بیشتر بدانیم

بچه های بازیگوش

بیشتر والدین، رفتارهای ناشایست کودک خود را به گردن همکلاسی ها و دوستان فرزندشان می اندازند. اما هر شخصی که مقصر باشد، اگر رفتارهایی مثل خشونت و دعوا با دیگر کودکان، دروغگویی، قلدری و فرار از مدرسه زیاد طول بکشد، کودک را به مرور آشوبگر و دردسرساز می کند. حالا سوال این است که از کجا باید بفهمیم رفتارهای کودک مان طبیعی و سالم یا غیر طبیعی و آشوبگرانه است؟

کار آگاه باشید

در رفتارهای فرزند خودتان و کارهای او کنکاش کنید و از نزدیک نظاره گر باشید. با نگاه به رفتار کودکان می توانید از مراحل تکامل کودک خود باخبر شوید. در یک زمان خاص یک رفتار خاص ممکن است مناسب آن سن نباشد. مثلا برای یک کودک سه ساله پرتاب کردن یک شی امری طبیعی است اما برای یک فرد ۱۶ ساله این کار بسیار قبیح و غیرطبیعی است، بنابراین مشکلی وجود دارد.

صادق باشید

قبل از هر اقدامی برای اصلاح رفتار کودک خود لازم است به دنبال مشکل اصلی باشید. گفتن این جمله که فرزند من بدون هیچ نقص و اشکالی است و دیگری مسئول این دعوا بوده نگرشی است که در حل مشکل هیچ تاثیری ندارد. همیشه با فرد صادق باشید و به خود دروغ نگویید.

به او کمک کنید

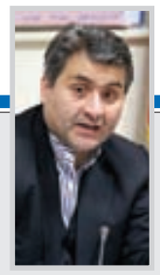
حالا که شما مشکل را شرح دادید، فرد مناسبی را برای کمک پیدا کنید. فردی مثل معلم، مشاور مدرسه یا پزشک اطفال. اگر آن فرد مشکل را نتوانست برطرف کند و مشکل آن قدر شدید است که تهدیدکننده روابط یا ایمنی کودک شماست، پزشک ممکن است شما را به یک روان پزشک اطفال یا روان شناس برای بررسی های بیشتر معرفی کند.

به او انگ نزنید

زدن انگ آشوبگر یا دردسرآفرین به کودک می تواند روی شخصیت آینده کودک اثرگذار باشد و اعتماد به نفس کودک و تصویر ذهنی او از خود را تغییر دهد. کودکان همیشه آن طوری عمل می کنند و آن گونه می شوند که دیگران در مورد آن ها فکر و آن ها را صدا می کنند. پس مراقب باشید هیچ وقت به کودک خود کلمه بد نگویید. به جای آن بیشتر صفت های مثبت را به کار ببرید و صفات منفی را حذف کنید. اگر روی بسیاری از رفتارها در یک زمان تمرکز کنید، هرگز در رفتار کودک تغییری حاصل نمی شود، صبور باشید. ممکن است اصلاح و تغییر رفتار کودک ۳ تا ۴ هفته با تکرار مدام طول بکشد تا نتیجه مثبت حاصل شود. شما تغییرات را تدریجی در کودک خواهید دید. هرگز عصبانی نشوید، مدتی طول می کشد تا رفتار خوب جایگزین رفتار بد کودک شود.

مدیر کل کمیته امداد خبر داد:

۲ هزار عروس و داماد چشم انتظار جهیزیه



گروه اجتماعی – ۲ هزار عروس و داماد تحت پوشش کمیته امداد چشم انتظار جهیزیه و هدیه هستند. مدیر کل کمیته امداد خراسان شمالی روز گذشته با اعلام این خبر گفت: سال گذشته ۲ هزار و ۳۱۷ عروس و داماد جهیزیه گرفتند که از این تعداد هزار و ۵۹۲ دختر تحت حمایت کمیته امداد، ۷۹ دختر نیازمند، ۵۹۰ پسر تحت حمایت و ۵۶ نفر از دیگر بانوان بودند. «اهرابی» افزود: در همین مدت ۳۴ میلیارد ریال از سوی خیران، منابع دولتی و صدقات حامیان طرح اکرام برای تامین جهیزیه مددجویان هزینه شد. وی تصریح کرد: از این میزان ۲۶۰ میلیون تومان مربوط به کمک های خیران است. وی ادامه داد: تاکنون خیران در این بخش کمک های خوبی کرده اند و امیدواریم در سال جاری نیز بتوانیم شاهد استقبال بیشتر خیران برای کمک به زوج های چشم انتظار جهیزیه باشیم.

