالات تشنجی دستگاه تنفس ودرمان گریپ ،سیاه سرفه وآسم مرطوب مورد استفاده قرار می گیرد .

مصرف خارجی این گیاه:

می توان به غرغره ها ،شستشو ها یا بخور اشاره کرد .

میزان مصرف آن یک قاشق مربا خوری درهرفنجان آب برای دم کردن استفاده می شود .

این گیاه بیشترین مصرف را در ایتالیا دارد. این گیاه برای معطر کردن گوشت چرخ کرده و گوشت شکار بکار می رود و عسل دهنده خوبی است .

گیاهان دارویی: نوشته ژان ولاگ و ژیری استودولا

ترجمه ساعد زمان

تهیه کننده :مجید پور بلیغی

گیاهان دارویی

ب) درمنه:Artemisia abrotanum L

درمنه از خانوادهCompositae واز تیره فرعیRadiaeمی باشد که دارای گونه های مختلف و به نام های متفاوت می باشد اغلب آنها دارای برگهای تلخ و معطر وخواص دارویی کم وبیش شبیه هم هستند .

این گیاه از تیره مرکبان بودند ودرخچه ای است با شاخه های گسترده که پر از برگهای خطی است ودر قسمتهای انتهایی شاخه ها گل های زردی از بغل می رویند .

این گیاه علفی ،پایا وخیلی با شرایط نامساعد محیط سازگاری دارد .بلندی ساقه های آن ۵ ٪متذ وحداکثر ۱ متر می رسد دارای شاخه های متعدد خاکستری رنگ است. برگهای دارای بریدگی های عمیقی است به رنگ سفید نقره ای پوشیده از تارهای نازک که در حقیقت غده های کوچکی هستند که به شکل مویاتار نازک دیده می شود . درمنه در اکثر نقاط استان و در ارتفاعات دیده می شود .حتی در ارتفاع ۳۰۰۰ متری از سطح دریا نیز مشاهده می شود و می توان گفت پوشش غالب مراتع در ارتفاعات را تشکیل می دهد .

آن در قاره آسیا بوده واز این قاره به اروپا وآمریکا برده شده است .همه قسمت گیاه معطر بوده و از عطر آن برای معطر ساختن منازل وبید زدگی استفاده می شود .

در کشور هند از دم کرده آن به عنوان ضد انگل شکم وتونیک در تب های نوبه ای استفاده می شود . از گل و تخم گیاه از نظر خواص دارویی بیش از قسمتهای دیگر خاصیت درمانی ودارویی دارد .

مصارف دارویی:

برای مصارف دارویی از سر شاخه برگ دار آن استفاده می شود . هنگامی که هوا خوب وخشک باشد سر شاخه های گلدار گیاه را با دست می چینند وبرای خشک کردن روی سبدی جدا از دیگر گیاهان دارویی ودر سایه پهن می کنند .

زمانی که گیاه خشک شد قسمتهایی از آن را در ظرف در بسته ودور از نور نگهداری می کنند.این قسمتها سر شار از اسانس های روغنی ،عصاره های تلخ ،تانن ها و الکالوئید ها هستند وطب سنتی از آنها برای درمان سوءهاضمه ،کم اشتهایی ،نفخ،اسهال ودفع انگلهای روده ای استفاده می کنند. درکشور هند از دم کرده آن به عنوان ضد انگل شکم وتونیک در تب های نوبه ای استفاده می شود . از گل و تخم گیاه از نظر خواص دارویی بیش از قسمتهای دیگر خاصیت درمانی ودارویی دارد .

گیاه درمنه نیز برای باز کننده مجاری و عروق بوده و مصرف می شود .

برای دم کرده آن دو قاشق چای خوری برای هر فنجان آب کافی است . وروزانه دو تا سه فنجان در روز می توان مصرف کرد . این گیاه را می توان برا ی خوشبو کننده در مواد غذایی به عنوان چاشنی گوشت بکار برد.

