



۱۴

بررسی ابعاد مختلف بیماری تالاسمی از پیشگیری تا درمان
به مناسبت ۱۹ اردیبهشت، روز جهانی بیماری تالاسمی

ریشه‌کنی تالاسمی رویا نیست



۱۵

شاسی بلند تمام برقی لکسوس در چین عرضه شد



زندگی

پنجشنبه: ۱۷ اردیبهشت ۱۳۹۹ :: شماره ۵۶۵۴



۱۶

بلا تکلیفی پس از اسارت

بدهستان

بهار که می‌شود همه در این فکریم باغچه‌ها و گل و گلدان‌هایمان را سر و سامان دهیم، خاک را شخم بزنیم، بذر تازه بکاریم، قلمه بزنیم و شاخ و برگ خشک و آفت زده و بیمار را هرس کنیم. برای تغذیه و آبیاری این موجودات سبز برنامه‌ریزی کنیم، گلدان‌های تنگ و کوچک و کهنه را عوض کنیم و صدا کار خرد و ریز دیگر انجام دهیم تا نفسی تازه بدمیم در جان خاک و گل و گیاه. قاعده دنیا همین بدهستان‌هاست.



زحمت می‌کشید، وقت می‌گذارید و هزینه می‌کنید تا دور و برتان سبز و تازه شود و بعد بنشینید به لذت و تماشا. حالا فکر کنید وجود مهربانی پیدا شود و بدون این که اجازه دهد ما زحمتی را متقبل شویم خودش ما را در این لذت شریک کند. چه کسی است که دلش نخواهد از چنین فرصتی نهایت استفاده را کند؟ همین که زنده‌ایم و توانسته‌ایم وارد ماه رحمت و مغفرت الهی شویم یعنی حضرت بارئعالی خودش خواسته لذت این حال خوب نصیب‌مان شود.

ما چراز رنگ نباشیم و ننشینیم پای سفره پر برکتش، که پیامبر خدا صلی ... علیه و آله فرمودند: «إِنَّ أَبْوَابَ السَّمَاءِ تَفْتَحُ فِي أَوَّلِ لَيْلَةٍ مِنْ شَهْرِ رَمَضَانَ، وَلَا تُغْلَقُ إِلَّا فِي آخِرِ لَيْلَةٍ مِنْهُ». درهای آسمان در نخستین شب ماه رمضان گشوده می‌شود و تا آخرین شب آن بسته نمی‌شود. [۱]

۱. (بحار الانوار: ۹۶/۳۴۴/۸)

۴ نکته درباره کاشت

پیاز گل‌های بهاری



پیازها با توجه به زمان گلدهی‌شان به چهار دسته تقسیم می‌شوند:

بهاره، تابستانه، پاییزه و زمستانه.

زمان کاشت پیاز بهاره، اواخر پاییز تا اواسط زمستان است که در فصل بهار گلدهی آن شروع می‌شود مثل نرگس، لاله و سنبل. یعنی شما می‌توانید سر سفره هفت‌سین‌تان، این گل‌ها را داشته باشید.

آبیاری این پیازها تا زمان گلدهی بسیار مهم است و باید به‌صورت منظم انجام شود تا سطح خاک همیشه مرطوب باشد.

البته پیازها به آبیاری بیش از حد و باتلاقی شدن خاک حساسند و این امر باعث پوسیدگی‌شان می‌شود.

موقع خرید پیاز این گل‌ها دقت کنید پیاز زخمی، نرم، پخ‌زده، سیاه، پوسیده، پوک و چروکیده نباشد.

پس از اعتراضات به وضعیت بهداشتی و زندگی حیوانات
باغ وحش کرمان پلمب شد؛ نگرانی‌ها اما همچنان وجود دارد

بلا تکلیفی پس از اسارت

بایبهار همراه شو

این روزها بهترین زمان برای نوسازی باغچه‌هاست



از گل‌هایی مانند شمشیر، شمعدانی، جعفری و اطلسی می‌توانید برای باغچه بهاری خود استفاده کنید.

شش ساعت آفتاب روزانه دریافت کنند.

بذرهای یک باغ چمنزار را شروع کنید

شما حتی می‌توانید بذر گل‌های بهاری را بخرید و در باغچه یا گلدان بکارید و با کمی مراقبت آنها را به گل‌هایی زیبا و جذاب تبدیل کنید. اوایل بهار بعد از گذشت خطر سرمازدگی و وقتی خاک شروع به گرم شدن می‌کند، می‌تواند زمان مناسبی برای کاشت این بذرها یا چمن باشد. برای کسب بهترین نتیجه، یک نقطه آفتابی با سایه جزئی را انتخاب کنید. قبل از کاشت حتما زمانی را برای آماده سازی خاک اختصاص دهید.

