

سرپرست دفتر
امور آسیب دیدگان
اجتماعی سازمان
بهبودی کشور
گفته که بیشترین
نوع کودک آزاری
ناشی از غفلت است

محوری

آن چه برخی والدین در فرزندپروری ناخواسته و از روی ناآگاهی درگیر آن هستند، غفلت از کودکان و بی توجهی به آن هاست. به تازگی، سرپرست دفتر امور آسیب دیدگان اجتماعی سازمان بهزیستی کشور در پاسخ به این سوال که براساس گزارش های موجود بیشترین نوع کودک آزاری مربوط به چه نوع بوده است؟ بیان کرد: «در دسته بندی کلی کودک آزاری، موضوع غفلت هم وجود دارد و بیشترین نوع کودک آزاری ناشی از آن است. شایع ترین نوع سوء رفتار با کودکان غفلت از نیازهای اساسی کودکان و بی توجهی به آن هاست.» (منبع خبر: ایسنا). در ادامه با این نوع از کودک آزاری که هرچند ناشناخته ترین آن ها محسوب می شود اما رایج ترین شان شده است، آشنایی می شویم.

شیشه را به بدبختی ترک کردم تا آدم موفق شو

مصطفیٰ نجمی | پڑھشگر حوزہ اعتیاد

**مشاوره
اعتیاد**

مخاطب گرامی، همین که اذعان می کنید بیش از ۸ ماه است که شیشه را ترک کرده اید، خود موفقیتی بسیار بزرگ است. شما موفق به انجام کاری شده اید که خیلی از افراد گرفتار، از انجام آن عاجزند. تا همین مرحله، دست به کار بزرگی زده اید و از این بابت باید خود را تحسین کنید.

در ادامه چند توصیه هم به شما داریم.

پیامدهایی که گفتید، طبیعی است

مواردی که شما در پیامک تان در خصوص عوارض پس از ترک مطرح کردید، جزو پیامدهای طبیعی فرایند ترک شیشه است. فرض کنید وقتی شما به یک بیماری جسمانی دچار می شوید، دردهای ناشی از این بیماری (مانند آمپول زدن، خوردن داروهای

[illegible]

شربت‌های تلخ و حتی عمل جراحی، و دوران نقاهت آن را به امید بهبودی مجدد می‌پذیرید، زیرا تعریفی که از این بیماری و دوران نقاهت پس از آن دارید، موجب می‌شود راحت‌تر با این درد محدودیت‌های آن کنار بیایید. به نظر می‌رسد اگر شما واقع‌بینانه‌تر به فرایند ترک مواد بنگرید، سختی‌ها و مشقات این فرایند برای شما قابل تحمل‌تر می‌شود.

نیا بد بیکار بمانید

یکی از عوامل مهم بی‌حوصلگی شما و مشکلات روان‌شناختی ذکر شده در سوال تان، به بیکاری ارتباط پیدا می‌کند. بیکاری حتی برای افراد کاملاً سالم که درگیر فرایند ترک مواد نیستند هم بسیار آسیب‌زننده است به‌طوری‌که بیشتر این افراد همین‌علایمی‌را که شما ذکر

و عاطفی وی داشته باشند
و محبت خود را بی قید
و شرط به فرزندان
عرضه کنند و حتما
از تماس چشمی و در
آغوش گرفتن، فرزندان را
محروم نکنند، چرا که تماس
چشمی و در آغوش گرفتن،
به فعال شدن سیستم پاداش مغز
و افزایش صمیمیت و عاطفه در رابطه
با فرزندان منجر می شود.

می‌کنید (مشکلات روحی، فکری و ذهنی، گوشه‌گیری) گزارش می‌کنند. اشتغال متناسب با شرایط روان‌شناختی‌تان می‌تواند کمک زیادی به کنترل و توقف افکار مخرب شما بکند. علاوه بر این شما با اشتغال می‌توانید اعتماد به نفس از دست‌رفته خود را بازیابی کنید و گام بلندی را در مسیر موفقیت بردارید.