گیاهان دارویی:
نوشته ژان ولاگ وژیری استودلا
ترجمه ساعد زمان
تهیه کننده : مجید پور بلیغی

نکات مدیریتی

نخستین اصل در تصمیم گیری موثر این است که باید بیشتر با توجه به مسائل آینده باشد تا گذشته ، گذشته تمام شده ، وقوع یافته و تصمیماتی که در مورد آن اتخاذ می شود ، معمولاً در حد رفع و رجوع کردن اشتباهاتی است که رخ داده است . یعنی تصمیماتی که نسبتاً اهمیت چندانی ندارد

انتخاب بهترین راه حل

ادامه حیات ورشد یک سازمان برای پنج، ده،پانزده ویا بیست سال بعد از این ،به تصمیمات عمده ای بستگی دارد که مدیریت امروز اتخاذ می کند . تاثیر این تصمیمات را در آینده ،نباید نادیده گرفت ،تصمیمات بلند مدت را می توان به تعویق انداخت ، اما در مورد تصمیمات کوتاه مدت نمی توان تاخیر کرد .

بنابراین غالبا وسوسه می شویم که تمام توجه خود را به تصمیمات کوتاه مدت معطوف کنیم و برنامه ریزی بلند مدت را به فراموشی بسپاریم .اما این شیوه ،سلامت آینده و ادامه حیات سازمان را به مخاطره می اندازد .

چه چیز شرکت هایی را که در گذشته پیشتار بودند ،هم اکنون نیز پیشرو نگه داشته است ؟ سبب این امر احتمالا تصمیم گیری و برنامه ریزی دور اندیشانه است . امروزه ،سازمان به حکم ضرورت باید برای آینده فکر کنند و این امر تصمیم گیری مال اندیشانه را به صورت یک نیاز درآورده است که تصمیم بگیرد چه نوع سازمانی برای کسب و کار آینده باید داشته باشد و چه سهمی از کل بازار را می خواهد به دست آورد ؟ آیا شرکت می خواهد تخصصی شود یا در زمینه های گوناگون فعالیت کند ؟ آیا می خواهد رشد کند یا به همین اندازه فعلی قانع است ؟ غالباً محصولات ، مانند آدم ها دارای یک چرخه زندگی هستند و این چرخه ، یک دوره رشد ، یک دوره ثبات و یک دوره نزول را شامل می شود . یک فرآیند جرح و تعدیل به مدیریت کمک می کند که توجه خود را به محصولات سالم و رو به رشد معطوف کند ، تا اینها بتوانند جای محصولات قدیمی و از رده خارج شده را بگیرند.

تصمیم در مورد آموزش کارکنان

یکی از کمیاب ترین دارایی های هر سازمان ، انسان هایی هستند که آموزش عالی دیده اند . یکی از تصمیم گیری های مهم و بلند مدت این است که نیازهای آینده مدیران سازمان) از حیث آموزش پیش بینی شود و رشد و پیشرفت آنها تامین گردد.

تصمیم گیری در مورد عدم تمرکز

یک تصمیم بلند مدت بسیار واقعی و مهم ، اغلب باید زمانی اتخاذ شود که سازمان از حیث اندازه بزرگ می شود .

آیا مدیریت باید عدم تمرکز ایجاد کند که این امر به معنی افزایش هزینه ها در حدود ۱۵ تا ۲۰ درصد است، زیرا که این تصمیم گیری مستلزم مضاعف شدن پاره ای از فعالیت ها است ، یا این که مدیریت باید تصمیم بگیرد که وضعیت فعلی را ادامه دهد؟ تصمیم گیری در مورد این سئوال به تفکر زیاد نیاز دارد.

اطلاعات و تصمیم گیری

یک مدیر اجرایی به چه نوع و چه مقدار اطلاعات نیاز دارد؟ مرحله ای فرا می رسد که هزینه جمع آوری اطلاعات بر فواید اطلاعات گرد آوری شده ، می چرید . اطلاعات هم مانند چراغانی است که اگر زیاد باشد چشم را می زند ، یعنی سبب گمراهی می شود . هدف باید فراهم آوردن حداقل اطلاعات مورد نیاز باشد.

