

۷ سال اول



بدخلقی کودکان

**گروه اجتماعی-** بدخلقی کودکان شامل دوره‌هایی از رفتارهای ناخوشایند و قهر کردن یا فوران‌های عاطفی به صورت گریه و داد و بیداد است. این حملات معمولاً در واکنش به برآورده نشدن نیازها یا امیال کودکان بروز می‌کند. این کج‌خلقی‌ها یا تخلیه ناگهانی عواطف در دوره ابتدایی رشد کودک طبیعی است. تمایل به کنترل محیط اغلب به صورت مخالفت کردن با دستورات والدین و کج‌خلقی بروز می‌یابد. این حقیقت که کودک هنوز واژگان لازم را برای بیان احساساتش ندارد، وضعیت را بدتر می‌کند. در مواجهه با کج‌خلقی کودکان والدین باید آرامش خود را حفظ کنند. کج‌خلقی کودکان پدیده طبیعی است و والدین در ایجاد آن مقصر نیستند. فریاد کشیدن یا تنبیه کودک باعث بدتر شدن وضعیت می‌شود. واکنشی توأم با آرامش و ایجاد جوی آرام یا قواعدی که برای او تعیین شده است می‌تواند تا حدی کودک را آرام کند. یک راهبرد در مواجهه با کج‌خلقی کودک این است که این رفتار او را نادیده بگیرید. مادامی که کودک در وضعیت ایمنی قرار دارد و کار مخربی انجام نمی‌دهد، بردن او به اتاقی دیگر ممکن است باعث پایان یافتن کج‌خلقی او شود زیرا دیگر کسی نیست نمایش او را تماشا کند.

سلامت نامه



بیماری های غدد

**گروه اجتماعی-** استرس، بیماری های غدد را که به دلیل اختلال سیستم ایمنی ایجاد می شود، شعله ور می کند. یک پزشک فوق تخصص غدد و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی افزود: غدد اندوکراین یا درون ریز بدن هورمون هایی را ترشح می کند که باعث تنظیم و تعادل متابولیسم بدن می شود. دکتر «حبیبه سادات شاکری» با بیان این که بیماری های غدد درون ریز می تواند خوش خیم یا بدخیم باشد، اظهار کرد: افزایش ترشح هورمون ها ممکن است به شکل آدنوم خوش خیم باشد و در موارد نادر احتمال ابتلا به بدخیمی وجود دارد.

## قصه ای از چهاردیوای های امروزی ساعت به وقت سکوت



های مکرر پسر بچه های دو قلو ی همسایه طبقه بالایی عاصی شده است و به خانه شان می رود تا برای چندمین بار تذکر دهد؛ تذکره هایی که هم خودش و هم والدین بچه ها می دانند فایده ای ندارد و نمی توانند جلوی بازی و جنب و جوش پسر بچه ها را بگیرند، این ها چند نما از یک آپارتمان در بجنورد است.

**■ مهمانی تا پاسی از شب**

تازه چند ماهی می‌شود که به خانه جدید نقل مکان کرده اند. آن‌ها در طبقه اول ساکن هستند و صاحبخانه در طبقه سوم و خیال‌شان راحت است که هر چقدر سر و صدا کنند و در ساعت‌های استراحت رفت و آمد داشته باشند، صاحبخانه متوجه نمی‌شود. چهارمین شبی که اسباب‌کشی‌شان تمام می‌شود، بی‌درنگ یک مهمانی ترتیب می‌دهند و صدای مهمانان و ضبط صوت‌شان تمام محدوده آن‌کوچه را پر می‌کند، با این‌که در آپارتمان‌ها اگرچه برخی صاحبخانه و مالک چهاردیواری خود هستند اما باز هم باید برای آرامش همسایگان خود، قانونمند رفتار و اصول آپارتمان‌نشینی را رعایت کنند.

**■ چند نما از یک آپارتمان**

یکی بلند بلند با گوشی تلفن همراه خود حرف می‌زند و از بس عجله دارد پله‌ها را دو تا یکی می‌کند و پایین می‌آید. دیگری صدای حیوانی را که به تازگی برای فرزندش خریده درمی‌آورد و باعث داد و بیداد اهالی ساختمان می‌شود. همسایه طبقه پایین هم از دودیدن و پریدن

هم سر ناسازگاری می‌گذارند و مستاجر طبقه اول به تذکره‌های گاه و بی‌گاه مستاجر طبقه وسط احترام نمی‌گذارد و به درخواست‌هایش بی‌توجه است، این کشمکش‌ها پای پلیس را به ساختمان باز می‌کند اما باز هم اوضاع آرام نمی‌شود و ساکن طبقه وسط هنوز نیامده ترجیح می‌دهد برود تا بتواند در جایی که نام واقعی خانه را دارد، آسوده زندگی کند.

این مشکلات کم و بیش در بین ساکنان برخی واحدهای مسکونی وجود دارد و شمایل زندگی مردم تغییر یافته اما از آن جایی که برخی افراد نتوانسته‌اند خود را با محیط جدید وفق دهند بر این عقیده هستند که چون پول اجاره بهای ملک را داده یا آن را خریده‌اند می‌توانند هر طوری که دل‌شان می‌خواهد رفتار کنند و از این رو تضادهایی به صورت اختلاف با همسایگان و ساکنان طبقات دیگر پیش می‌آید. «احمدزاده ادامه می‌دهد: برای برخی خانواده‌ها دل‌کندن از محیط‌های قبلی که آزادی عمل بیشتری داشتند و انس با محیط جدیدی که می‌توان گفت برخی کارهای‌شان زیر نگاه‌های اهالی ساختمان است و مورد قضاوت قرار می‌گیرد سخت است و باید کم‌کم خود را با محیط جدید وفق دهند. به گفته وی، برای رفع بسیاری از اختلافاتی که میان اهالی یک آپارتمان به وجود می‌آید و ناشی از بی‌اطلاعی آن‌ها از قوانین و حقوق همسایگی است می‌توان یک مدیر انتخاب کرد و با برگزاری جلسات ماهانه به مشکلات ساکنان خاتمه داد.

