

۷ سال اول



دوستی کودکان

گروه اجتماعی- تازه‌ترین پژوهش‌ها حاکی از آن است که در یک تا ۲ سالگی، ارتباط کودک با هم‌سن‌وسالانش مانند آزمایشگاه روابط اجتماعی است.

کودک در سال‌های ابتدایی زندگی‌اش یاد می‌گیرد مثلاً پرتاب کردن اسباب‌بازی‌ها یا یک دوست بسیار لذت‌بخش است. کودکان هنگام بازی، حرکات و رفتار یکدیگر را تقلید می‌کنند و تأثیرات رفتارهای دیگری بر محیط‌را یاد می‌گیرند.

کودکان در سنین یک تا دو سالگی ممکن است ابتدا اسباب‌بازی‌شان را به کودک دیگر تعارف کنند و چند دقیقه بعد با همان اسباب‌بازی کودک مقابل‌شان را کتک بزنند!

در دوستی کودکان آداب معاشرت معنا ندارد. تمرکز اصلی کودکان اشتراک بازی‌ها و اشیای اطراف است. آن‌ها معذرت‌خواهی و احترام متقابل را نمی‌شناسند.

اگر چیزی توجه کودک‌را جلب کند، می‌رود و از هم‌بازی‌اش می‌گیرد. سعی کنید زمانی را برای بازی فرزندان در نظر بگیرید که خسته و گرسنه نباشد تا بهانه نگیرد و با انرژی به تجربه‌های مشترک با هم‌سن و سال‌هایش بپردازد.

بچه‌های کوچک در گروه‌های دو نفره بهتر بازی می‌کنند زیرا در بازی دو نفره، دیگر مشکل کم‌توجهی و توجه بیشتر به یک نفر مطرح نیست. در این سن و سال کودکان دوست دارند از یکدیگر تقلید کنند. سعی کنید اسباب‌بازی‌های مشابهی را در دسترس آن‌ها قرار دهید تا هنگام بازی سر یک ماشین یا عروسک داد و بیداد راه نیفتد.

از ۲ تا ۳ سالگی به تدریج روابط اجتماعی کودک پیشرفت می‌کند که مهم‌ترین آن احساس وفاداری است. مفهوم «اشتراک» کم‌کم در ذهن کودک شکل می‌گیرد. کودکان با اشتیاق اسباب‌بازی‌های‌شان را به هم‌بازی‌های‌شان نشان می‌دهند و آن‌ها را تشویق می‌کنند وسایل را بردارند و بازی کنند.

نباید انتظار دوستی‌های صمیمی دوران دبستان را از فرزندان داشته باشید اما از این سن، کودک، کودک دیگری را که به او علاقه و با او سلیقه‌های مشترکی دارد، انتخاب می‌کند و با او صمیمی می‌شود. آن دویک جای کوچک را که فقط خودشان دو تا در آن مکان جا شوند، پیدا می‌کنند و این مکان، قلمروی آن‌هاست. آن‌ها در این قلمرو برای هم آواز می‌خوانند، قصه می‌گویند، می‌خندند، بازی و همدیگر را عصبانی و گاهی با هم قهر می‌کنند.

خواب شیرینم آرزوست



علوی

چراغ قرمز است و خودروها توقف کرده اند. نوجوانی ۱۲، ۱۳ ساله در حال عبور از خط کشی عابر پیاده است، هندزفری داخل گوشش گذاشته و چشم اش به گوشی است، سرش را بالا بر نمی‌دارد که حتی نیم نگاهی به چراغ بیندازد. این روزها گشت و گذار در فضای مجازی بیش از پیش در بین افراد به خصوص جوان‌ها و نوجوان‌ها رخنه کرده است هر چند کهنسالان و میانسالان هم سعی کرده‌اند از این قافله عقب نمانند اما رواج استفاده از شبکه‌های مجازی و ابزارهای دیجیتال بیشتر در بین جوانان دیده می‌شود چنان‌که خواب و خوراک را از برخی از آن‌ها ربوده است و مدام از این گروه به آن گروه و از این صفحه مجازی به آن صفحه می‌روند. صرف نظر از این که حضور نداشتن در دنیای واقعی چقدر میان افراد فاصله انداخته و سایه سنگین آن روی زندگی مردم و دوره‌می‌های‌شان، تفریح‌ها و گفت‌وگوهای خانوادگی