آینده (در تصمیم گیری) مهم است

نخستین اصل در تصمیم گیری موثر این است که باید بیشتر با توجه به مسائل آینده باشد تا گذشته ، گذشته تمام شده ، وقوع یافته و تصمیماتی که در مورد آن اتخاذ می شود ، معمولاً در حد رفع و رجوع کردن اشتباهاتی است که رخ داده است . یعنی تصمیماتی که نسبتاً اهمیت چندانی ندارد . اما تصمیم گیری در خصوص مسائل آینده ، الگوی کلی آینده یک سازمان را مشخص می کند . اینها همان تصمیمات واقعاً مهم و ارزشمند هستند .

هزینه هایی که هنوز پیش نیامده هزینه هایی هستند که واقعاً برای تصمیم گیری حایز اهمیت اند . همین که هزینه ای وقوع یافت یا تعهد شد ، دیگر تصمیم در مورد آن اهمیت چندانی ندارد و شاید در حد جبران خطاهای گذشته باشد.

بررسی نقش فرهنگ در توسعه پایدار

توسعه به عنوان یک فرهنگ ، پدیده ای چند بعدی است که محدود کردن آن به پیشرفت اقتصادی موجه نیست .

تا قبل از دهه ۱۹۹۰ اندیشمندان و برنامه ریزان توسعه ، عمده تاکید شان بر بعد اقتصادی توسعه بود و به این طریق استراتژی های توسعه در کشورهای مختلف جهان سوم منجر به توسعه نیافتگی می شد و در واقع توسعه ای ناپایدار را در برداشت . بر این اساس ، برای تحقق توسعه ای جامع و پایدار لازم است که تمامی ابعاد توسعه مورد توجه قرار گیرد . توسعه فرهنگی در مفهوم عقلانیت فرهنگی ، وحدت و تجانس فرهنگی و کسب هویت مشترک است و توسعه سیاسی از اسباب اصلی تحقق آن به شمار می آید .

انباشت شکاف های قومی ، فرهنگی ، سیاسی و اقتصادی و بی توجهی به فرهنگ ها و عدم وجود فرهنگ های قومی پویا و خلاق و ارتجاع فرهنگی منجر به بی ثباتی سیاسی و خنثی شدن اهتمام حکومت ها در تحقق استراتژی های توسعه پایدار عوامل فرهنگی نقشی اساسی بر عهده می گیرند .

از جمله عوامل مهم و موثر فرهنگی در امر توسعه می توان به داشتن روحیه جمعی و جامعه گرایی، توجه معقول و متعادل به دنیا و آخرت ، نداشتن تفکرات جبری و بی تفاوتی ، اعتقاد به اجرای قانون و روحیه نظم پذیری ، داشتن تفکر علمی و روحیه تحقق و نوآوری و بالاخره وجود آزادی اجتماعی ، فرهنگی ، سیاسی و عدالت اجتماعی اشاره کرد.

ادامه دارد

"تنوع زیستی سیاره ما راحفظ می کند"

از طریق اکسیژنی که درختان تولید می کنند ادامه حیات ممکن می شود ،با داروهایی که به دست می آوریم سلامت ما حفظ می شود ،پوشش گیاهی از بروز سیل ممانعت می کند

کنواسیون تنوع زیستی پیمانی است بین المللی که کشور جمهوری اسلامی ایران بر اساس قانون الحاق مورخ ۷۵/۳/۶ مجلس شورای اسلامی به عضویت آن در آمده و سازمان حفاظت محیط زیست به عنوان مرجع فنی صلاحیت دار پیگیری امور مربوطه را به عهده دارد . با توجه به مصوبه مجلس و ابلاغیه ریاست جمهور تصمیمات کنواسیون پس از تصویب در اجلاس متعاهدین لازم الاجرا بوده و جزو تعهدات کشور در قبال سازمان های بین المللی وابسته به ملل متحد می باشد .

تا کنون امضای متعاهدین به کنوانسیون تنوع زیستی ۱۸۸ کشور می باشد . هدف اصلی این کنوانسیون کاهش موثر روند از دست رفتن تنوع زیستی از طریق حفاظت و استفاده پایدار از اجزای تنوع زیستی و تقسیم عادلانه منافع ناشی از آن می باشد.

