

تبییض بین فرزندان



۷ سال اول

علوی - والدینی که بیشتر از یک کودک در خانه دارند، باید رعایت مساوات را در بین آن‌ها داشته باشند. در برخی خانواده‌ها دیده می‌شود یک یا هر دو والد به یک جنس توجه بیشتری دارند و جنس دیگر را در بیشتر مواقع تنها می‌گذارند. گاهی این رفتارها خودآگاه و در بیشتر مواقع نیز ناخودآگاه است، برخی والدین به‌طور ناخودآگاه فرزندی را که به آن‌ها در امور خانه بیشتر کمک می‌کند یا در درس‌هایش می‌تواند نمره‌های بهتری کسب کند، بیشتر دوست دارند و اوقات خود را با او می‌گذرانند و از طرف دیگر مدام به فرزند دیگر خواه‌بزرگ‌تر باشد یا کوچک‌تر سرگرفت می‌زنند و او را با خواهر یا برادر خود مقایسه می‌کنند.

باید این مسئله را در نظر داشت که والدین می‌گویند همه فرزندان خود را به یک اندازه دوست دارند و در واقع نیز همین‌طور است اما گاهی برای آن که موتور محرک دیگری را برای امور مختلفی مانند درس خواندن روشن کنند، به ستاینش فرزند دیگر می‌پردازند.

برخی جوامع برود سالار، به فرزند پسر توجه بیشتری نشان می‌دهند و برخی دیگر از خانواده‌ها به فرزند دختر اهمیت می‌دهند. دوست داشتن و اهمیت دادن به فرزند ادینک و پسندیده‌ای است مشروط بر این که به

هر دو جنس یک دیدگاه وجود داشته باشد یا حتی در صورت هم‌جنس بودن فرزندان هیچ‌یک بر دیگری برتری داده نشود زیرا فرقی گذاشتن بین کودکان، ضربه‌های روحی زیادی به آن‌ها وارد می‌کند. تبعیض، رفتاری ناخودآگاهانه است که همیشه اثر مخربی دارد و باعث می‌شود کودک که مورد سرزنش قرار می‌گیرد دچار بی‌اعتمادی و کمبود محبت شود و در زندگی به خوبی پیشرفت نکند، این رفتار می‌تواند ریشه در کودکی خود والدین داشته باشد.

فردی که پایین‌نگه داشته می‌شود، دچار حس حقارت می‌شود و احساس بی‌ارزشی می‌کند. او اعتماد به نفس خود را از دست می‌دهد و احساس شکست می‌کند.

در چنین شرایطی کودکان از دست‌والدین خود عصبانی می‌شوند و ممکن است هیچ‌گاه این عصبانیت خود را بروز ندهند و همچنان در دل از آن‌ها کینه داشته باشند و بر اینکه نیز از مضام خوبی به آن‌ها برقرار نکنند. هرچه

تبعیض‌ها شدیدتر شود، ضرات روحی منتقل شده به فرزند مملکت‌تر و جریان ناپذیرتر می‌شود و به جهت ظهور کینه و حسد در یک فرزند نسبت به فرزند دیگر زمینه را برای بروز خصومت‌نا مطلوب اخلاقی و رفتاری او و حتی تنفر از خواهر یا برادرش فراهم می‌کند. چه بسا ناھنجاری‌های رفتاری و اخلاقی که طی آن، نه تنها خود

فرد بلکه خانواده و اجتماع هم آسیب می‌بینند.

گروه اجتماعی - پوست و مو در خواب به ریکاوری و تنفس نیاز دارند. متخصصان پوست معتقدند کار با آرایش خوابید آلودگی‌ها و گردوغبار روی صورت و باکتری‌هایی که روی روپوشی هستند با هم ترکیب می‌شوند و می‌توانند باعث پووجود آمدن جوش‌های ریز سر قرمز و سرسیاه شوند.