آشپزی



مواد لازم

گوشت چرخ کرده نیم کیلو، پیاز متوسط یک عدد، آرد نخودچی ۲ قاشق چای خوری، نمک مقداری، سرکه و شیره از هر کدام یک پیمانه، روغن به مقدار لازم، آب جوش یک پیمانه

هلو کباب

**طرز تهیه** پیاز را رنده می‌کنیم و آب آن را می‌گیریم و با گوشت مخلوط می‌کنیم و خوب ورز می‌دهیم. نمک و آرد نخودچی را اضافه می‌کنیم و خوب ورز می‌دهیم و گلوله می‌کنیم و داخل سیخ چوبی قرار می‌دهیم سپس در روغن سرخ می‌کنیم. سرکه و شیره را با یک پیمانه آب جوش مخلوط می‌کنیم و روی کباب‌ها می‌ریزیم و زیر آن را کم می‌کنیم تا سس به خورد کباب‌ها برود سپس غذا برای سرو آماده می‌شود.

بیشتر بدانیم



درمان شوره

**گروه اجتماعی-** استفاده از حنا به عنوان یک راه درمانی کاملاً موثر برای رفع شوره سر شناخته می‌شود و همچنین خاصیت ضد قارچی، باکتریایی و التهابی، تب‌بری و محافظت از پوست را در برابر آفتاب دارد. بسیاری از مردم در زمان قدیم برای درخشان کردن و سالم نگه داشتن موهای‌شان از حنا استفاده می‌کردند. از این گیاه برای حفظ سلامت مو و درخشان کردن آن استفاده می‌شود. مصرف حنا کمک خواهد کرد تا سلامت از دست رفته موها بازگردد و بدون از بین بردن تعادل موها، تعادل اسیدقلیایی پوست سرتان را بر می‌گرداند. حنا یک نرم‌کننده عالی برای موهاست و با احاطه هر تار مو، یک لایه محافظ دور آن می‌سازد و از موها در برابر آسیب‌ها محافظت می‌کند. استفاده منظم از حنا با نگه داشتن رطوبت در موها، گیسوان را پریشان و قوی می‌سازد.

فروشگاه فرش قرمش

تخفیف ویژه  
کارمندان دولت

فروش اقساطی  
۳۶ ماهه

تعویض فرش کهنه با نو

فروش فرش با ضمانت ۶ ماهه

ارسال رایگان فرش به درب منزل

بجنورد خیابان طالقانی شرقی  
نبش طالقانی ۲۰ (جنب دبیرستان سمیه)

۰۹۱۵۱۸۷۱۴۶۶  
۰۵۸-۳۲۲۵۵۸۴۰

**آگهی تغییرات شرکت صندوق حمایت از توسعه بخش کشاورزی شهرستان اسفراین شرکت سهامی خاص**

**به شماره ثبت ۱۲۲۵ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۴۴۷۵۲۶**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۳۹۷/۰۱/۲۱ تصمیحات ذیل اتخاذ شد: سال مالی صندوق از اول دی ماه هر سال شروع و در پایان آذر سال بعد خاتمه می یابد به استثناء سال اول اعمال این تغییرات که از اول مهرماه سال جاری شروع و در پایان آذر ماه جاری خاتمه می یابد و ماده مربوطه در اساسنامه اصلاح گردید.

**اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان شمالی**  
**مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری اسفراین**

**آگهی تغییرات شرکت شیرین غزال بهشت کوهستان خراسان شمالی شرکت سهامی خاص**

**به شماره ثبت ۵۰۰۴ و شناسه ملی ۱۴۰۰۵۳۲۴۹۲۷**

به استناد صورتجلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۳۹۷/۱۲/۱۱ تصمیحات ذیل اتخاذ شد: محل شرکت به آدرس استان خراسان شمالی، شهرستان بجنورد، بخش مرکزی، شهر بجنورد، کوی کمیته، خیابان (۳۲ متری کوی کمیته)، کوچه می سی نو، پلاک ۰، طبقه همکف کد پستی ۹۴۱۹۶۴۳۴۱۸ تغییر یافت و ماده مربوطه در اساسنامه بشرح فوق اصلاح گردید.

**اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان شمالی**  
**اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری بجنورد**

**اتومات در**

**طراحی و اجرای انواع درب های اتوماتیک**

کرکره برقی - جک پارکینگی - درب شیشه ای - درب ریلی - دوربین مدار بسته - پرده هوا

**آدرس: خیابان آزادی ۵ آزادی ۵ روبروی نانوایی**

**۰۹۱۵ ۵۸۵ ۸۵۴۵ غلامیان ۰۵۸-۳۲۲۱۰۸۴۰**

**طراحی، مشاوره و اجرای دکوراسیون داخلی**

**گالری حسن پور**

*Different from what you've seen*

**کفیوش/ کاغذ دیواری/ سقف کاذب/ نمای کامپوزیت**

**مشاوره و بازدید رایگان توسط کارشناس مجرب و کاردن**

شیروان / خیابان کمربندی سابق بالاتر از راحتمایی و رانندگی نبش سلمان فارسی ۳

۰۹۱۵-۰۸۳۲۲۹۵ - ۰۹۱۵۶-۲۳۲۲۹۵ - ۰۵۸۳۶۲۳۳۱۳۹ @hasanpor\_gallery