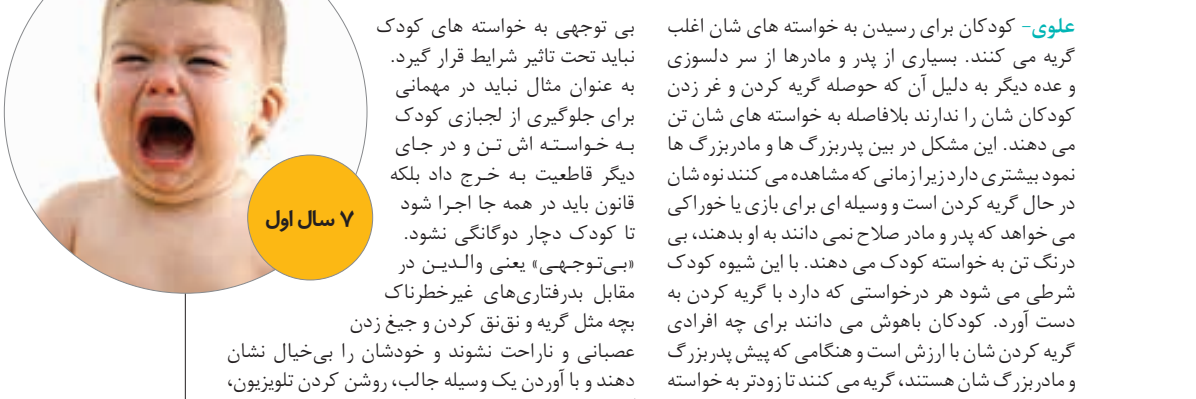


## گریه، ترند کد کانه برای رسیدن به خواسته



گریه می کنند. بسیاری از پدر و مادرها از سر دلسوزی و عده دیگر به دلیل آن که حوصله گریه کردن و غر زدن کودکان شان را ندارند بلافاصله به خواسته های شان تن می دهند. این مشکل در بین پدربزرگ ها و مادربزرگ ها نمود بیشتری دارد زیرا زمانی که مشاهده می کنند نوه شان در حال گریه کردن است و وسیله ای برای بازی یا خوراکی می خواهد که پدر و مادر صلاح نمی دانند به او بدهند، بی درنگ تن به خواسته کودک می دهند. با این شیوه کودک شرطی می شود هر در خواستی که دارد با گریه کردن به دست آورد. کودکان باهوش می دانند برای چه افرادی گریه کنن شان با ارزش است و هنگامی که پیش پدربزرگ و مادر بزرگ شان هستند، گریه می کنند تا زودتر به خواسته شان برسند.

برای برخورد با این شیوه فقط والدین باید با قاعلمت به خرج دهند و به اطر اطفالن شان بگویند که قانون را نقض نکنند.

## نکاتی درباره کرم‌های ضد آفتاب



کرم ضد آفتاب یکی از ملزومات فصل تابستان برای مراقبت از پوست است که علاوه بر جنبه زیبایی، جنبه درمانی هم دارد و از سرطان های پوست جلوگیری می کند. شلی پیری پوست، لک، آبرامید و تشدید سرطان پوست، ارتباط مستقیمی با تابش نور خورشید دارد، بنابراین در فصل گرم که تابش نور خورشید بیشتر است، محافظت از پوست امری ضروری به شمار می رود. استفاده از لباس های پوشیده با بافت مناسب، کلاه عینک آفتاب و کلاه های ضد آفتاب کرم ضد آفتاب بهترین است. استفاده از آفتاب در ۳ تا ۴ ساعت یک بار تکرار کنند و این سبب آفتاب کرم ضد آفتاب بهتر است برای محافظت بیشتر، ۵۰+ درون کودکی و نوزادی این کرم ها تنها استفاده است و آنچه که کاتر اهمیت بوده، تهیه این کرم ها از مواد استاندارد و دارا



### رفع کننده ناراحتی قلبی

**علوی:** گیاه درختچه ای «مشر» از خانواده استرچی دارای ریشه، پوست، برگ و برگ و خواص دارویی گوناگون است. یک کارشناس گیاهان دارویی با بیان این مطلب، افزود: مواد مؤثر دارویی این گیاه گلی گوزندهای قلب، پروتئین، کاتاروتیین، مازرین، جی کانتین، رزین ها، الکالوئید ها و نمک تلخ تارک است. «مسموم معزاری» از این گیاه به عنوان رفع کننده ناراحتی های قلبی، مغوی معدوم و هضم کننده یاد کرد و افزود: در استعمال خارجی در درمان برخی بیماری های