روپوشی‌های مورد استفاده را حداقل هفته‌ای یک یا دو بار باید عوض کرد زیرا پارچه‌های رو با لثی مستعد جذب هر گونه آلودگی و گرد و غبار و باکتری‌های اطراف هستند. بعضی از باکتری‌ها در لباس شویی خانه می‌کنند و با شستن لباس‌ها دوباره روی آن‌ها می‌نشینند، این پستر است روپوشی‌ها را حتماً با دست بشویید و بعد در معرض مستقیم نور آفتاب قرار دهید. تجمع باکتری‌ها می‌تواند باعث پووجود آمدن افتاد باز روی پوست صورت شود و آکنه را مهمان پوست‌های مستعد کند.

پارچه‌های ضخیم و ناپولی با بافت سفت و متراکم بهترین انتخاب برای روپوشی است. متخصصان پوست معتقدند استفاده طولانی‌مدت از روپوشی خشک و ضخیم باعث تحریک کالژن و جوش می‌شود. بهترین پارچه‌ها از نظر متخصصان ابریشم و ساتن هستند که به‌دلیل بافت نرمی که دارند هیچ اثر از فشرده‌سازی در پوست به‌جا نمی‌گذارند. روپوشی پنبه‌ای به‌دلیل بافت بسیار نرمی که دارد، باعث می‌شود صورت در آن مجالده شود و چین و چروک‌های زردرسی در آن پووجود آید. همچنین روپوشی ضخیم باعث خشکسنگی و از بین رفتن کولینکول مو هم می‌شود.

علوی

در روزگاران قدیم، انگار زمان نیز کش می‌آمد ووقت نمی‌گذشت، رومستان‌ها با آن شب‌های طولانی ایش و تابستان‌ها هم با روزهای گرم و داغ خود خیال تمام شدن نداشت. قدیمی‌ها چه در تابستان و چه در زمستان از صبح خروس‌خوان بیدار بودند و تا غروب خورشید یک دنیا کار می‌کردند و با این‌که وقت گذرانی‌های آن‌ها مانند الان نبود اما وقت کم می‌آوردند و فقط زمانی که خورشید رخت بر می‌بست، برای دور هم نشستن فرصت داشتند. آن روزها از رادیو و تلویزیون خبری نبود که بتوانند آن فشرده یک دهم‌گاه از روزنامه‌های منتقل شده به فرزند مملکت‌تر می‌رسانند. همه در همه اقصای نقاط جهان باخبر شوند. همه در اتاق‌های قدیمی‌تو در تویا باطایچه‌هایی که گاهی نقش ونگاری‌های زری‌رو آن‌ها نقش‌سته بود، دور هم می‌نشستند و اگر رومستان بود، بساط گرمی‌هم به‌راه بودو با هم حرف می‌زدند، زبان‌قلاب‌باقی می‌کردند و مردان هم به فکر این بودند که کار خود را چگونه رونق ببخشند. سال‌ها طول کشید تا بای رادیو به خانه‌های قدیمی باز شد و یکی از اجزای جدانشدنی آن‌ها به‌شمار رفت. در آن روزها

صدای رادیو از خانه برخی افراد از جمله کدخدا شنیده می‌شد.

وسله‌ای جادویی

یکی از شهروندان کهن سال بخودری می‌بایان این‌که در زمان قدیم مردم سختی‌های زیادی را متحمل می‌شدند، می‌افزاید: آن موقع‌ها مردم به سختی کار می‌کردند و از تفریح هم خبری نبود چون وسله‌ای ای نداشتند و اگر هم وسله‌ای بود تعداد آن بسیار اندک را امکان سفراتی با تفریح بسیار کم بود. باقی‌مانده ای آدمی می‌دهد: آن موقع بود و بیشتر وقت‌ها روزهای تعطیل مانند جمعه با هم قرار می‌گذاشتند تا به‌گند رازهای اطراف بخجودر که آن موقع در دل شهر بود و روند و دور هم ناھار بخورند. زمانی که کار اهالی خانه تمام می‌شد، ساعت‌ها به کندی می‌گذشت زیرا مردم هیچ سرگرمی نداشتند تا این‌که کم‌کم ششیم وسله‌ای به نام «رادیو» به بازار آمده است که ابتدا مردم می‌گفتند از درون آن صدا و موزیک پخش می‌شود. وی می‌افزاید: حدود ۱۲