دیده می‌شود، حضور مداوم در دنیای مجازی که برخی افراد ابزار دیجیتال را عضو جدا ناپذیر خود می‌دانند و حتی تا آخرین لحظه به خواب رفتن از آن‌ها استفاده می‌کنند می‌تواند تأثیرهای منفی بر سلامتی و بر هم‌زدن ریتم خواب و تغییر میزان هورمون‌های بدن داشته باشد. شهروندی جوان اظهارمی‌کند که مدت هاست تا ساعت ۳ یا ۴ بامداد بیدار است و مدام در شبکه‌های مختلف فضای مجازی وقتش را سپری می‌کند و به گفته خودش وسواس زیادی دارد که مبدا از آن چه در دنیای اطرافش می‌گذرد، بی‌خبر بماند به همین دلیل خواب راحتی ندارد و حتی زمانی که واقعا خوابش می‌آید و می‌خواهد استراحت کند، تلاشی بی‌فایده است و تا نزدیک صبح همچنان بیدار است. وی که باید صبح زود برای رفتن به سر کار از خواب بیدار شود، اظهارمی‌کند: خستگی و بی‌حوصلگی در سر کار کلافه‌ام کرده است و طی روز گاهی سردردهایی را تحمل می‌

کنم اما با این وجود باز هم شب‌ها نمی‌توانم زود بخوابم. شهروندی دیگر هم از استفاده مداوم فرزند نوجوانش از شبکه‌های مجازی گلایه دارد و می‌گوید که استفاده بی‌رویه از تلویزیون، بازی‌های رایانه‌ای و گوشی تلفن همراه باعث بر هم خوردن نظم خواب فرزندم شده است. وی اظهارمی‌کند: با این‌که سعی کرده‌ام در روزهای فراغت فرزندم برنامه‌های متنوعی برایش در نظر بگیرم و استفاده اش از فضای مجازی را محدود کرده‌ام اما باز هم هر شب به بهانه‌های مختلف با بازی‌های رایانه‌ای گوشی همراهش مشغول می‌شود و تا دیر وقت بیدار می‌ماند و صبح با کسالت زیاد و به اجبار او را از خواب بیدار می‌کنم. البته کم‌خوابی و بی‌خوابی فقط محدود به جوانان نمی‌شود، مردی میانسال هم از این‌که مدام همسرش در شبکه‌های مجازی است و خواب مناسبی ندارد، سخن می‌گوید و ادامه می‌دهد: برخی نیمه‌شب‌ها با نور گوشی همسرم بیدار می‌شوم و می‌بینم با این‌که ساعت از ۳

از قلم شما

دود زباله سوزی در چشم کوهنوردان

ما صبح جمعه دو هفته گذشته برای استفاده از هوای پاک و سالم کوه باباموسی به همراه دوستان عازم پارک جاوید شدیم و پس از پیاده شدن از خودرو به امید هوای تازه به دل کوه زدیم. در ابتدای مسیر بوی نامطبوعی را احساس کردیم ولی گفتم شاید مربوط به محوطه پارک جاوید باشد. از بوی زباله نباشد به سرعت حرکت

کردیم ولی متأسفانه تا خود تابلوها بوی زباله سوزی می‌آمد و کام‌همه را تلخ کرد. از آن جایی که باباموسی از دیرباز مقصد کوهنوردی خانوادگی شهروندان بجنوردی بوده است و به امید شروع یک جمعه مفرح معمولاً خانواده‌ها همراه با بچه‌های‌شان به باباموسی می‌روند و از آن‌جا به مقصد بابامان حرکت می‌کنند چرا باید در جمعه شهرداری مبادرت به زباله سوزی کند؟ مگر نه این است که شهرداری باید فضای سالمی

را برای نشاط جوانان و خانواده‌ها فراهم کند و گذشته از این چرا باید محل زباله سوزی آن‌جا انتخاب شود که کام ورزشکاران را تلخ کند؟ از اعضای محترم شورای شهر به ویژه کمیسیون فرهنگی، ورزشی و همچنین شهردار محترم و مسئولان استان خواهشمندم فکری به حال این قضیه کنند و هر چه زودتر تنها مجموعه کوهنوردی نزدیک به بجنورد را از شر زباله‌ها راحت کنند.

