

آیت الله هاشمی رفسنجانی تاکید کرد

افراط و تفریط انتخاباتی بدترین نوع تندروی

راهکار مبارزه با فساد را تمکین به قانون می دانم

باید قوانین فعالیت های رسانه ای اصلاح شود

آیت الله هاشمی رفسنجانی، با تاکید بر راهنمایی های قرآن و روایات دینی درباره رعایت اعتدال، به بعضی از تندروی ها در مقاطع مختلف پس از پیروزی انقلاب، اشاره کرد و گفت: یکی از بدترین نوع تندروی ها، افراط و تفریط های انتخاباتی است و متأسفانه کسانی که از دوران مبارزه، انقلاب را قبول نداشتند، در نظامی که همه مسؤولیت ها را بر اساس قانون اساسی انتخاباتی کرده بود، تریبون گرفتند و همان طیف و تفکر، رأی مردم را زینتی خواندند...

حسینعلی امیری؛

هفته آینده؛ جلسه رای اعتماد وزرای پیشنهادی

میراث دوران احمدی نژاد هنوز با پر جاست

بزرگ ترین وزار تخانه دولت با مشکلاتی بزرگ تر از دولت

آموزش و پرورش وزارتخانه ای متفاوت با سایر وزار تخانه هاست. این وزار تخانه با ۹۷۰ هزار پرسنل ۴۰ درصد کارکنان دولت را تحت پوشش دارد. هر چه تعداد پرسنل یک وزار تخانه بیشتر باشد مشکلات آن هم افزون تر است. محمدعلی نجفی تا دقایق ۹۰، ظاهرا

جبهه پایداری خروج از ائتلاف را تنویرزه می کند

شورش پایداری ها علیه اصول گراها

به تایلند و مالزی سفر نکنید!

رئیس جمهوری در جمع مردم اراک:

پیروزی بر جام تدبیر رهبر معظم انقلاب است

رئیس جمهوری گفت: پیروزی برجام تدبیر رهبر معظم انقلاب اسلامی و نتیجه مقاومت ۱۰ تا ۱۲ ساله ملت ایران و سیاست نظام جمهوری اسلامی است.
حجت الاسلام و المسلمین حسن روحانی روز یکشنبه در سی و دومین سفر استانی خود به استان مرکزی در ورزشگاه شهدای پنجم مرداد اراک افزود: برجام؛ پیروزی و نتیجه مقاومت ۱۰- ۱۲ ساله ملت ایران در برابر تحریم های ظالمانه است. وی با بیان اینکه باید از فضای بعد از برجام همه استفاده کنند، اظهار کرد: سفرهای خارجی بعد از برجام برای رونق اقتصادی کشور است، برای آن است که در آسیا، اروپا، آمریکای لاتین و سراسر جهان بتوان رونق تجاری، سرمایه گذاری خارجی در ایران ایجاد شود. رئیس جمهوری



معاون امور عمرانی استانداری قم:

حق آبه های کشاورزان قمی باید تامین شود

معاون امور عمرانی استانداری قم گفت: حق آبه موضوع مهمی است که باید بخش کشاورزی قم به آن دست پیدا کند. محسن بهشتی روز یکشنبه در جلسه حفاظت از منابع آب در سالن امام جواد (ع) استانداری قم اظهار داشت: ۱۵ میلیون متر مکعب آب برای شهرستان گلیانگان رها سازی شده، این در حالی است که حق آبه کشاورزان قمی رهاسازی نمی شود. وی افزود: باغ های کشاورزی نیاز به آب دارد که باید با ارائه راهکاری در این حوزه مشکلات پیگیری شود تا کشاورزان به این حق آبه ها دسترسی پیدا کنند. وی با اشاره به حق آبه زیست محیطی گفت: برای جلوگیری از ریزگرد های استان قم حق آبه زیست محیطی در نظر گرفته شده است که باید این امر تحقق پیدا کند. بهشتی ادامه داد: باید جلسه های شورای حفاظت از منابع آب با ارائه نظر های کارشناسی به صورت مستمر بر گزار شود تا پیگیری ها در سطح کشوری صورت بگیرد...

فرمانده انتظامی استان قم خبر داد

انجام ۱۵۰ هزار عملیات پلیسی طی شش ماه در قم

فرمانده انتظامی استان قم با اشاره به ۲۶۰ هزار تماس مردمی با سامانه ۱۱۰ در نیمه اول سال جاری، گفت: از این تعداد ۱۵۰ هزار تماس عملیاتی شده است. سردار کاظم مجتبایی در حاشیه بازدید از یگان فوریت های پلیسی ۱۱۰ قم، با بیان اینکه یگان فوریت های پلیسی ۱۱۰ یکی از مهمترین ارکان پلیس قم محسوب می شود، اظهار داشت: این یگان برای رسیدگی سریع و به موقع به نیازهای پلیسی مردم پیش بینی و راه اندازی شده است. وی افزود: خوشبختانه در دو سال گذشته شاهد فعالیت های بسیار خوبی از این یگان بودیم به گونه ای که سرعت عمل، دقت عمل و همچنین رضایتمندی مردم که از فعالیت هایی فوریت های پلیس ۱۱۰ در ارزیابی های بدست آمده همه رضایت بخش بوده است. فرمانده انتظامی استان قم با اشاره به بازدید و بررسی مشکلات یگان فوریت های پلیسی ۱۱۰ قم، ابراز امیدواری کرد: روز به روز برای خدمت به مردم آماده تر و در یک طراز بسیار مناسبی ...

آکهی مزایده

اداره اوقاف و امور خیریه شهرستان قم

در نظر دارد **تعداد ۳۵ واحد از رقبات موقوفات** حوزه عملکرد خود را طبق لیست ذیل از طریق مزایده **از تاریخ ۹۵/۰۸/۰۳ لغایت ۹۵/۰۸/۱۸** به اجاره واگذار نماید.

(تاریخ برگزاری جلسه کمیسیون مزایده ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخ ۹۵/۰۸/۱۹ می باشد).

ردیف	نام موقوفه	کد موقوفه	کد رتبه	کاربری	مساحت	پایه اجاره	توضیحات	نوع
۱۲	اعماره احسان بنام	۱	۵	تجاری	۲۲	۲۲۵۰۰۰۰۰۰۰	عقاراجواریدانگرمخانمآقاشارفاداد	آباد
۱۳	تجارت	۲	۱۴۱	تجاری	۱۵	۳۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	آباد
۱۴	آب انواربنام	۳۵	۱۱	تجاری	۲۶	۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	پنجگانهسوربنانگامحلمتبریم	آباد
۱۵	آب انواربنام	۳۵	۱۲	تجاری	۲۲	۵۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	آباد
۱۶	آب انواربنام	۳۵	۱۲	تجاری	۱۴	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	آباد
۱۷	حاج آقا یونس	۱۰۰	۶	تجاری	۲۲	۱۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	عقاراجواریدانگرمخانمآقاشارفاداد	آباد
۱۸	دارانواربنام	۱۵۶	۴	تجاری	۱۴	۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	عقاراجواریدانگرمخانمآقاشارفاداد	آباد
۱۹	اعماره علی بن جعفر	۱۵۶	۱۲	تجاری	۱۵	۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	عقاراجواریدانگرمخانمآقاشارفاداد	آباد
۲۰	اعماره آبراهیم علی	۱۵۶	۱۲	تجاری	۳۳	۱۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	خانهکافهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۱	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۲	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۳	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۴	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۵	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۶	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۷	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۸	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۲۹	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۳۰	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۳۱	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۳۲	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۳۳	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۳۴	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	مهر
۳۵	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	آباد
۳۶	صورت بند	۱۱۶	۱۱۶	تجاری	۱۵	۲۶۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰	قائمیهصادقبنکیرکبهکافه۴۰	آباد

بیشتر بدانیم

تشنج فقط در اثر صرع نیست؛

تکاتی درباره تشنج کردن

صرع یک اختلال مغزی است که باعث تشنج می شود.ولی تشنج کردن همیشه به دلیل داشتن بیماری صرع نیست، هر شخصی می تواند به علل مختلفی، دچار تشنج گردد؛ مثلا یک ضربه شدید به سر می تواند باعث تشنج گردد.در هر روز مغز شما حدود ۷۰۰۰۰ خاطره و فکر را پردازش می کند.برای این کار حدود صد میلیارد نورون (سلول عصبی) باید به ۵۰۰ تریلیون نقطه متصل شوند،همانند فرآیندی که به اندازه ی کافی برق برای روشن نگه داشتن یک لامپ تولید می کند.تشنج زمانی اتفاق می افتد که در سیستم قطعی برق اتفاق بیفتد. در این مطلب تکاتی وجود دارد که شما را از این عملکرد غیر طبیعی بدن آگاه می کند.