تجهیزات غیر استاندارد در ۲۶ زمین بازی در بجنورد

خانواده ها مواظب باشند

عکس: خراسان شمالی

تنها ۴ وسیله بازی شهر بازی بجنورد تاییدیه ایمنی دارد

گروه اجتماعی

التماس های پسر ۸ ساله ام برای استفاده از وسایل بازی در پارک شهر و دیگر پارک های محله امانم را بریده است. عصرها که برای قدم زدن به شهربازی یا پارک های محله می رویم باید با ترفندی، کودک ۸ ساله ام را قانع کنم که این وسایل بازی را که می بیند استاندارد نیستند و هر لحظه ممکن است اتفاقی برایش رخ دهد. چگونه می توانم به او بفهمانم برخی وسایلی که اکنون کودکان در حال بازی هستند غیر استاندارد است!!!

چند بار به او گفته ام که نمی توانم اجازه بدهم از این وسایل استفاده کند. ولی هر بار در پاسخم می گوید: پس چرا این کودکان در حال بازی هستند؟ اگر خطرناک است چرا در پارک گذاشته اند؟ این سوالات را باید مسئولانی پاسخ دهند که بی تفاوت از کنار این موضوع می گذرند، حتما باید اتفاقی رخ دهد تا به فکر چاره ای باشند. بارها در جلسات مختلف گفته شده است که وسایل بازی شهربازی و پارک های محله استاندارد نیستند، اما دلیل سکوت متولیان در قبال این قضیه چه می تواند باشد؟ با این که چندین بار در جلسات شورای استاندارد این مشکل عنوان شده اما تنها به فرصت دادن به متولیان مربوطه بسنده شده است، در حالی که ممکن است این فرصت دادن ها دیگر قابل جبران نباشد و هر لحظه اتفاقی برای کودکان در حین بازی رخ دهد، آن وقت چه افرادی پاسخ گو خواهند بود؟

بی اطلاعی از ایمن نبودن

یکی از والدین با اظهار بی اطلاعی از استاندارد نبودن برخی وسایل بازی در پارک ها و شهربازی اظهار نگرانی می کند و می گوید: اگر وسایل بازی ایمن نیستند چرا در پارک نصب شده اند؟ خانواده ها از کجا بدانند که این وسایل از نظر فنی، ایمن نیستند؟ «بهادری» می افزاید: حداقل این وسایل را یا جمع آوری و یا مردم را از ایمن نبودن آن ها مطلع کنند تا از بروز مشکلات احتمالی جلوگیری شود.

شهر بازی

یکی از شهروندان که هر هفته به خاطر علاقه فرزندش به استفاده از وسایل بازی مجبور است به پارک های شهر بجنورد برود، می گوید: شب جمعه به شهربازی رفتم، اما از آن هیاهوی کودکان در بخش وسایل بازی خبری نبود و تنها چند وسیله مانند ماشین برقی و قطار کودک فعال بود و در برخی از وسایل بازی مانند آبشار که متصدی در کنارش نبود کودکان در حالی بازی بودند.

«محمدی» می افزاید: برخلاف گذشته از گرفتن ورودی برای وارد شدن به بخش وسایل بازی شهربازی بجنورد خبری نبود گویا به شهر مردگان قدم گذاشته بودیم و تاریکی بر این محیط سایه افکنده بود. وی تصریح می کند: تعداد محدودی وسیله بازی فعال بود و بقیه وسایل بازی تعطیل بودند و مجبور شدیم برگردیم. وی بیان می کند: اگر وسایل بازی در شهربازی غیر استاندارد است چرا برگه یا اطلاعیه ای مبنی بر این موضوع نصب نکرده اند تا شهروندان مطلع شوند.

