

پزشک طب سنتی را با سیم مقتول خفه کردند

بامداد سه‌شنبه ۲۹ شهریور زن جوانی از خانه‌اش در شرق تهران بیرون دوید و با فریاد از قتل شوهرش خبر داد.

دقایقی بعد، همسایه‌ها برای کمک‌رسانی به خانه آنها رفتند و جسد مرد جوانی را که در سالن پذیرایی افتاده بود، مشاهده کردند.

بلافاصله این حادثه ازسوی اهالی ساختمان به مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ گزارش داده شد و بدین ترتیب مأموران کلاترتی ۱۲۷ کیلبرگ، کارآگاهان اداره دم

توصیه‌های پلیس درباره زیور آلات کودکان

دستگیری کودک‌ربای حرفه‌ای در جنوب تهران

– رئیس پلیس آگاهی تهران از دستگیری یک کودک‌ربا در جنوب تهران خبر داد و گفت: متهم به ۲ کودک‌ربایی اعتراف کرده است.



به گزارش پایگاه خبری پلیس، سرهنگ کارآگاه " علی ولیپور گودرزی" رئیس پلیس آگاهی تهران بزرگ اظهار کرد: با وقوع یک فقره آدم‌ربایی دخترپچه ۶ ساله در جنوب تهران موضوع رسیدگی به پرونده در دستور کار تیمی زنده از کارآگاهان اداره یازدهم پلیس آگاهی قرار گرفت.

وی با بیان اینکه کودک‌ربا یک زن است، افزود: تحقیقات ابتدایی کارآگاهان نشان داد، دخترپچه ۶ ساله به همراه مادر بزرگش برای اقامه نماز به مسجدی در محدوده شرق تهران مراجعه کرده است و زمانی که مادربزرگ درحال نماز خواندن بوده، کودک به همراه کیف مادربزرگ که در دست داشته از مسجد خارج شده است.

تداوم رگبار و رعد و برق دربرخی از استان‌ها

رگبار پراکنده، گاهی رعد و برق و وزش باد شدید موقت رخ می‌دهد.

رئیس مرکز ملی پیش‌بینی و مدیریت بحران مخاطرات وضع هوا افزود: جمعه (اول مهر) در برخی



صادق ضیاییان درباره شرایط جوی کشور اظهار کرد: براساس تحلیل آخرین نقشه‌های پیش‌بینی هواشناسی امروز پنجشنبه (۳۱ شهریور) در شرق هرمزگان، شمال فارس، شرق کهگیلویه و بویراحمد و بخش‌هایی از اصفهان به‌ویژه در ساعات بعدازظهر و اوایل شب افزایش ابر و رگبار پراکنده، گاهی رعد و برق و وزش باد شدید موقت پیش‌بینی می‌شود.

وی ادامه داد: همچنین با گذر امواج تراز میانی جو، موزنا شدت بیشتردر برخی مناطق آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی، اردبیل، شمال ایلام، کردستان، زنجان، کرمانشاه و ارتفاعات البرز مرکزی و البرز غربی

مناطق شمال غرب و شنبه (۲ مهر) در برخی مناطق گیلان و شمال غرب کشور بارش پراکنده رخ می‌دهد. یکنشنبه (۳ مهر) نیز در استان‌های ساحلی خزر و برخی مناطق شمال غرب کشور شاهد بارش خواهیم بود.

به گفته ضیاییان شرایط برای شکل‌گیری توده گردوخاک روی کشور عراق مهیا است. از این رو از امروز نفوذ گردوخاک و کاهش کیفیت هوا در شمال غرب و نوار غربی کشور انتظار می‌رود. جمعه در شمال

غرب و شنبه و یکشنبه در جنوب غرب و نوار شرقی کشور، در برخی ساعات، سرعت وزش باد افزایش می‌یابد که خیزش گردوخاک در مناطق مستعد دور از

من و دخترم خوشحال به خانه مادرم رفتم اما وقتی آخر شب به خانه برگشتم متوجه شکستگی در خانه شدیم و وقتی شوکه وارد خانه شدیم جسد همسرم را دیدیم.