لازم نیست حتما مبتلا به صرع باشید تا تشنج کنید

صرع یک اختلال مغزی است که باعث تشنج در محدوده زمانی معین می شود.ولی تشنج کردن همیشه نشانه بیماری صرع نیست. تحت شرایط خاصی هر کسی می تواند یک حمله تشنجی را تجربه کند. تشنج گاهی در افرادی رخ می دهد که تا حد زیادی از خواب محروم بوده اند؛ا درازهای مخدر استفاده می کنند؛ا آسیب مغزی رنج می برند،حمله ی اضطراب دارند،قندخونشان پایین است و یا دچار غش می شوند. کودکان ۶ ماهه تا ۵ساله در صورتی که تب آن ها بالا باشد،در معرض خطر تب و تشنج هستند.در افراد مسن نیز تشنج می تواند نشان دهنده ی تومور مغزی، سکته ی مغزی و یا بیماری ام اس باشد.

تعداد سالمندان مبتلا به صرع در حال افزایش است

تشخیص صرع در سالمندان دشوار است، زیرا علامی مانند گیجی، ا دست دادن موقت آگاهی و دیدن یا شنیدن چیزهای غیرواقعی که در بیماری صرع دیده می شوند، بعد از ۶۵ سالگی نیز شایع هستند.

همه ی تشنج ها یکسان احساس و یادیده نمی شوند

بیشتر شماها تشنج را با تکان های شدید بدن و سپس بیهوش شدن ناگهانی می شناسید. به این نوع تشنج گرندمال می گویند.اما تشنج بخشی نیز وجود دارد که تنها به یک قسمت مغز محدود می شود و به سایر قسمت های بدن منتقل نمی گردد. علام و نشانه ی این تشنج ها می تواند شامل استسمام بوی عجیب و غریب، شنیدن صدای رنگ یا کلیک در حالی که هیچ صدایی در واقع وجود ندارد، داشتن احساس درآوو (حالتی از ذهن است که در آن فرد پس از دیدن صحنه ای احساس می کند آن صحنه را قبلا دیده است و در گذشته با آن مواجه شده است) و سوزن سوزن شدن با یی حسی در یک قسمت خاص از بدن مانند دست باشد. از آنجایی که فرد در طول تشنج معمولا به طور کامل بیدار و هوشیار نیست، ممکن است حتی نداند که یک تشنج اتفاق افتاده است.

تشنج می تواند بارداری را تحت تأثیر قرار دهد

زنان مبتلا به صرع شانس بیشتری برای داشتن یک نوزاد با نقص مادرزادی هستند. تشنج کردن در حاملگی می تواند به کودک شما آسیب برساند. اما احتمالا می توان به کمک داروهای ضد صرع جلوی بروز تشنج را گرفت. برای حفظ سلامت مادر صرعی و کودک باید تحت نظر پزشک قرار گرفت.

برخی افراد می توانند از یک روز قبل، بروز تشنج را پیش بینی کنند

علامیم شایع تشنج عبارتند از تحریک پذیری، افسردگی، سردرد و یا تمرکز ضعیف که می تواند به برخی افراد مبتلا به صرع نشان دهد که یک تشنج در راه است. اگرچه هنوز آنچه که باعث بروز علام اولیه تشنج می شود معلوم نیست، اما می تواند هر چیزی را تغییرات هورمونی گرفته تا میوگن باشد. اینکه چه تغییر فیزیولوژیکی سبب تشنج می شود، به خوبی شناخته نشده است.

ممکن است بتوانید از رخ دادن تشنج جلوگیری کنید

برخی از افراد مبتلا به صرع داروی نجات (دارویی است که به سرعت توسط بدن جذب می شود) دارند و زمانی که احساس می کنند یک تشنج در راه است از آن استفاده می کنند. برخی ممکن است فکر کنند ای تحریک عصب واک داشته باشند. این دارو و ابزار در ابتدای تشنج، تکانه های الکتریکی به مغز همار می کند که بسیار شبیه به دستگاه تنظیم کننده ی ضربان قلب که ریتم آن را تنظیم می کند، عمل می نماید.اگر شما تنها یک تشنج در طول زندگی خود داشته اید لازم نیست در مورد رخ دادن مجدد آن نگران باشید.

هر کسی باید بداند که چگونه واکنش نشان دهد

اگر شما دچار اختلال تشنج هستید باید مطمئن شوید هر کدام از افراد اطرافتان مانند خانواده دوستان و همکاران می توانند در صورت بروز تشنج در شما، چه کارهایی انجام دهند. اما اگر در اطرافتان شخصی است که به تشنج دچار می شود چه باید بکنید؟ اول با ۱۱۵ تماس بگیرید، سپس به فرد کمک کنید تا در یک مکان امن بنشیند و یا دراز بکشد.ا غش کرد، سرش را در حالت شبیدار قرار دهید تا راحت تر نفس بکشد. هرگز در هالتش را چاره فرار ندهید ونگران گاز گرفتن زبانش نباشید، زیرا این اتفاق غیرممکن است. تنها آرامش خود را حفظ کنید و بدانید که مغز به زودی به حالت عادی خود با می گردد.

علم- فناوری

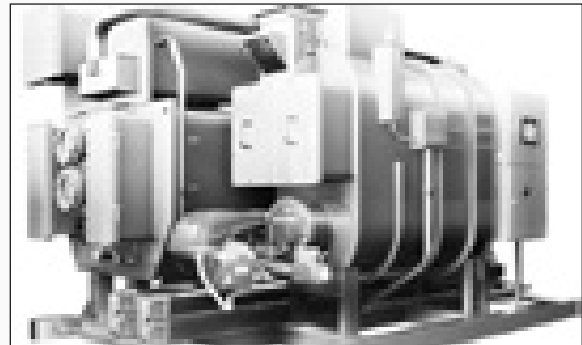
نان غنی شده با هسته خرما تولید شد

علیرضا حیدری، مدیر بازرگانی یک شرکت دانش‌دانش بنیان در شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان اظهار داشت: با توجه به اینکه ایران، دومین تولید کننده ضایعات خرما است و همین ضایعات می تواند مشکلات زیست محیطی ایجاد کند، به همین دلیل تصمیم گرفتیم که از هسته خرما بهره‌وری داشته باشیم. وی با بیان اینکه هسته خرما به راحتی تجزیه پذیر نیست، افزود: بر همین اساس، تصمیم گرفتیم که بر پایه فرآورده های سلامتی از ضایعات خرما محصولاتی از جمله نان تولید کنیم.وی با بیان اینکه هسته خرما خاصیت نگهدارنده دارد، اظهار داشت: در هسته خرما، پروتئین کم، بیشترین قلزی است که وجود دارد؛ می توان از این قان به عنوان فولاد قوی گیاهی یاد کرد؛ این قان عصری بوده که خاصیت نگهدارندگی را در هسته خرما به وجود می آورد. وی افزود: همچنین ۷۰ درصد هسته خرما فیبر بوده که می تواند برای بیماری های گوارشی مفید و موثر واقع شود؛ علاوه بر اینها روی، آهن و... در هسته خرما وجود دارد. وی وجود دار-حیدری با بیان اینکه به دلیل خواص زیادی که در هسته خرما وجود دارد درصدد آمدم آن را، نان غنی شده تولید کنیم، اظهار داشت: استفاده از هسته نان غنی شده تولید کنیم، اظهار داشت: استفاده از هسته



محققان یک شرکت دانش بنیان در شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان موفق به تولید نان غنی شده از هسته خرما شدند که برای بیماران دیابتی و گوارشی مفید است.