مقوی قلب



گیاهان دارویی

علوی - گیاه دارویی «بالنگ» یا نام‌های «ترنج»، «ترج کبیر» و «بادرنگ» هم شناخته می‌شود که به میوه آن در فارسی بالنگ می‌گویند. بالنگ درختچه‌ای به شکل پیرمستط است، برگ آن با کمی اختلاف شبیه سایر مرکبات ولی میوه آن متفاوت و نوع کبیر آن در ابعاد یک خربزه کوچک است. بالنگ دارای پوست طلایی با بوی معطر است، به خصوص نوع کوچک آن که پوستش صاف است، معطرتر است. یک کارشناس گیاهان دارویی میوه و روغن فرا این گیاه را دارای خواص دارویی می‌داند و می‌گوید: از گیاه بالنگ در تقویت قلب، کبد، درمان شکم نفخ و رفع درد مفاصل استفاده می‌شود. «مسعود معملیانی» به اشاره به موارد استعمال آن در طب سنتی هم خاطرنشان می‌کند: ریشه و پوست بالنگ به عنوان ضد سرفه به کار می‌رود و میوه رسیده آن برای تقویت معده و صفرا موثر است. وی می‌افزاید: روغن بالنگ گرم و خشک و مالیدن آن روی پوست برای رفع بی‌حسی، فلجی، امراض سرد عصبی و درد کلیه و مثانه موثر است. به گفته وی، صماد پخته‌نماد میوه بالنگ در سرکه برای درد مفاصل و تقرسی و ورم‌های مختلف مفید است.

شرکت خدماتی نظافتی

آذین پارسه گلستان

شماره ثبت: ۶۹۹۵

با این همه مشغله کاری

شما چرا زحمت میکشید

کلیه خدمات نظافت با ما

✔ ارائه کلیه امور نظافت منازل و فضاهای مسکونی و اداری

✔ پذیرایی مجالس، پرستار کودک، خدمات فضای سبز، باغبانی و ...

آدرس: حدفاصل میدان کارگر و شهید

کوجه سدی، بعد از چهارراه اول – سمت راست

مدیریت: وحدانی ۰۸۹۳ ۰۴۹۰ ۰۹۹۱

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی خراسان شمالی

خراسان شمالی

روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی خراسان شمالی

یا ۱۳ ساله بودم که از بزرگ تره‌ایم شنیدم رادیو به بخجود نیز آمده است. ابتدا پدرم برای خریدن آن مقاومت می‌کرد زیرا آن را بد می‌دانست و تصور می‌کرد که برنام‌های هم‌اگره کننده است اما به تدریج که مردم رادیو خریدند، او نیز برای خریدن آن رغبت پیدا کرد و از آن پس بیشتر وقت‌ها از خانه ما صدای رادیو به گوش می‌رسید و پدرم همیشه اخبار آن را گوش می‌کرد.

یکی از شهروندان قدیمی بخجود هم در این باره بیان می‌کند: آن زمان پدرم شاهنامه می‌خواند، نهج البلاغه در دست می‌گرفت و از بیانات گوهربار حضرت علی(ع) اهل‌خانه‌ابهره‌مند می‌کرد. «صادقی» ادامه می‌دهد: بعدها که پدرم یک سفر کاری به تهران داشت، آن‌جا دیده بودم که در بیشتر مغازه‌ها وسله‌ای به نام رادیو، گذاشته‌اند و با برخی بچه‌ها یا افراد مسن از شنیدن برنامه‌های مختلف رادیو می‌ترسیدند و تصور می‌کردند همه چیز در همان مکانی که آن‌ها هستند، در حال رخ دادن است.

وی می‌افزاید: این وسله‌توانست به خوبی اوقات فراغت مردمی را که در زمان قدیم از کمترین امکانات هم بهره‌مند نبودند، پر کند و اوقات خوشی را برای آن‌ها رقم بزند و از آن موقع تاکنون بیشتر مردم به ویژه کسان سالان دارندگان این وسله‌ساعت‌ها می‌توانیم حرف‌های آن‌ها را از طریق رادیو بشنوم.