🌟 فعالیت‌های جسمانی را فراموش نکنید

منظور از ورزش و فعالیت‌های جسمانی الزاما شرکت در باشگاه‌های مختلف نیست بلکه حتی یک پیاده‌روی ساده می‌تواند یکی از روش‌های مقابله با موثر با محرک‌های اعتیاد باشد. فعالیت جسمانی روزانه علاوه بر کمک به شمارد بازایی سلامت جسمانی، در کاهش آلام روان شناختی تان هم می‌تواند بسیار راه‌گشا باشد.

دکتر پرستو امیری | متخصص روان‌شناسی سلامت

«ولی من این کتاب رنگ‌آمیزی روی بربری پسرمر گرفته بودم!» این توضیح به همراه تصویری از یک پسر بزرگ که با اشتیاق و دقت در حال رنگ‌آمیزی کتاب نقاشی نواش است، در شبکه‌های اجتماعی پربازدید شده بود. از منظر روان‌شناسی بر خلاف تصور عموم که نقاشی که فقط برای کودکان مفید می‌دانند، برای بزرگ سالان هم مزایای قابل توجهی دارد. به بهانه این عکس جذاب و بازمه‌بران‌شده که در یادداشتی کوتاه به فواید نقاشی برای بزرگ سالان و به خصوص سالمندان بپردازم.

🔹 **افزایش خلاقیت** | خلق یک اثر هنری، کشف هماهنگی خطوط، ترکیب کردن رنگ‌ها و اشکال و... همگی نیازمند به کارگیری قوه خلاقیت هستند. هرچه بیشتر از خلاقیت خود استفاده کنید، ذهن شما با تر و خلاق تر می‌شود و این خلاقیت در امور دیگر هم خود را نشان می‌دهد.

تمرین ذهن آگاهی و بودن در لحظه حال در نقاشی کردن شما باید فاکتور را آزاد کنید و به طور کامل در کاری که می کنید، غرق شوید. باید روی حرکات دست ها، خطوط، اشکال و رنگ ها آگاهانه تمرکز کنید. این کار شما را در تجربه لحظه حال و رهاسدن از افکار ناخوشایند، و ریزه می کند.

*دونات‌های برفی در پرورنده غافلگیری می‌های
آسمان، از همه برای من عجیب و غریب‌تر بود.
با سلام، در صفحه خانوادۀ مشاور، نوشیدید
کودکان باهوش‌تر از والدین هستند. من با
داشتن ۷۰ سال اعلام می‌کنم که خانم‌ها از
همه باهوش‌ترن.
*مخاطبی که گفته برای ازدواج به هیچ
دختری اعتماد ندارم، می‌خوام پیش‌بگم
چون حتمار وابط نامناسب داشتی، این
جوری شدی. چرا من هیچپن حسی ندارم ؟
*دربار، مطالب صفحه اول زندگنی سلام، می
خواستیم بگم که با این قیمت‌های سرسام‌آور
خونه، به‌سازنی خونه خیلی از خرید خونه
سفر، به‌صرفه‌تره.

ما و شما

راهار تباطی باز ندگی سلام

پیامک ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶ و تلگرام ۲۰۰۰۹۹۹

✱ ابراهای ماموتوس انگار که خیلی دل شون گرفته و می خواستن گریه کنن اما بهشون اجازه ندادن! این یک غم خاصی در عکس ابراهای ماموتوس به چشم من اومد.

✱ در مطلب صفحه سلامت درباره «شپش ها وارد می شوند»، حتما باید می گفتین که اگر شپش در موی یک نفر از اعضای خانواده دیده شود، همه شان باید شامپویی مخصوص از این برند و مراقب باشند.

است؟» را خواندم و بیشتر استرسی شدم.
* الان که دارم به زندگی سلام پیام می دم،
نمی دونم بازی ایران و آمریکا چند چند شده
ولی فردا که دارم پیامکم رومی خونم، می دونم
چند چند شده!