یکم خرداد ماه روز جهانی تنوع زیستی است ،تنوع زیستی گوناگونی حیات است،مجموعه ای از موجودات زنده به شکل های متفاوت ،تفاوت در ژن های بوجود آورنده یک گونه یا تمام گونه ها تفاوت در شکل و نوع درختان یک جنگل، یک بیشه و... است .در واقع تنوع زیستی وجود تمام مخلوقات الهی با نظم ذاتی برروی کره زمین است . باید گفت که تنوع زیستی از فرزندان ما و آینده آنها مراقبت می کند و سیاره ما را حفظ می کند چرا که: از طریق اکسیژنی که درختان تولید می کنند ادامه حیات ممکن می شود ،با داروهایی که به دست می آوریم سلامت ما حفظ می شود ،پوشش گیاهی از بروز سیل ممانعت می کند و امنیت ما را فراهم می آورد . از طریق گذراندن اوقات فراغت در دامن طبیعت ،آسایش روانی و آرامش روحی مافراهم می گردد و هزاران فایده دیگر .بشر امروزی به منظور دستیابی به منابع اقتصادی کوتاه مدت موجبات حذف بسیاری از گونه های جانوری و گیاهی را فراهم کرده است تا جایی که زیست شناسان اخطار داده اند اگر میزان جنگل زدایی ،تخریب تالابها مناطق ساحلی در مقیاس کنونی ادامه یابد ،نزدیک به یک میلیون گونه از کره زمین طی سه تا چهار دهه آینده ناپدید خواهد شد . یکی از دانشمندان علوم زیستی معتقد است که کاری که ما هم اکنون با تنوع زیستی می کنیم در واقع همانند سوزاندن شاهکارهای هنری دوره رنسانس برای پختن غذا است .

محیط زیست هر جامعه ،ثروت آن جامعه است که فقط به نسل حاضر اختصاص ندارد بلکه میزانی است که باید برای آیندگان نیز باقی بماند ،اگر بخواهیم در آینده جامعه بهتری داشته باشیم باید در جهت حفظ واحیاءوتوسعه این منابع بیش از پیش بکوشیم ،از جمله کارهایی که هر فرد به عنوان عضوی از اعضای این کره خاکی می تواند در راستای حفاظت از تنوع زیستی انجام دهد را می توان اینگونه خلاصه کرد :

آب،خاک وهوا را آلوده نسازیم تا جایی که امکان دارد کمتر مصرف کرده ،مواد زاید را بازیافت نموده و حتی الامکان از مواد طبیعی استفاده نماییم از طبیعت بطور منطقی استفاده نماییم واز رها کردن مواد شوینده در رودخانه ها وتالا بها بپرهیزیم و هنگام گردش در مناطق طبیعی از صدمه زدن به گیاهان و جانوران خودداری کنیم . همواره به خاطر داشته باشیم که گیاهان و جانوران نیز همانند انسان ها موجوداتی زنده هستند و حق حیات دارند وما باید به حفاظت و حمایت آنها بیشتر توجه کنیم.

اداره کل حفاظت محیط زیست هرمزگان نیز به مناسبت گرامیداشت روز جهانی تنوع زیستی اقدام به برگزاری نمایشگاهی در محل موزه نموده است که بازدید از آن برای عموم شهروندان رایگان می باشد برای اطلاعات بیشتر با تلفن ۶۶۷۰۳۹۱ تماس بگیرید.

مشاور املاک کوثر
(خرید-فروش-پیش فروش-رهن-اجاره)
مدیریت رحیمی
بندرعباس رسالت شمالی روبرو اتکا کوچه شهید خلیل افروغ
تلفن۶۶۶۹۶۶۷- همراه:۰۹۱۷۳۶۱۲۹۵۱ و ۰۹۱۷۳۶۸۳۴۹۳

دعوت به همکاری
سالن آرایش و زیبایی چهره سازان
جهت تکمیل کادر خود به تعدادی آرایشگر ماهر نیاز دارد
(ساعت تماس ۹ صبح الی ۱۰ شب)
همراه: ۰۹۱۷۱۶۸۹۵۴۶

