

یک گام دیگر برای میدان وعده ها

علوی- گام دیگری برای اجرای پروژه المان میدان امام رضا(ع) در بجنورد موسوم به میدان وعده ها برداشته خواهد شد و آن را یک قدم دیگر برای رسیدن به پایان نزدیک تر می کند. معاون فنی و عمران شهرداری بجنورد در این زمینه عنوان



کاهش دهنده درد مفاصل

علوی- گیاه بوته‌ای پای‌ گرگ‌یا گیاه کبریت، دارای رزین، آلکالوئید، موم و روغن های ثابت است که به واسطه دارا بودن مواد موثر خاصیت دارویی دارد. یک کارشناس گیاهان دارویی اظهار داشت: از این گیاه به عنوان ادرار آور، مقوی عمومی و کاهنده درد مفاصل استفاده می‌شود. «مسعود معماریانی» ادامه داد: پای گرگ برای درمان ناراحتی های کلیه، مجاری ادرار، ناراحتی های معده و روده مورد استفاده قرار می گیرد.

تفاهم

مقابله مثبت

برخی از همسران، آگاهانه و ناآگاهانه همسر خود را در جمع و در خلوت خودشان تحقیر می کنند. چه بسا بسیاری از روابط دوستانه در خلال این تحقیرها از هم می‌پاشد. در این باره یک کارشناس ارشد روان شناسی عقیده دارد: بهتر است همسران به دنبال علت کشف این گونه رفتارها در خود یا همسرشان باشند. «علیزاده» ادامه می‌دهد: بهتر است زمانی که یکی از زوجین موردتحقیر دیگری قرار می گیرد، بدون جبهه گیری و رفتارها مقابله به مثل سعی کند به این موضوع بپردازد که همسرش در چه موقعیتی یا حالات هیجانی و فکری او را تحقیر کرده است. وی ادامه می‌دهد: با شناخت و آگاهی از علت اصلی می‌توان تغییرات لازمه را اعمال کرد. وی در عین حال تأکید می‌کند: بهتر است زمانی که تحقیری یکی از همسران انجام می‌شود، دیگری در همان لحظه واکنش منفی نشان ندهد و بررسی عمیق تر این موضوع را به وقت دیگری موکول کند. وی با اشاره به این که تخریب و توهین، بدنه یک خانواده را به هم می‌ریزد، عنوان می‌کند: همسران باید یاد بگیرند که در مقابل رفتارهای غیرمنصفانه همسرشان، با حفظ حرمت، مقابله مثبت نکنند و قاطعانه و در کمال آرامش، با رفتارهای نامطلوب وی مواجه شوند و قصور را به شرط تغییر بپذیرند.



طرح مطالعاتی میدان امام رضا(ع) نهایی شده و به زودی به مناقصه گذاشته می‌شود. «کشمیری» اظهار داشت: در حال حاضر اسناد مناقصه المان میدان امام رضا (ع) توسط مشاور طرح آماده شده و قرار است در این هفته به شهرداری تحویل

دغدغه ها برای سرویس مدارس

عکس:خراسان شمالی

متأسفانه برخی از رانندگان بیش از ظرفیت دانش آموز سوار می کنند

گروه اجتماعی

باشند.

بی نظمی های مکرر

یکی دیگر از شهروندان هم که از بی نظمی های برخی رانندگان سرویس مدارس گله مند است، می گوید: برخی از رانندگان سرویس مدارس با تأخیر به دنبال دانش آموزان می آیند و زمانی که به آن ها تذکر می دهیم با ناراحتی پاسخ و واکنش نشان می دهند. وی هم چنین از هزینه بالای سرویس مدارس گله مند است و بیان می کند: برخی از رانندگان بیشتر از مبالغی که مدرسه تعیین کرده است، هزینه دریافت می کنند و زمانی که اعتراض می کنیم می گویند برای پرداخت حق شرکت است.

