

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

چای سبز

تصنیف:

نعیم احمد علی نژاد فرسنگی

بهی

انتشارات بوتیا

سرشناسه: احمدی نژاد فرسنگی، نعیم، ۱۳۶۲

عنوان: چای سبز

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

مشخصات نشر: بوتیا، کرمان ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۱۳۲ ص. جدول

موضوع: چای سبز - خواص درمانی

شابک ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۷۵۷-۳-۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۷۳۸۲۹۷

رده بندی دیویی: ۶۱۵/۲۰۳۶۲۱

رده بندی کنگره: R 11۲.۸۲۵۱



انتشارات بوتیا

کرمان: خیابان شهید مصطفی خمینی (ره) حدفاصل کوچه ۵۹ و ۶۱.

تلفن تماس: ۰۹۱۳۳۸۷۲۰۹۲

چای سبز

مُصنّف: نعیم احمدی نژاد فرسنگی

قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول / ۹۸

چاپ و صحافی: بوتیا

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۷۵۷-۳-۲

حق چاپ محفوظ است.

فصل اول : ترکیبات شیمیایی چای سبز و خواص آن

مشخصات گیاه شناسی چای

ترکیبات شیمیایی چای سبز

پلی فنولها

فلانوئیدها

کاتکین

تانن

کافئین

ویتامین

مواد معدنی

اسید گالیک

فلانوئیدها: آنتی اکسیدان های چای

خواص سلامتی بخش انواع چای

منابع و مآخذ فصل اول

فصل دوم : پرورش چای سبز به صورت گلخانه ای و فرآوری آن

پرورش چای سبز به صورت گلخانه ای

فرآوری چای سبز پرورش یافته در گلخانه

شکلات چای سبز

آبنبات چای سبز

کپسول گیاهی پیشگیری کننده از سرطان

کپسول گیاهی پیشگیری کننده از بیماریهای پروستات و ریزش مو

۹۴	نوشیدنی چای سبز
۹۹	شامپو گیاهی چای سبز
۱۰۲	کرم ضد آکنه از پوست تخم مرغ
۱۲۸	قرص جوشان چای سبز و ویتامین سی
۱۲۹	روغن ضد ریش و سفیدی مو
۱۳۰	قاووت چای سبز
۱۳۲	منابع و مآخذ فصل دوم

www.ketab.ir

پیشگفتار

مدت مذبذبی است که ایران با معضل مزمن بیکاری دسته و پنجه نرم می کند. نرخ طبیعی بیکاری ۱۰ الی ۱۲ درصدی در کشور، در کنار مشکلات کلان اقتصادی سبب ایجاد بسیاری از مشکلات اجتماعی نیز شده است. علی رغم اینکه در کشورهای پیشرفته دنیا از اواخر دهه ۱۹۷۰ به بعد به موضوع کارآفرینی توجه جدی شده و حتی در بسیاری از کشورهای در حال توسعه هم از اواخر دهه ۱۹۸۰ این موضوع را مورد توجه قرار داده اند، در کشور ما تا شروع اجرای برنامه سوم توسعه، توجه چندانی به کارآفرینی نشده بود. حتی در محافل علمی و دانشگاهی نیز به جز موارد بسیار نادر، فعالیتی در این زمینه صورت گرفته بود. مشکل بیکاری و پیش بینی حادث تر شدن آن در دهه ۱۳۸۰ موجب شد که در زمان تدوین برنامه سوم توسعه، موضوع توسعه کارآفرینی مورد توجه قرار گیرد. در برنامه اخیر، توسعه کارآفرینی در سطح وزارتخانه های علوم، تحقیقات و فناوری، بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، جهاد کشاورزی، صنایع و معادن، مطرح شده است.