به گفته یک شهروند قدیمی دیگر، رادیو برای مردم جذابیت‌های زیادی داشت و حتی برخی بچه‌ها با افراد مسن از شنیدن برنامه‌های مختلف رادیو می‌ترسیدند و تصور می‌کردند همه چیز در همان مکانی که آن‌ها هستند، در حال رخ دادن است.

وی می‌افزاید: این وسله‌توانست به خوبی اوقات فراغت مردمی را که در زمان قدیم از کمترین امکانات هم بهره‌مند نبودند، پر کند و اوقات خوشی را برای آن‌ها رقم بزند و از آن موقع تاکنون بیشتر مردم به ویژه کسان سالان دارندگان این وسله‌ساعت‌ها می‌توانیم حرف‌های آن‌ها را از طریق رادیو بشنوم.

به گفته یک شهروند قدیمی دیگر، رادیو برای مردم جذابیت‌های زیادی داشت و حتی برخی بچه‌ها با افراد مسن از شنیدن برنامه‌های مختلف رادیو می‌ترسیدند و تصور می‌کردند همه چیز در همان مکانی که آن‌ها هستند، در حال رخ دادن است.

وی می‌افزاید: این وسله‌توانست به خوبی اوقات فراغت مردمی را که در زمان قدیم از کمترین امکانات هم بهره‌مند نبودند، پر کند و اوقات خوشی را برای آن‌ها رقم بزند و از آن موقع تاکنون بیشتر مردم به ویژه کسان سالان دارندگان این وسله‌ساعت‌ها می‌توانیم حرف‌های آن‌ها را از طریق رادیو بشنوم.

به گفته یک شهروند قدیمی دیگر، رادیو برای مردم جذابیت‌های زیادی داشت و حتی برخی بچه‌ها با افراد مسن از شنیدن برنامه‌های مختلف رادیو می‌ترسیدند و تصور می‌کردند همه چیز در همان مکانی که آن‌ها هستند، در حال رخ دادن است.

به گفته یک شهروند قدیمی دیگر، رادیو برای مردم جذابیت‌های زیادی داشت و حتی برخی بچه‌ها با افراد مسن از شنیدن برنامه‌های مختلف رادیو می‌ترسیدند و تصور می‌کردند همه چیز در همان مکانی که آن‌ها هستند، در حال رخ دادن است.

یک پژوهشگر فرهنگ عامه هم درباره تاریخچه رادیو اظهار می‌کند: برخی رادیوها در زمان قدیم با نغمه‌ای تم می‌کردند و داشتن چند لیتر نفت، می‌شد موسیقی بی‌نظیر استاد صبا و صدای گرم و دلنشین استادبانان را شنید.

«احسان حصار» مقدم، ادامه می‌دهد: وقوع حوادث سیاسی آن دوران، مانع آن نشد که خریداران رادیو، برای ابرای یافتن از اوضاع جهان که برنامه‌های فارسی رادیوهای خارجی، در رقابتی نفس‌گیر بر رسانی می‌کردند، سراغ شهربانی‌ها، برای گرفتن مجوز داشتن رادیو نروند!

به گفته وی، حضور رادیو در بخجود هم خالی از حاشیه و مخالفت بعضی از بزرگان نبود به گونه‌ای که برخی پدران متعصب که تعابیری از خشمگینانه از پخش موسیقی و تصنیف در زیر سقف خانه خود داشتند، اجازه نمی‌دادند در خانه از رادیو استفاده شود. وی بیان می‌کند: برخی افراد تا سال‌ها بر سر آشتی با این وسله کوچک اما جادویی از نگاه آن‌ها، در حال مجالده با خود بودند چرا که به گوش خود تمیزات شگرف برنامه‌های رادیویی در ماه‌های رمضان و محرم و روزهای سوگاری مسلمانان را می‌شنیدند.

