خوراکی ها

خواص شگفت انگیز جو دوسر که از آن غافل بودید

یکی از مناسب‌ترین روش‌ها برای لاغری و کاهش وزن استفاده روزانه از جو دوسر است.

جو دوسر یکی از غلات سبوس‌دار است که به دلیل فواید زیادی که برای بدن دارد، مشهور شده است. آیا تا به حال به این فکر کرده اید که اگر روزانه جو دوسر مصرف کنید چه اتفاقی برای بدن شما می‌افتد؟

جو دوسر یکی از غلات کامل است که در صورت مصرف منظم می‌تواند یک صبحانه ایده آل، سالم، سریع و مغذی باشد. در این گزارش مزایای جو دوسر را به عنوان یک وعده غذایی روزانه به شما معرفی کنیم.

۱ - منبع انرژی

خوردن یک وعده جو دوسر برای صبحانه مقدار زیادی انرژی را برای شما در طول روز فراهم می‌کند و به شما کمک می‌کند بدون خستگی به انجام کارهای روزانه خود بپردازید.

این ناشی از محتوای بالای فیبر غذایی، یکی از کربوهیدرات‌های پیچیده است که به تنظیم سطح قند خون کمک می‌کند، احساس سیری را افزایش می‌دهد و برای مدت طولانی انرژی بیشتری می‌بخشد. جو دو سر حاوی مقدار زیادی ویتامین B است که به ارتقاء فرآیندهای تولید انرژی در بدن کمک می‌کند.

۲ - کاهش خطر چاقی

یکی از فواید جو دوسر به عنوان وعده غذایی روزانه، کاهش خطر چاقی است. این به دلیل محتوای بالای فیبر غذایی است که به پر شدن معده و افزایش احساس سیری کمک می‌کند.

در مقایسه با غلات صبحانه که از دانه‌های ذرت تهیه می‌شوند، جو دوسر دیرتر هضم می‌شود، بنابراین احساس گرسنگی و تعداد وعده‌های غذایی را کاهش می‌دهد و از افزایش وزن و چاقی جلوگیری می‌کند.

۳ - پیشگیری از دیابت

جو دوسر از دیابت نوع ۲ جلوگیری می‌کند، زیرا دارای شاخص گلیسمی پایین (شاخص گلیسمی بالا) است. وقتی شاخص گلیسمی غذا پایین است، این بدان معناست که روند تخلیه معده کندتر می‌شود و بنابراین این امر بر سطح قند خون تأثیر می‌گذارد و حساسیت به انسولین را بهبود می‌بخشد.

۴ - ارتقاء سلامت قلب

یکی از فواید جو دوسر به عنوان وعده غذایی روزانه، افزایش سلامت قلب است. بسیاری از مطالعات مصرف جو دوسر را با افزایش سلامت قلب، به دلیل محتوای بالای فیبر غذایی و همچنین منبع غنی ویتامین‌ها و مواد معدنی مهم برای تنظیم عملکرد قلب مرتبط دانسته‌اند.

همچنین در مطالعه‌ای که در مجله American of Clinical Nutrition منتشر شد، مشخص شد که خوردن وعده‌های غذایی غلات کامل خطر بیماری عروق کرونر قلب را کاهش می‌دهد.

همچنین نشان داده شده که بتا گلوکان، یکی از مهمترین فیبرهای محلول موجود در جو دوسر، بر کاهش کلسترول تأثیر مثبت دارد.

۵ - تقویت سلامت پوست

جو دوسر یکی از غذاهای ایده آل برای ارتقاء و مراقبت از سلامت پوست است. آکادمی پوست آمریکا، جو دوسر را برای بیماری‌های مختلف پوستی، از جمله اگزما توصیه می‌کند.

۶ - ارزش غذایی عالی

جو دوسر منبع بسیار زیادی از مواد مغذی مختلف مورد نیاز برای سلامت بدن مانند کربوهیدرات‌های پیچیده، پروتئین‌های گیاهی و چربی کمی؛ بسیاری از مواد معدنی و ویتامین‌های مهم مانند آهن، مس، فسفر، کلسیم و روی است.

۷ - کاهش خطر ابتلا به آسم در کودکان

مطالعات نشان داده است که تغذیه نوزادان زیر ۶ ماه با جو دوسر خطر ابتلا به آسم در دوران کودکی را کاهش می‌دهد.