متأسفانه معنای واژه "کارآفرینی" موجب گردیده است که مفهوم ایجاد کار و یا اشتغال‌زایی از این واژه برداشت شود. در حالی که کارآفرینی دارای مفهومی وسیع‌تر و با ارزش‌تر از اشتغال‌زایی است. این برداشت ناصحیح از این مفهوم و همچنین تورم نیروی انسانی بیکار در جامعه (بویژه در بین دانش‌آموختگان دانشگاهی)، موجب شده بسیاری از سیاست‌هایی که برای توسعه آن اتخاذ شده و نیز در بخشنامه‌ها و سخنرانی‌های مسئولان در این خصوص، صرفاً جنبه اشتغال‌زایی برای آن در نظر گرفته شود. در حالی که کارآفرینی دارای پیامدهای مثبت و مهم دیگری همانند: بارور شدن حاکمیت‌ها، ترغیب به نوآوری و توسعه آن، افزایش اعتماد به نفس، ایجاد و توسعه تکنولوژی، تولید ثروت در جامعه و افزایش رفاه عمومی است و در صورتیکه فقط به جنبه اشتغال‌زایی آن توجه شود، از سایر پیامدهای آن بی‌بهره خواهیم ماند.

زمان آن است که عمل کنیم، حتی در یک اقتصاد ضعیف! در جامعه دو نوع کلی شخصیت می‌توان یافت. آنها که خود درآمد ایجاد می‌کنند و آنها که منتظرند تا به آنها پول پرداخت شود. شخصیت اصیلی که در طول تاریخ رشد یافته و توانسته منشأ تحولات زیادی شود نوع اول است. هر انسان از ابتدا عنصری بوده که خود مولد و درآمدزا بوده است. این شخصیت اصالت دارد. مدام در تکاپو است. منتظر پدید آمدن

غذا نیست، بلکه در جست‌وجوی آن است و برای به‌دست آوردن آن تلاش می‌کند.

بخشش یا حقوق مستمر و پاداش در فرهنگ کارآفرینی جایی ندارد. کارآفرین نیروی خلاقیتش را به کار می‌گیرد. منابع اطراف خود را شناسایی می‌کند. در فکر بهترین بهره‌گیری از منابع اطرافش است. او یاد می‌گیرد که با دستان خالی خود چگونه چیزهای جدیدی خلق کند. ماشین را آوری را به حرکت در می‌آورد. او به خوبی می‌داند که برای ادامه زندگی لازم است به صورت جدی در فرآیند تولید مشارکت داشته باشد. خلاقیتش را برای خلق کردن به کار می‌گیرد. در واقع باید هر فردی در جامعه بتواند به مرحله درآمدزایی و تولید ارزش افزوده برای خودش برسد.

اینگونه است که چرخ اقتصاد به حرکت درمی‌آید که این نیاز به خلاقیت و به‌کارگیری تمام توانایی‌های شخصی دارد. این نیروی عظیم انسان را به‌کارگرفته و به حرکت وادار می‌دارد. تنها در این صورت رشد اتفاق می‌افتد. هر انسانی لازم است نقشی مولد در زندگی خود و جامعه‌اش داشته باشد. اگر دولت‌ها مردم را به درآمدهای دوتایی عادت دهند آنگاه هدر رفت منابع ناشی از بی‌مسئولیتی‌ها افزایش خواهد یافت چراکه شخص حساسیتی نسبت به منابع اطرافش نخواهد داشت. در این رویکرد خاصیت مولد افراد نیز از بین خواهد رفت. برای همین است که شخصیت کارآفرین از ارزش ویژه‌ای در هر سیستم اقتصادی برخوردار است.

شخصیت کارآفرین کار را به کسان دیگری ارجاع نخواهد داد چرا که می‌داند کار نهایتاً باید توسط کسی انجام شود و کسی جز او وجود ندارد که کار را انجام دهد. یعنی اگر او انجام ندهد پس کسی هم انجام نخواهد داد. شخصیت کارآفرین پخته است و احساس مسوولیت می‌کند. مدام فکر می‌کند و در جست‌وجوی راه حل است. او فردی مسوول و پیگیر است. او می‌داند که شرایط جدی است و همه باید برای تولید تلاش کنند.

