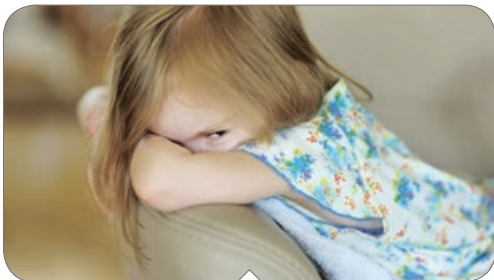


۷ سال اول



درک احساسات

علوی- احساسات مختلفی مانند خشم، شادی و غم در هر انسانی وجود دارد و امری کاملاً طبیعی محسوب می شود. گاهی نادیده گرفتن احساسات کودکان یا مسخره کردن آن ها به طور ناخواسته می تواند آسیب های جبران ناپذیری را به کودکان وارد کند. برای درک احساسات کودکان باید در همان موقعیت مکانی و زمانی قرار بگیریم تا بتوانیم بهترین همدلی را با آن ها داشته باشیم. اگرچه باید مدیریت خشم داشته باشیم و راه های کنترل آن را یاد بگیریم اما وقتی خودمان این راه ها را بلد نیستیم نباید از کودک توقع داشته باشیم و در پاسخ به آن همه احساس خشم وی فقط بگوییم اشکالی ندارد بلکه باید با او همدردی کنیم و بگوییم اگر در موقعیت اش بودیم به همین اندازه خشمگین می شدیم. اگرچه اندازه خشم ما و کودک به اندازه ظرفیت ذهنی هر یک از ماست اما کودک به دلیل کوچک بودن ظرف ذهنش بیشتر و زودتر خشمگین می شود.

نکات خانه داری



نظافت مبلمان

گروه اجتماعی- تمیز کردن مبلمان منزل یکی از مهم ترین کارهایی است که باید به طور مرتب انجام شود. لکه های روی مبلی باعث بد شکل شدن آن می شود و بهتر است آن ها را زود پاک کنیم. برای پاک کردن لکه چای یا نوشابه می توان کمی نمک روی آن پاشید سپس با اسفنجی خیس آن را پاک کرد تا اثری بر جا نماند. اثر سوختگی را می توان با یک حبه قند از بین برد. قند را روی لکه زرد باید آن قدر بمالیم تا پاک شود. اگر این الیاف مصنوعی ایجاد شده باشد، می توان با آب لیمو آن را پاک کرد. برای از بین بردن لکه جوهر از روی مبلی ابتدا باید آن را خیس کرد و کمی نمک پاشید، سپس با پنبه تمیز کرد. برای پاک کردن لکه چربی باید محلول نمک و الکل را روی آن کشید تا خوب تمیز شود.

روایتی از کودگانی که در حسرت لباسی و کنش تازه هستند

آرزوهای کودکان



علوی

این را که امسال هم باید دست خالی تر از پارسال به خانه برود و دوباره فرزندش را دم عید با همان دمپایی های پلاستیکی

کهنه و لباس های نخ نما ببیند، ندارد. دست های او امسال خالی تر از هر سال است و هر بار که به خیابان می رود می بیند این روزهای پایانی انگار سرعت مردم برای خرید کردن بیشتر شده است

و می خواهند هر چه سریع تر خریدهای نوروزی شان را انجام دهند و خیال شان راحت شود. با این که مردم امسال وضعیت اقتصادی

نامساعدی را تجربه می کنند اما باز هم ناچار هستند برای عید خرید کنند و در این میان کودکان را در اولویت قرار می دهند. چه بسیار مادران و پدرانی که با هم برای خرید به بازار آمده اند، یکی لباس گران قیمت بر می دارد و دیگری به لباس های ایرانی با قیمت مناسب اکتفا می کند.

