

گیاهان دارویی

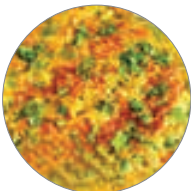


ضد سرفه

علوی– گیاه بوته ای پنج برگ از خانواده گل سرخ دارای ریشه، ریزوم و برگ با خواص دارویی است. یک کارشناس گیاهان دارویی در این باره اظهارداشت: مهم ترین مواد موثر دارویی این گیاه شامل تانن، رزین، صمغ و اکسالات کلسیم است. «مسعود معمارپانی» ادامه داد: این گیاه ضد سرفه است و از آن به عنوان تصفیه کننده خون استفاده می شود.

وی با اشاره به این که گیاه پنج برگ برای رفع گلودرد مفید است، عنوان کرد: از این گیاه همچنین برای درمان درد مفاصل، سیاتیک و قطع خونریزی های داخلی استفاده می شود.

آشپزی



املت قارچ و پیازچه

■ **مواد لازم:** قارچ ۶ عدد، پیازچه و گشنیز مقداری، تخم مرغ ۴ عدد، آرد نصف قاشق تا یک قاشق سر خالی غذاخوری، نمک، فلفل سیاه و زعفران به مقدار لازم، کره و زرشک یک قاشق غذاخوری.

■ **طرز تهیه:** قارچ را خرد می کنیم و با کره تفت می دهیم. بعد از این که آب قارچ کشیده شد پیازچه خرد شده، زرشک و گشنیز را اضافه می کنیم و کمی که تفت دادیم شعله را خاموش می کنیم تا این مواد کمی سرد شوند.

در کاسه ای تخم مرغ ها را می شکنیم نمک، فلفل سیاه و آرد و زعفران را اضافه می کنیم و خوب به هم می زنیم و مواد دیگر را به تخم مرغ اضافه می کنیم و به هم می زنیم در ماهیتابه کمی روغن می ریزیم وقتی که داغ شد مواد را می ریزیم و به هم می زنیم وقتی زیر آن پخت در ماهیتابه را می گذاریم تا روی آن نیز ببزد.

معاون اداره کل آموزش و پرورش خبر داد:

استخدام ۴۲۳ نیروی حق التدریس همچنان در بلا تکلیفی

درس‌های بی توجهی به اختلالات روانی کودکان

لبخند به کودکان پر خاشگر

علوی

بیماری‌های اعصاب‌و‌روان نه‌تنها این‌روزها گریبان برخی از افراد بزرگسال را گرفته بلکه در بین برخی کودکان نیز رخنه کرده است. اما متأسفانه بسیاری از والدین علایم و نشانه‌های بیماری‌های روانی را در کودکان نمی‌شناسند و یا اگر نشانه‌های بیماری به آن‌ها گوشزد شود، آن‌را انکار می‌کنند و در پی درمان بر نمی‌آیند.

از سوی دیگر به عقیده بسیاری از روان‌شناسان نشانه‌های اختلال‌های روان شناسی می‌تواند در بیشتر کودکان دیده‌شود اما بررسی وجود آن اختلال به همکاری والدین و کودک بستگی دارد.

یکی از شهروندانی که کودک ۹ ساله‌اش به اختلال بیش فعالی مبتلاست، عنوان می‌کند: پسرم از زمان کودکی اش شیطنت‌های زیادی داشت و بسیار فعالیت می‌کرد و هیچ‌گاه آرام و قرار نداشت و کمتر استراحت می‌کرد.

این مادر که تمایلی به ذکر نامش ندارد، ادامه می‌دهد: بیشتر اوقات که کودکم را به میهمانی می‌بردم، میهمانان و یا کودکان آن‌ها را اذیت می‌کرد و همه‌جا را به هم می‌ریخت. چند بار هم بعضی از اطرافیان به ما گوشزد کردند که ممکن است کودکمان به بیش‌فعالی مبتلا باشد اما من پدرش این موضوع را جدی نگرفتم و به حساب شیطنت‌های پسرپچه‌ها گذاشتم.

وی عنوان می‌کند: زمانی که فرزندم وارد مدرسه شد آزار و اذیت‌هایش در مدرسه هم نمایان شد، از سوی دیگر در کلاس درس تمرکز نداشت و هیچ‌گاه به درس‌گوش نمی‌داد چندین بار مدیر مدرسه و معلم تذکر دادند که باید او را نزد روانشناس ببریم و وقتی او را برای نخستین بار نزد روانشناس بردیم اظهار داشت که نشانه‌های بیش‌فعالی در فرزندم دیده می‌شود. یکی دیگر از والدینی که کودکش به یک اختلال روانی مبتلاست، عنوان می‌کند: زمانی که کودکم چند ماهه بود و با او حرف می‌زدیم مانند کودکان دیگر هیچ گونه عکس‌العملی نشان نمی‌داد، او را نزد پزشک بردیم چون تصور می‌کردیم شاید کم شوایی و یا اختلال در بینایی دارد اما به لحاظ جسمی

علی‌نیا– وضعیت استخدامی ۴۲۳ نیروی حق التدریس استان همچنان در بلا تکلیفی قرار دارد. معاون پژوهشی، برنامه ریزی و منابع انسانی اداره کل آموزش و پرورش خراسان شمالی روز گذشته در گفت و گو با خبرنگار ما گفت: نیروهای حق التدریس استان هم چون سال‌های گذشته به شکل حق التدریس مشغول به کار خواهند شد. «خوش‌آینه» افزود: ساماندهی نیروی انسانی باید انجام شود و استخدامی‌های سال ۹۵ هم جایگزین و وارد عرصه شوند تا تصمیم‌گیری برای جذب نیروی جدید حق التدریس انجام شود.