اقتصاد ضعیف و کارآفرینی.

در شروع یک ایده، گام اول مهم است بسیاری از مردم گام اول را نمی‌دانند و قبل از هر چیزی، تصویری رویایی از آینده مجسم می‌کنند. ذهن خود را به مسائل پیچیده مشغول می‌کنند و قبل از شروع از آن دست می‌کشند. اقتصاد ضعیف برای کارآفرین خوش فکر می‌تواند یک فرصت باشد. ممکن است بسیاری از کارآفرینان از وضعیت اقتصادی و محدودیت‌های آن گله‌مند باشند. اما این خود می‌تواند فرصتی برای توسعه کارآفرینان خرد باشد. در اقتصادهای در حال توسعه خرده کارآفرینان بیشتر سهم را در پیشرفت ایفا می‌کنند. اقتصاد غیر قابل پیش‌بینی خود می‌تواند دری باشد برای فرصت‌های پیش‌بینی نشده. در اقتصاد غیر قابل پیش‌بینی، شما:

• برای یک شرکت بزرگ کار نمی‌کنید، بلکه در اندیشه کار کردن برای خودتان هستید.

- به دنبال فرصت‌های دیگر برای کسب درآمد هستید.
- به اصول اولیه کسب درآمد یعنی عرضه و تقاضا برمی‌گردید.
- مجبور نیستید با دیگر شرکت‌کنندگان آزمون استخدامی به رقابت بپردازید.
- بیشتر شرکت‌های موفق دنیا در سخت‌ترین شرایط اقتصادی کار خود را آغاز کرده‌اند.
- به دلایل زیر شروع در یک اقتصاد ضعیف خوب است:
 - شرکت‌های تولیدکننده در رکود قرار دارند، بنابراین آنها انعطاف بیشتری در برابر یک تازه کار با توانایی‌های مالی محدود نشان می‌دهند. شما می‌توانید ارتباط خوبی با آنها ایجاد کنید.
 - شرکت‌ها قیمت‌های بهتری را پیشنهاد می‌دهند، بنابراین شما می‌توانید از محصولات اولیه و خدمات ارزان‌تری بهره‌مند شوید.
 - افراد با استعداد راحت‌تر از گذشته در دسترس هستند. شما با تلاشی هر چند اندک می‌توانید به افراد شاخص دسترسی داشته باشید و از مشاوره آنها سود بگیرید.
 - فضای رقابت ضعیف شده و در نتیجه شما می‌توانید راحت‌تر وارد بازار شوید.
 - محدودیت منابع باعث می‌شود که شما با احتیاط و تحلیل بیشتری روی منابع خود و نحوه استفاده از آنها تصمیم‌گیری کنید.

پس در این اقتصاد ضعیف هم می توان کار آفرین بود
 کتاب حاضر از دو فصل تشکیل شده است . در فصل اول به بررسی
 ترکیبات شیمیایی و خواص چای سبز پرداخته شده و در فصل دوم ایده
 پرورش چای سبز به صورت گلخانه ای و فرآوری آن به صورت محصولات
 مختلف شرح داده شده است . این ایده برای اولین بار در ایران و دنیا
 توسط بند ارائه و اجرایی شده است . برای جلوگیری از خام فروشی و
 اشتغال زایی تا میم گرفتیم برگ های سبز چای پرورش یافته در گلخانه
 را که خواص فراوانی روی دارد را به صورت محصولات مختلف فرآوری
 کنیم. فرمولاسیون این محصولات تماما ابداعات بنده بوده و در همایشات
 و جشنواره های مختلف ارائه شده و مورد پذیرش قرار گرفته است .

به امید اینکه هر جوان ایرانی یک کار آفرین شود