

۷ سال اول

اگر می خواهید پیوند محکم با فرزندان داشته باشید

علوی- ارتباط با فرزند برای والدین یک امر ضروری است. وقتی رابطه والدین با فرزندشان قوی باشد، هم شیرین خواهد بود و هم کودک از همان دوران کودکی می آموزد که هر مشکلی داشته باشد می تواند به راحتی با والدینش در میان بگذارد.

هر چقدر والدین برای کودک خود ارزش قائل باشند و به او احترام بگذارند به همان اندازه احترام خواهند دید. تنها در سایه دوستی و ارتباط برقرار کردن موثر با کودک می توان با او پیوند قوی ایجاد کرد تا هم از این طریق به کودک اطمینان خاطر و آرامش داد هم در رشد ذهنی او تاثیر به سزایی گذاشت.

ارتباط تنها دلیلی است که تمایل کودک را به پیروی از قوانین ما بیشتر می کند. چیه هایی که ارتباط قوی با پدر و مادرشان دارند می خواهند با آن ها همکاری کنند. آن ها همچنان مانند کودکان رفتار می کنند به این معنا که گاهی غرق در احساسات خود هستند اما وقتی به ما اعتماد می کنند در ک شان کنیم و طرف شان باشیم.

به گفته روان شناسان، روزانه به ۴ آغوش برای بقا، ۸ آغوش برای حمایت و ۱۲ آغوش برای رشد نیاز داریم. اولین کار در صبح و آخرین کار در شب، در آغوش گرفتن فرزندان برای لحظاتی است. وقتی خداحافظی می کنید فرزندان را در آغوش بگیرید و زمانی که دوباره او را می بینید این کار را بکنید، کاری که اغلب در طول روز باید آن را انجام دهید.

کودک همه عمرش به خاطر خواهد آورد که آن قدر برای والدینش مهم بوده است که آن ها تلفن را خاموش کرده اند و به حرف او گوش سپرده اند. سر و صدا می تواند با تحریک اندورفین و اکسی توسین در بازی با بچه ها حافظ ارتباط تان باشد.

تبدیل قاه خندیدن به یک عادت روزانه به کودک کمک می کند به اضطراب ها و ناراحتی ها و از سوی دیگر احساس ارتباط نداشتن بخندد و واکنش بیشتری به آن ها نشان دهد.

بازی کردن به بچه ها کمک می کند که مشارکت کنند. به خنده های شان گوش دهید، به دشمنان شان نگاه و دوست داشتن عمیق تان را با آن ها قسمت و در شکوه لحظه کنونی با آن ها ارتباط برقرار کنید. این تنها راهی است که می توانیم ارتباط داشته باشیم. قطع نکردن صحبت بچه ها، نظر پرسیدن از آن ها، اهمیت دادن به وجود کودک و نظرهایش در جمع و ممانعت از سرزنش کودک در

جمع تاثیر به سزایی در رشد سالم او خواهد داشت و با خیال راحت می تواند به والدین خود تکیه کند. چنین کودکی در دوران نوجوانی خاطرات خوب خود را از یاد نخواهد برد و با اطمینان کافی، با پدر و مادرش دوست خواهد بود.



سد معبر؛ مردم مقصرند یا مسئولان بی توجه؟

پارکینگ های غصبی

اجتماعی یاد می شود، رفت و آمد اهالی به ویژه بانوان را در ساعت های مختلف دچار مشکل کرده است.

چنان که برخی اهالی طاقت شان طاق شده است و این معضل را به گوش اعضای پارلمان شهری رسانده اند. به گفته یکی از این شهروندان، برخی بنگاه داران به راحتی برای رونق کسب و کار خود مغازه های بزرگ تری را اجاره می کنند تا همه خودروهایی که می خواهند به فروش برسانند، در همان جا بگذارند. وی که تمایلی به ذکر نام خود ندارد، ادامه می دهد: زمانی که می خواهیم از پیاده رو یا حاشیه این خیابان عبور کنیم، با ازدحام خودروها و تعداد زیادی از آقایان مواجه می شویم که گاهی عبور از میان آن ها بسیار سخت می شود. شهروندی دیگر هم که این بانو را همراهی می کند، با بیان این که باید از سد معبر این گونه تعداد زیاد بنگاه های خودرو که در این مسیر قرار دارند، راه را برای عبور عابران پیاده دشوار و از آن گذشته تجمع و ازدحام فروشندگان و خریداران خودرو در این بنگاه ها راه رفت و آمد مردم را مسدود کرده اند.