تحقیقات میدانی کارآگاهان اداره دهم پلیس آگاهی از خانه مقتول حکایت از آن داشت، ۱۰ سکه طلا و ۱۰ هزار دلار نیز به سرقت رفته و عامل این جنایت، سیم مقتولی که قتل را با آن مرتکب شده با خود برده است. به دستور بازپرس حسین‌پور تحقیق از خانواده مقتول و بررسی دوربین‌های مدرسته اطراف ساختمان صادر شد.



گفت: من به دلیل نیاز مالی که داشتم با پرسه زنی در مساجد و شناسایی کودکانی که زیورآلات به همراه داشتند را در یک فرصت مناسب به بهانه دادن غذای نذری آنان را اغفال و پس از سرقت طلاجات گوشواره و النگو، کودکان را در محدوده‌های ربایش‌ها می‌کردم و اموال مسروقه را به فردی می‌فروختم. سرهنگ کارآگاه ولیپور گودرزی خاطرنشان کرد: متهمه با صدور قرار قانونی ازسوی مرجع قضایی برای کشف جرائم احتمالی و شناسایی سایر شکات در اختیار کارآگاهان اداره یازدهم پلیس آگاهی قرار گرفت.

توصیه‌های پلیسی آگاهی تهران بزرگ در خصوص زیور آلات کودکان

۱ – همراه داشتن زیور آلات و دوچرخه گرانبه‌ها، بچه‌ها را در معرض آسیب قرار می‌دهد.

۲ – زیور آلات برای دختر بچه‌ها به معنای ایجاد نا امنی برای آنهاست.

۳ – هنگامی که بچه‌ها در سطح شهرتتها تردد و بازی می‌کنند، زیور آلات آنها را در منزل نگه دارید.

۴ – بچه‌ها نباید با اشیاء و وسایل گرانتقیمت تنها در شهر تردد کنند.

۵ – به کودکانان اجازه ندهید همراه با زیور آلات و اشیای گران مثل دوچرخه به تنهایی به بازی و تردد در کوچه و خیابان بپردازند.

انتظار نیست.

وی افزود: اواخر وقت جمعه شرق خلیج فارس و شنبه و یکشنبه خلیج فارس و دریای خزر مواج پیش‌بینی می‌شود.

رئیس مرکز ملی پیش‌بینی و مدیریت بحران مخاطرات وضع هوا درباره وضعیت جوی تهران طی دو روز آینده اظهار کرد: آسمان تهران امروز (۳۱ شهریور) صاف تا قسمتی ابری با احتمال وزش باد شدید در بعد از ظهر با حداقل دمای ۲۲ و حداکثر دمای ۳۳ درجه سانتیگراد و طی جمعه (اول مهر) صاف تا کمی ابری و گاهی وزش باد با حداقل دمای ۲۳ و حداکثر دمای ۳۳ درجه سانتیگراد پیش‌بینی می‌شود.

ضیاییان در پایان گفت: طی امروز (۳۱ شهریور) اهواز با دمای ۴۱ درجه سانتیگراد گرم‌ترین و ارومیه با دمای ۹ درجه سانتیگراد سردترین مراکز استان کشور هستند.

***کاهش دمای تهران از شنبه آینده**

براساس اعلام اداره کل هواشناسی استان تهران، طی پنج روز آینده آسمانی صاف تا قسمتی ابری همراه با وزش باد و از شنبه (۲ مهرماه) کاهش نسبی دما پیش‌بینی می‌شود.

براساس بررسی داده‌ها و نقشه‌های پیش‌یابی هواشناسی، وضعیت جوی استان تهران طی امروز و فردا در ارتفاعات استان به‌ویژه در ارتفاعات شرقی افزایش ابرناکی گاهی همراه با رگبار پراکنده باران با احتمال رعد و برق مورد انتظار است.