جمع آوری وسایل معیوب

یکی دیگر از شهروندان هم از مناسب نبودن وسایل بازی در پارک شهر می گوید و می افزاید: وسایل بازی که در این پارک نصب شده دارای مشکلاتی است که باعث گیر افتادن انگشت دخترم و آسیب رسیدن به آن شد.

«سلطانی» می افزاید: ای کاش مسئولان و متولیان مربوطه از وسایل بازی در پارک ها بازدید و وسایل دارای نقص و معیوب را جمع آوری می کردند.

«کریمی» یکی دیگر از شهروندان نیز می گوید: به تازگی شنیده ام که برخی وسایل بازی در شهربازی پلمب و بدون متصدی رها شده اند. در این بین برخی از کودکان از این فرصت استفاده و با آن ها بازی می کنند. به عنوان نمونه آبشار یکی از وسایلی است که تاییدیه استاندارد نگرفته است.

۱۰ دستگاه بدون تاییدیه ایمنی

در همین ارتباط، رئیس اداره نظارت بر اجرای استاندارد اداره کل استاندارد خراسان شمالی می گوید: در شهربازی بجنورد ۱۴ دستگاه بازی وجود دارد که تا امروز ۴ دستگاه فعال است و تاییدیه ایمنی و استاندارد دارد که شامل قطار کودک، استخر توپ، ماشین برقی و گردونه آبی است، اما تاییدیه ایمنی آن ها فقط تا چهارم ماه آینده مهلت دارد.

> تا زمانی که برای دستگاه های مربوطه تاییدیه استاندارد گرفته نشود اجازه فعالیت این دستگاه‌ها داده نخواهد شد

«طاهری» می افزاید: ۱۰ دستگاه بازی در شهربازی بجنورد هنوز تاییدیه استاندارد نگرفته اند و متولیان مربوطه در حال برطرف کردن نقص آن ها هستند.

وی با اشاره به این که این ۱۰ دستگاه بازی از بهار سال گذشته پلمب شده اند، اظهار می دارد: تا زمانی که برای دستگاه های مربوطه تاییدیه استاندارد گرفته نشود اجازه فعالیت این دستگاه ها داده نخواهد شد.

وی ادامه می دهد: در شهربازی بجنورد وسایل بازی بادی هم وجود داشت که متولیان مربوطه تاییدیه ایمنی را نگرفته بودند، ضمن این که برای گرفتن تاییدیه هم اقدام نکردند و تاکنون پیگیری موثری از سوی راهبر انجام نشده است. وی می گوید: طی بازدیدی که از ۲۶ زمین بازی در بجنورد انجام شده است وسایل بازی در زمین های بازی با برخی از استانداردها انطباق نداشتند و به شهرداری اعلام شد. شهرداری نیز پیگیر برطرف کردن نواقص اعلام شده است با این حال هنوز برای بازرسی مرحله دوم اعلام آمادگی نکرده است.

وی تصریح می کند: وسایل بازی در شهربازی ها باید تاییدیه استاندارد داشته باشند در غیر این صورت باید پلمب شوند ضمن این که تجهیزات خطر آفرین را به ناچار پلمب می کنیم.

سرپرست شهرداری بجنورد در همین خصوص می گوید: در بودجه سال جاری اعتباری برای ایمن سازی و استانداردسازی تجهیزات ایمنی پارک شهربازی و دیگر تجهیزات پارک ها، در نظر گرفته شده است. «نقیب» می افزاید: تجهیزات بازی که دارای نقص فنی است، مطابق با استاندارد های اداره کل استاندارد اصلاح خواهد شد. وی تصریح می کند: به زودی پیمانکار در این خصوص انتخاب خواهد شد.