بغل می گیرد. مادری که تا نیمه شب فرزند کوچک خود را با چادر سفید نماز به کمرش می بندد و در دل تاریکی و سرمای سخت زمستان به کوچه ها و خیابان ها سر می زند و در زباله ها دنبال مواد بازیافتی می گردد، بیم آن را دارد که چشم فرزندش به کادوهایی که والدین برای فرزندان شان می خرند، بیفتد، شاید برای همین صبر می کند تا همه جا تاریک و خیابان ها کمی خلوت شود. روزهای پایانی اسفند که می شود دلش هزار بار می خواهد تکه تکه شود. طاقت

از آن ها خوشش می آید و با خوشحالی کفش را در جعبه اش می گذارد... او هم در تصورات کودکی اش به این می اندیشد که شاید فردا و فرداهای دیگر پدر بتواند کاری گیر بیاورد و از دستمزدش یک جفت کفش ارزان قیمت برایش بخرد، از این فکر بی اختیار خنده اش می گیرد و یک به یک همه کفش ها را نگاه و یکی از آن بندگان را خوشگل را انتخاب می کند، چنان محو تماشا و انتخاب است که صدای مادر را نمی شنود و با نزدیک شدن او و گرفتن دستش ناگهان دنیای زیبای کودکانه اش در هم فرو می ریزد.

بیشتر بچه های پایین شهر یاد گرفته اند نباید امیدوار باشند مانند بچه های دیگر برای عید لباس و کفش نداشته باشند. آن ها خوب درد نداری و فقر را چشیده اند، برخی از آن ها با این که کوچک هستند اما مجبورند دنبال کار بروند، برای شان فرق نمی کند در یک مکانیکی کارهای سخت انجام دهند یا سر چهارراه بایستند و آدماس بفروشند. چه سخت است با آن دل های کوچک، وقتی می بینند برخی کودکان در خودروی های مدل بالای والدین نشسته اند و آن ها را با دست نشان می دهند تا پدر یا مادر بسته ای آدامس برای شان بخزند. ای است که با مادرش راهی این مغازه و آن مغازه می شود و سنگینی نگاه او را زخم خورده این کودکان، به راحتی از کنار آن ها می گذرند یا با بی اعتنائی فروشنده می خواهد همه آن ها را بیاورد، یک به یک امتحان می کند تا آخر از یکی

کودکی در حال جمع آوری زباله های بازیافتی است. به زور می توان از زیر زبانش حرف کشید، خجالتی است و حرفی برای گفتن ندارد. وقتی از او علت اش را می پرسم جواب می دهد: طی سال همه زندگی عادی و روزمره خود را دارند اما دم دمای عید که می شود همه در تب و تاب خرید کردن هستند حتی سرعت قدم برداشتن های شان و سنگینی نگاه آن ها به ما هم بیشتر می شود.

برخی از آن ها با دست ما را به کودکان زیاده خواه شان نشان می دهند و می گویند: ببین این ها چیزی ندارند و مجبور هستند کار کنند اما ما برای تو این همه خرید کرده ایم و باز هم بهانه می گیری». وقتی این جمله ها را می شنوم دلم می خواهد بشوم و به زمین بروم چون آن ها فکر می کنند ما دل نداریم و به این سبک زندگی عادت کرده ایم و از این وضعیت ناراحت نیستیم.

آن یکی هم که پدرش کارگر بود و چند سال پیش فوت کرد حالا دیگر مرد خانه شده و همراه با برادرش کار می کند، خرید عید برای خود و خانواده اش معنائی ندارد. می گوید: همین که می توانم کار کنم و خرج مادر و خواهرهایم را بدهم غنیمت است. هر چند مزد کمی می گیرم و خوراک بخور و نمیری می توانیم داشته باشیم اما باز هم خوب است. البته چشمانش از خوشحالی برقی می زند و می گوید: یک سال است که مقداری از پولم را پس انداز کرده ام و می خواهم دوچرخه دست دوم بخرم که با آن به مدرسه بروم و راحت شوم.

او هم عید را دوست دارد و از این که مدارس تعطیل است و می تواند استراحتی کند خوشحال است و می گوید: در ایام عید می توانم نقشی تازه کنم تا دوباره با انرژی بیشتری به مدرسه و سرکار بروم. مدیرکل کمیته امداد خراسان شمالی تعداد دانش آموزان نیازمند استان را ۵ هزار و ۸۷۵ نفر اعلام می کند و می افزاید: ۸۶۶ دانشجوی نیازمند تحت پوشش کمیته امداد هستند. وی تعداد کل ایتم خراسان شمالی را ۳ هزار و ۲۲۹ نفر ذکر می کند که از این تعداد ۹۹ یتیم خانه و ۵۶ یتیم حامی ندارند. وی تعداد مشمولان طرح محسنین را ۳ هزار و ۲۳۶ نفر می داند که ۲۸۶ نفر از آن ها حامی ندارند.