برگ سبز تراکتور کشاورزی سیستم ITM
 مدل ۱۳۹۹ به شماره پلاک ایران ۱۲-۷۵۱ک۶ شماره
 موتور MT۴A۲W۷۶۴H شماره شاسی
 ۳۳HKSAD۱CLEW۳۰۷۸۱ به نام علیرضا ذوالفقاری
 مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۱۴۰۱/۱۲/۱۴

تاریخ: ۱۳۸۷/۰۹/۱۴
 برگ سبز خودرو بر لیانس H330 نقره ای - متالیک
 دل ۹۵ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۹۶۱ ۹۵۵ به
 شماره موتور ۱۴۵E02915#BM15L به شماره شاسی
 NAPH330AAG1004526 بنام محسن بیننده
 مفقود شده و فاقد اعتبار است ۱۳۸۷/۰۹/۱۴/م

نشد کمپانی وبرگ سبز سواری کار باژن به شماره
 نظامی ۳۲-۷۹۸۷ ب۲۱ و شماره موتور
 M5E0059 و شماره شاسی ۷۵۰۱۹۱ به نام
 حسین محمدیان مفقود شده وفاقد اعتبار است.
 ش/۱۴۰۱۶۷۳۱

برگ سبز و سند مالکیت خودروی سمند مدل ۱۴۰۰
به شماره انتظامی ۴۱۴۷۸۱۷۸
شماره شاسی NAAC91CE4MF840522
شماره موتور 124K1581359
بنام خانوم اکرم مرزای شیخ ابادی مفقود و اعتبار ندارد
۱۴۰۱۹۶۷۳۲

آگهی مفقودی اصل برگ سبز
خودرو رنو هاچبک sandero_at مدل ۱۳۹۶
به رنگ سفید روغنی
به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۵۷۴ ط ۵۵

شماره موتور k4MC697_R069462
و شماره شاسی NAPBSRBYAH1037147
به نام سارا پدرام نیا مفقود شده
و از درجه اعتبار ساقط می باشد
۱۴۰۱۹۶۷۱۰

آگهی دعوت تشکیل مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت دوم)
شرکت تعاونی تامین نیاز کامیون داران خود راننده نهندان

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۹/۰۹

جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت دوم) شرکت تعاونی تامین نیاز کامیون داران خود راننده نهندان به شماره ثبت ۸۴ و شناسه ملی ۰۰۴۹۵۳۰۰۱۰۳۶۰۰ در ساعت ۹:۰۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۹/۲۷ و در محل نهندان ،خیابان آزادی مسجد امام ،ضارع) بر گزار می گردد. از کلیه اعضا دعوت می شود جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این مجمع حضور به هم رسانند. ضمناً چنانچه عضو بنا به دلایلی نتواند شخصاً در جلسه حضور یابد می تواند مقرران با نمایندۀ تام الاختیار خوش با هم به دفتر شرکت تعاونی مراجعه و برگ و کالت نامه را تنظیم و برگه ورود به جلسه مجمع را دریافت نمایند.

حداکثر آرای و کالتی هر عضو سه رای و هر فرد غیر عضو یک رای می باشد.

ضمناً داوطلبان عضویت در سمت هیات مدیره و بازرسی موظفند، حداکثر یک هفته بعد از تاریخ انتشار آگهی تشکیل مجمع عمومی عادی، مدارک مربوطه را به هیات مدیره تحویل نمایند.

دستور جلسه:

۱. استماع گزارش کتبی هیات مدیره و بازرس شرکت تعاونی
۲. طرح و تصویب صورت های مالی سال ۱۳۹۶-۱۳۹۷-۱۳۹۸-۱۳۹۹ و ۱۴۰۰
۳. طرح و تصویب بودجه پیشنهادی سال مالی ۱۴۰۱
۴. انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره برای مدت ۳ سال
۵. انتخاب بازرس داخلی و علی البدل برای مدت یک سال مالی

هیات مدیره شرکت تعاونی تامین نیاز کامیونداران خود را ننده نهبدان
۱۴۰۱۹۶۷۲۳

(آگاهی تجدید مناقصه خرید یک دستگاه کامیونت فوری ۸ تن))

به‌مهرداری تایباد در نظر دارد از محل اعتبارات منابع داخلی به استناد بند ۳ مصوبه ۵۱۵ مورخ ۱۴۰۱/۰۷/۲۵ شورای اسلامی شهر تایباد مناقصه خرید یک دستگاه کامیونی بنز ۱۹۰۰، از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت بر گرا نماید. کلیه مه احل بر گزاری مزایده از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهادنامه منصفه گران و با شناسایی پاکتها از طریق ردا سامانه تادارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.