طی امروز پنجشنبه(۳۱ شهریورماه) در سطح استان به‌ویژه بخش‌های جنوبی و غربی گاهی وزش باد شدید و گردوخاک و کاهش نسبی کیفیت هوا پیش‌بینی می‌شود.

تا روز جمعه(اول مهرماه) روند افزایش نسبی دما و از روز شنبه هفته آینده (۲ مهرماه) روند کاهش نسبی دما مورد انتظار خواهد بود.

تصادف ۸ خودرو در بزرگراه اشرفی اصفهانی



سختگوی سازمان اورژانس کشور از تصادف چند خودرو در بزرگراه اشرفی اصفهانی تهران خبر داد.

مجتبی خالدی سخنگوی سازمان اورژانس کشور اظهار کرد: حوالی ساعت ۱۲ دپروژ یک مورد تصادف بین چند دستگاه خودرو در بزرگراه اشرفی اصفهانی، پیش از همت به مرکز فوریت‌های ۱۱۵ اورژانس اطلاع داده شد که بلافاصله پس از آن تکنیشن‌های اورژانس به محل اعزام شدند.

وی ادامه داد: در محل مشاهده شد که هفت دستگاه خودرو از جمله یک دستگاه پژو ۲۰۶، کوئیک، وانت و موتورسیکلت و.. با یکدیگر برخورد کردند و خودرو وانت نیز واژگون شده بود. سخنگوی آتش‌نشانی تهران گفت: این حادثه هفت مصدوم انتقالی از جمله ۵ خانم و ۲ آقا داشت که به عوامل اورژانس تحویل داده شدند.

وی افزود: شنیده‌ها حاکی از آن بود که یک خودرو سنگین موجب وقوع این حادثه شده بود اما در محل دیده نشد و این موضوع باید ازسوی عوامل مربوط بررسی و اعلام شود.

بیشتر بدانیم



تفاوت افسردگی با غمگینی چیست؟

یک روان‌شناس با اشاره به اینکه افسردگی دلایل و انواع مختلفی دارد گفت: برخی افسردگی‌ها بدون دارو و برخی با دارو بهبود می‌یابند اما نباید افسردگی را با غمگینی اشتباه گرفت. "سیمافرُدوسی" روانشناس بالینی، با اشاره به اینکه افسردگی جزو اختلالات عاطفی است گفت: افسردگی انواع مختلف دارد. از علامت‌های بارز افسردگی این است که اتفاقاتی که قبلا فرد از آنها لذت می‌برده الان او را شاد نمی‌کند. همچنین فرد افسرده یا بسیار زود تحریک و عصبانی می‌شود و یا خُلق یابینی دارد و حوصله حرف زدن و تحرک و انجام هیچ کاری را ندارد.

وی افزود: افسردگی علامت‌های دیگری هم دارد. در برخی بیماران افسرده، خواب و اشتها مشکل پیدا می‌کند. افسردگی می‌تواند موجب اختلال در روابط فرد با دیگران شود. افراد افسرده بیش از انسان‌های

جمهوری اسلامی

صدای شما
<p>تلفن تماس ۹ – ۷۷۶۴۴۲۰ (داخلی۳۴) همه روزه بجز پنجشنبه‌ها از ساعت ۱۰/۳۰ تا ۱۲</p>
<p>*یک کشاورز از ارومیه: فصل برداشت سیب فرارسیده و باغداران حتی تمایلی به چیند سیب‌ها ندارند چرا که خریداری برایشان نیست. نه امکان صادرات داریم و نه دولت خرید تضمینی انجام می‌دهد و نه صنایع برای تبدیل سیب به فرآورده‌های دیگر وارد میدان می‌شوند. در این میان دلالان می‌تازند و محصول یک ساله ما را به پایین‌ترین قیمت می‌برند، چرا که چاره‌ای نداریم. واقعاً چه کسی فریاد ما را خواهد شنید؟</p> <p>*یک دوستدار محیط‌زیست از تهران: از آنجا که تجزیه هر قطعه پلاستیکی در طبیعت حدود ۵ هزار سال طول می‌کشد، ضرورت دارد در مکانهایی مانند بانک‌ها، ادارات و سازمانهای دولتی و… به جای لیوان‌های پلاستیکی از لیوان‌های کاغذی یکبار مصرف استفاده کنند تا گامی در راه حفظ محیط‌زیست برداشته شود.</p>