۸ - کاهش یبوست

مطالعات نشان داده است که سبوس جو دوسر یبوست را در افراد مسن کاهش داده و نیاز آن‌ها به استفاده از ملین‌ها را کاهش داده است.

«خلیج گرگان» بزرگترین خلیج دریای خزر در آستانه خشکسالی

خلیج گرگان بزرگ‌ترین خلیج دریای خزر است که در محدوده جغرافیایی ایران و بین دو استان مازندران و گلستان قرار دارد. در این حال مساحت وسیعی از خلیج هم‌اکنون خشک شده و رو به نابودی است.

اخاذی از زنان شهرری به بهانه رمالی

فرمانده انتظامی شهرستان ری از دستگیری فرد شیطان صفتی خبر داد که به بهانه رمالی، بانوان این شهرستان را مورد آزار و اذیت قرار می‌داد.

سرهنگ دوستعلی جلیلیان اظهار کرد: طی ۴۸ ساعت گذشته، ۲۸۵ نفر سارق، خرده فروش موادمخدر و... دستگیر شدند.

وی با اشاره به اینکه ۲ قبضه سلاح گرم و ۲۳ قبضه سلاح سرد از متهمان کشف شد، گفت: در عملیاتی بیش از ۸۴ کیلوگرم انواع موادمخدر از ۴۸ فروشنده کشف و ضبط شده است.

سرهنگ جلیلیان با بیان اینکه ۱۳ باند متلاشی و ۱۹۰ نفر از سارقان سابقه‌دار و حرفه‌ای دستگیر و ۱۹۸ فقره سرقت کشف و اموال تحویل متهمان شد، تصریح کرد: ۲۲نفر از اراذل و اوباش که غالبا مزاحمین نوامیس بودند دستگیر شدند. فرمانده انتظامی شهرستان ری با بیان اینکه در این مرحله از طرح ارزش کالاهای اموال مکشوفه بیش از ۱۱میلیارد تومان ارزیابی شده است، بیان کرد: با تلاش همکارانم در طول ۳ماهه اخیر بیش از ۱۴ درصد کاهش وقوع سرقت، ۱۸ درصد افزایش کشف و ۵۰ درصد افزایش دستگیری سارقان را در حوزه انتظامی شهرری داشتیم.

وی از دستگیری فردی رمال که با شیادی اقدام به اغفال عده‌ای از بانوان مقیم شهرستان ری می‌کرد خبر داد و گفت: این فرد پس از انجام پاره‌ای از اقدامات امنیتی، اطلاعاتی و انتظامی شخص مذکور شناسایی و دستگیر شد که هر ۷ نفر شاکی این پرونده متهم را شناسایی کردند.

سرخ‌ترین تالاب ایران

تالاب "هسل" در نزدیکی شهر چالوس و در مجاورت مرزن آباد در جنگل "مشل" واقع شده است.

انتقام خانم دکتر قلابی از پیرمرد ثروتمند

خانم دکتر جوان که از پیرمرد ثروتمند همسایه کینه به دل گرفته بود، در اقدامی عجیب با گرفتن وکالت فروش از پیرمرد همه اموال او را تصاحب کرد.

مدتی قبل زن جوانی به پلیس رفت و از سرقت لوازم خانه‌اش شکایت کرد و گفت: مرد جوانی وارد خانه‌ام شده و لوازم داخل خانه را به سرقت برده است.

با شکایت زن جوان به نام فرنگیس، دستور بازداشت مرد جوان صادر و او بازداشت شد. اما وی در تحقیقات منکر ادعای سرقت شد و گفت: آپارتمانی که فرنگیس مدعی است من از آن سرقت کرده‌ام متعلق به پدربزرگم است. از آنجایی که پدر بزرگم، کهولت سن دارد و به تنهایی نمی‌تواند زندگی کند، در خانه پدرم زندگی می‌کند.

او ادامه داد: هر چند وقت یکبار به خانه پدربزرگم سر می‌زدم و روز حادثه زمانی که به خانه او رفتم متوجه شدم که قفل در ورودی عوض شده است. با قفل‌ساز تماس گرفتم و از او برای باز کردن در کمک خواستم. از آنجایی که ماجرا مشکوک به نظر می‌رسید از ابتدای ورود قفل ساز شروع به فیلمبرداری کردم و زمانی که وارد خانه شدم، با صحنه عجیبی مواجه شدم. داخل خانه هیچ وسیله‌ای نبود و تمام وسایل به سرقت رفته بود.