د زمان اولین انتشار آگهی : ساعت ۱۴۰۱/۰۹/۱۳ روز پنج شنبه مورخ
مهلت دریافت اسناد مناقصه از ساعت ۱۴۰۱/۰۹/۱۴ روز پنج شنبه مورخ
مهلت زمانی ارائه پیشنهادات ساعت ۱۴۰۱/۰۹/۲۲ روز پنج شنبه مورخ
د زمان بازگشایی پاکت ها در ساعت ۱۴۰۱/۰۹/۲۳ روز چهارشنبه مورخ
سپرده شرکت در مناقصه مبلغ ۵۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد.
کلیه هزینه های مربوط به آگهی به درجده زنده مناقصه می باشد.
حاضرین در مناقصه نمایندگان شرکتها جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت های
ف : چک یا ضمانت بانکی به صورت فیزیکی به شهرداری از سال گردد.
ن : کلیه مدارک شرکت
شهرداری در رد یا قبول هریک از پیشنهادات مختار است.
در صورتی که برندگان اول تا سوم از پیشنهاد خود عود نمایند سپرده آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط
خواهد شد.

اطلاعات تماس و آدرس مناقصه گذار:

پدرس: خراسان رضوی - شهر تایباد - بلوار شریعتی - شهرداری تایباد - تلفن ۰۵۱-۵۴۵۲۲۶۵

اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس: ۰۲۱۴۱۹۳۴ دفتر ثبت نام ۸۵۱۹۳۷۶۸ و ۸۸۹۶۹۷۳

مهرداد کریم زاده - شهردار تایباد

۱۳/۰۱/۱۳۹۴

((آگاهی تجدیدی مناقصه خرید یک دستگاه فنز (۱۹۲۴)))

شهرداری تایباد در نظر دارد از محل اعتبارات منابع داخلی به استناد بند ۵۱۵ مورخ ۱۴۰۱/۰۷/۲۵ شورای اسلامی شهر تایباد مناقصه خرید یک دستگاه کمپرسور فنز ۱۹۲۴ را از طریق سامانه داراات الکترونیک دولت بر گزار نماید. تکمیل مراحل بر گزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهادها انجام و گران و گشایشا بکنها از طریق درگاه سامانه خرید دولت (سند) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.

✱ **زمان اولی انتشار هکلی :** ساعت ۹ روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۱/۹/۱۴

✱ **مهلت دریافت اسناد مناقصه از سایت :** ساعت ۱۴ روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۱/۹/۱۴

✱ **مهلت زمان ارائه پیشنهادات :** ساعت ۱۴ روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۱/۹/۱۴

✱ **زمان بازبینی پاکت ها :** ساعت ۱۲ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۹/۲۳

سپرده شرکت در مناقصه مبلغ ۱۰۲/۲۵۰/۰۰۰ ریال می باشد.

کلیه هزینه های مربوط به اکثری بر عهده برنده مناقصه می باشد.

-اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گذار : جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت های

الف : چک یا ضمانت بانکی به صورت فیزیکی به شهرداری از اسال گردد.

ب : کلیه مدارک شرکت

ج : قیمت پیشنهادی

-شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است.

- در صورتی که برندگان اول تا سوم از پیشنهاد خود عدول نمایند سپرده آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.

اطلاعات تماس و آدرس مناسب گذار:
آدرس: خراسان رضوی - شهر تایباد - بلوار شریعتی - شهرداری تایباد - تلفن: ۰۵۱-۵۴۵۲۲۲۶۵
 اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس: ۰۲۱۴۹۹۳۴ دفتر ثبت نام: ۸۵۱۹۳۷۸ و ۸۸۹۹۶۹۷۷
مهرداد کریم زاده - شهردار تایباد