آموزشگاه نانک
آموزش آشپزی ، شیرینی پزی ، سبزی آرایی
سفره آرایی ، تزیینات کیک با خامه ، نانهای فانتزی- آیسینگهای مختلف ، حجمی ، الگویی -آموزش مایکروفر -آموزش شیرینی و غذاهای محلی وبدون فر -آموزش مکاتبه ای و دوره مربیگری از فنی حرفه ای و اداره کار
آدرس : بین چهارراه بلوکی و سازمان ، بالای داروخانه دکتر شکیبا
تلفن : ۲۲۳۲۰۹۰

قابل توجه :
(ساختمان سازان به ویژه انبوه سازان صنف پلاستیک فروش، کانکس سازان وسردخانه سازان) استان هرمزگان
صنایع گام پلاست جنوب
اولین تولیدکننده پلاستوفوم در جنوب کشور
تولید کننده انواع بلوکهای سقفی و پانل های دیواری با پلاستوفوم از نوع کند سوز همچنین ورق های پلاستوفوم با سایزهای سفارشی از نوع معمولی مورد مصرف پلاستیک فروشی ها
هرگونه سفارشی پذیرفته می شود
بندر عباس : چهار راه رسالت ساختمان تجاری بنیاد طبقه ۲ فوقانی رفاه واحد ۲۲۸ - تلفن:۶۶۷۶۹۷۰-۶۶۷۹۶۳۰-۰۹۱۷۳۰۱۰۹۲۲ - تلفکس : ۶۶۷۹۶۳۰

تقدیر وتشکر
تشکر خود را از کلیه عزیزان که در رابطه با تصادف فرزند دلبندم مهرزاد بوسیله تلفن جویای حال ایشان شده اند خصوصا کارمندان محترم بانک سپه شعبه دانشگاه ،جناب آقای خواجوی و همکارانشان و پرسنل بانک ملی چهار راه فاطمیه اعلام می دارم
عبدالمجید بیقاء

مفقودی
بیمه نامه ،گواهی نامه وکارت ماشین آقای عقیل کدخدا زاده فرزند عزیزا... به شماره شناسنامه ۲۴۱۱۰ ،تاریخ تولد ۱۳۵۲ مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط می باشد
شورای حل اختلاف ویژه بسیجیان وایثارگران

آموزش آرایش و پیرایش
با مجوز رسمی از سازمان فنی وحرفه ای
مبتدی ، حرفه ای
ارائه مدرک بین المللی
آموزش مربیگری تخصصی ، عالی و پیشرفته
بندرعباس - چهارراه مرادی - روبروی دبستان دانشگاه - ساختمان بانک پارسیان -طبقه دوم واحد ۱۵ - تلفن : ۰۹۱۷۱۶۳۲۱۹۱ - ۲۲۴۴۹۵۳

سرکار خانم پریسا ادهمی
کسب مقام اول کشوری و دعوت به اردو تیم ملی تکواندو راصمیمانه به شما تبریک عرض می نماییم ضمن تشکر و قدردانی از مربی ارجمند خانم دارابی
امیر پرویز کلامی
نماینده شوتوکان کاراته هرمزگان (w،s،k،f)

فروشی
منزل ویلایی در چهار راه فاطمیه پشت تی بی تی سابق با سند به مبلغ ۳۲ میلیون تومان به فروس می رسد .
تلفن تماس: ۰۹۱۷۳۶۹۵۳۳۸
نوبت اول چهارشنبه ۸۶/۳/۲ - نوبت دوم :شنبه ۸۶/۳/۵

موسسه فرهنگی و هنری
پی په سرای هنر
مدیر عامل : مهدی نظری
قابل توجه روابط عمومی ادارات وسازمانهای دولتی وخصوصی
✓ طرف قرارداد با هنرمندان کشوری واستانی ✓ طراحی وساخت دکوراسیون باسازه های بومی (آلاچیق)
تلفکس :۳۳۴۳۵۷۹ - همراه : ۰۹۱۷۳۶۸۱۷۷۰ - ۰۹۱۷۳۶۹۹۸۸۶ - آدرس : بندرعباس : خواجه عطاء ، چمران ۳۱
مشاور ومجری برنامه های هنری جشنواره ها و نمایشگاهها

رسول اکرم (ص) :
خداوند متعال به جوانی که نادانی نمی کند با دیده تحسین نظر می کند
سازمان ملی جوانان استان هرمزگان