بازداشت زن جوان

با وجود ادعای حمید در خصوص اینکه خانه متعلق به پدر بزرگش است، اما فرنگیس مدعی بود که خانه متعلق به او است تحقیقات در این باره آغاز شد و در بررسی‌های صورت گرفته مشخص شد سند خانه هنوز به نام پدربزرگ حمید است، اما زن جوان به صورت وکالتی آن را خریداری کرده است.

ازسویی در ادامه تحقیقات توسط قاضی مدرسی از شعبه ۴ دادیاری دادسرای ویژه سرقت؛ حمید بی‌گناه شناخته و آزاد شد. با آزادی حمید این‌بار پدر او به عنوان شاکی به دادسرا مراجعه و از فرنگیس به اتهام تصاحب اموال پدرش شکایت کرد.

به گزارش عصر ایران در ادامه تحقیقات مشخص شد فرنگیس نه تنها خانه پیرمرد، بلکه چندین ملک دیگر او را که در منطقه دماوند بود نیز فروخته است. با توجه به مدارک به دست آمده به دستور دادیار شعبه چهارم دادسرای ویژه سرقت، فرنگیس که زمانی به عنوان شاکی قدم به دادسرا گذاشته بود این‌بار به عنوان متهم مورد تحقیق و بازجویی قرار گرفت.

زن جوان که خودش را تحصیلکرده و دارای مدرک دکترای حقوق معرفی کرد در نهایت لب به اعتراف گشود و گفت: این پیرمرد یکی از ثروتمندان منطقه ما است. او همسایه پدربزرگم است و از این طریق او را می‌شناختم. وقتی جوان بود با توجه به وضع مالی خوبی که داشت ما را خیلی تحقیر می‌کرد و همین مسأله باعث شده بود که از او کینه به دل بگیرم. بشدت با ما بدرفتاری می‌کرد، اما این سال‌های آخر با توجه به کهولت سن و پیری، کمی مهربان شده بود. من هم از این مهربانی‌اش استفاده کرده و کم کم به بهانه اینکه مرا یاد پدر بزرگم می‌اندازی، به او نزدیک شدم.

فرنگیس گفت: پیرمرد بعد از مدتی مدعی شد که می‌خواهد اموالش را بفروشد و من به او گفتم دکترای حقوق دارم و می‌توانم این کار را برایش انجام دهم. من وکالت فروش از او گرفتم تا آپارتمانش و املاک دماوند را به فروش برسانم و پول آن را به او بدهم. اما خیانت در امانت کردم و اموالش را فروختم و پولش را خودم برداشتم، به غیر از فروش اموال پیرمرد حدود دو میلیارد تومان نیز به بهانه اینکه کارهای فروش املاک به پول نیاز دارد از او پول گرفتم. وسایل داخل خانه‌اش را هم خودم برداشتم و زمانی که متوجه شدم نوه‌اش برای سرکشی به آنجا رفته است به دروغ ادعای سرقت را مطرح کردم. از کاری که انجام دادم پشیمانم و حاضرم تمامی اموال را برگردانم.

تبلیغ اینستاگرامی

در بررسی‌های صورت گرفته مشخص شد فرنگیس یک پیج اینستاگرامی با عنوان وکیل معتبر حقوقی تشکیل داده و حتی بازیگران مطرح زیادی از دنبال‌کننده‌های او بوده و در صفحات خودشان برای او تبلیغ می‌کرده‌اند.

فرنگیس حدود دو میلیارد تومان پول، آپارتمان و املاک دماوند و همچنین وسایل داخل خانه را به شاکی برگرداند، اما در ادامه خانواده شاکی مدعی شدند از آنجایی که مدارک شناسایی پدرشان به خاطر کهولت سن نزد آنهاست، چطور دفترخانه اقدام به دادن وکالت کرده است.

با این شکایت جدید تحقیقات ادامه یافت و مشخص شد که یکی از دفترخانه‌ها به صورت غیرقانونی این کار را انجام داده و بدین ترتیب سردفتر و یکی از کارمندان دفترخانه نیز به عنوان متهم در این ماجرا شناسایی شدند.