ادامه داد: تا زمانی‌که مصوبه مجلس را برای استخدامی نداشته باشیم، برنامه ای برای جذب نیروی جدید حق التدریس در استان نداریم. وی با اشاره به زمان فراخوان استخدامی‌های جدید در آموزش و پرورش اظهار داشت: به‌طور حتم تا پایان ماه جاری برای ثبت نام فراخوان اعلام خواهد شد. معاون پژوهشی، برنامه‌ریزی و منابع انسانی اداره کل آموزش و پرورش استان در نهم اردیبهشت سال جاری، از جزئیات استخدامی جدید ۸۴۰ نفر در آموزش و پرورش خبر داده بود. «خوش‌آینه» به خبرنگار ما گفته بود: وزارت آموزش و پرورش، مجوز

را جزو اختلالات خلقی برمی‌شمرد که می‌تواند در کودکان بروز یابد و باعث شود که کودک همیشه غمگین باشد.

وی تشخیص بیماری‌های روانی در کودکان را مشکل می‌داند و می‌افزاید: برای تشخیص این بیماری‌ها باید رفتارهای کودک در موقعیت‌های مختلف مورد ارزیابی قرار گیرد و والدین نیز رفتارهای کودک را به دقت زیر نظر بگیرند که در صورت تشخیص نوع اختلال، روان‌درمانی در وهله نخست مورد استفاده قرار می‌گیرد و اگر مشکل حادتر باشد ممکن است پزشک به دارو درمانی هم رو بیاورد. برای اطلاع از این که آمار کودکان مبتلا به اختلالات روانی چقدر افزایش یافته است بارها با مسئولان مختلف در اداره کل بهزیستی خراسان شمالی تماس گرفتیم که پاسخی دریافت نکردیم.



تغییر کردن رفتار

کودک و داشتن

شخصیتی خارج از

شکل متعادل

مانند صدمه

زند به

دیگران،

دعوا کردن،

پر خاشگری

و داد و بیداد

راه انداختن

نیز می تواند از

نشانه‌های

اختلال روان

شناختی

باشد

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

● **قانون:** پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید

(نوشتر را از خود خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.



۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴

واژگان کمتر اما پرهیز از پرسش هرز (ناخواسنه) در این جدول، مایه افزایش بار آموزشی آن شده است. برخی سوال‌ها، از مطلب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.

- ۵- (حرفی) اشتباهات تلفظی کودکان تا ۴ ونیم سالگی طبیعی است اما اگر این اشتباهات بیشتر از ۴ ونیم سالگی ادامه یابد، کودک باید به مراکزدرمانی مراجعه کند.
- ۲- (حرفی) این مفصل نسبت به سایر مفاصل بدن بسیار متحرک و منعطف است و می‌تواند فشارهای مختلفی را در وضعیت‌های خاص تحمل کند.
- ۳- (حرفی) توت قابلیت بسیار خوبی دارد، به همین دلیل برای کودکان و افراد مسن یا افرادی مناسب است که حجم معده آنها کم است.
- ۴- (حرفی) نخ به دور آن پیچیده می‌شود
- ۵- (حرفی) حاضر
- ۶- (حرفی) ضربان مچ دست
- ۷- (حرفی) از شاخه‌های اصلی علوم
- ۳- (حرفی) میوه توت دو نوع دارد که سفید آن شیرین و دارای مزاج گرم و تر و نوع سیاه یا قرمز آن معمولاً است.
- ۹- (حرفی) سخت بودن تلفظ برخی حروف مانند حرف برای کودکان باعث می‌شود تا آن‌ها از حرف‌راحت‌تری همانند «ه» استفاده کنند.
- ۱۰- (حرفی) پاک‌وبار سا
- ۱۱- (حرفی) پر خوری و کم‌خوری هر دومی تواند

فیل سفید به ۷۸ می‌رود.

شاه سیاه مجبور است به ۴ برود.

رخ سفید به ۷۴ می‌رود تا سیاه مات شود.



۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۶/۳/۸]

ناویاب

دوشنبه ها و پنجشنبه ها



۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴

رزم ناو

ناوشکن

از در افکن

زیر دریایی

ادوات در این معما به هیچ وجه در همسایگی هم نیستند (حتی از گوشه‌ها).

تمام ادوات در این معما «افقی» یا «عمودی» هستند و هرگز مورب نیستند.

رزم ناو

ناوشکن

از در افکن

زیر دریایی

● **قوانین:**

ارقام بی‌رمن جدول، می‌گویند که در هر سطری استون چند خانه در اشغال ادوات است.

رزم ناو

ناوشکن

از در افکن

زیر دریایی

● **نکته‌ها:**

- شکل پُرشدگی خانه‌ها مهم است و پُر بودن خانه‌ها یا «دایره»، «نیم دایره» یا «مربع» در صحت جواب تأثیر دارد.
- ناویاب، یک معمای منطقی است، پس موقعیت‌ها را حدس زنید! با کشف روابط منطقی، ماهیت قطعی بعضی خانه‌ها را تعیین و با استناد به خانه‌های معلوم، کم‌کم ماهیت خانه‌های دیگر را هم مشخص کنید.



۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴



۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴



۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴

● **قانون:**

ارقام ۱ تا ۹ را

در خانه‌های خالی

بنویسید که

در هر سطر،

در هر ستون

و در هر مربع ۳ در ۳

هیچ رقمی

تکراری نباشد.