قرارداد با ۱۶ شرکت

مدیر آموزش و پرورش بجنورد در همین ارتباط با اشاره به این که برای انتخاب سرویس مدارس شیوه نامه و دستور العملی وجود دارد که در آن شیوه نامه و دستور العمل مشخص شده است که اعضای کار گروه ساماندهی سرویس مدارس چه افرادی باشند، می گوید: دستگاه های مختلف از جمله اماکن، شورای شهر، نیروی انتظامی و تاکسیرانی در جلسه هایی که به منظور ساماندهی سرویس مدارس برگزار می شود حضور دارند. «اسدی» می افزاید: از فروردین ماه تاکنون ۳ جلسه پیرامون همین موضوع برگزار و پیشنهاد نرخ جدید سرویس مدارس با افزایش ۱۰ درصدی به شورای شهر بجنورد اعلام شد. وی اضافه کرد: با وجود گذشت چندین ماه تاکنون پاسخی از سوی شورای اسلامی شهر بجنورد مننی بر پیشنهاد ما برای افزایش ۱۰ درصدی نرخ سرویس مدارس اعلام نشده است. وی ادامه می دهد: در حال حاضر با ۱۶ شرکت مربوط به خودروهای های سبک و یک شرکت مینو بوس رانی قرارداد بسته ایم که شماره تماس و آدرس آن ها به مدارس اعلام شده است.وی با اشاره به این که رانندگان سرویس مدارس حتما باید مجوز داشته باشند، بیان می کند: فعالان

۶۶

رئیس آموزش

وپرورش

بجنورد: از

خانواده ها

می خواهیم

سرویس

فرزندان خود

را از شرکت

های تعیین شده

انتخاب کنند در

غیر این صورت

هیچ مسئولیتی

برعهده آموزش

و پرورش

نخواهد بود

داده شود. وی بیان کرد: به محض دریافت اسناد، مناقصه المان میدان امام رضا(ع) برگزار خواهد شد. وی خاطرنشان کرد: نوع سازه المان پوسته ای است که در کارخانه مونتاژ می‌شود و ساخت آن زمان برنخواهد بود و اگر منابع مالی آن تأمین شود این المان برای عید نوروز



این عرصه باید راه های قانونی را طی و در حین کار اصول مورد نظر را رعایت کنند، در غیر این صورت دستگاه های اجرایی با متخلفان برخورد خواهند کرد.وی با اشاره به تأکید رعایت شئونات اسلامی ادامه می دهد: شرکت های مربوطه باید از رانندگان بخواهند که اولیا و دانش

آموزان تکریم شوند تا ناراضیاتی پیش نیاید. وی اضافه می کند: رانندگان سرویس مدارس متوسطه دوم دخترانه باید خانم باشند و رانندگان مدارس متوسطه یک دخترانه نیز ترجیحا باید خانم باشند.وی درباره شیوه پرداخت شهریه بیان می کند: پرداخت شهریه طبق دستورالعمل و شیوه نامه است و سعی می کنیم تسهیلاتی در شیوه پرداخت شهریه ایجاد شود تا خانواده ها کمی راحت تر بتوانند شهریه را پرداخت کنند.وی ادامه می دهد: چنانچه شکایتی از رانندگان سرویس مدارس و شیوه خدمات دهی وجود داشته باشد پیگیر شکایت ها هستیم.وی یادآور می شود: ضمانت اجرای صحیح برنامه سرویس مدارس را شرکت تاکسیرانی برعهده گرفته است.
برگزاری ۲ جلسه
در همین ارتباط ، مدیرکل آموزش و پرورش خراسان شمالی ازبرگزاری ۲ جلسه برای ساماندهی سرویس مدارس در استان خبر

نصب خواهد شد. به گفته وی برنامه ریزی ها برای بحث مدیریت مالی ساخت این المان انجام شده و اعتبار پیش بینی شده برای ساخت آن در بودجه شهرداری حدود یک میلیارد تومان است اما با آماده شدن اسناد مناقصه به طور دقیق برآورد مالی آن انجام خواهد شد.