یک دوستدار محیط زیست

آشپزی



مواد لازم

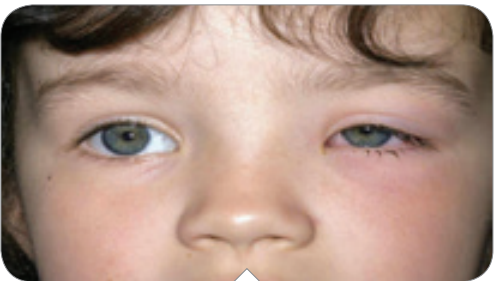
فندق خام ۲۰۰ گرم، پودر قند ۳ قاشق غذاخوری و روغن زیتون ۵ قاشق غذاخوری.

کره فندقی خانگی

طرز تهیه

فندق‌ها را داخل ماهیتابه می‌ریزیم و تا زمانی که پوست آن‌ها جدا شود تفت می‌دهیم، نباید بسوزند. وقتی پوست فندق‌ها جدا شدند زیر ماهیتابه را خاموش می‌کنیم، کمی که ولرم شدند با کف دست می‌مالیم تا پوست‌شان جدا شود. فندق‌های پوست گرفته شده را در غذاساز خرد می‌کنیم. روغن و پودر قند را کم‌کم اضافه می‌کنیم و تا زمانی که به قوام مورد نظر برسد هم می‌زنیم. سپس داخل شیشه‌های دردار می‌ریزیم و در آن‌ها را محکم می‌بندیم. کره فندق را می‌توانیم به مدت طولانی داخل یخچال نگه داریم.

سلامت نامه



گل مژه

گل مژه برای دید خطری ایجاد نمی‌کند و منشأ آن میکروب «استافیلو کوک» است و به طور معمول طی چند روز خوب می‌شود. گل مژه شبیه یک جوش چرکی و ممکن است از داخل یا خارج پلک رشد و در هر سنی بروز کند. ابتدا درد، قرمزی، حساسیت و تورم در موضع شروع و سپس یک جوش چرکی ظاهر و گاهی تنها مجاور ضایعه و گاهی همه پلک متورم و بعضی اوقات آب ریزش، احساس وجود جسم خارجی و حساسیت به نور ایجاد می‌شود.

می‌توان با کمپرس گرم روزی چهار مرتبه به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بهبود آن را تسریع کرد. معمولاً سطح گل مژه پس از مدتی پاره و چرک آن تخلیه و سپس ترمیم و خوب می‌شود. شست و شوی مرتب لبه پلک‌ها با شامپو بچه عود آن را کاهش می‌دهد. گل مژه‌ای که در داخل پلک ایجاد می‌شود ممکن است کاملاً از بین برود یا خود به خود سر باز کند و گاهی لازم است پزشک آن را باز و تخلیه کند.

استخدام

دعوت به همکاری به تعدادی بازارباب و کارشناس فروش جهت پخش شرکت یادمان سمیر نیازمندیم ۰۹۳۸۱۹۲۹۷۰۴

دعوت به همکاری

به تعدادی ویزیتور خانم و آقا ، مجرب و روابط عمومی بالا ، با پورسانت عالی برای شرکت پخش موادغذایی کیسارش نیازمندیم .

آدرس : بلوار شهدا - پست شهربازی - خیابان ستایش - ستایش ۱۰ - پلاک ۱۱

۰۹۱۵۸۸۸۷۳۵۸ ۰۹۳۶۱۶۰۹۸۸۹ ۰۹۹۱۴۸۸۹۹۵۶

به یک نفر جهت

کار در نمایشگاه اتومبیل با پورسانت عالی نیازمندیم ۰۹۱۵۵۸۴۵۷۰۵

به یک همکار جهت

مشاور املاک واقع در خ امام خمینی شرقی نبش ملاصدرا املاک رحمانی ۰۹۱۵۳۸۵۸۶۳۰

به یک همکار

با تجربه برای مشاور املاک

ساعت تماس ۱۸

الی ۲۱ نیازمندیم ۰۹۳۶۴۵۹۷۸۴۰

به یک نفر

استاد کار ماهر فنادی نیازمندیم ۰۹۱۵۵۸۴۵۸۵۲

سرپرست کارگاه

رشته عمران یا آبخیزداری با سابقه بالای ۲ سال در زمینه اجرای گابیون ترجیحا بومی منطقه نیازمندیم . ۰۹۱۵۵۸۴۲۷۳۴

