تا اناری ترکی برمی داشت

اکبر نصیری

امام صادق(ع) می فرمایند: به کودکان خود انار بخورانید زیرا آنها را زودتر به حد جوانی می رساند.

مصارف انار:

۱- در تغذیه: خواص آن

۲- در پزشکی: طب سنتی و طب مدرن: تحقیقات انجام شده درباره خواص پزشکی انار

به خاطر اثر مشهود شفابخشی این میوه مصرف انار در کشورهایی مانند انگلستان در یک سال گذشته به ۱۰ برابر افزایش یافته و نیز هر ساله در این کشور ۵۰۰هزار لیتر آب انار مصرف می شود.

مصارف انار در تغذیه: تهیه سالاد، تهیه کنسانتره و تهیه آب میوه

مواد تشکیل دهنده: انار مقدار قابل توجهی از آنتی اکسیدان های مختلف دارد. پوست، ریشه و ساقه درخت انار دارای ۲۰درصد تانن (اسیدپونیکوتانیکو) بوده و همچنین پوست درخت انار آلکوئیدی به نام پله تین رتین دارد. از ترکیبات دیگر انار می توان به ویتامین های A، B، C، E، مواد قندی، پتاسیم، منیزیم و اسیدهای آلی اشاره کرد.

خواص انار:

مطالعات نشان داده که مصرف یک انار متوسط ۵۱درصد از نیاز افراد را به ویتامین c و ۲ درصد از نیاز افراد را به آهن برطرف می کند. در ضمن این میوه مقدار بالایی پتاسیم (۴۰۰میلی گرم)، کلسیم و ویتامین A دارد.

از دیگر خواص مصرف انار می توان به موارد زیر اشاره کرد: رفع بوی بد دهان، ضد بیماری های انگلی، تصفیه خون، تقویت کننده قلب، اشتهاآور و رفع کننده اوره و کلسترول، دافع سموم، متعادل کننده مایعات بدن، ایجاد کننده شادی و بازکننده رنگ رخسار، تقویت کننده کبد و درمان کننده یرقان، کاهش دهنده فشار خون، معالجه کننده راشیتیسم، کم خونی و تقویت کننده اعصاب و...

انار در پزشکی:

طب سنتی

- جوشانده پوست ریشه درخت انار، کرم معده و روده را از بین می برد.

- جوشانده پوست درخت انار نیز اثر ضد کمردرد دارد.

- جوشانده پوست و یا برگ انار، برطرف کننده گلودرد و زخم گلو است.

- مخلوط انار با عسل (چند قطره در روز در بینی) از رشد پولیپ در بینی جلوگیری می کند.

برگه های له شده انار در درمان خارش پوست بسیار مؤثر است.

- برای درمان سوختگی، پوست گل های انار را له و با کنجد مخلوط کرده و پماد سوختگی درست می کنند.

- قرقره کردن دم کرده گل های انار، زخم های دهان را از بین می برد. و....

طب مدرن:

یکی از علل مرگ و میر در کشورهای در حال توسعه بیماری های قلبی و عروقی است به همین دلیل محققان تحقیقات زیادی را در این باره انجام داده اند. یکی از بررسی های به عمل آمده روی میوه انار موجب کشف اثرات مهم آن در درمان انواع بیماری ها شده است.

یکی از آخرین یافته ها نشان می دهد نوشیدن آب انار سلاح جدیدی برای مقابله با انواع سرطان است. همچنین مصرف منظم این میوه موجب جلوگیری از بروز انواع سرطان ها مانند پروستات، پوست، سینه و... است.

در یک بررسی علمی در دانشگاه کالیفرنیا روی ۴۵ بیمار مبتلا به بیماری قلبی که به دو دسته تقسیم شده بودند به دسته اول نفری روزانه ۲۵۰میلی لیتر آب انار دادند، در پایان معلوم شد که دسته اول (بیمارانی که هر روز یک چهارم لیتر (۲۵۰ میلی لیتر) آب انار مصرف می کردند)، ۱۷ درصد نسبت به دسته دوم (آب انار مصرف نمی کردند) بهبودی نسبی یافته اند.

یکی از بررسی های اخیر پزشکی بر روی انار نشان داد که نوشیدن یک لیوان آب انار می تواند از بروز بیماری های قلب و عروق جلوگیری کند. آب انار حاوی مقدار قابل توجهی آنتی اکسیدان های مختلف است که جلوی عملکرد رادیکال های آزاد را گرفته و نمی گذارد برخی از مواد در بدن مانند کلسترول، اکسیده شود و در نتیجه بر DNA سلول ها اثر نامطلوب به جا گذاشته و موجب بروز بیماری های مزمن و خطرناک شود.