این معضل که به گفته یک عضو شورای اسلامی شهر

بخشی از پیادهرو را به وسایلی خود این نمایشگاه ها اشغال شده است. یکی دیگر از شهروندان که از این موضوع گلایه مند است، اظهار می کند: علاوه بر ازدحام جمعیت نمایشگاه های خودرو، تعمیرکاران نیز در این مسیر بخش زیادی از محل عبور و مرور خودروها و افراد پیاده را اشغال می کنند و زمانی که از آن ها می خواهیم وسایلی خود را از معابر بردارند، گاهی برخورد های نامناسبی دارند. وی می افزاید: گاهی خودروها را در دو حاشیه این خیابان کندرو به گونه ای پارک می کنند که امکان تردد خودروی دیگر وجود ندارد و باید به سختی از میان آن ها عبور کنیم. «کریمی» هم از ساکنان محدوده میدان شمشیر است و عبور و مرور از این خیابان برای او نیز دشواری های خودش را دارد. وی می گوید: بارها پیش آمده است که هنگام عبور از پیادهرو به دلیل وجود موانع مختلف اعم از خودروهای نمایشگاه داران، وسایل تعمیرکاران و خودروهای خراب مدتی صبر کرده ام یا این که ناچار شده ام مسیر را از سمت دیگر پیاده رو وجود دارد و شاید برای عابران مشکلات چندانی به وجود نیابد اما در این منطقه به دلیل عرض کم پیاده رو به معنای واقعی وجود ندارد و همان مقدار اندک توسط

بخشی از پیادهرو را به وسایلی خود این نمایشگاه ها اشغال شده است. یکی دیگر از شهروندان که از این موضوع گلایه مند است، اظهار می کند: علاوه بر ازدحام جمعیت نمایشگاه های خودرو، تعمیرکاران نیز در این مسیر بخش زیادی از محل عبور و مرور خودروها و افراد پیاده را اشغال می کنند و زمانی که از آن ها می خواهیم وسایلی خود را از معابر بردارند، گاهی برخورد های نامناسبی دارند. وی می افزاید: گاهی خودروها را در دو حاشیه این خیابان کندرو به گونه ای پارک می کنند که امکان تردد خودروی دیگر وجود ندارد و باید به سختی از میان آن ها عبور کنیم. «کریمی» هم از ساکنان محدوده میدان شمشیر است و عبور و مرور از این خیابان برای او نیز دشواری های خودش را دارد. وی می گوید: بارها پیش آمده است که هنگام عبور از پیادهرو به دلیل وجود موانع مختلف اعم از خودروهای نمایشگاه داران، وسایل تعمیرکاران و خودروهای خراب مدتی صبر کرده ام یا این که ناچار شده ام مسیر را از سمت دیگر پیاده رو وجود دارد و شاید برای عابران مشکلات چندانی به وجود نیابد اما در این منطقه به دلیل عرض کم پیاده رو به معنای واقعی وجود ندارد و همان مقدار اندک توسط



آشپزی

مواد لازم برای کیک انار تخم مرغ ۴ عدد، شکر دو سوم

لیوان. آرد سفید ۲ لیوان، آب انار دو سوم لیوان. روغن مایع نصف لیوان، بودر زله انار یک بسته، بکینگ پودر یک قاشق مرباخوری و وانیل یک چهارم قاشق چای خوری.

کیک انار

طرز تهیه کیک

آب ۲ عدد انار را می گیریم، دو سوم از آن را برای کیک و یک سوم را برای کرم انار استفاده می کنیم.

تخم مرغ و شکر را با وانیل ۵ تا ۶ دقیقه خوب با همزن مخلوط می کنیم تا کرم رنگ شود. روغن را می افزایشیم و یک دقیقه هم می زنیم سپس آب انار را اضافه می کنیم. آرد، بکینگ پودر و بودر زله را مخلوط و الک می کنیم و داخل مواد می ریزیم.