تغذیه سالم

هویج بخورید

گروه اجتماعی – می‌توان با مصرف مواد غذایی سرشار از ویتامین‌ها و مواد مغذی به سلامت چشم‌ها کمک کرد و جلوی ضعیف شدن آن‌ها را گرفت. حتماً شما هم از بچگی شنیده‌اید که هویج برای تقویت بینایی مفید است. هویج سرشار از بتاکاروتن است که برای سلامتی چشم‌ها لازم و ضروری است. بتاکاروتن جزو آنتی اکسیدان‌های کاروتنوئید است که در میوه‌ها و سبزیجات به وفور وجود دارد. بدن ما بتاکاروتن را به ویتامین A تبدیل می کند. این ترکیبات مغذی علاوه بر تقویت بینایی و پیشگیری از شب کوری، خطر پیشرفت دژنراسیون ماکولای چشم مربوط به پیری و هم چنین آب مروارید را کاهش می‌دهند. وجود میزان زیاد این ترکیبات آنتی اکسیدانی در خون خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن را نیز کاهش می‌دهد. منابع غذایی بتاکاروتن: هویج، سیب‌زمینی شیرین، کدو تنبل، فلفل دلمه‌ای نارنجی، پرتقال، روغن جگر ماهی، جگر، زرده تخم مرغ، اسفناج و تمام سبزیجات رنگی. جوانی و شادابی پوست با هویج امکان‌پذیر است. این ماده غذایی نه تنها برای اعضای داخلی بدن مفید است بلکه برای بهبود وضعیت پوستمان نیز موثر است. به خاطر اینکه سرشار از بتاکاروتن یا همان پیش‌ساز ویتامین آنتی‌اکسیدان است و از پیری سلول‌های پوست پیشگیری می کند.

نکات خانه داری

دمنوش به

نوشیدنی‌ها و دمنوش‌های بسیاری هستند که اگر اهل تجربه کردن مزه‌های تازه باشید می‌توانید آن‌ها را در منزل تهیه کنید. یکی از آن‌ها دمنوش به است. اگر می‌خواهید اعصابی آرام و راحت داشته باشید این دمنوش خانگی را امتحان کنید.

طرز تهیه:

۱. «به» را بشویید و با رنده درشت رنده کنید. سپس آن را در یک سینی بریزید و خشک کنید.

۲. وقتی رطوبت به از دست رفت، آن را داخل تابه بریزید و روی حرارت کم بگذارید و مرتب به هم بزنید تا کمی تغییر رنگ بدهد و شبیه چای معمولی شود.

۳. آن را در شیشه در بسته بریزید و هر بار یک قاشق از آن را در قوری ریخته، مانند چای دم کنید و بنوشید.

۴. این دمنوش، به شیرین‌کننده نیاز ندارد و بسیار آرامبخش است. هم چنین این دمنوش را می‌توانید با آبلیمو بنوشید.

گیاهان دارویی

باریجه

گیاه باریجه یکی از با ارزش ترین گیاهان دارویی است که در خراسان شمالی به خصوص در شهرستان گرمه رشد می کند. این گیاه خواص دارویی فراوانی دارد که به چند اثر دارویی آن اشاره می کنیم.

۱- برای خردکردن سنگ مثانه و کلیه صمغ باریجه را با عسل مخلوط کرده و میل شود.

۲- برای خارج کردن جنین مرده صمغ این گیاه را با سرکه رقیق کرده و میل کنید.

۳- برای درمان بواسیر کمی از صمغ باریجه را در آب حل کنید و به مدت ۳ روز بنوشید.

۴- برای تسکین درد پهلو و کمر، صمغ این گیاه را در عرق گزنه حل و با روغن زیتون مخلوط کنید و به صورت ضماد در محل درد بگذارید.

۵- برای جلوگیری از تشنج صمغ این گیاه را در آب حل کرده و میل کنید.

تحلیل های روز را رصد کنید
www.Rasad.org
پایگاه تحلیلی دانر پژوهش روزنامه خراسان

جرثقیل پاسارگاد یزدانی
۰۹۱۵۱۸۴۱۰۳۶
۰۹۴۲۰۸۴۹۹

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر آراء هیئت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسفراین تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان محرز گردیده است.

لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در دو نشریه آگهی های ثبتی (کثیرالانتشار و محلی) به شرح ذیل آگهی می شود.