وی با بیان این‌که رادیو در اوین سال‌های سبب خوشی و شاد و تهیه آن برای همه میسر نبود، خاطرنشان می‌کند: به مرور زمان خانواده‌ها به سمت خرید این وسله روی آوردند. وی با ذکر روایتی اظهار می‌کند: در ششی رومستانی که اعضای خانواده‌ای دور گرمی و در زیر نور کم‌جان چراغ‌های لمپا و فانوس در حال گوش دادن به صدای گوینده بودند، پسری که زبان ترکی از پدرش می‌پرست؛ «آقی»، یو کیشنه نیمه کلیمه برزین شام پسند!، یعنی پدر، چرا این آقا نمی‌آید یا ما شام بخورند!

تست تحمل گلوکز

علوی - خوانندگان عزیز روزنامه خراسان شمالی می‌توانند سوالات پزشکی خود را طی تماس یا دفتر روزنامه مطرح کنند تا پاسخ آن‌ها را از کارشناسان جویا بشوم. در این شماره افروزان یگوی مقدم، کارشناس مامایی به سوال یکی از خوانندگان پاسخ می‌دهد.

در هفته ۲۸ بارداری سشیمو تست تحمل گلوکز را انجام داده‌ام که ۲ بار نتیجه آن مثبت شده است و از این بابت احساس نگرانی دارم. می‌خواستم بدانم آیا این روند خطرناک است و مینالا به دیابت بارداری ختمت؟

در این آزمایش باید آزمایش‌دهنده از قبل ناشتا باشد، بهتر است حدود ۸ ساعت در ناشتا باشد و پس از آن به جز آب چیزی نمی‌لکند تا نتیجه آزمایش در صبح روز بعد با کمترین خطا مشخص شود. به‌طور معمول در این آزمایش میزان شخصی گلوکز به فرقه داده و پس از آن طی بازه‌های زمانی معین ۳ نمونه خون از وی گرفته می‌شود و اگر بعد از اتمام آزمایش، میزان قند خون ۲ مورد از آزمایش‌های اندازه‌گیری شده بیشتر از حد نرمال باشد، احتمال دیابت بارداری وجود دارد که این مورد نیز با تشخیصی قلمی پزشک و بررسی نتایج آزمایش و میزان صحت آن مشخص می‌شود.

چهارشنبه ۲۴ بهمن ۱۳۹۷ - ۷ جمادی‌الثانی ۱۴۴۰ - شماره ۲۹۳۰

پاک سازی کلیه

گروه کلیه - کلیه‌ها مسئولیت تنظیم مقدار سدیم، کلسیم، فسفات و پتاسیم بدن و دفع مقدار اضافی از طریق ادرار را بر عهده دارند. اگر کلیه قادر به ارائه عملکرد درست خود نباشند، قسمت‌های دیگر بدن، مانند استخوان‌ها نیز تحت تأثیر قرار خواهند گرفت، زیرا کلیه‌ها شکل‌های فعال از ویتامین D را تولید می‌کنند که به حفظ سلامت و استحکام استخوان‌ها کمک می‌کند.

آسیب کلیوی می‌تواند افزایش مواد زائد سمی را در بدن به همراه داشته باشد.

پاک‌سازی کلیه‌ها با یکی از بخش‌های مهم حفظ سلامت بدن محسوب می‌شود. مصرف آب با کافیتی و قند بیش از اندازه می‌تواند توانایی بدن برای ارائه عملکرد درست را کاهش دهد. نوشیدن آب مرکبات می‌تواند به پیشگیری از سنگ‌های کلیه کمک کند. آب مرکبات

یک نوشیدنی محبوب در وعده غذایی صبحانه است. آب مرکبات طبیعی عالی برای ویتامین C است و همچنین مواد معدنی دیگری مانند پتاسیم، فولات، منیزیم و ویتامین A را نیز در اختیار بدن قرار می‌دهد. آب مرکبات یک نوشیدنی سبک، نیروبخش و سرشار از ویتامین هاست که می‌تواند به پاک‌سازی کلیه‌ها کمک کند. پزشکان برای پیشگیری از شکل‌گیری سنگ‌های کلیه نوشیدن مایعات فراوان را توصیه می‌کنند.