همانطور که می دانید پلاک هایی در داخل عروق تشکیل می شوند و راه عبور خون را تنگ می کنند و در نتیجه موجب مسدود شدن و ایجاد مشکلات غیرقابل جبرانی می شوند. همچنین عروق سخت و شکننده و در بعضی موارد موجب ایجاد خونریزی داخلی می شود که برای باز شدن مجدد آن، بیمار مجبور به انجام عمل جراحی می شود.

اثر مهمی که آنتی اکسیدان های موجود در انار روی عروق می گذارد این است که از ایجاد پلاک در عروق جلوگیری می کند و موجب سرعت جریان خون در قلب و عروق می شود. همچنین به عروق حالت نرمی و غیرشکنندگی می دهد.

دانشمندان با انجام تحقیق کوچکی دریافتند نوشیدن روزانه یک لیوان آب انار، رشد پروتئین PSA را کند کرده (پروتئین PSA نشانه وجود سرطان پروستات است) و در نتیجه از رشد سریع سرطان پروستات جلوگیری می کند.

به گزارش پایگاه اینترنتی رویترز، مطالعات نشان داده مردانی که آب انار می خورند، در مدت زمان بیشتری سطح پروتئین PSA در خون آنها دو برابر می شود. در مردانی هم که به سرطان پروستات مبتلا می شوند، هرچه زمان دو برابر شدن این پروتئین در خون آنها بیشتر باشد، طول عمرشان نیز بیشتر خواهد بود.

دکتر آلن پانتوک، متخصص کلیه و مجاری ادراری در مرکز سرطان جانسون و نویسنده ارشد این مطالعه، این تفاوت زمانی را بسیار مهم می خواند و می گوید: در این تحقیق که روی ۵۰ مرد انجام شد، هر یک از این مردان قبل از شرکت در این تحقیق تحت پرتودرمانی، جراحی و یا سایر درمان های سرطان پروستات قرار گرفته بودند که اینگونه درمان ها عوارض نامطلوبی را به جا می گذارد. در این مطالعه هیچ گونه عوارض جانبی پس از نوشیدن آب انار گزارش نشده است.

در تحقیقی دیگر مشخص شد در مردانی که روزانه ۲۴۰ سی سی آب انار می نوشیدند، مدت زمان دو برابر شدن سطح پروتئین PSA در آنها (قبل از شرکت در این تحقیق ۱۵ ماه بود) به ۵۴ ماه افزایش یافت.

دکتر پانتوک می افزاید: از آنجایی که این شواهد مقدماتی است، هنوز نمی توان نوشیدن آب انار را به بیماران سرطان پروستات توصیه کرد. وی اضافه کرد: برای تأیید یافته های این مطالعه، یک بررسی در سطح گسترده در دست انجام است که انتظار می رود نتایج آن تا دو سال آینده مشخص شود. پانتوک انتظار ندارد که آب انار سرطان پروستات را درمان کند. او می گوید: این ماده می تواند نیاز به سایر درمان ها را که عوارض جانبی شدیدی مانند گرگرفتگی، خستگی، افسردگی و ناتوانی جنسی را به همراه دارند، برطرف کند.

دکتر پانتوک گفت: آب انار یک درمان بسیار غیرسمی است که اگر واقعاً در کاهش زمان دو برابر شدن پروتئین PSA تأثیر داشته باشد، می تواند از مرحله متاستاز بیماری و در نتیجه مرگ مبتلایان جلوگیری کند.

نتیجه: با توجه به خواص یاد شده درخصوص انار، برای مصرف منظم این میوه در کشور، با انجام تبلیغات چه از طریق رسانه ها، چه از طریق برگزاری همایش و چه راه های مختلف دیگر می توان مصرف آن را در ایران مانند سایر اقلام غذایی همچون شیر به حدی رساند که مصرف حداقل روزانه یک عدد انار برای هر شخص امکانپذیر باشد، تا از بروز بیماری های مختلف که امروزه گریبانگیر مردم است، جلوگیری شود که در نتیجه تا حد زیادی از هزینه های اضافی که بیماران برای تهیه دارو متحمل می شوند، کم می شود. همچنین می توان از بروز عوارضی که داروهای شیمیایی ایجاد می کنند و باعث بروز سایر بیماری ها می شوند، جلوگیری کرد.