بیشتر بدانیم



فریز کردن

گروه اجتماعی- منجمد و فریز کردن مواد غذایی یکی از راه های نگهداری از مواد غذایی است. منجمد کردن غذا سریع ترین و راحت ترین روش برای حفظ خوراکی ها در خانه است. امروزه با استفاده از کیسه های پلی اتیلن، ظروف پلاستیکی، برچسب های فریزر و دیگر لوازم، می توان انواع خوراکی ها را در فریزر نگهداری کرد. رعایت اصول صحیح انجماد غذا به حفظ کیفیت و مواد مغذی خوراکی ها هنگام مصرف کمک می کند.میوه ها و سبزیجات پس از چیده شدن، تحت تأثیر تغییرات شیمیایی قرار می گیرند که در نهایت موجب فساد و از بین رفتن آن ها می شود. رنگ، مواد مغذی و طعم مواد غذایی تحت تأثیر آنزیم های موجود در آن ها به مرور زمان تغییر می کند. بنابراین محصولات باید زمانی که رسیده اند و کاملاً با طرط هستند منجمد شوند.

آشپزی



ترشی به

مواد لازم: به یک کیلو گرم، سرکه سیب یک لیتر، نمک به میزان لازم.
طرز تهیه : به را می شویم، خلال می کنیم و دانه و قسمت سفت وسط آن را در می آوریم، روی دستمالی می گذاریم تا کمی نمش گرفته شود. سپس آن را در یک شیشه می ریزیم و کمی نمک را با سرکه مخلوط می کنیم و روی به می ریزیم و در شیشه را محکم می بندیم و دو هفته می گذاریم تا برسد.این ترشی نیاز به هیچ ادویه و یا سبزی معطری ندارد.

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

این جدول واژگان کمتری نسبت به انواع کلاسیک دارد. اما کمالات هرز(ناخواسته) به آن تحصیل نشده است. لذا از بازآموزشی مناسبی بر خوردار است. بسیاری از سوال ها، از مطالب روزهای گذشته روزنامه خراسان طراحی شده است.



دخالت نظامی اش در این کشور آفریقایی به دستور کامرون ،بااستناد به اطلاعات اشتباه بوده است.
۱۳- (۳حرفی) حیوان زیباچشم
۱۴- (۵حرفی) سرپرست آژانس ضدفساد دروزارت کشور این کشور پهناور رسماً بازداشت شد. اتهام او دریافت رشوهای «بسیار سنگین» است.
۳- (۵حرفی) جستجووهمچنین مشورت
۴- (۵حرفی) فرماندهو سالار سپاه
۵- (۴حرفی) اتاق بازگانی باتوجه به رشد شاخص نقدینگی و بدهی بخش دولتی گفت: ممکن است در نیمه دوم سال شاهد ۲ رقمی شدنش باشیم.
۶- (۳حرفی) نماز به موقع خوانده شده
۷- (۶حرفی) در حاشیه مراسم نکوداشت پرویز پرستویی کارگاه بازیگری وی در این شهر کانادا برگزار وبا استقبال روبه روشد.
۸- (۴حرفی) بخشی از دستگاه گوارش
(۸حرفی) شرکت ملی نفت ایران و بریتیش پترولیوم از سال۲۰۰۵ تولید گاز ازمیدان «هوم» در این منطقه را آغاز کردند که ۵سال بعد متوقف شد.
۱۰- (۴حرفی) ابزار ی برای گرفتن اشیاء
۱۱- (۴حرفی) میوه ای از گروه توت فرنگی
۱۲- (۴حرفی) پارلمان انگلیس فاش کرد که