نوشیدن آب مرکبات می‌تواند به پیشگیری از ایجاد سنگ‌های کلیه کمک کند، زیرا آن‌ها حاوی سترات هستند که از شکل‌گیری سنگ‌های کلسیم اگزالات و کلسیم فسفات جلوگیری می‌کند. سترات به واسطه کاهش آسیب‌رسانندگی به پیشگیری از تشکیل سنگ‌های کلیه کمک می‌کند. آب مرکبات به واسطه سطوح بالای پتاسیم و اسید سیتریک برای افزایش حجم ادرار و تکرر آن نیز گزینه خوبی است. پزشکان به افرادی که سترات در ادرار آن‌ها بسیار کم است، مصرف هر چه بیشتر مواد غذایی سرشار از اسید سیتریک مانند لیمو و آلبومورا توصیه می‌کنند.

تارت مرغ و قارچ

مواد لازم: آرد ۲۵۰ گرم، زرده تخم مرغ یک عدد، کره ۱۲۵ گرم، بکنینگ پودر یک قاشق مرباخوری، نمک و فلفل به میزان لازم.

مواد لازم برای داخل تارت: سینه مرغ خرد شده ۳۰۰ گرم، سیر یک حبه، قارچ خردشده ۲۰۰ گرم، زنجبیل یک قاشق مرباخوری، فویج خرد شده ۱۰۰ گرم، سبب زنجبیل خرد شده یک عدد، زنجبیل و جعفری خرد شده ۲ قاشق سبب خوری، خامه ۱۰۰ گرم، روغن، نمک و فلفل به میزان لازم.

طرز تهیه: آرد را همراه با نمک، کره، فلفل و بکنینگ پودر در دستگاه غذاساز دو دقیقه مخلوط می‌کنیم تا به صورت خرده‌های نان درآید، بعد زرده تخم مرغ را اضافه می‌کنیم. خمیر به دست آمده را در پلاستیک می‌گذاریم و به مدت یک ساعت در یخچال قرار می‌دهیم.

طرز تهیه مواد میانی: سینه مرغ خرد شده را به همراه زنجبیل و سیر رنده شده از ۴ تا ۱۰ ساعت قبل در دو قاشق روغن، نمک و فلفل سیاه قرار می‌دهیم تا در د و مزه درآید. مرغ خرد شده را در روغن در حرارت بالانت می‌گذاریم و بعد یک ساعت در یخچال قرار می‌دهیم. تا رنگ آن برگردد، بعد قارچ، فویج و سبب زمینی را در آن می‌ریزیم و نفت می‌دهیم، سپس خامه را اضافه می‌کنیم و هم می‌زنیم تا نیم‌پز شود و از روی حرارت برمی‌داریم. خمیر را در قالب قرار می‌دهیم، با چنگال چند سوراخ ایجاد می‌کنیم و در طبقه‌وسط

فر با دمای ۱۸۰ درجه سانتی‌آد به مدت ۲ دقیقه قرار می‌دهیم تا کمی طلایی شود. خمیر را در فر خارج می‌کنیم و می‌گذاریم که سرد شود. مواد میانی (می‌می‌ریزیم و بعد از خمیر صحرایی روی تارت درست می‌کنیم و با برسی زرده تخم مرغ را به آن می‌مالیم. دوباره در فر ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد به مدت ۱۵ تا ۱۵ دقیقه قرار می‌دهیم تا روی تارت طلایی شود.

مجمع مسکونی عمارت

مجمع ۱۶ واحدی

امکانات کامل

موقعیت ایده آل

واقع در مرکز شهر

واحدهای ۲ خوابه

متر اژهای متنوع:

۹۲ ✔

۹۸ ✔

۱۰۵ ✔

۱۱۱ ✔

مدیر فروش: هاشمی

۰۹۱۵۳۸۴۸۶۶۰

بجنورد خیابان ۱۷ شهریور جنوبی کوچه شهید علوی (تاتاری)