نامه های شما
<p>خوانندگان محترم لطفا نامه های خود را حداکثر در یک صفحه با خط خوانا با قید نام - نشانی و تلفن تماس ارسال ننمایید</p>
<p>ضرر خانواده‌های دانش‌آموزان از افزایش ساعات طرح ترافیک</p> <p>با توجه به هزینه‌های سرسام‌آور سرویس مدارس، برخی از خانواده‌ها ناچارند از خودروهای شخصی برای رفت و آمد فرزندانشان استفاده کنند، اما سازمان حمل و نقل و ترافیک شهرداری تهران با افزایش ساعات طرح ترافیک از ابتدای مهرماه، بر مشکلات خانواده‌ها افزوده می‌شود، چرا که به این ترتیب کمتر می‌توانند از خودروهایشان استفاده کنند و مجبور به استفاده از سرویس مدارس و پرداخت هزینه‌های آن هستند.</p> <p>ایکاش وزارت آموزش و پرورش جهت کاهش هزینه سرویس‌های مدارس اقدام کند و یا سازمان حمل و نقل و ترافیک شهرداری تهران در افزایش ساعات طرح ترافیک تجدیدنظر نماید.</p>
<p>اولیاء یک دانش‌آموز – تهران</p>

افسردگی‌ها در اثر عوامل محیطی به وجود می‌آیند. فرد افسرده آنچه که برایش بسیار عزیز بوده را از دست داده و با فقدانی بزرگ روبرو است.

روانشناس بالینی کشورمان با تأکید بر اینکه با یک علامت نمی‌توان افسردگی را تشخیص داد گفت: این علامت‌ها باید توامان بوده و حداقل دو هفته مستمر ادامه داشته باشد. افرادی که بسیار درگیر کارهای روزانه و خسته هستند و زندگی برایشان تکراری شده است، می‌توانند با فعالیت‌های ورزشی و سفرهای کوتاه از افسردگی خود پیشگیری کنند.

به گزارش فارس وی با اشاره به اینکه درمان افسردگی در مراحل اول نیاز به دارو ندارد. گفت: افسردگی شدید نیاز به دارو درمانی دارد. افسردگی‌های شدید معمولاً دو قطبی هستند. افراد دو قطبی گاهی کاملاً افسرده و گاهی کاملاً سرخوش هستند. مواقعی کاملاً بی‌اشتها و برخی مواقع کاملاً پر اشتها هستند. این افراد برخی مواقع کم خواب و برخی مواقع پرخواب هستند. این افراد کاملاً افراطی هستند برخی مواقع خُلق بسیار بالا و برخی مواقع خُلق بسیار پایین دارند. بسیار صحبت می‌کنند و به دیگران اجازه صحبت نمی‌دهند. این افراد باید کمی دارو مصرف کنند تا به حالت تعادل برسند

وی گفت: اما معمولاً افرادی که در اثر عوامل محیطی افسرده و خسته می‌شوند نیاز به دارو درمانی زیادی ندارند و با مراجعه به روانشناس باید از راه درمان‌های شناختی، سبک زندگی خود را تغییر دهند تا روحیه آنها بهتر شود.

تا حد ممکن از راه رفتن با پای برهنه اجتناب کنید

در طول تابستان قدم زدن بدون کفش و با پای برهنه در اطراف خانه، استخر یا در شن و ماسه، جالب و مفرح به نظر می‌رسد اما این کار می‌تواند صدمات زیادی با خود به همراه داشته باشد. هنگامی که پابرهنه‌اید، پاهای شما سریع‌تر گرمای سطح را جذب می‌کنند که می‌تواند در عرض چند ثانیه به آفتاب‌سوختگی و قرمزی منجر شود.

