



### دخالت در تربیت

**علوی-** بسیار پیش می آید که اطرافیان یا حتی آن هایی که نسبت نزدیکی ندارند، به دلایل مختلف در تربیت کودکان دخالت می کنند و این کار باعث واکنش های مختلف و در بیشتر موارد منفی والدین می شود. زمانی که پای دخالت دیگران به خصوص اطرافیان به تربیت کودکی که در جمع برخی اصول را زیر پا گذاشته است، باز می شود والدین برای آن که نشان دهند در تربیت فرزند خود کوشا بوده اند او را به شدت تنبیه می کنند. برخی والدین در روند تربیت فرزندشان بیشتر نگران قضاوت دیگران هستند و اهمیت این موضوع برای شان مهم تر از مشکلات احتمالی است که شاید برای فرزندشان به وجود بیاید. والدین با داشتن چنین دیدگاهی به دیگران اجازه می دهند وارد حریم آموزشی آن ها یا فرزندشان شوند و هر طور که می خواهند با فرزندشان رفتار کنند. والدینی که اجازه دخالت کردن دیگران را نمی دهند، برای فرزند خود حریم قائل شده اند و امنیت روانی آن ها را تامین می کنند. برای کودک فقط باید والدین مرجع قدرت باشند تا شخصیت مستقل او رشد کند نه این که به افرادی که در نزدیکی اش زندگی می کنند، پاسخ گو باشد. کودک از همان لحظه ای که به دنیا آمد دارای شخصیت است و والدین حق ندارند شان انسانی فرزندشان را زیر پا بگذارند. وقتی شان انسانی فرزندمان را بپذیریم دیگر به خودمان اجازه نمی دهیم او را تحقیر کنیم.



### الو پزشك



### مکمل های گیاهی

**گروه اجتماعی-** مکمل های گیاهی را بشناسید. یک پزشک طب سنتی به برخی مکمل های گیاهی اشاره و اظهار می کند: بسیاری از مکمل های گیاهی به عنوان ادویه در دسترس هستند که از جمله آن ها می توان به فلفل قرمز، فلفل سیاه، سیر، زنجبیل و زرد چوبه اشاره کرد. دکتر «سپین جان نثار» می افزاید: همچنین عرق نعناع، بومادران، کندر و روغن سیاه دانه موادی هستند که در برخی موارد می توان برای درمان از آن ها استفاده کرد.



## مردم به کجا شکایت کنند؟

### یک تقاطع

در تقاطع سرتپ شهید نامجو و شهید صیاد شیرازی چاله ای به وجود آمده که به خوبی ترمیم نشده است و به دلیل ارتفاع سطحی که با آسفالت دارد هر لحظه بیم آن می رود موتورسیکلتی در آن بيفتد و حادثه ناگوارى رخ دهد. البته این چاله ها و ناهمواری ها را می دانند و وقتی در خودروی شان می نشینید، می بینید مدام از چپ به راست و از سمتی به سمت دیگر می روند تا مبادا خودروی شان در دست اندازهای بی شمار کوچه و خیابان ها بيفتد و به قول خودشان جلوبندی آن خراب شود.

یک جا دو جا هم نیست، مناطق زیادی در شهر هستند که آسفالت نا هموار و پر از چاله دارند که گاهی اوقات خسارت افتادن در این چاله ها قابل جبران نیست. وقتی با یکی از آن ها همسفر می شویم، ما را به مناطقی می برد که دیگر آسفالت آن ها ته کشیده است و اثری از آن نیست، آن قدر چاله و ناهمواری وجود دارد که هر آن احتمال می رود برخی از قطعات خودرو خراب شود و در وسط راه بمانیم. البته از قدیم گفته اند از ماست که بر ماست، وقتی در نگهداری آن چه داریم، کوشا نیستیم و از آن چه برای رفاه و آسایش مان تدارک دیده شده به خوبی نگهداری نمی کنیم باید شاهد چنین وضعیتی باشیم. آسفالت بسیاری از معابر فرعی در برخی مناطق حاشیه شهر به دلیل ریختن پساب های خانگی همراه با مواد شوینده، تخریب شده و از بین رفته است و به ناچار هزینه ای دوباره را بر شهر تحمیل می کند اما آن چه در خیابان های اصلی اتفاق افتاده بر اثر مرور زمان و حفاری های مختلف است.

آن بسیار خراب و دارای دست اندازهای زیادی است. «کریمی» ساکن خیابان جمهوری اسلامی محدوده کوچه یادگار هم اظهار می کند: آسفالت این خیابان و کوچه های منتهی به آن اصلا وضعیت خوبی ندارد و این دست اندازها هنگام بارندگی به استخرهای کوچک و بزرگی تبدیل می شوند که عبور و مرور عابران پیاده را بسیار سخت می کند. راننده یک تاکسی تلفنی به کوچه های خیابان امام خمینی (ره) غربی اشاره و بیان می کند: آسفالت کوچه های این منطقه به دلیل این که رسیدگی چندانی نمی شود سال هاست خراب شده و وضعیت بسیار بدی دارد. یکی از شهروندان ساکن خیابان قیام هم اظهار می کند: در حاشیه میدان دفاع مقدس چندین دریاچه ناهم سطح وجود دارد همچنین آسفالت خیابان جمهوری بسیار اسفناک است.