در ادامه تحقیقات مشخصات شد فرنگیس تمامی این کارها را با همدستی مرد جوانی به نام آرش انجام داده است. بدین ترتیب آرش نیز در این پرونده بازداشت شد و تحقیقات در این خصوص ادامه دارد.

زلزله ۳ ریشتری فیروزکوه را لرزاند

زمین‌لرزه‌ای به شدت ۳ ریشتر فیروزکوه در شمال شرق استان تهران را تکان داد.

زلزله‌ای به قدرت ۳ ریشتر ساعت ۶ و ۴۰ دقیقه صبح دوشنبه "ارجمند" فیروزکوه در شمال شرق استان تهران را تکان داد.

مرکز این زمین‌لرزه ارجمند فیروزکوه بوده است. عمق زمین‌لرزه نیز ۸ کیلومتر و در طول جغرافیایی ۵۲,۴۹۰ و عرض جغرافیایی ۳۵,۷۴۶ ثبت شد. خوشبختانه تاکنون این زلزله خسارتی در بر نداشت.

آسمان آفتابی برای بیشتر مناطق کشور تا پایان هفته

مدیرکل پیش‌بینی و هشدار سریع سازمان هواشناسی ضمن اشاره به اینکه آسمان بیشتر مناطق کشور طی پنج روز آینده آفتابی است، از وقوع رگبار باران در برخی استان‌های واقع در نوار شمالی و برخی نقاط جنوب شرق کشور خبر داد.

صادق ضیاییان در گفت‌وگویی ضمن بیان اینکه آسمان کشور طی پنج روز آینده بجز در سواحل شمال و برخی نقاط جنوب شرق، آفتابی خواهد بود، اظهار کرد: در برخی نقاط استان‌های مازندران و گلستان بارش پراکنده پیش‌بینی می‌شود.

وی ادامه داد: امروز (۳۰ شهریور) در استان‌های مازندران، گلستان و برخی نقاط خراسان شمالی رگبار باران، گاهی همراه با رعدوبرق و وزش باد و چهارشنبه (۳۱ شهریور) نیز بارش پراکنده در مازندران و گلستان رخ خواهد داد. همچنین رگبار باران، گاهی همراه با رعدوبرق در استان‌های گیلان و مازندران طی پنجشنبه و جمعه (۱ و ۲ مهر) مورد انتظار است.

به گفته ضیاییان، طی پنج روز آینده رشد ابر، گاهی رگبار و رعد و برق و وزش باد شدید موقت در جنوب سیستان و بلوچستان، جنوب کرمان و برخی نقاط هرمزگان به‌ویژه در ساعات بعدازظهر پیش‌بینی می‌شود.

وی افزود: تا چهارشنبه (۳۱ شهریور) در شرق خراسان جنوبی و شمال سیستان و بلوچستان در منطقه زابل خیزش گرد و خاک و کاهش کیفیت هوا انتظار می‌رود همچنین تا چهارشنبه (۳۱ شهریور) خلیج فارس و سواحل شرقی دریای خزر مواج و متلاطم خواهد بود.

مدیرکل پیش‌بینی و هشدار سریع سازمان هواشناسی درباره وضعیت جوی تهران طی دو روز آینده اظهارکرد: آسمان تهران امروز (۳۰ شهریور) صاف و گاهی همراه با وزش باد با حداقل دمای ۲۱ و حداکثر دمای ۳۳ درجه سانتیگراد و طی چهارشنبه (۳۱ شهریور) نیز صاف و گاهی همراه با وزش باد با حداقل دمای ۲۱ و حداکثر دمای ۳۳ درجه سانتیگراد پیش‌بینی می‌شود.

ضیاییان در پایان گفت: طی امروز (۳۰ شهریور) اهواز با بالاترین دمای ۴۱ درجه سانتیگراد گرم‌ترین و اردبیل با بیشینه دمای ۲۴ درجه سانتیگراد خنک‌ترین مراکز استان‌های کشور هستند.

***کاهش کیفیت هوای تهران**

آسمان صاف تا کمی ابری برای استان تهران و کاهش کیفیت هوای تهران پیش‌بینی می‌شود.

براساس اعلام اداره کل هواشناسی استان تهران، آسمان استان تهران طی چهار روز آینده صاف تا کمی ابری گاهی همراه با وزش باد پیش‌بینی می‌شود.