## دیکنه دیروز از بازی های کودکان

# گرگم به هوا

مشغول بازی می شدید، آن فردی که تعداد توشله های بیشتر با رنگ های جذاب داشت شایسته بازی را آغاز می کرد. «سماعیلی» که اکنون ۶۴ سال سن دارد، ادامه می دهد: توشله بازی به طور معمول به صورت دو نفره انجام می شد. وی اجلی آغاج، را یکی دیگر و از بازی های محبوب آن زمان می داند و می گوید: اوقات بکازی بچه ها با انجام بازی های مختلفی که تحرک زیاد و نشاط را برای آن ها به همراه داشت، می گذشت که بازی های بومی، محلی و در راس آن چای آغاج از بازی های معروف آن دوره به شمار می رود. شهروندی دیگر هم با بیان این که اوقات فراغت بچه های آن زمان با بچه های این دوره و زمانه زمین تا آسمان فرق کرده است، اظهار می کند: آن موقع ها بچه ها با کمترین امکانات تحصیلی درس می خواندند و زمانی که فصل تابستان می شد، توشله های مان را می آوردیم و

### عوامل مهم مسمومیت در سفر

**گروه اجتماعی-** مصرف غذاهای مانده و حرارت ندادن کافی به غذاها ۲ عامل مهم مسمومیت در سفرهای تابستانی هستند. مسئول تغذیه مرکز بهداشت بخوندر گفت: حرارت ندادن کافی به غذا، مصرف غذاهای مانده، بستنی های غیر یاستوریزه، سالاد آلوویه، تخم مرغ نیم پز، شیرینی های تر و خامه ای را و حتی آله های ورمبه، املا به به مسمومیت در سفر را فراهم می کنند. «چودت» تأکید کرد: برای شستن دست و صورت با ظروف در سفر باید از سالم بودن آب مطمئن شد و به هیچ عنوان نباید از آب دروخانه ها که آلودگی فراوان دارند، استفاده کرد. وی اظهار کرد: تغییر رنگ و بو می تواند نشانه ای از فاسد شدن غذا و برآمدگی یا تاب برداشتن در کنسروها می باشد. علامت فساد آن ها باشد. وی تصریح کرد: نگهداری و تهیه نادرست کنسروها یا تغییر نام غذایی می تواند شرایط مناسب را برای ایجاد سم بوتولیسم فراهم کند که مصرف آن ها، سلامت فرد را به شدت تهدید می کند. وی تأکید کرد: کنسرو و به طور حتم قبل از مصرف باید ۲۰ دقیقه در آب بجوشد.



خودشان واگذار می کردند تا بتوانند از عهده هم بر آیند و باید هر که حق با او بود حشش می گرفت. وی کمک کردن به مادران را فراموش چه ها در زمان قبیله اظهار می کند: زمانی که بچه بودیم امکانات زیادی در دسترس نداشتیم به طوری که ما پسر بچه ها از نوپ های پلاستیکی گانه ای که در دیگ های بزرگ سسی در حیاط رب می جوشاندند، به آن ها کمک کند و هر کدام

دوسطی» انجام می دادیم که وسطی یا دوتوله» یکی از بازی های مورد علاقه همگان بود و از زمانی که مشغول بازی می شدیم نمی دانستیم چگونه زمان می گذرد. ظهیر که می شد، چنان خسته بودیم که به زحمت می توانستیم ناهار بخوریم و حتماً باید بعد از صرف غذا استراحت می کردیم. «احمدزاده ادامه می دهد: دختر بچه ها هیچ کودک وسیله ای برای بازی نداشتند و مادران شان با پارچه و چوب برای آن ها عروسک درست می کردند و آن عروسک های پارچه ای دست ساز همه دنیایی دخترکان می شد. «قاسم ضیعی» هم

را با بعل یا بزدن و روی زمین می افتاد نویت دیگری می شد. وی اظهار می کند: دخترها هم بازی نامالنگ، وجود داشت که آن هم مخصوص پسر بچه ها بود، آن وسیله سیم یا نخ می ساختند و با آن بازی می کردند. هر کسی که نمی توانست آن را با بعل یا بزدن و روی زمین می افتاد نویت دیگری می شد. دخترها هم بازی وی اظهار می کند: دخترها هم بازی نامالنگ، وجود داشت که آن هم مخصوص به خودشان را داشتند. یکی از بازی های مورد علاقه آن ها خاله بازی یا عروسک های ساخته شده توسط مادران شان بود. در حیاط هالی که دختر داشتند همیشه روی زمین با گچ شکل لنگ بازی کشیده شده بود. وی ابراز می کند: کش بازی از بازی دشتیم و به کمک یک چوب آن را بار به حرکت در می آوردیم.