بخش ۵ بجنورد قریه کریم پلاک ۶۳ اصلی

* کلاسه ۱۳۹۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۱۱ حجت اله بهرامی فرزند اکبر در ششدانگ منزل به مساحت ۱۰۹/۱۵ مترمربع از پلاک ۶۳- اصلی از محل مالکیت غلامحسین قوسی فرزند غفور

لذا به این وسیله به فروشندگان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا ۲ ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترضین باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهند. در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه ننماید اداره ثبت محل مبادرت به صدور سند خواهد نمود. ضمن این که صدور سند مالکیت جدید مانع مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد شد. **تاریخ انتشار نوبت دوم: دوشنبه ۹۵/۰۲/۲۰**

علیخان نادری – رئیس ثبت اسناد و املاک اسفراین

۹۵۰۲۶۷۹۸/و

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر آراء هیئت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسفراین تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان محرز گردیده است.

لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در دو نشریه آگهی های ثبتی (کثیرالانتشار و محلی) به شرح ذیل آگهی می شود.

بخش ۵ بجنورد قریه خرینان پلاک ۶۴ اصلی

* کلاسه ۱۳۹۴۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۱۸۱ حسن توئی فرزند محمد علی در ششدانگ منزل به مساحت ۱۷۸/۸۵ مترمربع از پلاک ۱۶۷ فرعی باقیمانده از ۶۴- اصلی از محل مالکیت ورثه محمد علی کوکبی

لذا به این وسیله به فروشندگان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا ۲ ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترضین باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهند. در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه ننماید اداره ثبت محل مبادرت به صدور سند خواهد نمود. ضمن این که صدور سند مالکیت جدید مانع مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد شد. **تاریخ انتشار نوبت دوم: دوشنبه ۹۵/۰۲/۲۰**

علیخان نادری – رئیس ثبت اسناد و املاک اسفراین

۹۵۰۲۶۷۷۴/و

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر آراء هیئت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسفراین تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان محرز گردیده است.

لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در دو نشریه آگهی های ثبتی (کثیرالانتشار و محلی) به شرح ذیل آگهی می شود.

بخش ۵ بجنورد قریه پشت جوی پلاک ۶۰ اصلی

* کلاسه ۱۳۹۱۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۱۳۳۱ امان اله حسن پور فرزند غلامحسین در ششدانگ منزل به مساحت ۱۶۳/۳۳ مترمربع از پلاک ۲۰۴ فرعی از ۶۰- اصلی از محل مالکیت مشاعی متقاضی

لذا به این وسیله به فروشندگان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا ۲ ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترضین باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهند. در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه ننماید اداره ثبت محل مبادرت به صدور سند خواهد نمود. ضمن این که صدور سند مالکیت جدید مانع مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد شد. **تاریخ انتشار نوبت دوم: دوشنبه ۹۵/۰۲/۲۰**

علیخان نادری – رئیس ثبت اسناد و املاک اسفراین

۹۵۰۲۶۸۱۰/و

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر آراء هیئت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسفراین تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان محرز گردیده است.

لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در دو نشریه آگهی های ثبتی (کثیرالانتشار و محلی) به شرح ذیل آگهی می شود.

بخش ۵ بجنورد قریه کشتان پلاک ۶۹ اصلی

* کلاسه ۱۳۹۱۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۱۱۹۰ رسول گورگین کشتان فرزند علی اصغر در ششدانگ منزل به مساحت ۱۰۷/۵۲ مترمربع از پلاک ۵۶۸ فرعی از ۶۹- اصلی از محل مالکیت زهرا بذری کشتان

لذا به این وسیله به فروشندگان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا ۲ ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترضین باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهند. در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه ننماید اداره ثبت محل مبادرت به صدور سند خواهد نمود. ضمن این که صدور سند مالکیت جدید مانع مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد شد. **تاریخ انتشار نوبت دوم: دوشنبه ۹۵/۰۲/۲۰**

علیخان نادری – رئیس ثبت اسناد و املاک اسفراین

۹۵۰۲۶۷۶۸/و