آشپزی



مواد لازم: ماهی قزل آلانیم کیلو، پیاز ۳ عدد، قارچ ۵ عدد، سفیده تخم مرغ یک عدد، جعفری خرد شده یک قاشق غذاخوری، آرد سوخاری به میزان لازم، آب لیمو یک قاشق چای خوری، پودر سیر نصف قاشق چای خوری، نمک و فلفل به میزان لازم، زعفران یک قاشق غذاخوری، سس تارتار به میزان لازم، برگ بو و سیر ۳ عدد.

ماهی برگر

طرز تهیه: فیله ماهی را در ظرف می گذاریم و برگ بو، سیر، یک عدد پیاز رنده شده، آب لیمو و زعفران را اضافه می کنیم و در آن را می بندیم و داخل یخچال قرار می دهیم و می گذاریم ۲ تا ۴ ساعت ماهی طعم دار شود. سپس آن را خارج و سرخ می کنیم. بقیه پیاز ها را رنده می کنیم و آب آن ها را می گیریم. قارچ را ریز خرد و به همراه کمی روغن سرخ می کنیم سپس جعفری خرد شده، سفیده تخم مرغ، آب لیمو، پودر سیر، نمک و فلفل و زعفران را به مواد اضافه می کنیم و خوب هم می زنیم تا یکدست شود. مقداری آرد سوخاری می ریزیم و مخلوط می کنیم تا مایه برگر آماده شود. آن را به مدت یک ساعت داخل یخچال قرار می دهیم سپس سرخ می کنیم.

گیاهان دارویی



ضد روماتیسم

علوی- گیاه دارویی «سوزا» از خانواده نخود است که به شکل بوته می روید. یک کارشناس گیاهان دارویی دانه، ریشه و پوست این گیاه را دارای خواص دارویی می داند و می گوید: دانه سوزا به علت داشتن مواد غذایی همچون پروتئین، چربی، ویتامین، اسیدهای آمینه ضروری و استروئیدی به عنوان یک ماده مفید و مغذی در تهیه انواع غذاها به کار می رود. «مسعود معماریانی» این گیاه را مقوی، ضد تب و ضد روماتیسم می داند.

مجمع مسکونی عمارت

مجمع ۱۶ واحدی

امکانات کامل

موقعیت ایده آل

واقع در مرکز شهر

واحدهای ۲ خوابه

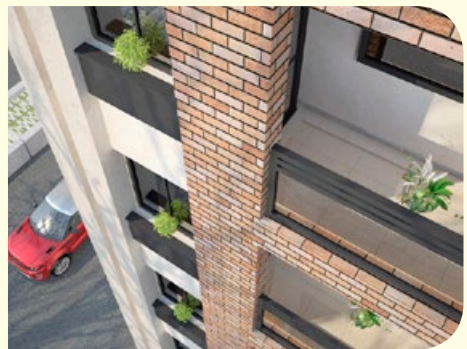
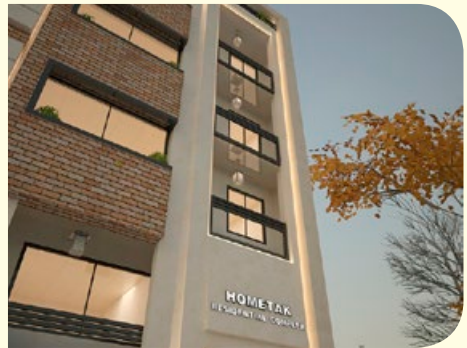
متراژهای متنوع:

۹۲ ✓

۹۸ ✓

۱۰۵ ✓

۱۱۱ ✓



مهندس راضی

۰۹۱۵۳۸۴۴۴۷۹

بجنورد خیابان ۱۷ شهریور جنوبی کوچه شهید علوی (تاتاری)