در همین باره، «فریده لطفی» یکی از شهروندان بخوندر می گوید: در زمان قدیم مانند اکنون از بازی های کامپیوتری، اسکتور ...

عوض می کرد و از انجام آن ها شاد می سازی می کردند و از انجام آن ها شاد بودند. وی اظهار می کند: بازی مجلی و سر سوز بزرگ ما در میان جوانان بازی ها اکنون دیگر منسوخ شده است و جای شان را از می توانستیم ببیم که مشغول انجام آن هستند. وی درخصوص انجام

### کیک شنی

**مواد لازم:** ماست خامه ای دو سوم پیمانه، روغن مایع دو سوم پیمانه، تخم مرغ ۳ عدد، وانیل یک چهارم قاشق بخابری، آرد سفید یک و یک چهارم پیمانه، کینگ پودر یک قاشق غذاخوری. **مواد لازم برای روپز:** سر خمی یک چهارم قوطی، پودر نارنگی یک پیمانه، **طرز تهیه کیک:** ماست خامه ای، روغن مایع، شکر، تخم مرغ و وانیل را با مزن برقی به مدت ۵ دقیقه هم می زنیم. آرد و کینگ پودر را که ۳ بار الک کرده ایم به مواد کیک اضافه می کنیم و با لیسک هم می زنیم. مایه کیک شنی را در سینی فر که قالب آن را در دسترس خود نداریم به مدت ۱۷ دقیقه می گذاریم. پودر یک خلال چوبی نیمیز را در کیک فرو می کنیم اگر چیزی بماند یعنی پخته است. شعله بالا را روشن می کنیم تا دوی کیک هم طلایی شود. بعد از این که کیک را از فر بیرون آوریم شیر عسلی را روی آن می مالیم. سپس پودر نارنگی بو داده شده (بدون روغن تلخ می همیم) را روی کیک می ریزیم و بعد از گذشت شدن برش می زنیم.

### شناسنامه فرزندخوانده ها

**برای فرزند خوانده ها چگونه شناسنامه صادر می شود؟**

متقاضیان سرپرستی باید ابتدا به پرهزشتی و بعد از تأیید پرهزشتی به دادگاه صالح برای تأیید صلاحیت های قانونی همچون عدم سوابق، مسائل بومی، اسناد ازدواج، امور پزشکی قانونی ... مراجعه کنند. این رعایت احوال شخصی کودک و فرد یا زوجین سرپرست، مفاد حکم سرپرستی تاثر اسناد سکونت و محرمانه اداره ثبت احوال، ثبت و ضبط خواهد شد. اداره ثبت احوال مکلف است پس از ابلاغ حکم قطعی

سرپرستی توسط دادگاه، با اعلام و حضور زوجین یا زنان سرپرست نسبت به اجرای حکم و صدور شناسنامه با مشخصات زوجین سرپرست یا سرپرست منحصر (دختر یا زن سرپرست بالای ۳۰ سال) در درج توضیحات لازم اقدام کند. انتخاب نام توسط سرپرست صورت خواهد گرفت. برای کودکانی که سرپرست منحصر آن ها یک زن مجرد است، شناسنامه با مشخصات کامل شناسنامه ای سرپرست و نام کوچک پدر فرضی به پیشنهاد سرپرست صادر خواهد شد.

### رفتار با دوقلوها

**علی نیا-** بسیاری از مواقع والدین به دلیل این که فرزندان شان دوقلو هستند با آن ها یکسان برخورد می کنند در حالی که این رفتار درست نیست و گاهی باید با آن ها رفتاری متفاوت داشته باشند. یک کارشناس علوم تربیتی با اشاره به این که دوقلوها، از بدو تولد یک همراه واقعی یا خود دارند به همین هم بودن لذت می برند و در تعامل و مشارکت با دیگران بهتر از دیگر کودکان هستند. گاهی تفاوت والدین از حوادث آنان نسبت به هم گناه دارند، علت آن این است که دوقلوها وقتی مشاهده می کنند یکی از قل ها به مدت طولانی در کنار پدر و مادر می ماند، احساس حسادت می کنند. بنابراین والدین باید به هر دو کودک رسیدگی کنند.

«کمالی» با اشاره به این که برخی از قل ها بهانه گیری می کنند، افزود: اگر یکی از قل ها، بهانه گیر باشد و پیوهدن بزند، پدر و مادر باید ابتدا به سرع اقدام کنند و مدت زمان اندکی را با او بگذرانند سپس به سرع کودک بهانه گیر برونند، با این کار کودک اول تشویق می شود و کودک بهانه گر درمی یابد که اگر توجه پدر و مادر را می خواهد باید شیوه دیگری را در پیش بگیرد.