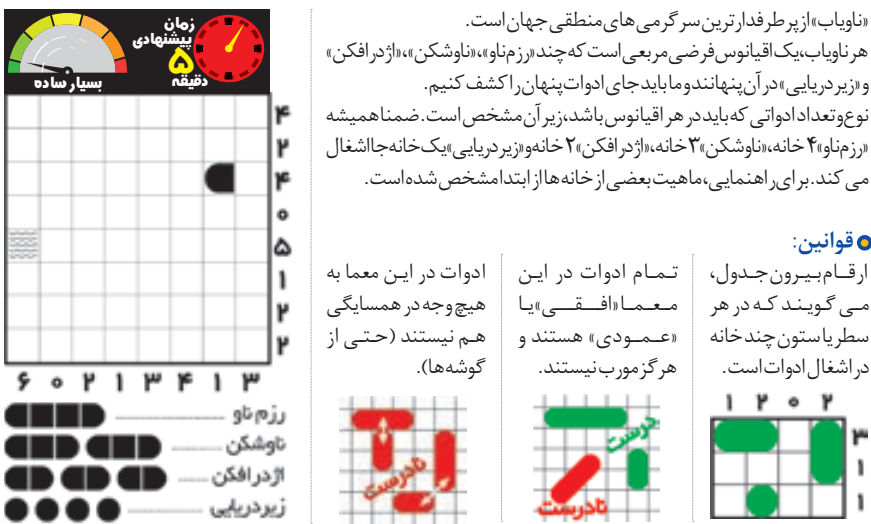


اسب بالایی سفید به ۷می رود. سربازهای سیاه بی حرکتند. شاه سیاه با هر حرکتش مات است. اگر به ۴د یا ۶د، برود اسب بالایی سفید به ۶می رود. اگر به ۴د برود اسب بالایی سفید به ۶می رود. اگر به ۶د برود اسب پایینی سفید به ۴می رود.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۶/۲۹]

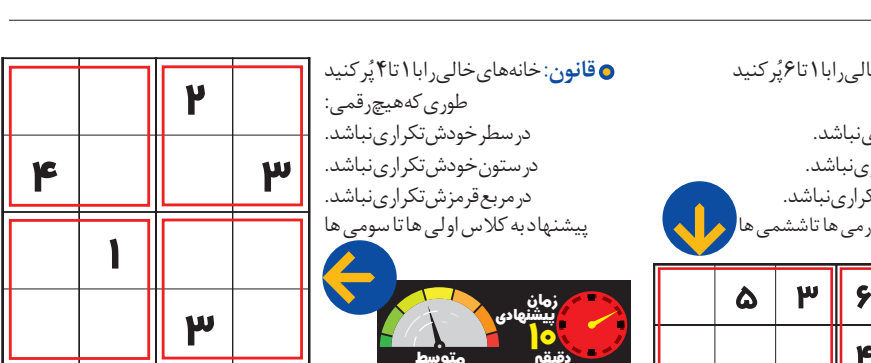
ناویاب

دوشنبه ها و پنجشنبه ها



نکته ها:

-شکل پُرشدگی خانه ها مهم است و پُر بودن خانه ها با «دایره»، «نیم دایره یا مربع» در صحت جواب تأثیر دارد.
- «ناویاب» یک معمای منطقی است. پس موقعیت ها را احداث کنید. با کشف روابط منطقی، ماهیت قطعی بعضی خانه ها را تعیین وبا استناد به خانه های معلوم، کم کم ماهیت خانه های دیگر را هم مشخص کنید.



قانون: خانه های خالی را با ۱ تا ۹ پُر کنید

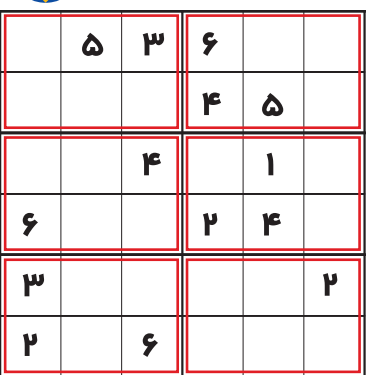
طوری که هیچ رقمی:

در سطر خودش تکراری نباشد.

در ستون خودش تکراری نباشد.

در مستطیل قرمز تکراری نباشد.

پیشنهاد به کلاس چهارمی ها تا ششمی ها



پاسخ های شماره گذشته

لطفا نظر، انتقاد و پیشنهادتان را در باره بخش جدول و سرگرمی

به شماره ۲۰۰۹۹۹ پیامک کنید.