بومی سازی چیلر جذب سطحی توسط محققان کشور



مهمترین مزیت رقلمتی آن کم بودن هزینه بهره برداری این نوع چیلر است که به دلیل ارزان بودن حامل های انرژی و پاره ای بودن آنها در ایران این مزیت نیز هم اکنون وجود ندارد. فلذا یان در خصوص تفاوت این دستگاه با انواع دیگر تصریح کرد:مهمترین ویژگی این دستگاه صرفه جویی در مصرف انرژی نسبت به نمونه های خارجی آن است.

دسترسی بریل نابینایان به محتوای تبلت و گوشی خود از سوی محققان کشور

بسیم این دستگاه به سیستم عامل Android در دستور کار داریم. به این ترتیب، کاربران خواهند توانست متون و صفحات موجود در تبلتها و گوشی‌های خود را در صورت بریل در دسترس داشته باشند.
سرمدی امکان اتصال دستگاه به مودم از طریق وایفای را از دیگر برنامه‌های توسعه‌ای این پروژه نام برد و ادامه داد: از این طریق کاربران قادر خواهند بود بدون کمک له‌تپ یا گوشی فقط با استفاده از "NoteTaker"، به اینترنت متصل شوند.تحقق این هدف نیازمند نوشتن مرورگرهای دسترسی پذیر ویژه افراد نابینا است که برنانه نویسی‌های این پروژه در حال انجام آن هستند.

وی از آماده سازی و عرضه این دستگاه تا پیش از پایان سال جاری خبر داد و گفت: از آنجا که "Note Taker" تولید شده مجزه به سیستم عامل است، برای ام این امکان وجود دارد که آن را برای نیازهای خاص مناسب سازی کنیم. به طور مثال، می توان دستگاه را به صورت اختصاصی برای نیازهای آشناری چون دانش آموزان، دانشجویان یا پژوهشگران نابینا شخصی سازی کرد.
وی از آمیوداری کرد که با حمایت دولت از این پروژه، زمینه دسترسی بیشتر نابینایان به فناوری‌های نوین فراهم اشاره کرد و گفت: در حال حاضر مطالعاتی برای اتصال



استفاده بیش از حد از شبکه های اجتماعی



این گوشی با حرکات چشم کار می کند



گوشی هوشمند جدیدی عرضه شده که با ردگیری حرکات چشم انسان ها قادر به انجام برخی فرامین است و قالب پشت وی به طور کلیلا حسیننده طراحی شده است. این گوشی در جریان رقابت X Crowd Sourced و زایت ۴۰۰ گوشی به عنوان محبوب ترین گوشی از نظر طراحی معرفی شد.

گوشی یاد شده که در سال ۲۰۱۷ رونه بازار می شود، دارای نمایشگر ۵.۵ اینچی بوده و مجهز به سیستم عامل اندروید است. در گوشی ZTE برای ردگیری حرکات چشم انسان‌ها دو دوربین تعبیه شده که در بالا و پایین قالب آن قرار دارند. این گوشی دارای یک تابشگر مادون قرمز هست.

رابط کاربری همین این گوشی در حالت ردگیری حرکت چشم، بالا و پایین کردن صفحات را با تکان دادن چشم ممکن می کند بدون آنکه نیازی به لمس گوشی با انگشت باشد.

گوشی یاد شده نسبت به میزان زل زدن کاربران به نمایشگر حساس است و محاسبات مربوطه را از طریق نور مادون قرمز تبلیده شده به چشم افراد انجام می دهد. به منظور ارائه این خدمات الگوریتم های پردازش برصی خاصی به کار گرفته شده و مدل سازی سه بعدی از چشم صورت گرفته تا موقعیت چشم دقیقاً مشخص شود و مدت زمان زل زدن با دقت بالایی محاسبه شود. بدنه پشتی این گوشی از پلیمر خاصی ساخته شده که چسبیدن آن به سطوح ثابت عمودی مانند صندلی و دیوار را ممکن می کند.یکی از امکانات جانب این گوشی حفظ حریم شخصی کاربران است.نمایشگر این گوشی محتوای اصلی را حل مشاهده را به فردی که در روبروی گوشی است و به نشی وی می دهد. اما افرادی که در مجاورت گوشی هستند تنها می توانند کاغذبازی گوشی را مشاهده کنند.این قابلیت به خصوص در زمانی که افراد در اماکن عمومی مانند مترو، قطار یا هواپیمای به سر می برند، مفید است.در گوشی یاد شده از پردازنده Snapdragon ۸۲۲ SoC، حداکثر ۶ گیگابایت رم و ۱۲۸ گیگابایت حافظه داخلی استفاده خواهد شد. دوربین اصلی این گوشی ۱۶ مگاپیکسلی بوده و دوربین سفلی آن ۸ مگاپیکسلی است. گوشی یاد شده همچنین دارای باتری قدرتمند ۴۰۰۰ میلی آمپری است.قیمت نهایی این گوشی هنوز مشخص نیست.

کاهش گرمایش زمین با جلبک دریایی

محققان با اضافه کردن لندکی جلبک دریایی به خوراک دام میزان تولید گازهای گلخانه‌ای را که عمل گرمایش زمین هستند، ۷۰ درصد کاهش دادند.

دانشمندان استرالیایی دریافته‌اند اضافه کردن جلبک دریایی به میزان دو درصد به خوراک خشک گوسفند و گاو میزان تولید گاز متان را بیش از ۷۰ درصد کاهش می دهد.دامها عامل تولید ۴۴ درصدی گاز متان هستند. گازی که ۲۶ برابر دی اکسید کربن عامل گرمایش زمین می شود. سالانه ۳٫۱ گیگاتن گاز متان را دامها تولید می کنند و این در حالی است که کل ساکنان اروپا کمی بیشتر از این مقدار دی اکسیدکربن تولید می کنند.با اضافه کردن دو درصدی جلبک دریایی به غذای دام، گاز متان تولیدی به میزان ۲٫۱۷ گیگاتن کاهش می یابد که تقریباً معادل CO۲ تولید شده سالانه در کشور هند است. برای داشتن پیش زمینه رابط کاربری ساده که افراد در اماکن عمومی مانند مترو، قطار یا هواپیمای به سر می برند، مفید است.در گوشی یاد شده از پردازنده Snapdragon ۸۲۲ SoC، حداکثر ۶ گیگابایت رم و ۱۲۸ گیگابایت حافظه داخلی استفاده خواهد شد. دوربین اصلی این گوشی ۱۶ مگاپیکسلی بوده و دوربین سفلی آن ۸ مگاپیکسلی است. گوشی یاد شده همچنین دارای باتری قدرتمند ۴۰۰۰ میلی آمپری است.قیمت نهایی این گوشی هنوز مشخص نیست.

علمی و سلامت

توصیه‌ها و هشدارها

چطور برس مورا تمیز کنیم؟

برس مو همیشه با موها در تماس است و تمیز بودن آن برای سلامت موها لازم و ضروری است. در این مطلب ۳ ترفند ساده برای تمیز کردن برس مو ارائه می دهیم.

خیلی از افراد برای حفظ سلامت موهایشان و پیشگیری از ریزش آنها و هر مشکل دیگری هزینه زیادی می کنند، اما از برخی مسائل که ارتباط مستقیمی با سلامت موهایشان دارد غافل می شوند.

برس مو همیشه با موها در تماس است و تمیز بودن آن برای سلامت موها لازم و ضروری است. به خاطر اینکه برس ها همیشه حاوی گرد و غبار، پوست های مرده و حتی باقیمانده محصولات شیمیایی مانند لژ، تافت و غیره هستند. بنابراین لازم است که شانه یا برس تان را تمیز و ضدعفونی کنید.

تمیز کردن برس با جوش شیرین

کار سختی نیست. برای تمیز و ضدعفونی کردن برس و شانه هایتان داخل یک تشت کوچک یک لیتر آب ولرم و بریزید و ۴ قاشق غذاخوری جوش شیرین به آن اضافه کنید. اجازه دهید برس ها و شانه هایتان یک شب کامل در این محلول بمانند و سپس با آب زیاد آنها را آب بکشید. در نهایت نیز آنها را با یک حوله تمیز خشک کنید.