پیش‌بینی‌های انجام شده در شرکت کنترل کیفیت هوای شهر تهران نشان می‌دهد که کاهش تندی باد در طول روز پراکندگی آلاینده‌ها را محدود خواهد کرد همچنین با توجه به تولید و تجمع آلاینده ازن در ساعات بعدازظهر، کاهش کیفیت هوا در برخی نواحی دور از انتظار نخواهد بود. با تداوم این شرایط جوی تا اواخر وقت همراه با افزایش ترافیک شامگاهی کیفیت هوا در مناطق پرتردد در وضعیت ناسالم برای گروه‌های حساس قرار خواهد گرفت.

عدم وزش باد مؤثر تا اواخر وقت امشب همراه با افزایش تردد خودروها سبب افزایش غلظت ذرات معلق و کاهش کیفیت هوا در برخی مناطق پیش‌بینی می‌شود.

آلاینده شاخص هوای تهران طی ۲۴ ساعت گذشته ذرات معلق کمتر از ۲.۵ میکرون با میانگین ۸۶ بود و کیفیت هوا در وضعیت قابل قبول قرار داشت.

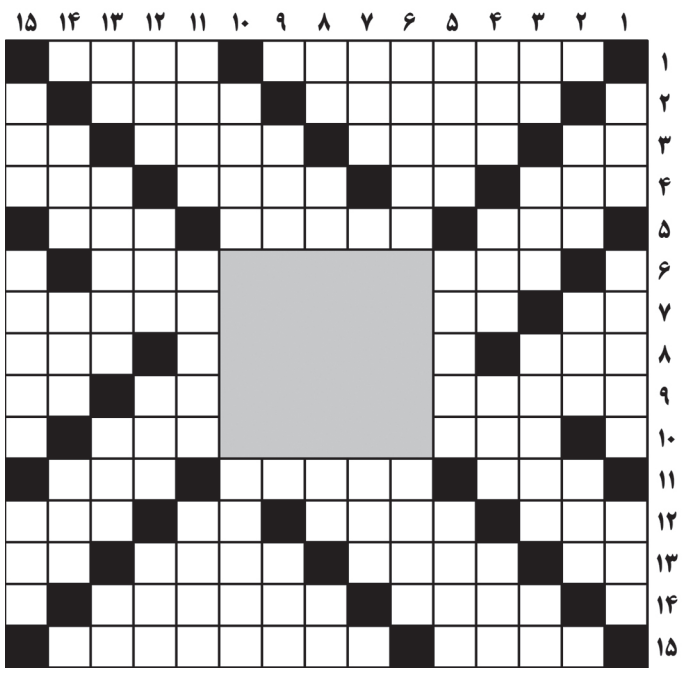
جدول ۷۲۲۸

افقی :

۱ - مادر حضرت ابوالفضل - اجرام کیهانی ۲ - فرستاده خدا - مهر و موم ۳ - روشنایی - واحد شدت جریان الکتریکی - بخت و اقبال - جم وارونه ۴ - گهواره - ضمیر غائب - بخیل تر - جوان ۵ - فرش - پیام آوری - در خانه بالای سرمان است ۶ - جود و بخشش - رشته کوهی در اروپا ۷ - پهلوان - گوشت آذری - ظرف ابخوری ۸ - دو رنگی - زمین پر آب و علف ۹ - همبازو - نام ترکی - چیز ۱۰ - بت - نوعی پخت برنج ۱۱ - تنبل جالیزی - امپراتوری باستانی آسیا که مرکزش « سارد » بود -عطیه و بخشش ۱۲ - چکش سنگین - زین ساز - حس وارونه - مفصل میان کف و ساعد ۱۳ - تکبر - نوعی حریر - نقاش و گراور ساز آلمانی - رمزینه ۱۴ - برابر قرابت و خویشاوندی - خانه زیر زمینی ۱۵ - مخترع جت - غذای جنوبی

عمودی :