ابتدا خاک را از هرگونه سنگ و علف‌های هرز تمیز کرده، بعد اقدام به پاشیدن بذر مورد نظر کنید و با یک لایه نازک خاک، روی آن به آرامی پیوشانید. می‌توانید قبل از کاشت مقداری کمپوست را هم با خاک باغچه مخلوط کنید. پس از کاشت چند هفته خاک را به طور مداوم مرطوب نگه دارید.

برنامه ریزی برای پروژه‌های بزرگ‌تر

بهار می‌تواند زمان خوبی برای برداشتن یک قدم عقب و تجدید نظر در موارد بزرگ‌تر در فهرست آرزوهای گل و گیاهی شما باشد. از تب بهار برای تقویت انگیزه خود استفاده کنید. از حالا به روش‌هایی فکر کنید که با پس انداز بتوانید هزینه‌های لازم را برای اجرای پروژه‌ها و ایده‌های خود تامین کنید.

چاقو، اره، بیلچه، دستکش و ریسمان داشته باشید و آن را در محلی قابل دسترس قرار دهید. این صندوق می‌تواند مثل صندوق پست، پایه‌دار و دردار باشد.

به فکر تابستانی گلدان باشید

اگر می‌خواهید تابستان رنگارنگی را تجربه کنید از همین روزها به فکر باشید. با ترکیب گل‌های گلدان تابستانی، از جمله آنها که غده، پیاز یا ریزوم دارند رنگ و رویا به باغچه‌تان بیفزایید. گل‌هایی مثل اختر، کوکب، گلابول و لیلیوم بعد از اتمام گلدهی بهاره‌ها شروع به گل‌دهی می‌کنند و شما را با گل‌های زیبایشان پاداش می‌دهند.

پناهگاه اختصاصی بسازید

در صورت امکان جایی را برای استراحت عصرگاهی در حیاط یا بالکن درست کنید. یک تخت یا میز و صندلی هم در آن بگذارید. عصرها یک بالش و پتو و کتاب بردارید و لحظاتی را در خنکای مطبوع آن بپاسایید.

افتتاح باغچه خوراکی

اگر باغچه‌تان به حد کافی جا داشته باشد بهتر است شروع کنید به کاشت سبزیجاتی مثل ریحان، نعنا، فلفل، گوجه فرنگی، لوبیا سبز و ... اگر هم باغچه‌تان کوچک است می‌توانید در گلدان این کار را انجام دهید.

پادتان باشد محصولاتان نیاز دارند دست کم چهار تا

کرونا باشد یا نباشد، قرنطینه باشد یا نباشد، طبیعت کار خودش را می‌کند. درختان جوانه می‌زنند و شکوفه می‌کنند. حتی بعضی شکوفه‌ها کم کم دارند میوه می‌شوند. بازار پر است از سبزی‌های کوهی، والک، کنگر، قازیاغی، شنگ، کاسنی، پونه و آویشن. بهار بلد است جای خودش را باز کند، در این شرایط شما هم می‌توانید باغچه خود را بهترین کنید. چه گل‌های رنگارنگ بهاری بکارید چه سبزیجات خانگی یا درخت میوه یا حتی به گل‌های قدیمی رسیدگی کنید، اوایل بهار بهترین زمان شروع کار در باغچه است. این ۱۰ ایده به شما برای کاشت، برنامه‌ریزی و لذت بردن از کاشته‌هایتان کمک می‌کند.

اگر چنین گلدان‌هایی را از قبل دارید دستی به سر و رویشان بکشید، اگر لازم است گلدانشان را عوض کنید و گرنه همان‌ها را استفاده کنید.

پیاده‌رو داشته باشید

اگر در خانه‌تان حیاط شخصی یا در ساختمان‌تان حیاط مشترک دارید در صورت امکان جایی را برای پیاده‌روی درست کنید. در آن بوته‌های یکساله یا چمن بکارید و جذابیشت را افزایش دهید.

میزان مصرف آب را بررسی کنید

افراد باغچه‌دار بهتر است برای مدیریت بهینه مصرف آب، در آبیاری باغچه از روش قطره‌ای استفاده کنند به خصوص اگر در مناطق گرم و خشک یا شهرهای پرجمعیت زندگی می‌کنید.

جعبه ابزار داشته باشید

سعی کنید یک صندوق برای استفاده از وسایل مورد استفاده در باغچه خود مثل قیچی،



زینب خزایی

جامعه

گیاهان چند ساله گلدان بکارید

گل‌های بهاری زیادی هستند که می‌توانند زینت بخش باغچه بهاری‌تان باشند مثل بنفشه، لاله، زنبق، میمون، شب بو، لاله عباسی، شمعدانی، پامچال، جعفری، اطلسی، مینا چمنی، انگشتانه و ... بهار فصل مناسب برای تکثیر این گل‌های بهاری است. شما می‌توانید با خریداری آنها خانه‌تان را زیباتر کنید. بسته به نوع گل و حساسیت یا سازگاری‌اش به آفتاب آن را در حیاط بکارید. البته اگر حیاط ندارید می‌توانید این تجربه را در بالکن یا تراس خود عملی کنید.