تمیز کردن برس با سرکه سفید

هیچ چیز مانند سرکه برای ضدعفونی کردن طبیعی اشیا مناسب نیست. کافیتست به میزان یکسان آب و سرکه سفید را با هم ترکیب کنید. اجازه دهید برس ها و شانه هایتان به مدت یک شب در این محلول بماند.

می توانید چند قطره عصاره روغنی اسطوخودوس هم به ترکیب تان اضافه کنید. روز بعد شانه ها و برس ها را با آب ولرم شستشو داده و خشک کنید.

تمیز کردن برس با شامپو

اگر حوصله این کارها ندارید، می توانید به شامپو نیز اعتماد کنید. برای این کار مقداری شامپو را روی برس یا شانه تان زده و به آرامی آن را لایه لای دندان های آنها مالیده و تمیز کنید. سپس با آب فراوان آنها را آب بکشید.

البته حواستان باشد که این دستورات برای برس ها و شانه های پلاستیکی هستند. خیس کردن انواع چوبی شانه ها در آب توصیه نمی شود، چون به آنها آسیب خواهد زد.

یک فوق تخصص روماتولوژی کودکان :

از تب های طولانی فرزندتان غافل نشوید

یک فوق تخصص روماتولوژی کودکان اظهار کرد:مهمترین علامت بیماری های التهابی غیرعفونی و خوداتنهایی تب های دوره ای و طولانی بوده و از این جهت این نوع تب ها باید مورد توجه قرار گیرند.

وحید ضیایی فوق تخصص بیماری های روماتولوژی کودکان مهمترین علامت بیماری های التهابی غیر عفونی را تب های دوره ای دانست و بیان کرد: در کنار بیماری های با تب دوره ای گروه دیگری از بیمارها هستند که با تب های طولانی و درگیری از گلهای مختلف و به ویژه در ماههای اول زندگی بروز کرده و به آنها بیماریهای خودالتهابی گفته می شود.

وی با بیان اینکه این بیماری ها شیوع کمی دارند ولی از اهمیت ویژه ای برخوردار هستند، گفت: این بیماری ها جزو بیماریهای روماتولوژیک دسته بندی می شوند، اما تشخیص و درمان آنها علاوه بر متخصص روماتولوژی نیازمند تیم درمانی متشکل از متخصص زنتیک، ایمونولوژیست، بیماری های عفونی و سایر تخصص هاست.

این فوق تخصص بیماری های روماتولوژی کودکان نقش زنتیکی و جهش ژنی قبل از تولد را مهمترین عامل بروز بیماری های خودالتهابی و تب های دوره ای دانست و اظهار داشت: اغلب بیماری های ذکر شده از سین پایین کودکانی و حتی در دوران شیرخوار گی خود را نشان می دهند.

ضیایی با اشاره به عللوم مختلف بیماری به ویژه در زمان شروع آن ادامه داد:تشخیص های متفاوتی برای این بیماران مطرح می شود برای مثال شایعترین علت تب، بیماری های عفونی مانند عفونت های مغزی، ربوی، اذراری، قلبی و مفصلی است که علاوه بر اینها بیمارهای متابولیک، مشکلات ژنمایی و ناهنجاریهای مادرزادی از تشخیص های دیگری است که برای این بیماران مطرح می شود.

وی یادآور شد قطع نشدن تب علی رغم درمان های آنتی بیوتیک، درگیری از گلهایی مختلف در بیماری های تب دار، تب پیش از دو هفته، سابقه بیماری التهابی در بستگان و تکرار تب با فواصل منظم از جمله مواردی است که باید مورد توجه قرار گیرد و سریع تر به پزشک مراجعه شود.

لازم به ذکر است برای تشخیص و درمان اینگونه بیماران از سال ۱۳۹۲ سیستم ثبت بیماران مبتلا به سندرم های تب های دوره ای طراحی و راه اندازی کرد و کلینیک فوق تخصصی تنهای دوره ای روزهای پنجشنبه آخر هر ماه در بیمارستان مرکز طبی کودکان پذیرای بیماران مبتلایمی باشد.

یک متخصص طب سنتی :

با این گیاهان چربی خون خود را پایین بیاورید

یک متخصص طب سنتی گفت: برخی دمنوش های گیاهی نقش موثری در کاهش و کنترل چربی خون بالا دارند.

وحید اسماعیلی متخصص طب سنتی درباره چربی خون بالا و مراقبت های تغذیه ای اظهار داشت: کلستریول یا به زبان علمه چربی خون بالا در حقیقت از رژیم های غذایی نامناسب ایجاد می شود.

وی ادامه داد: امروزه به دلیل مشغله کاری، بسیاری از افراد جامعه به مصرف غذاهای فوری مثل فست فودها روی آورده و از طرفی دچار کم تحرکی شده اند که عوامل اصلی بروز چاقی و افزایش کلستریول در سطح جامعه است.

اسماعیلی بیان کرد: به عنوان یک متخصص طب سنتی بهترین روش برای کاهش چربی خون در افراد را در تغییر رژیم غذایی و گنجاندن حرکات ورزشی در برنامه روزانه افراد می دلم.

وی دراین باره افزود: استفاده از محصولات ارگانیک، میوه و سبزیجات تازه مانند کاهو، اسفناج و کدو، ماهی و غذاهای دریایی را هکارهایی ساده برای کاهش کلستریول خون هستند.

این متخصص طب سنتی تصریح کرد:ر بهیز از غذاهای آماده و کنسروی، کاهش مصرف برنج و گوشت قرمز حاوی چربی می تواند نقش موثری در بهبود این بیماری داشته باشد. اسماعیلی با بیان اینکه متخصص طب سنتی توصیه بر استفاده مداوم سیر و سماق در تمام وعده های اصلی غذایی دارند، افزود: سیر خواص شگفت انگیزی داشته و در طب سنتی از اهمیت ویژه ای برخوردار است.همچنین مبتلایان به چربی خون نباید از مصرف گیاهانی مانند برگ نعناع، شوید و تخم شادپد غافل شوند.

وی درباره مصرف انواع دمنوش ها نیز توصیه کرد: دمنوش های مانند دم کرده اویشن، دم کرده شوید همراه با یک عدد لیمو عمانی، دمنوش زنجبیل، دم کرده برگ کاسنی و عناب می تواند در کاهش و کنترل کلستریول خون نقش زیادی داشته باشد.

یافته های مطالعاتی نشان می دهد

پیاده روی بعد از شام بیشترین فایده را برای افراد دیابتی دارد



طبق یک مطالعه جدید، افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ با کمی پیاده روی بعد از غذا خوردن می توانند به کاهش سطح قند خون خود بیش از ورزش در سایر اوقات روز کمک کنند. به گزارش مهر، محققان در مطالعه خود دریافته اند اندازه گیری قندخون موسوم به «قندخون بعد از صرف غذا» که با ریسک بیماری قلبی مرتبط است، در زمانیکه شرکت کنندگان مطالعه بعد از غذاخوردن پیاده روی کردند به طور میانگین در مقایسه با افرادی که در ساعات دیگر روز ورزش می کردند ۱۲ درصد کمتر بود.

محققان دریافته اند بیشترین افت قندخون پس از صرف غذا که ۲۲ درصد بود، از طریق پیاده روی بعد از شام حاصل شد.

اندرو ریونلوند، محقق دانشگاه اوتاگو نیوزیلند، در این باره می گوید: «اگر مبتلا به دیابت نوع ۲ هستید، بهترین توصیه برای قبال بودن این است که حداقل ۱۵۰ دقیقه در هفته پیاده روی کنید» وی در ادامه عنوان می کند: «فوائد مشاهده شده ناشی از فعالیت فیزیکی بعد از وعده غذایی بیشتر از این مطلب است که باید پیاده روی بعد از غذا بخشی و در برنامه روزانه زندگی ما باشد، بخصوص زمانیکه وعده های غذایی مان حاوی مقدار قابل توجهی کربوهیدرات باشد». اما محققان عنوان می کنند از آنجیکه بیماری قلبی در بین افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ شایع است، افراد باید در مورد ورزش بعد از غذاخوردن دقت کنند چراکه فعالیت فیزیکی بعد از غذاخوردن برای بیماران قلب مضر است.