در قالب به قطر ۲۳ سانتی متر کاغذ روغنی می گذاریم و مایه کیک را می ریزیم. فر را از قبل روشن می کنیم تا گرم شود. قالب را در طبقه وسط یا دمای ۱۷۰ درجه سانتی گراد به مدت ۴۵ تا ۵۰ دقیقه قرار می دهیم. بعد از پختن و خنک شدن کیک را از قالب خارج می کنیم.

مواد لازم برای کرم انار آب انار یک سوم لیوان. شیر یک

لیوان. نشاسته ذرت ۲ قاشق غذاخوری. وانیل مقداری و شکر ۲ تا ۳ قاشق غذاخوری.

طرز تهیه کیک

شیر، آب انار، شکر و نشاسته ذرت را مخلوط می کنیم و روی حرارت می گذاریم و هم می زنیم تا به غلظت مناسب برسد سپس وانیل را اضافه می کنیم. کرم که از دما افتاد روی کیک خنک می ریزیم و دانه های انار را روی آن می گذاریم.

تغذیه سالم

خواب آرامم آرزوست

خوردن چیزبرگر، شکلات تلخ، ادویه تند و گوشت قرمز در پایان شب می تواند باعث اختلالات خواب شود. بین خواب آرام شبانه و خواب نه چندان عمیق و کوتاه تفاوت فراوان وجود دارد. مطالعات علمی نشان داده است: نداشتن خواب آرام و عمیق می تواند باعث افزایش وزن، فشارخون بالا و در نهایت بروز بیماری های قلبی شود. در مجموع خواب آرام شبانه که چندان مهم به نظر نمی رسد، می تواند روی بخش های مختلف زندگی انسان تاثیر بگذارد.

چیزبرگر یکی از محبوب ترین ساندویچ ها در سراسر جهان محسوب می شود و با این وجود می تواند روی کیفیت خواب تاثیر عمیق بگذارد. چربی های موجود در چیزبرگر معده را تحریک می کند تا اسید بیشتری ترشح کند که این اتفاق سوزش معده را به دنبال دارد.

استخدام

گروه مشاورین املاک ایران، در راستای اهداف کاری و ارائه خدمات به همشهریان عزیز، به شرح ذیل نیرو می پذیرد:

۱- به ۲ نفر همکار آقا جهت مشاور و کارشناس املاک

۲- به ۲ نفر همکار خانم جهت انجام کارهای دفتری و منشی

متقاضیان محترم جهت هماهنگی های لازم با شماره ذیل هماهنگی بفرمایید: تلفن تماس: ۰۹۱۵۱۸۴۰۸۹۸

۰۹۱۵۱۸۶۲۰۱۲ آدرس: نیش چهارراه ۱۵ خرداد، جنب بانک توسعه تعاون، گروه مشاورین املاک ایران

به یک نفر شاگرد نوجوان جهت کار دائمی در لوازم یدکی نیازمندم . ۰۹۳۸۹۰۶۱۸۸۵

به تعدادی ویزیتو حضوری و تلفنی پخش لبنیات و شیرینی جات نیازمندیم ۰۹۱۵۸۳۷۰۲۰۶ سیدی

به دو استاد کار ام دی اف دو شاگرد جهت کار در کارگاه کابینت سازی نیازمندیم ۰۹۳۵۶۷۲۳۰۳۸.

به یک کارگرماهربلوک زن نیازمندیم ۰۹۳۵۱۲۲۰۵۱۳

به یک تعمیر کار لوازم خانگی نیازمندیم دستمزد به صورت درصدی پرداخت میشود ۰۹۱۵۷۸۶۷۷۸۴

آدرس ملکش نیش سید الشهدای ۱۰ تاسیسات یادگاری

به یک همکار با آشنایی کامل و مسلط به نرم افزار حسابداری هلو نیازمندیم ۰۹۳۸۹۰۶۱۸۸۵

به دو نفر بازارباب با پورسانت عالی و مزایای خوب نیازمندیم . ۰۹۳۸۹۰۶۱۸۸۵

هر دوشنبه باشماست روزبازار خراسان شمالی شماره پیامک ۳۰۰۰۷۲۳۳۳

شرکت پخش مواد غذایی نیاز به تعدادی بازارباب باتجربه دارد ۰۹۱۵۱۸۷۴۷۹۴

املاک سنگ کاری و کاشی کاری ترکانلو ۰۹۱۵۹۸۷۶۰۲۸

املاک علیزاده (زیتون) خرید / فروش / رهن / اجاره / مشارکت در ساخت آدرس: میدان فردوسی مجتمع زیتون رویرو در مانگا. ۰۹۱۵۵۸۴۸۲۰۸