گلدان دیواری مخلوط درست کنید

می‌توانید ورودی حیاط یا دیوار بالکن خود را با یک یا چند گلدان تزئین کنید. در این گلدان‌ها هم ترکیبی از گل‌های پیازی مثل نرگس، زنبق یا سایر گل‌ها با رنگ‌های متنوع بکارید. فقط موقع کاشت دقت کنید گیاهان هم‌نیاز دارند در کنار هم کاشته شوند. مثلا آنها که نیاز آبی و آفتابی شبیه هم دارند.

۵ کاری که برای احیای باغچه در فصل بهار نباید فراموش کرد

خاک را شخم بزنید

شخم‌زدن، الفبای باغبانی است و بهترین زمان برای انجام آن قبل از کاشت است، یعنی پاییز که هنوز برف و باران شروع نشده. اما اگر به هر دلیلی تاکنون فرصت اجرایش را نداشته‌اید بهار هم دیر نیست. این کار باتوجه به وسعت باغچه معمولا با بیل و بیلچه انجام می‌شود. شخم‌زدن، هم باعث تهویه خاک می‌شود، هم به وسیله آن سنگ و کلوخ احتمالی از خاک خارج می‌شود و هم، علف‌های هرز ریشه‌کن می‌شوند. حتما می‌دانید به هیچ وجه نباید موقع خیس بودن خاک را شخم زد.

کود دهید

گل‌ها و گیاهان بعد از بیداری از خواب زمستانی نیاز به تغذیه دارند تا در بهار مواد لازم برای رشد در دسترس‌شان باشد. می‌توانید کمپوست یا کود حیوانی پوسیده و در صورت لزوم و طبق نظر کارشناس، کود شیمیایی به خاک اضافه کنید. پس از کوددهی حتما آبیاری انجام

#کرونا-ماسک

ترابی از شیراز:

بیش از دوماه از شیوع کرونا در کشور می‌گذرد، اما هنوز نمی‌توان از داروخانه‌ها ماسک مناسب و استاندارد خریداری کرد. چرا مدیران وزارت بهداشت به این نیاز شهروندان توجه نمی‌کنند؟

#مترو-ازدحام

محسنی از تهران:

قطارهای مترو این روزها به‌خصوص در خط یک خیلی شلوغ است و رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی اصلا امکان پذیر نیست، چرا مدیران مترو فکری به حال سلامت شهروندان نمی‌کنند.

#مستاجر-کرونا

قنبری از کرمانشاه:

چرا دولت فکری به حال مستاجران نمی‌کند؟ در حالی که کرونا وضعیت اقتصادی خانواده‌ها را نشانه گرفته است، اما برخی صاحبخانه‌ها اجاره‌ها را غیر منطقی افزایش داده‌اند. به نظر می‌رسد دولت بیشتر حامی صاحبخانه‌هاست تا اقشار آسیب‌پذیر.

#تهرانپارس-زباله

خانزاده از تهران:

خیابان ۲۰۳ غربی (دانشور) در محله تهرانپارس فاقد سطل زباله است و مردم محل زباله‌های خود را در ابتدا و انتهای کوچه دیو می‌کنند که نمای زشتی به محله داده است.

#مترو-تهرانسر

جمعی از شهروندان:

منطقه تهرانسر که یکی از مناطق پرجمعیت تهران است ایستگاه مترو ندارد. ساکنان این منطقه برای رفت و آمد مشکلات زیادی دارند. این در حالی است که دولت مدام از لزوم استفاده از وسایل حمل‌ونقل عمومی برای کاهش آلودگی هوا صحبت می‌کند.

#صدافت-باربری

امیدی از تهران:

شرکت‌های باربری هنگام ثبت تقاضای مردم، بابت خاور و دستمزد کارگران قیمت‌های معقولی اعلام می‌کنند که باعث ترغیب مشتریان می‌شود. اما وقتی شروع به کار می‌کنند نرخ‌ها را به بهانه‌های مختلف بالا می‌برند. چرا بر کار آنها نظارتی نیست تا با مردم صادقانه‌تر رفتار کنند؟

#دیوار-آگهی

مرادی از خرم‌آباد:

سایت دیوار قبلا به هر نفر اجازه درج سه آگهی رایگان می‌داد ولی بعد از شیوع کرونا آگهی رایگان را حذف کرده و از اولین آگهی تقاضای پول می‌کند. بهتر بود این سایت در این روزهای کرونا بیش‌تر با مردم همراهی می‌کرد.