محققان توصیه می کنند در مورد دیابت نوع ۲، تلقیق سبک زندگی خوب و مصرف داروهای مناسب برای دستیابی به نتایج موفقیت آمیز مهم است.

یکی از سخت ترین تجربیات برای کودکان در خانواده‌مه طلاق و جدایی والدین آنها معطوف می شود. تاثیر پذیری فرزندان از شرایط خانوادگی به میزانی جدی و تعیین کننده است که بسیاری از روش‌شناسان و کارشناسان حوزه آسیب های اجتماعی معتقدند پیش قبل توجهی از موفقیت،کامیابی و یا شکست فرزندان تابع تعاملات‌نخوه رفتار والدین با یکدیگر و در کلیت امر فضایی است که در نظام خانواده حاکم شده و فرزندان با الگوبرداری از آن مسیر تکامل رشدبالدنگی و احیانا شکست و سقوط تدریجی را بر می گزینند. صدیقه نوبهار روانشناس و کارشناس علوم رفتاری حر تشریح تاثیر بسیار برجسته و نافذ شرایط خانوادگی بر شخصیت و سرنوشت آینده فرزندان اظهار داشت:بدون تردید،خانواده نقش بسزایی در تکوین و تکمل شخصیتی فرزندان ایفا می کنند و به واقع فضای حاکم بر خانواده به عنوان نخستین محفلی که فرزندان از دوران نوزادی و کودکی با آن ارتباط برقرار می کنند ترسیم کننده مسیری است که در دراز مدت طی خواهند کرد.

وی افزود:در چنین فضاو شرایطی همصمیمت مهرپایی،آرامش و گفت و گوی سازنده در رشد و شکل گیری شخصیت فرزندان نقش تعیین کننده ای ایفا خواهد کرد در غیر اینصورت در محیط پر تنش قاعدا تا جز تشویش،اضطراب،استرس و فشارهای روحی و روانی ویران کننده نمی توان به نقطه عطف و برجسته ای امیدوار بود.

این کارشناس علو رفتاری عنوان کرد:پدر و مادر هر دو در شکل گیری شخصیت فرزندان تاثیر گذار هستند،اما طبیعتا الگوبرداری پسر و پدر و دختر از مادر با شدت هر چه بیشتری صورت می گیرد و به نوبهار گفت:قاعدتا گسست والدین وبر گزیدن طلاق به عنوان راهکار حل مشکلات میان زوجین یا پدر و مادر با تبعات و پیامدهای خاص به خود همراه است که کم توجهی به پیامدهای آن بی تواند فرزندان را به سمت نابودی و شکست های سنگین سوق دهد.

وی افزود:بسیار ناداشتن برنامه ای مدون اصولی و هوشمندانه برای مقاطع متعدد زندگی فرزندان می تواند با هزینه ها و آسیب های جدی عمیق و سنگینی توام شود و این مخاطرات در دوران بسا طلاق و با گسست والدین از یکدیگر به نحو قابل توجهی تشدید می شود. روانشناس و کارشناس علوم رفتاری عنوان کرد:بعدا در برخی از خانواده ها و زوجین مساله دار مشاهده می شود که پدر و پدر و مادرها به فرزندان خویش یادآور می شوند که تنها بخاطر وجود آنها حاضر به ادامه زندگی زیر یک سقف شده اند که به واقع مطرح کردن چنین مساله

رابطه سالم دقیقا از جایی شروع می شود که وقتی از سر کار به خانه برمی گردید،احساس آرامش داشته می کنید. این به معنای آن نیست که شما دعوانمی کنیدو اختلاف نظر ندارید بلکه شما وقتی اوضاع در زندگی تان سخت شود می توانید با شریک زندگی تان حرف بزنید و مسائل را با او در میان بگذارید. رابطه زمانی پیشرفت می کند که شما بتوانید با شریک تان به صورت آزانانه و صادقانه حرف بزنید.برای هیچ موضوعی خط قرمز وجود ندارد و هر دو نفر احساس می کنند که حرفهایشان شنیده می شود. این ارتباط دو طرفه یکی از پایه های اساسی برای پیشرفت یک رابطه است.

علاقه داشتن
افراد در روابط سالم به یکدیگر علاقه مند هستند. این مورد به طرق مختلفی از افرادیکه به یکدیگر علاقه مند بودند پرسیده شده است (و نه فقط از طریق یک مکالمه کوتاه با فردی که به حال عبور از خیالان است) از آنها دعوت شد تا کارهای مربوطه را انجام دهند و سوالهای عمیق تری از آنها در رابطه با تجربه ای که از این مورد داشتند پرسیده شد، فراتر از اینکه فقط چه کارهایی انجام دادند.

پذیرش و احترام
پذیرش یعنی درک مثبتی از شخص داشته باشیم با تمام شناختی که از ابراد های او داریم و بهمنظور طرف مقابل در برابر ایراد ها و ویژگی های ما پذیرش داشته باشنداین یک تمرین ضروری در روابط سالم است. علاوه بر آن افرادیکه در شناخترین روابط هستند در موقعیتهای اجتماعی به شکل مطلوبی با یکدیگر معا له می کنند و تلاش میکنند که حق تقدم را رعایت کنند، یا به باورولتوالی است که دیدگی را با احترام بگذارند.

رابطه متعادل است
زمانی **همسر یا نامزد شما مجبور است تا دیر وقت سر کار بماند، موقعی هم شما مجبور هستید از پدر و مادر تان نگهداری کنید. این از خصوصیات زندگی است. مسئله اصلی این است که در بلندمدت شما احساس کنید که زندگی متعادل دارید. به یکدیگر احترام دارید**

یک رابطه سالم بر اساس اطمینان و اعتماد است. رابطه شما باید خالی از رمز باشد. در

حوادث

رئیس مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی قم خبردار **دوفوتی در حوادث ترافیکی هفته گذشته قم**

رئیس مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی قم گفت: ۷۴ درصد تصادفات این استان مربوط به موتورسیکلت سواران بوده است و این حوادث ۴۰۲ فوتی برجا گذاشته است.
محمدرضا حسینی افزود: از ۲۴ مهرماه تا اول آبان ماه جاری، هفت هزار و ۹۶۸ تماس با این مرکز برقرار و منجر به انجام یک هزار و ۵۶۴ ماموریت شده است وی اضافه کرد: در این مدت ۵۲۰ تصادف رخ داده که ۴۶۰ مورد در داخل شهر و ۶۰ مورد نیز در سطح محروهای مواصلاتی استان بوده است.به گفته وی، این تصادفات ۵۸۲ مصدوم برجا گذاشته که ۲۱۱ تن به صورت سربایی درمان و ۳۶۹ تن نیز به مراکز درمانی منتقل شدند.حسینی گفت: ۲۸۴ مورد از تصادفات معادل ۷۴ درصد و ۴۲۷ تن از مجروحان نیز معادل ۷۴ درصد مربوط به موتورسیکلت سواران بوده است.در طول ۲۴ ساعت به طورمیانگین ۲۵ تصادف مربوط به موتورسیکلت سواران در قم رخ می دهد که بین ۲۵ تا ۴۰ مجروح برجای می گذاردوی به حوادث منجر به مرگ اشاره کرد و گفت: ساعت ۲۰:۲۶ دقیقه ۲۵ مهرماه، آقا ۳۰ ساله در حادثه سقوط از موتور در محور جعفریه ترسیده به بل آوه جان باخت وی افزود: همچنین آقا ۲۲ ساله در حادثه واژگونگی یک دستگاه پراید که ساعت ۲۸:۱۴:۲۷ مهرماه رخ داد، در دم فوت کرد.