وی تصریح کرد: والدین سعی کنند به صورت مجزا با دوقلوهای شان ارتباط برقرار کنند به عنوان نمونه برخی از قل ها را با خود به بیرون از منزل ببرند و مادر با دیگر یک فرزند ارتباط مجزا را بر یک و در موقعیت های متفاوت به صورت خود شرفی و مناسب برقرار دهد. است وی با اشاره به این که مبنا و اساس حفظ استقلال عاطفی در دوران کودکی و تا پیش از ۱۰ سالگی نهانندنی می شود، باید در سنی فر که قالب آن را در دسترس خود نداریم به مدت ۱۷ دقیقه می گذاریم. پودر یک خلال چوبی نیمیز را در کیک فرو می کنیم اگر چیزی بماند یعنی پخته است. شعله بالا را روشن می کنیم تا دوی کیک هم طلایی شود. بعد از این که کیک را از فر بیرون آوریم شیر عسلی را روی آن می مالیم. سپس پودر نارنگی بو داده شده (بدون روغن تلخ می همیم) را روی کیک می ریزیم و بعد از گذشت شدن برش می زنیم.

<b>نقاشی ساختمان (اسفراین)</b>	
<b>کامیاب</b>	
<b>۰۹۱۲۴۴۸۱۷۸۹</b>	
۰۲۷-۵۸۷۸	۰۲۷-۲۱۵۵۸

<b>آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای</b>
<b>به شماره ۰۹۱۲۴۴۸۱۷۸۹۰۰۰۰۹۲۰۰۹۷۳۲۵۱</b>
<b>نام و نشانی مناقصه گزار<span> </span>: سازمان جهاد کشاورزی خراسان شمالی</b>
<b>بختور - بلوار مدرس - نبش مدرس ۲۰</b>
<b>عنوان مناقصه<span> </span>: تامین حمل و باراندازی تجهیزات فیلتراسیون</b>
<b>شبهه آبیاری پایاب سد غلامان</b>
<b>مبلغ بر آورد اولیه<span> </span>: ۱۶/۳۲۳/۸۲۴/۰۰۰ ریال و پرداخت به صورت نقدی</b>
<b>محل تامین اعتبار: ملی</b>
<b>مبلغ شرکت در فرایند ارجاع کار<span> </span>: ۸۱۶/۲۰۰/۰۰۰ ریال</b>
<b>زمان و محل دریافت کلیه اسناد: بعد از چاپ آگهی لغایت پایان وقت اداری ۰۹۷/۰۴/۲۳</b>
<b>از طریق پایگاه ملی مناقصات و سامانه تدارکات الکترونیکی دولت setadiran.ir (باید از هردو سامانه در زمان مقرر دریافت گردد) لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضاء الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محق سازند .</b>
<b>زمان تحویل اسناد: مورخه ۰۲/۰۵/۹۷ پایان وقت اداری</b>
<b>زمان کشایش اسناد: سورهه ۰۳/۰۵/۹۷ ساعت ۱۹ عصر</b>
<b>حداقل رتبه و گرید مورد نیاز<span> </span>: شرکت های تولید کننده دارای گواهی استاندارد و مورد تأیید معاونت آب و خاک گرج</b>
<b>نشانی محل تحویل و بررسی اسناد<span> </span>: فیزیکی – به نشانی ردیف اول و سیستمی – سامانه تدارکات الکترونیکی دولت setadiran.ir میباشد.</b>
<b>مرجع پاسخگویی دستگاه مناقصه گزار: مهندس حصاری ۰۱۷۰-۳۲۲۶۰۰۵۸</b>
<b>برای دریافت اسناد از سایت مذکور ، ثبت نام و ارایه کد کاربری و موجود بودن نام در فایل دریافت کنندگان اسناد الزامی است و اطلاعات تماس جهت انجام مراحل عضویت در سامانه<span> </span>: مرکز با شماره ۰۲۱-۴۱۹۳۴ و اداره کل صنعت و معدن خراسان شمالی با شماره ۰۵۵-۳۲۲۲۵۹۵۵ داخلی ۲۲۵ آقای مروتی</b>
<b>سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد مندرج میباشد .</b>
<b>هزینه درج آگهی به عهده برنده مناقصه میباشد .</b>
<b>م الف ۱۹۸۹۷۷</b>
<b>سازمان جهاد کشاورزی خراسان شمالی</b>