۱ - تحلیل غذا در معده - بیماری پوستی - پول خرد انگلیس ۲ - بخشنده - پرهیزگاری - دوستان خاموش ۳ - نقشه انگلیسی - وسیله نخ ریسی - فیلمی از قاسم جعفری - گیاه مرداب ۴ - کلمه پرسشی - تیز و قاطع - فرزند - نااستوار ۵ - شتر بی کوهان - پیشی گیرنده - گل هفت سین ۶ - نام ایرانشهرسابق - شیوه زندگی اشراف بریتانیا ۷ - امر به نبردن - نومیدی ۸ - برابر ومساوی - یازده - چسبناک - بیماری ریوی ۹ - بچه شیر - فارسی باستان ۱۰ - مقابل ساخت - فارغ ۱۱ - سرهنگ - برگشتن از دین - حلال نیست ۱۲ - خاک گور - طلا - درجه حرارت - بهره وام ۱۳ - بالای فرنگی - نامی پسرانه - ذره باردار - تکرار حرف ۱۴ - نام ستاره ای در صورت مراه السلسه - زمین آماده کشت - از پرندگان کوچک ۱۵ - ماه قمری - امطای حکم مسئولیت - دشمن



حل جدول ۷۲۲۷

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	■	ن	گ	ه	ب	ا	ن	د	ل	■	خ	ل	و	ص	■
۲	س	■	س	د	ه	و	و	ر	■	ف	ر	ن	چ	■	ا
۳	ت	خ	■	ا	ی	ن	چ	■	گ	ر	ا	ز	■	ه	ر
۴	ر	ا	ب	■	ن	ی	■	ز	ی	ن	ب	■	ت	ن	ش
۵	■	م	ذ	ل	■	س	م	ب	ا	ل	■	ج	ی	ر	■
۶	ک	■	ل	ح	ن	■	■	■	■	■	ا	ر	م	■	ا
۷	ر	ی	■	م	ع	■	■	■	■	■	م	ا	ب	ی	ن
۸	ش	غ	ب	■	ا	■	■	■	■	■	ه	■	و	ت	د
۹	م	ر	د	ن	ی	■	■	■	■	■	ا	ف	■	ی	ا
۱۰	ه	■	ر	ج	م	■	■	■	■	■	ل	ر	ز	■	ز
۱۱	■	س	و	ف	■	ر	و	ی	ا	ن	■	خ	ف	ت	■
۱۲	پ	ر	ز	■	ن	گ	ی	ن	■	و	م	■	ه	ل	ک
۱۳	ر	ه	■	د	ر	و	ن	■	ق	ا	ض	ی	■	ه	ا
۱۴	س	■	ی	ح	ی	ی	■	گ	و	ف	ی	ا	ن	■	ش
۱۵	■	ا	ل	ا	و	■	ذ	ی	ا	ل	ق	ر	ب	ی	■

صدای شما

تلفن تماس ۹ - ۷۷۶۴۴۴۲۰ (داخلی۳۴)
همه روزه بجز پنجشنبه‌ها ازساعت۱۰/۳۰ تا ۱۲

***رضایی از تهران:** چرا در یک بازه زمانی ۱۰۰ روزه یعنی از اوایل خردادماه تاکنون قیمت تخم‌مرغ ۲ برابر شده است؟ از برنج و گوشت هم صحبت نمی‌کنیم و فقط همان تخم‌مرغ را می‌گوییم که شاید با نان نیمرویی از آن حاصل و جماعتی را سیر کند. چرا جلوی این رشدهای قارچ‌گونه را نمی‌گیرند؟

پاسخ مسئولین

پاسخ روابط عمومی شهرداری منطقه یک

پیرو انتشار پیام مردمی در آن روزنامه مورخ ۱۴۰۰/۶/۱۸ با عنوان «رسیدگی به سرویس بهداشتی بوستان قیطریه» ضمن تشکر از این شهروند گرامی، به اطلاع می‌رساند: طبق گزارش ناحیه ۷ این منطقه اقدامات روزانه جهت نگهداری سرویس‌های بهداشتی بوستان قیطریه درحال انجام می‌باشد و به طور مستمر توسط پیمانکار بوستان فوق انجام و کنترل می‌شود. با این حال تأکید ویژه و تذکرات لازم به ایشان ابلاغ شد.