رئیس کلاتری ۱۱۰ شهدا خبردار **انهدام باند زورگیری در شرق پایتخت**

رئیس کلاتری ۱۱۰ شهدا از دستگیری سه عضو یک باند زورگیری در محدوده خیابان پیروزی خبر داد و گفت:متهمان در بازجویی های انجام شده به ۲۵ فقره سرقت و زورگیری اعتراف کردند. سرهنگ احمد الله یوسفوند در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس گفت:چندی پیش مأموران انتظامی این کلاتری حین گشتن رنی در خیابان پیروزی را سه جوان که در حال زورگیری از دو شهروند بودند مواجه شدند.

وی افزود: طی یک عملیات ضربتی هر سه متهم بازداشت و به همراه شاکیان به کلاتری منتقل شدند ؛ در بازجویی های انجام شده هر سه متهم به جرم خود مبنی بر زورگیری و سرقت از شهروندان اعتراف و اذعان کردند که به مدت یک سال است با هم دوست هستند و اقدام به سرقت می کنند.

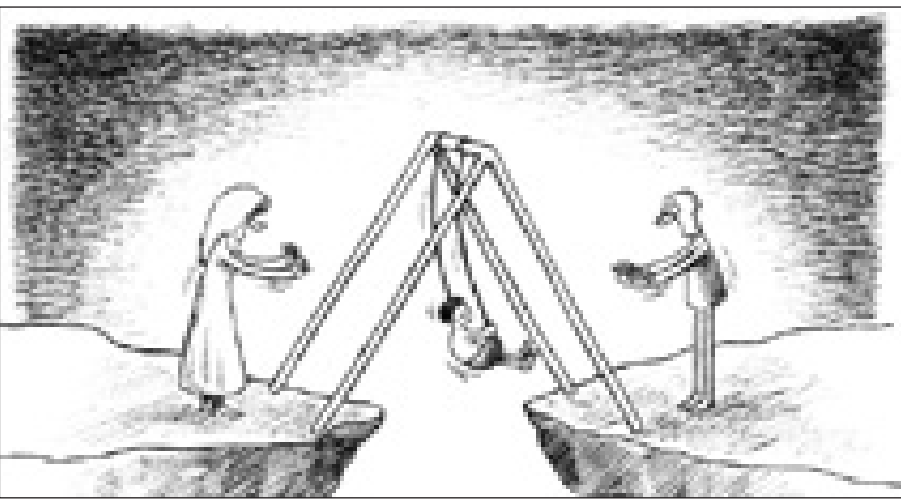
سرهنگ یوسفوند بیان کرد: متهمان در بازجویی های تکمیلی به ۲۵ فقره سرقت و زورگیری از شهروندان ساکن محدوده های پیروزی، ۱۷ شهرو، شکوفه، میدان خراسان و خیابان خوارن اعتراف کردند. به گفته رئیس کلاتری ۱۱۰ شهدا، پرونده تشکیل و هر سه متهم به پایگاه ششم پلیس آگاهی تهران بزرگ منتقل شدند.

فرمانده انتظامی استان اردبیل خبردار: **کشف ۷۷۶ هزار عدد انواع داروهای قاچاق**

فرمانده انتظامی استان اردبیل با اشاره به اینکه ارزش داروهای کشف شده در این عملیات به یکمیلیارد ریال برآورد شده است، تصریح کرد: در این رابطه دو قاچاقچی دستگیر و باتشکیل پرونده تحویل مقام قضائی شدند.

قربانیان جدایی؛

همه خطر اتی که فرزندان طلاق را تهدید می کند



ای روح و روان فرزندان را به شدت تخریب می کند زیرا این ذهنیت در افکار واندیشه های فرزندان شکل می گیرد که عامل بسیاری از تلخی ها و مشاجرات میان پدر و مادر آنها هستند و به مرور این ذهنیت می تواند با سرخوردگی های عمیق و شدیدی همراه شود.

خط قرمزهای طلاق چیست؟

کیومرث شرافتی،جامعه‌شناس و‌اسپ‌شناس مسائل اجتماعی نیز، ضمن اشاره به ضرورت تامل و‌دقت نظر جدی و‌عمیق والدین به تاثیر رفتارهای آنها در شخصیت و‌روح و‌روان فرزندان عنوان کرد:مسافانه برخی از زوجین با والدین تنها زندگی شخصی خود را ملاک نظر قرار می دهندو با تکیه بر آن نسبت به جدایی با استعمار زندگی مشترک تصمیم می گیرنداما به واقع نباید از این نکته قابل توجه غافل شد که طلاق صرفا به زندگی اشتراکی زن و مرد خلاصه و‌متحصر نمی شود و تبعات آن،پاینده و سرنوشت فرزندان آن خانواده را نیز تحت الشعاع قرار می دهدوی افزود:بسیاری از کارشناسان و صاحب نظران اجتماعی معتقدند تنها در صورت مواجه بودن به یکی از شروط زیر باید برای طلاق و جدایی قطعی تلاش کرد:در غیر اینصورت جدایی والدین از یکدیگر به مصلحت نخواهد بودشرافتی گفت:عقاید یکی از طرفین مشروط به اینکه فرد معتاد بر سوء مصرف مواد مخدر اصرار ورزد و شیوه ها و راهکارهای درمانی بر روی او مفید فایده واقع نشود و یا از تابضات نامشروع و تشدید آن به میزانی که عملا قبح آن ریخته

ز **بضاعت مالی تا زمان ازدواج مجدد**
زهره کولیوند‌ممدکار اجتماعی و محقق آسیب های اجتماعی نیزبا بیان ضرورت در نظر گرفتن پیش نیازهای لازم برای جدایی و‌الدین از یکدیگر عنوان کرد:آنچه که در شرایط کنونی جامعه شاهد آن هستیم سطحی نگری هایی است که بعضا باعث می شود با کوچکترین جرقه یزوجین از یکدیگر جدا شوندوی افزود:نیوه واقع طلاق باید در موارد استثنایی جاری شودو حتی المقدور باید والدین تلاش کنندبا گذشت، اصلاح وضعیت و رفع نارسایی های موجودبستر بقا و حیات زندگی

نکاتی برای داشتن رابطه سالم در زندگی مشترک

کلید رابطه سالم را دارید؟

صورتی که نمی‌توانید به شریک‌تان اطمینان کنید همیشه در ذهن تان شک و تردید وجود دارد باید خودتان و رفتارهای او را با یک مشاور بررسی کنید.
در مرحله اول منفی برداشت نمی‌کنند
افرادی که در روابط سالم هستند گرایش به این سمت دارند که کارهای منفی و اشتباهی که طرف مقابلشان انجام داده است را به عنوان اشتباهاتی صادقانه که معلول شرایط محیطی دشوار است ببینند و چیزهای مثبت را فقط به عنوان نتیجه اینکه طرف مقابل شخص خوبی بوده است نسبت می‌دهند و با آن راءت سخت‌گوشی و یا سایر ویژگیهای شخصیتی مثبت فرد می‌بینند. آنها هر رفتاری را در مرحله اول منفی برداشت نمی‌کنند و در وهله اول اوضاع را به صورت مثبت بررسی می‌کنند.

تخریب و اصلاح
یک اصلاح و بازسازی خوب معمولا با یوزش و عذرخواهی شروع میشود و در مسیر سومندی آن را رشد میدهد. افراد در روابط سالم می‌دانند تخریب‌ها باید با تلاش آنها، پذیرش اشتباهشان و متهم نکردن طرف مقابل اصلاح و ترمیم شود.

شما دعوا می‌کنید!
اختلاف نظر طبیعی است و اگر در رابطه ای هستید که هیچ وقت هیچ اختلاف نظر حتی جزئی هم نداشته‌اید احتمالا یک جای کار می‌لنگد. اما این راه در نظر داشته باشید که کسانی که در رابطه ای سالم هستند دعوایشان هم سازمان رده و عادلانه است، یعنی جبری از برچسب زدن و تحقیر طرف مقابل نیست. در دعوا و اختلاف نظر هم هدف اصلی فهمیدن نظرات طرف مقابل برای بهبود رابطه است نه گرفتن امتیاز از یکدیگر!وقتی هر طرف هم فهمید که اشتباه کرده است در ادامه منضمات است عذرخواهی می‌کند!