پاها را خشک نگه دارید

پاها نقش مهمی در تنظیم دمای بدن ما دارند. به همین دلیل، تمایل به تعریق دارند و هرچند این تعریق کاملاً طبیعی است اما می‌تواند مشکلات زیادی از رشد باکتری گرفته تا پینه، بوی ناخوشایند و قارچ ایجاد کند. اگر کفش‌های بسته می‌پوشید، سعی کنید همیشه جوراب به پا داشته باشید تا مقداری از رطوبت را به خود جذب کند. اگر ترجیح می‌دهید در ماه‌های گرم جوراب را کنار بگذارید، استفاده از پودر پا می‌تواند کمک‌کننده باشد.

لایه‌برداری نکته‌ای کلیدی است

برای خلاص شدن از شر سلول‌های خشک سطحی پوست که ممکن است باعث احساس زبری و زمخت به نظر رسیدن پاها شود، هر دو هفته یک یا دو بار سطوح زبر پای‌ها خود را لایه‌برداری کنید.

برای لایه‌برداری با گزینده‌های بسیار متنوعی وجود دارد. لایه‌بردارهای فیزیکی مانند انواع سنگ‌پای طبیعی و مصنوعی، گزینده‌های خوبی هستند به این شرط که آن‌ها را تمیز نگه دارید. هنگام استفاده از سوهان یا سنگ‌پا برای برداشتن پوست خشک یا پینه به یاد داشته باشید که هنگام کار روی پوست نرم، فشار کمتر و هنگام برخورد با پینه، فشار بیشتر وارد کنید تا پوست‌تان آسیب نبیند.

گزینده عالی دیگر، یک بسته لایه‌بردار است؛ ماسک‌هایی به شکل جوراب که به نرم شدن پوست‌ها کمک می‌کند تا لایه‌برداری طبیعی پوست را راحت‌تر کند. این فرایند چند روز زمان خواهد برد و اولین نشانه‌های لایه‌برداری در حدود روز سوم ظاهر می‌شود و تا ۱۰ روز ادامه خواهد یافت.



نیست. ناخن‌ها نیز از ترکیبات پروتئینی ساخته شده‌اند که به محافظت بیشتری نیاز دارند و به همان اندازه پوست در برابر آسیب‌های ناشی از اشعه ماوراء بنفش آسیب‌پذیرند.

هنگامی که در معرض عوامل خارجی مانند آفتاب، هوای بسیار خشک، رطوبت بالا، شن یا آب شور قرار می‌گیرید، پوستی که دور ناخن‌های شما را فراگرفته بیشتر مستعد خشکی می‌شود که در نهایت به ناخن‌ها و سلامت کلی با آسیب می‌رساند.

آب‌رسانی عمیق

در تابستان به طور طبیعی تمایل داریم زمان بیشتری را بیرون از منزل بگذرانیم. این بدان معنا است که احتمالاً از پاهای خود بیش از حد معمول استفاده خواهیم کرد که ممکن است باعث شود سریع‌تر از معمول خشک شوند. پاشنه‌های با بیشتر وزن ما را تحمل می‌کنند، بنابراین پوست روی آن‌ها هم معمولاً سریع‌تر ساییده می‌شود و از بین می‌رود.

به همین دلیل است که مرطوب کردن پاها، مخصوصاً پاشنه‌های پا، باید بخش منظمی از برنامه روزانه شما باشد؛ نه کاری که فقط زمانی که احساس می‌کنید خشک شده‌اند یا پینه بسته‌اند، انجام می‌دهید.

همچنین برای حفظ رطوبت کرم‌ها، ماسک‌ها و روغن‌ها، حتماً آن‌ها را بلافاصله بعد از حمام استفاده کنید، چرا که پوست وقتی خیس است، مواد را به بهترین شکل جذب می‌کند.