۰۹۳۷۵۸۴۸۲۰۷ ۰۹۲۳۳۶۰۹ ۳۲۴۹۶۳۵

فروش پایان کار نیست آغاز یک تعهد جدید است. گروه مشاورین املاک ایران، متفاوت ترین دفتر مشاور املاک خراسان شمالی با جمعی از کارشناسان و متخصصان امور ملکی، در تمام ساعات شبانه روز، آماده ارائه خدمات به هم استانی ها و همشهریان عزیز و گرامی، می باشد. اعتماد شما، اعتبار و افتخار ماست. آدرس: مابین میدان فردوسی و میدان کارگر، نیش چهارراه ۱۵ خرداد(چهارراه قیام)، پشت سه عروسک زرد، جنب بانک توسعه تعاون ۰۹۱۵۱۸۶۲۰۱۲ مهندس شیرزاد

مشاورین املاک دانیال با داشتن کادری مجرب شامل کارشناسان حقوق و مهندس عمران دارای پروانه نظارت پایه سازمان نظام مهندسی ساختمان آماده ارائه خدمات در زمینه خرید. فروش رهن و اجاره و مشارکت در ساخت میباشد . ۰۹۱۵۹۸۴۹۹۰۱ قلی زاده ۰۹۱۵۳۸۴۷۹۸۷ آدرس خیابان شریعتی شمالی خیابان وداد نیش وداد ۱

باغ فروشی دارای درختان میوه وآب وچشم اندازی زیبا وماشین رو با موقعیت عالی محدوده پارک بش قارداش جاده سلامت به متراژ ۸۰۰ متر فی ۱۵۰ م ۰۹۱۵۷۹۶۵۹۷۹ باغ وویلا ی فروشی ۱۳۰۰ متر کل باغ ۹۰ متربنای ویلا دارای استخر موقعیت عالی حاشیه جاده اصلی ۴۰۰متر بعداز کوه کمر دارای راه مستقل وپارکینگ امتیاز برق وگاز ومجوز معاوضه ماشین ۰۹۱۵۸۸۸۲۷۱۸

باغ فروشی، موقعیت عالی جاده شهرک گلستان، حاشیه جاده گاز شامل دو قسمت به شرح ذیل میباشد: الف: ۱۰۰۰ متر حاشیه جاده گاز با دهنه حدود ۲۵ که جداگانه نیز به مبلغ ۳۵۰ م به فروش می رسد. ب: ۱۰۰۰ متر پشت قطعه مذکور در بالا که جداگانه به ۱۵۰ م به فروش می رسد. باغ شامل انواع مختلف درختان، خانه باغ، دور دیوار بتنی، استخر، تمام امتیازات آب، برق، گاز، متراژ کل باغ شامل ۲ قطعه است که ۲۰۰ متر می باشدو مجموعا به مبلغ ۵۰۰ م به فروش می رسد. شیرزاد ۰۹۱۵۱۸۶۲۰۱۲

فروش باغ انگور و بادام بعد از نوده حاشیه جاده ۴ هزارمتر متری ۳۰ هزار تومان معاوضه با آپارتمان یا ویلا ی ماشین میشود ۰۹۱۵۵۸۴۵۴۷۹

املاک ثامن مشاور شما در خرید و فروش و رهن اجاره . آدرس: بخ گلستان بین گلستان ۱۱ و ۱۳ جنب لبنیاتی ۰۹۱۵۱۸۶۹۷۹۹ ۰۹۱۵۴۸۹۶۲۹۹ پاکدل

مشاور املاک اکر می ملک شما را در صورت نیاز فوراً آمیغروشیم به ویژه در حاشیه خیابانهای اصلی شهر ۰۹۱۵۵۸۴۱۲۳۷

قابل توجه تمامی کسبه و اصناف

راهی آسان جهت تبلیغات

با درج آگهی رایگان

ارسال پیامک به شماره ۳۰۰۰۷۲۳۳۳

خرید املاک، خودرو فروش لوازم مستعمل لوازم الکترونیکی لوازم منزل

روز بازار