خودتان را هم دوست دارید
شما علاوه اینکه به نامزد یا زوج تان علاقه دارید خودتان را هم دوست دارید. پس رابطه تان را بر اساس نیاز ویا توانایی این کنید.شما می‌دانید که نه خودتان و نه نامزدتان کامل نیستید و هر کدام نقصی‌های خاص خودتان را دارید. بنابراین یکدیگر را بر اساس ارزش‌ها و معیارهایی که

مشترک را فراهم کنند.کولیوند گفت:طلاق تنها در شرایطی پیشنهاد می‌شود که واقعا هیچ راه و گزینه دومی جز جدایی وجود نداشته باشد که در چنین شرایطی نیز باید پیش نیازها و الزامات جدایی در نظر گرفته شوداین مددکار اجتماعی عنوان کرد:در نظر گرفتن بضاعت مالی و شرایط سنی فرزندان از مولفه‌های بسیار حائز اهمیت است که باید به آن توجه شود در غیر اینصورت طلاق نه تنها راهکار برون رفت از مشکلات نخواهد بود بلکه در بار مخاطرات بیپیدگی‌ها و دشواری های زندگی زن و مردی که گسست را انتخاب می‌کنند نیز می‌افزاید. وی گفت:برخورداری از شرایط نسبتا مالی مناسبی که بتوان به تنهایی نیازهای روزمره زندگی را تأمین کرد و همچنین لحاظ کردن شرایط سنی فرزندان برای چنین تصمیم‌مکروه و نامیمونی از دیگر ضروریات است که کم‌توجهی یا تاخالتصمیمات عجلانه بدون رعایت این اصول اساسی زندگی فرزندان طلاق را به ویرانی خواهد کشیداین مددکار اجتماعی عنوان کرد:بعضا برخی از زن و مردهایی که از یکدیگر جدا شده‌اند گمان می‌کنند با ازدواج مجدد قادر خواهند بود خلاه‌های ایجاد شده برای فرزندان خویش را بر کننداما متعجیل در این امر نیز می‌تواند به عاملی مخرب برای کودکان یا نوجوانان طلاق تبدیل شود. کولیوند عنوان کرد:معموا توصیه می‌شود برای ازدواج مجددحافظ باید یک بازه زمانی یکساله طی شود تا فرزندان طلاق نسبت به ضرورت ازدواج مجدد پیر یا مادر خویش توجیه شوند و به واقع لزوم پیوند دوباره را احساس کنند.

وی افزود: نباید از این نکته ظریف نیز غافل شد که بدترین دوران برای ازدواج مجدد والدین در مقطعی است که فرزندان دوران بلوغ در تجربه می‌کنند و طبیعتا به دلیل شرایط روحی و روانی خاص حاکم بر فرزندان تصمیم به ازدواج مجدد می‌تواند مشکلات ناگوار جدی تری را بوجود آوردممدکار اجتماعی گفت:محبت ناپدیری یا نامادری و تعامل مثبت‌سازنده و صمیمانه فرد جدید نقش بسزایی در آرامش روحی،فکری و روانی فرزندان طلاق ایفاء می‌کند و به واقع باید نسبت به رعایت چنین ضرورتی با هوشمندی و دقت نظر بسیار تلاش شود تا از بار منفی احتمالی چنین تصمیمی(ازدواج مجدد و الدین برای فرزندان کشته شودوی در خاتمه یادآور شد:بازهم

تاکید می‌شود که آنچه که امروز در بسیاری از طلاق‌ها مشاهده می‌شود، تصمیماتی سطحی،عجولانه و غیر منطقی است که ثمره ای جز نابودی سرنوشت و آینده فرزندان نخواهد داشت و در موارد استثنایی که بعضا جدایی و گسست تنها راه اجتناب ناپذیر محسوب می‌شود نیز باید پیش نیازها و الزامات جدایی لحاظ و رعایت شود در غیر اینصورت شکست سرخوردگی و ویرانی فرزنن طلاق بسیار محتمل خواهد بود.

اکنون وجود دارد باید پذیرید نه چیزهایی که در آینده ممکن است یک‌نفر تبدیل به آن شود.
با هم تصمیم می‌گیرید
کسی همه تصمیم‌ها را یک‌طرفه نمی‌گیرد. نه شما نه زوج تان! از اینکه چه فیلمی را ببینید تا اینکه چند بچه داشته باشید شما با هم تصمیم می‌گیرید و به حرفهای یکدیگر گوش می‌کنید. پس از اگر یکبار بر فیلم مورد علاقه یکی به سینما رفتید بار بعد نوبت دیگری است که فیلم خودش را انتخاب کند!
نکات کوچک برای مهمتر رابطه زندگی
نکته هایی که درباره همسران می‌دانید و چیزهایی که در رابطه با او دوست دارید، می‌تواند خیلی مسائل را برایشان روشن کند.اگر بتوانید به اکثر این گزینه‌ها پاسخ مثبت بدهید،به خودتان زیاد در رابطه ای سالم به سر می‌برید
۱- اسم بهترین دوست همسر تان را می‌دانید و می‌تواند چند خصوصیت مثبت او را به خاطر بیاورید.
۲- در کنار یکدیگر بازگوش و سرزنه‌هستید.
۳- حتی در مواقعی که با او مخالفید قبول دارید که به نکته‌های خوبی اشاره می‌کند.
۴- وقتی کنار هم نیستید نیز به یکدیگر فکر می‌کنید.
۵- صبح با مهربانی و عطفوت از هم جدا می‌شوید و هنگام خداحافظی به یکدیگر توجه کامل دارید.
۶- به ندرت به همسر تان توهین کرده و دیوانه خطایش کردید اید یا هرگز این کار را نکرده‌اید.
۷- می‌توانید به چند خصوصیت مثبت او اشاره کنید که از پدر و مادرش به ارث برده است.
۸- اشتیابان و وسنگان مورد علاقه همسر تان را می‌شناسید.
۹- وقتی ناراحت و افسرده هستید، به جای اینکه از همسر تان دوری کنید و مشکلات را به تنهایی حل کنید، برای آرامش او به پناه می‌برید.
۱۰- می‌دانید غذای مورد علاقه اش چیست.

جانشین پلیس پیشگیری ناجا

مقابله بازمین خواری مطالبه عمومی است

اینکه این موضوع، مطالبه جدی فرماندهی معظم کل قوا و مردم است و باید اهتمام و تلاش حاکمتری در این زمینه کرد.
وی با اشاره به اینکه یگان حفاظت سازمان ملی زمین و مسکن با وجود عمر کوتاهش موفقیت‌های بسیر چشمگیری داشته است،افزود:رسالت این یگان رسیدن به نقطه‌ای است که حتی یک متر مربع دست‌اندازی به اراضی ملی نداشته باشیم و این امکان پذیر است و باید به‌عنوان چشم انداز یگان مدنظر باشد.
جانشین پلیس پیشگیری ناجا با تأکید بر اهمیت آموزش حرفه‌ای و نقش آن در تبدیل منابع انسانی به سرمایه انسانی در راستای افزایش بهره‌وری و بهره‌وری را افزایش دهد.
انسانی به سرمایه انسانی تبدیل کند و بهره‌وری را افزایش دهد.
این مقام ارشد انتظامی با تأکید بر لزوم تقویت آموزش های کارگاهی و مهارتی تأکید کرد: ادامه حیات هر سازمان و یگانی به سرمایه انسانی کارآمد و متخصص مرتبط است.
وی در ادامه، اقتدار در حوزه ماموریت را از جمله انتظارات موجود از یگان‌های حفاظت دانست و گفت: این اقتدار نه به معنی به کارگیری زور بلکه به مفهوم انجام عقلاموری با استفاده از همه توان و ظرفیت‌ها است بگونه‌ای که ماموریت به احسن وجه انجام گیرد.
این مقام ارشد ناجا صحت عمل کارکنان به معنای پاکیزگی و سلامت گفتار و رفتار را از دیگر ضرورت‌های ماموریت یگان‌های حفاظت بشمرده و تأکید کرد: مأموران یگان‌های حفاظت خود باید در نهایت باکی باشند تا بتوانند با باکی مبارزه کنند.
وی افزود: یگان‌های حفاظت باید همچنین همکاری و تعامل بسیار نزدیکی با ناجا داشته باشند و اساسا یکی از دلایل گزینش فرماندهان این یگان‌ها در بدنه ناجا نیز همین لزوم تعامل عملی و فعال است.
سردار معصوم بیگی، داشتن انضباط، خلق ظرفیت‌های جدید در ماموریت و تعیین تکلیف دقیق حدود و نفوذ زمین ملی که باید مورد حفاظت قرار گیرد را از الزامات و ضروریات انجام درست ماموریت در این زمینه برشمرد و گفت: باید به صورت شفاف این موضوع مشخص و نظارت شود.