انار و شب چله

یلدا شب تولد خورشید است. طولانی ترین شب سال سپری می شود و تاریکی که تا دیروز در روزهای سرد و تاریک، بر نور غلبه یافته بود، جای خود را به نور می دهد.

از این پس روز طولانی تر و شب کوتاه تر می شود و نور بر تاریکی چیره می شود و دوره سیاهی، ظلمت و تباهی پایان می گیرد. همه چیز در کار منقلب شدن است و این آغاز «انقلاب زمستانی» است، در برابر «انقلاب تابستانی» که از اول تیر آغاز می شود. از این رو شب یلدا شب تولد روشنایی هاست که بنا بر آئین های ایرانی جشن گرفته می شود.

در گاه شماری ایرانیان، شب و روز و ماه و سال چنان به دقت اندازه گیری شده است که هنوز هم در زمان پیشرفت علوم، حیرت آدمی را بر می انگیزد. همانگونه که شب یلدا، طولانی ترین شب سال است، نوروز در «اعتدال بهاری»، - در برابر اعتدال پائیزی که از اول مهر آغاز می شود - جشن برابری شب و روز است. در آن روز که روز نو می خوانند، شب با روز برابر می شود.

از جشن های شبانه ایرانیان، تنها جشنی که بطور سراسری باقی مانده، جشن شب یلداست. دیگر جشن های شبانه همه از میان رفته اند.

در سنت های ایرانی شب یلدا، شب اول خلقت و آغاز آفرینش است. این احتمال از آنجا می آید که مردمان دوران های باستانی از ابتدای زمستان، تغییر طبیعت و طولانی شدن روز و غلبه نور بر تاریکی را به چشم خود مشاهده می کردند، و لابد پس از سالها ممارست، یافتن آن شب و آن روز برای آنها میسر شده است.

اما گذشته از همه اینها شب یلدا از معدود جشن های شبانه ایرانیان است که هنوز زنده و پا برجا مانده است. جشن های دیگری نیز چون سده و تیرگان از همین دست و از جشن های شبانه بوده اند اما از آن جشن ها جز در پاره ای نقاط ایران اثری برجای نمانده است. تنها جشن شبانه ای که به شکل سراسری باقی مانده همین جشن شب یلدا است که به نحوی با جشن شب ژانویه، اول سال مسیحی همزمان افتاده است.

شب یلدا در روزگار ما بیشتر به شب چله معروف است که همان شب اول زمستان است. این جشن در ایران آئین های خود را دارد. تمامی اعضای فامیل در خانه بزرگتر خانواده جمع می شوند و تا پاسی از شب به شادمانی و گپ و گفت و خوردن آجیل و میوه و شیرینی می پردازند.

قنادی ها به همین مناسبت از یک هفته پیش، آجیل چهارشنبه سوری و میوه فروش ها، میوه های شب چله مخصوصاً هندوانه را که از ملزومات شب یلدا است مهیا می کنند.

در روزگار ما در همه شهرهای ایران علاوه بر میوه فروشی ها، دستفروشان هندوانه را بر وانت ها بار می کنند و در سراسر شهرها و جاده ها به معرض فروش می گذارند. این کار به نوبه خود بر رونق شب چله در دهه های اخیر افزوده است، چرا که هندوانه های خوشگل تلنبار شده بر وانت ها در همه جا؛ خیابان ها، شهرها و جاده ها از فرا رسیدن شب چله خبر می دهند و در این میان انار به عنوان سنبلی دیرین نشانه ای از چله و یلداست.

از مهمترین آیین های شب چله در سده های اخیر گرفتن فال از دیوان حافظ است که بدان شکلی فرهنگی می دهد و در طولانی ترین شب سال هر کس را به یاد آینده ای می اندازد که پیش رو دارد.

ایران خودرو دیزل

سازمان راهداری و حمل و نقل جاده ای

اولین طرح نوسازی ناوگان حمل ونقل بار کشور

سال ۴۰+

سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای کشور به منظور نوسازی ناوگان حمل و نقل عمومی با همکاری شرکت ایران خودرو دیزل و با شرایط کاملا استثنائی، نسبت به جایگزینی کامیون های نسل جدید بنز با خودروهای فرسوده اقدام می کند.