### نبود آمار شفاف

معاون فنی و امور زیربنایی و ترافیک شهرداری بجنورد هم در پاسخ به این سوال که چرا دریاچه های فاضلاب در برخی نقاط شهر دارای فرورفتگی های جدی هستند و برای رفع این امر از سوی دستگاه های حفر اقدامی نمی شود؟ می گوید: با وجود مکاتباتی که داشتیم هنوز این مشکل وجود دارد در حالی که وظیفه ذاتی دستگاه های خدمات رسان این است که برای ترمیم مناسب اقدام کنند ولی در این زمینه کمی کندپیش می روند و ممکن است مشکلی وجود داشته باشد که تا بخواهند آن را رفع کنند زمان ببرد. وی پروتد هوا در چند روز گذشته را مانع انجام لکه گیری معابر می داند و می گوید: تا زمانی که هوا خوب شود برنامه لکه گیری را داریم و هنگام مساعد شدن هوا باید اولویت بندی کنیم تا ببینیم چند

معبر را می توانیم روکش کنیم. به گفته «حمیدی» آن قدر آسفالت شهر خراب است که اگر بودجه عمرانی چند سال شهرداری را هم برای این کار بگذاریم، باز هم نمی رسیم. وی اظهار می کند: برای مناطق خاکی شهر از بتن RCC استفاده می کنیم که هزینه کمتری دارد و برای روکش آسفالت هم باید ببینیم چقدر می توانیم قیر تهیه کنیم.

به زعم برخی شهروندان که دریاچه های نا هم سطح موجود در خیابان های شهر مرتبط با شرکت آب و فاضلاب است، با معاون بهره برداری شرکت آب و فاضلاب خراسان شمالی تماس گرفتیم که وی اظهار می کند: ۹۹ درصد دریاچه های فاضلاب هم سطح سازی شده است.

قیام هم اظهار می کند: در حاشیه میدان دفاع مقدس چندین دریاچه ناهم سطح وجود دارد. وی ادامه می دهد: وضعیت دریاچه های فاضلاب در خیابان های شهر این است که برای ترمیم مناسب اقدام کنند ولی در این زمینه کمی کندپیش می روند و ممکن است مشکلی وجود داشته باشد که تا بخواهند آن را رفع کنند زمان ببرد. وی پروتد هوا در چند روز گذشته را مانع انجام لکه گیری معابر می داند و می گوید: تا زمانی که هوا خوب شود برنامه لکه گیری را داریم و هنگام مساعد شدن هوا باید اولویت بندی کنیم تا ببینیم چند

### آشپزی



### مواد لازم

تخم مرغ ۲ عدد، شکر یک دوم پیمانه، شیر یک سوم پیمانه، روغن مایع یک چهارم پیمانه، آرد یک پیمانه، بکینگ پودر یک قاشق چای خوری و وانیل یک دوم قاشق چایخوری.

### کیک ساندویچ ساز

### طرز تهیه

تخم مرغ، شکر و وانیل را با همزن مخلوط و شیر و روغن را اضافه می کنیم و با لیسک هم می زنیم تا یک دست شود. مخلوط آرد و بکینگ پودر را اضافه می کنیم و به صورت دورانی هم می زنیم. به اندازه یک قاشق غذاخوری از مایه کیک در ساندویچ میکر می ریزیم. در دستگاه را می بندیم و صبر می کنیم دو طرف کیک طلایی شود.

### سلامت نامه



### دردسره‌های رژیم غذایی پر چرب

**گروه اجتماعی-** افزایش سن و رژیم های پر چرب به ویژه مصرف چربی حیوانی خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ (کولون) را افزایش می دهد. پزشک متخصص جراحی عمومی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی اظهار کرد: در ۲۰ درصد موارد سرطان کولون ارثی است و برخلاف روغن های حیوانی، روغن های گیاهی و رژیم غنی از فیبر، نقش محافظتی در مقابل این نوع سرطان دارد. دکتر «رضا شاهکر» با بیان این که سرطان روده بزرگ شایع ترین سرطان دستگاه گوارش است، اظهار کرد: شیوع این سرطان در مردان و زنان یکسان و سن، نوع تغذیه، ارث، چاقی، بی تحرکی، استعمال سیگار، بیماری های التهابی روده و رادیوتراپی لگن با بروز آن در ارتباط است. وی از افزایش خطر این بیماری پس از ۵۰ سالگی خبر داد و افزود: تغییر اجابت مزاج، خون ریزی مقعد، مدفوع سیاه رنگ، کم خونی بدون دلیل و کاهش وزن قابل توجه در هر سنی از علائم این بیماری است.

**کانون آگهی و تبلیغات سيب**

**ارائه دهنده پکیج های تبلیغاتی**

**ویژه نامزدهای انتخاباتی**

**مجلس شورای اسلامی**

**کانون آگهی و تبلیغات سيب**

**appleazdani** **Tablighat\_sib**

**صفر تا صد تبلیغات خود را به ما بسپارید**

**در کمترین زمان ممکن**

**بهترین کیفیت**

**و مناسب ترین قیمت**

**طراحی کارت ویزیت ، طراحی پوستر**

**طراحی زندگی نامه ، طراحی تراکت**

**طراحی و چاپ بنر**

**نامزدهای انتخاباتی مجلس شورای اسلامی**

**مرکز طراحی و تبلیغات انتخاباتی**

**بجنورد، خیابان امیریه جنوبی، روبروی بانک ملی رضا امامی ۷ تقاطع اول سمت چپ همراه ۰۹۱۵۱۸۶۳۶۸۶**

# تصفیه آب خانگی

## به آب صنعت

**فروش دستگاه های تصفیه آب ثبت نامی با قیمت مناسب**

**فروش سیستم های گرمایشی و سرمایشی**

**فروش شرایطی با چک کارمندی**

**بجنورد خیابان شهید قربانی**

**(بعد از مسجد انقلاب) نبش قربانی ۸**

**فروشگاه به آب صنعت**

**۰۳۲۲۴۱۱۹۱ ۰۹۱۵۴۴۳۷۹۶۴** **عزیزی**

**فروش فیلتر**

**با تخفیف ویژه**