سختگوی سازمان آتش نشانی شهرداری تهران خبردار **نجات معجزه آسای زن ۴۵ ساله از شعله‌های حریق**

فرمانده انتظامی شهرستان اصفهان از کشف تعداد یک میلیون و ۸۷۰ هزار تن سیگار قاچاق که زیر بار علوفه یک کامیون بنز جاساز شده بود خبر داد. سرهنگ حسن یارلوستی در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس گفت:مأموران انتظامی شهرستان اصفهان پس از دریافت خبری مبنی بر اینکه فردی قصد دارد یک محموله سیگار قاچاق را از شمال غرب کشور به این استان وارد کند یک پیکری موضوع به راه صورت ویژه در دستور کار قرار دادند. وی افزود:مأموران پس از هماهنگی با مقام قضایی به یکی از ورودی های استان اصفهان اعزام و کامیون فرد قاچاقچی را شناسایی و متوقف کردند. این مقام انتظامی ادامه داد: در بازرسی از این خودرو که حامل بار قانونی علوفه بود تعداد یک میلیون و ۸۷۰ هزار تن سیگار قاچاق که زیر بار جاساز شده بود کشف شد. سرهنگ یارلوستی با اشاره به اینکه در این عملیات سه قاچاقچی دستگیر شدند اظهار داشت: در این خصوص پرونده تشکیل و هر سه متهم تحویل مراجع قضایی شدند. فرمانده

دوشنبه – سوم آبان‌ماه ۱۳۹۵ – سال نوزدهم – شماره ۴۱۲۹

اخبار

معاون هماهنگی امور زائران استانداری قم:

موکب جمکران از فرصت اربعین برای تبیین پیام مهدویت بهره گیری کند

معاون هماهنگی امور زائران استانداری قم گفت: موکب‌های مسجد مقدس جمکران و حرم حضرت معصومه(س) در زمینه تبیین و گسترش پیام مهدویت، اهل بیت(ع) و سیدالشهدا(ع) باید از فرصت اربعین نهایت‌استفاده را داشته‌باشند. یونس عالی‌پور با اشاره به تلاش‌های صورت گرفته برای بر گزاری هر چه با شکوه‌تر مراسم پیامدرو اربعین اظهار کرد: یوزگی مراسم پیامدرو اربعین این است که از ادیان دیگر نیز در آن شرکت می‌کنند تا آزارت خود را به سیدالشهدا(ع) نشان دهند. وی خاطرنشان کرد: موکب‌هایی مانند موکب مسجد مقدس جمکران که از قم می‌روند، باید معرف گفتمان انقلاب، جهان تشیع و قم به عنوان ام اقrary جهان تشیع باشند و همچنین خاستگاه و پیام انقلاب اسلامی و امام خمینی(ره) را به نحو مطلوب و به سایر مسلمانان و کسانی که از کشورهای دیگر می‌آیند، معرفی کنند.

معاون هماهنگی امور زائران استانداری قم با بیان اینکه موکب‌های سال‌های گذشته با کار آشنا هستندولی موکب‌های جدید برای راهنمایی می‌توانند به‌دقت‌ر امور زائران مراجعه کنند، گفت: از طریق ستاد بازسازی عتبات عالیات نیز می‌توان پیگیری می‌شود. وی خاطرنشان کرد: مسجد مقدس جمکران و آستان مقدس حضرت معصومه(س) اسال موکب‌های گسترده‌ای دارند که در کنار موکب‌های مردمی به‌طور ویژه خدمت‌رسانی می‌کنند. عالی‌پور با بیان اینکه با توجه به حساسیت خدمت‌رسانی و خیل عظیم عاشقان اهل بیت(ع) شایسته‌است مسجد مقدس جمکران و آستان مقدس حضرت معصومه(س) به‌طور مطلوب در موکب‌ها حضور جدی داشته باشند.افزود: آنچه مشخص است در سال‌های گذشته همه موکب‌ها به‌طور شایسته فعالیت کردند، تعداد فراوان زائر کار سنگینی نیاز دارد، هر کسی بتواند در این دریای بزرگ و خروشان خدمتی انجام دهد مورد عنایت اهل بیت(علیهم‌السلام) واقع می‌شود.

وی خاطرنشان کرد:موکب‌مسجدمقدس جمکران و آستان مقدس حضرت معصومه(س) دو موکبی هستند که باید اقامات فرهنگی آنها بیشتر از موکب‌های دیگر باشد، همه موکب‌های ما باید کار فرهنگی انجام دهند، ولی انتظاری که مردم از موکب جمکران و آستان مقدس حضرت معصومه دارند، خدمات فرهنگی است. معاون هماهنگی امور زائران استانداری قم عنوان کرد: پدرایی و پشتیبانی در جای خود مطلوب است ولی مسجد جمکران و حرم حضرت معصومه(س) در زمینه تبیین و گسترش پیام‌مهدویت، اهل بیت(ع) و سیدالشهدا(ع) باید از فرصت اربعین نهایت‌استفاده را داشته‌باشند.

وی با بیان اینکه تعداد موکب‌های اصلی کم نیست به سال گذشته دو برابر افزایش داشته است، گفت: تصور می‌شود جمعیت زائران اسال نیز به این میزان اضافه‌می‌شود، بنابراین باید آمادگی داشته باشیم و برای جمعیت چند میلیونی از ایران تمهیدات لازم پیش‌بینی شود.

رئیس اداره آموزش و فرهنگ ترافیک پلیس راهنمایی و رانندگی قم: **۲۰۰ هزار دانش آموز در قم بازوی پلیس راهور هستند**

رئیس اداره آموزش و فرهنگ ترافیک پلیس راهنمایی و رانندگی استان قم گفت: ۲۰۰ هزار دانش آموز همیار پلیس در مقاطع مختلف تحصیلی این استان آموزش های لازم را فراگرفته‌اند و بازوی پلیس راهور هستند.

سروان رضا پاریس نسب در گفت و گو با ایرنا، افزود: پلیس راهور با هدف ایجاد جامعه ای سالم ومنظم از نظر رفتاری قوانین راهنمایی و رانندگی نسبت به آموزش دانش آموزان در ده های سنی مختلف اهتمام ویژه ای دارد. وی اضافه کرد: پلیس راهنمایی و رانندگی با چشم انداز بلندمدت در آموزش قوانین به کودکان تلاش می کند تا دانش آموزان نسبت به رعایت قوانین رانندگانی، باقون مند و قانون مدار تربیت شوند.

وی با اشاره به نقش موثر همیاران پلیس در رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی از سوی والدین، بیان کرد: با توجه به ارتباط صمیمی میان فرزندان و والدین، تذکراتی که فرزندان به تعلق‌های والدین می دهند به طور حتم کارآمدتر از جریمه و توصیه‌های پلیس است. پارس‌نسب با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا شهرک ترافیکی ویژه دانش آموزان راه اندازی شده است و روزانه ۴۰ تا ۷۰ دانش آموز مدارس مختلف سطح استان با حضور در این مکان، دوره های آموزشی تئوری و عملی می گذرانندوی با بیان این که اسال همکاری ترافیک با همکاری راهور و کانون بوروش فکری کودکان و نوجوان مدیریت می شود، گفت: کانون متولی هماهنگی با مدارس برای حضور دانش آموزان در شهرک است و راهور نیز با سرانست با تأکید بر این که فرهنگ سازی رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی باید از سنین کودکی آموزش داده شود، ادامه داد: در این راستا