نامه های شما

خوانندگان محترم لطفا نامه های خود را حداکثر در یک صفحه با خط خوانا با قید نام - نشانی و تلفن تماس ارسال نمایید

سرانجام احداث زمین ورزشی پس از گذشت ۲ دهه به کجا انجامید؟

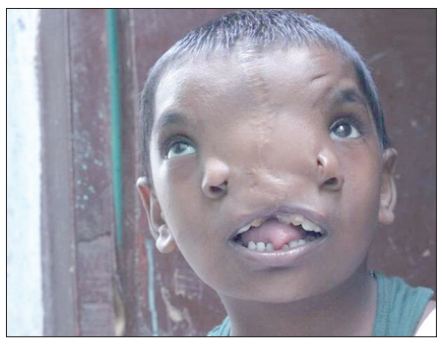
زمین ورزشی واقع در خیابان شهیدان اسفندیاری سعادت‌آباد در مجاورت پارک پرواز نزدیک به دو دهه است که پس از گودبرداری و فونداسیون کاری بلاتکلیف به حال خود رها شده و تاکنون چندین شهردار و شورای شهر و پیمانکار تعویض شده‌اند اما خبری از ساخت‌وساز دیده نمی‌شود و اکنون به محل تخلیه نخاله‌های ساختمانی، زباله‌دانی و آبریزگاه عمومی تبدیل شده که حتی این وضعیت اسفبار از هتل اسپیناس پلاس محل اقامت مهمانان خارجی به وضوح پیداست...

بارها ازطریق رسانه‌ها از شهردار منطقه ۲ در سعادت‌آباد تهران خواستار رسیدگی به این وضعیت شدیم اما متأسفانه مدیران اسبق و وقت هیچ‌گونه اقدام و توجهی به موضوع مطروحه نداشته و حتی به علت ناامن بودن حاشیه این زمین احتمال سقوط رهگذران و کودکانی که در مجاورت این زمین فوتبال بازی می‌کنند، وجود دارد.

بنابراین از شهردار منطقه ۲ تهران و اعضای شورای شهر درخواست بازدید از محل یادشده و رسیدگی و رهایی از بلاتکلیفی داریم. مبادا حادثه ناگواری اتفاق بیفتد و شاهد نوشداروی سهراب پس از مرگ باشیم!

محمدرضا کاظمیان - تهران

دختر هندی با ۲ بینی



یک دختر شش ساله هندی که با ضایعه‌ای روی صورتش بدنیا آمد پس از برداشتن این ضایعه بوسیله جراحی، روی صورت او دو بینی باقی ماند.

هکر بیکار، سایت دانشگاه را هک کرد و نظم کلاس‌ها را بهم ریخت

رئیس پلیس فتای خراسان جنوبی گفت: متهمی که با دسترسی به حساب کاربری سامانه دانشجویی شاکی موجب بر هم زدن انضباط کلاس‌های مجازی شده بود، دستگیر شد.

سرهنگ علی محمدپور، اظهار کرد: در پی شکایت خانم جوانی مبنی بر اینکه فردی ناشناس با دسترسی به نام کاربری و پسورد سامانه دانشجویی‌ام به کلاس‌های درسی اینجانب ورود پیدا کرده و موجب برهم زدن انضباط کلاس‌های مجازی شده و همچنین تمرین‌های درسی بنده را تغییر داده است، پرونده‌ای در این رابطه تشکیل شد و در دستور کار کارشناسان پلیس قرار گرفت.

به گزارش ایسنا و به گفته وی افسران پلیس فتا با توجه به مستندات شاکی و بررسی‌های اولیه و اقدامات فنی و پلیسی، متهم را شناسایی، پرونده وی را تکمیل و به مراجع قضایی ارسال کردند.

وی به هموطنان هشدار داد اطلاعات حساب کاربری خود را در اختیار دیگران قرار ندهند و در صورتی که افراد دیگری امور دانشجویی آنها را انجام دادند بلافاصله نسبت به تغییر رمز اقدام کنند.

محمدپور گفت: شهروندان هشدارهای پلیس فتا را جدی بگیرند و در صورت اطلاع از هرگونه فعالیت مجرمانه در فضای مجازی یا پیام رسان‌های موبایلی موضوع را از طریق نشانی پلیس فتا به آدرس www.cyberpolice.ir بخش ارتباطات مردمی گزارش کنند.

کباب صلواتی برای زائران اربعین

تا جایی که چشم کار می‌کند از کیلومترها دورتر از بین الحرمین- هزاران موکب و ایستگاه صلواتی زائران امام حسین(ع) و حضرت عباس(ع) را با انواع غذاهای لذیذ پذیرایی می‌کنند.