طرح اسقاط کامیونهای فرسوده با استفاده از سوبسید سازمان راهداری و حمل نقل جاده ای کشور

مزایای طرح:

- پرداخت تسهیلات ویژه و ارزان قیمت حدود ۹۰٪ ارزش کامیون
- تخفیف قابل توجه در قیمت خودرو با استفاده از سوبسید سازمان
- اختصاص درآمد حاصل از فروش کامیون فرسوده به متقاضی
- ثبت نام و تحویل کامیون صرفاً با یک میلیون تومان
- تحویل خارج از نوبت و فوری کامیون

نحوه پرداخت باقیمانده بهای کامیون پس از کسر یارانه سازمان (مبلغ به ریال)

ردیف	شاسی کامیون	نوع فروش	مبلغ پرداختی در زمان ثبت نام	تسهیلات لیزینگ (نرخ ۱۸٪ و ۱۲ ساله)	باقیمانده بها پرداختی طی چند فقره چک (بدون سود)
۱	کشنده اکسور ۱۸۴۳	روش اول (با اسقاط یک دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۸۶/۰۰۰/۰۰۰	چهار فقره چک ۲/۵۰۰/۰۰۰ ریالی از ۲ الی ۸ ماه
		روش دوم (با اسقاط دو دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۷۸/۰۰۰/۰۰۰	ـــــ
۲	اکسور کمپرسی K۲۳۳۵	روش اول (با اسقاط یک دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۴۹/۰۰۰/۰۰۰	چهار فقره چک ۵/۰۰۰/۰۰۰ ریالی از ۲ الی ۸ ماه
		روش دوم (با اسقاط دو دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۴۲/۰۰۰/۰۰۰	ـــــ
۳	اکسور کمپرسی K۱۹۳۵	روش اول (با اسقاط یک دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۶۷/۰۰۰/۰۰۰	دو فقره چک ۲/۰۰۰/۰۰۰ ریالی از ۲ الی ۸ ماه
		روش دوم (با اسقاط دو دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۵۸/۶۰۰/۰۰۰	ـــــ
۴	آتگو باری ۴۶۲۸ دوکابین	روش اول (با اسقاط یک دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۷۵/۰۰۰/۰۰۰	چهار فقره چک ۵/۰۰۰/۰۰۰ ریالی از ۲ الی ۸ ماه
		روش دوم (با اسقاط دو دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۶۸/۰۰۰/۰۰۰	ـــــ
۵	آتگو باری ۱۸۲۸ دوکابین	روش اول (با اسقاط یک دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۵۸/۰۰۰/۰۰۰	ـــــ
		روش دوم (با اسقاط دو دستگاه کامیون)	۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۴۹/۰۰۰/۰۰۰	ـــــ

سایر شرایط:

۱- اسقاط کامیون فرسوده دارای عمر مفید ۲۰ سال به بالا (فهرست کامیونهای مشمول طرح در محل ثبت نام اعلام می گردد).

۲- اعطای تسهیلات لیزینگ مشروط به احراز شرایط در خریدار می باشد.

۳- در صورت تکمیل ظرفیت، شرکت حق توقف ثبت نام را بدون درج اطلاعیه در جراید برای خود محفوظ می دارد.

مدارک مورد نیاز برای ثبت نام:

الف - برای اشخاص حقیقی:

۱- فیش بانکی به مبلغ تعیین شده به حساب سیبر شماره ۰۲۰۰۲۴۲۰۰۸۰۰۳ به نام شرکت ایران خودرو دیزل نزد بانک صادرات ایران شعبه‌ی دانشگاه صنعتی شریف کد ۱۶۵۲

درج نام خریدار بعنوان پرداخت کننده در فیش مذکور الزامی است.

۲- فتوکپی شناسنامه و فتوکپی فیش واریز وجه

۳- ارائه کد شناسایی ملی و کد پستی

ب - برای اشخاص حقوقی (علاوه بر مدارک بند فوق):

۱- فتوکپی آگهی تاسیس

۲- فتوکپی آخرین روزنامه رسمی

دفتر مرکزی فروش:

تهران، میدان آزادی بعد از دانشگاه صنعتی شریف نبش، کوچه شهید حبیب زادگان، پلاک ۱

اطلاعات فروش: تلفن: ۸-۶۶۰۵۲۵۸۱ نورنگار: ۶۶۰۵۰۲۲

متقاضیان محترم می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام به دفتر مرکزی فروش و یا نمایندگی های فروش در سراسر کشور مراجعه نمایند.