به چند نفر نیروی

ماهر و نیمه ماهر جهت همکاری در کارگاه تولیدی مانتو بصورت نیمه وقت و تمام وقت نیازمندیم . صحتی ۰۹۳۵۹۷۸۰۰۲۹

نیروی کار آقا

تمام وقت، زیر ۳۰ سال . تحصیلات بالای دیپلم ساعت کار ۱۲ الی ۱۷:۳۰ عصر ۳۰ الی ۹ شب حقوق ماه اول ۷۰۰ بعد ماه دوم ۸۵۰ ۰۹۱۵۸۸۴۵۴۲۸

شرکت لبنیات پگاه

شعبه خراسان شمالی راننده دارای نیسان یخچال دار استخدام می‌نماید حقوق روزانه ۲۰۰ هزار تومان ۰۵۸۳۲۳۱۷۵۵۰ ۰۹۳۶۵۸۲۲۲۸۹

استخدام شرکت پخش

مواد غذایی در بجنورد نیاز به تعدادی بازارباب دارد مزایا: حقوق و پورسانت به اضافه بیمه ۰۹۳۸۷۸۰۴۸۹۴

«دعوت به همکاری املاک تک»

عنوان شغلی	جنسیت	توضیحات
مشاور املاک	آقا و خانم	<ul style="list-style-type: none"> دارای تجربه کاری و علاقه مند به کار املاک و مشاوره ساعت کاری صبح و بعد از ظهر با کادری مجرب و مشاورین فعال جهت همکاری حقوق مزایا به صورت درصدی و تصاعدی کار در محیطی آرام و بی حاشیه زیر نظر برترین مدیران و مشاوران

از متقاضیان واجد شرایط خواهشمندیم با شماره ۰۹۱۵۵۸۴۰۱۸۷ تماس حاصل فرمایید یا حضوراً به دفتر املاک تک روبروی ارم مراجعه نمایید.

فروش فوری

ویلا یی کلنگی (در مرکز شهر) شهید بهشتی شمالی بعد از گاراژ کلاهدوزیان روبروی بانک سپه مرکزی کوچه صالح (شهید بهشتی ۲۲) پلاک ۴۹۰ متر ۳۳۳ متر مجوز ۶ واحد ۱۰۸ متری در ۳ طبقه سند ۶ دانگ و امتیازات کامل کوچه ۱۰ متری دارای دهنه ۱۵ متر دارای وام بافت فرسوده فی متری ۲ میلیون تومان قابل معاوضه با ویلایی تا ۲۵۰ میلیون ۰۹۳۵۵۷۶۳۳۱۷

به یک فروشنده با

تجربه و روابط عمومی بالا و ضامن معتبر برای فروشگاه شوبنده بهداشتی نیازمندیم ۰۹۱۵۱۸۷۳۴۶۸

به یک کارگر فنی

آب گرمکن بخاری کولر لوازم خانگی نیازمندیم ابزار از ما کار از شما ۰۹۱۵۷۸۶۷۷۸۴ فیروزه

املاک

منزل مسکونی

امتیازات کامل دوبلکس اکازیون ۵۰۰ رهن ۵۰ اجاره تماس ۰۹۱۵۷۸۶۷۷۸۴ عزیزی ملکش روبروی ترانس برق پلاک ۳۲/۳۰

فروشی یک قطعه

باغ ۱۲۰۰ متری با قابلیت تبدیل به مسکونی دارای سند شش دانگ واقع در کوی نیکان نیکان ۱ قیمت توافقی، تماس ساعت ۱۶ الی ۱۹ ۰۹۱۵۱۸۶۶۸۵۱

واگذاری سرفقلی

مغازه ۱۷ شهر یور شمالی صفا شرقی ۴ دارای امکانات لازم دونیش ۰۹۱۵۳۸۶۲۳۴۸ ۰۹۱۵۷۱۸۰۴۶۴ قربانی