

به گزارش صبح ساحل، قراگاه مردمی مبارزه با فساد در هرمزگان با حضور گودرزی دبیر قراگاه ملی مبارزه با فساد رسما آغاز بکار کرد.

رضا وجدان حقیقی نیز به عنوان دبیر این قراگاه در هرمزگان منصوب و معرفی شد.

قراگاه مردمی مبارزه با فساد در کشور با رویکرد افزایش نقش مردم و تقویت جایگاه امریه معروف و نهی از منکر در ارتقای ترازهای خدمتی به مردم و جبهه سازی در راستای مبارزه همه جانبه با فساد از حدود ۳ سال پیش در کشور تشکیل و اکنون در استان ها در حال گسترش است.

همایش علمی و آموزشی مبارزه با فساد نیز در بندرعباس برگزار شد.



امام جمعه بندرعباس:

اجرای طرح نهضت نهج البلاغه خوانی در هرمزگان

گروه اجتماعی // زهرا شهرکرمی

مراسم اختتامیه دومین همایش ملی نهج البلاغه و انقلاب اسلامی با حضور اندیشمندان برجسته استان و حضور تصویری آیت الله جوادی آملی، با تقدیر از شش مقاله برتر در قالب نهج البلاغه و انقلاب اسلامی و تجلیل از خانواده های شهید مدافع سلامت هرمزگان برگزار شد.

به گزارش صبح ساحل، باوقار، دبیر علمی اهل سنت بندرعباس ضمن تشکر از برگزاری این همایش گفت: فراخوان چنین همایش هایی در مورد نهج البلاغه اهمیت وجودی این کتاب در جامعه امروزی است . نهج البلاغه کتابی پایین تر از کلام خدا و بالاتر از کلام خلق است .

در ادامه گفت: ۱۲۰ مقاله به این جشنواره ارسال شد که برخی از مقالات تک بعدی و برخی دو بعدی، برای این همایش که در قالب نهج البلاغه و انقلاب اسلامی بود ۲۰ مقاله برتر انتخاب شد که ۶ مقاله رتبه برتر و ۱۴ مقاله شایسته تقدیر شدند.

در ادامه این همایش امام جمعه بندرعباس ضمن تشکر از برگزاری این

همایش گفت: این همایش به نام نهج البلاغه و امیرالمومنین نام گذاری شده است. همانطور که امیرالمومنین ناشناخته بوده نهج البلاغه حضرت علی نیز گم نام مانده است.

وی افزود: ما در شناختن و شناساندن امیرالمومنین خوب عمل نکرده ایم و نتوانستیم نهج البلاغه را بشناسیم. کارهای بسیاری که در این زمینه صورت گرفته به سان قطره ای از این دریای بزرگ است .

عبادی زاده در ادامه با اشاره به اهمیت



نهج البلاغه در تمام اقشار جامعه بیان کرد: شخصیت امیرالمومنین در بین اعراب جایگاه بسیار ویژه ای دارد به طوری که کتاب و کلامش دارای ارزش والایی است و مورد قبول تمام مذاهب اسلامی است.

وی در ادامه گفت: نهج البلاغه بعد از قرآن کتابی بی بدیل است. استان هرمزگان مفتخر به اجرای چنین همایش هایی است ،

ما باید نهج البلاغه را بیشتر بشناسانیم و باید بگویم در استان نهضت نهج البلاغه

خوانی اجرایی خواهد شد. این کتاب باید وارد متون دانشگاهی شود، ما به اساتیدی برای تدریس ویژه این کتاب مقدس چه در دانشگاه ها و چه در خانواده ها نیاز داریم .

وی اضافه کرد: نهج البلاغه کتاب دشمن شناسی است، کتاب جریان شناسی است و می توان جریان های سیاسی را به واسطه آن تحلیل کرد.

همانطور که امیرالمومنین شخصیت گم نام تاریخ است نهج البلاغه نیز گم نام مانده است، با این کتاب میتوانیم طریق الهی را به انسان های تشنه کسانی که راه عدالت را گم کرده اند نشان دهیم.

هر چه به نهج البلاغه نزدیک شوید به امیرالمومنین نزدیک شده اید. ما باید ظلمی که در طول این سال ها به این کتاب مقدس وارد شده را تمام کنیم و آن را وارد عرصه کنیم.

ماباید محبت علی را در دل جوانان قرار دهیم همانطور که امیرالمومنین فرمودند هرکس محبت من را در دل دارد هرگز این محبت از وجود او جدا نخواهد شد .

در این مراسم هم چنین از خانواده دو شهید تجلیل شد.

طوری که انگار نسبت دادن ناپینایی به کسی توهین به اوست. اگر به کمک نیاز دارند زیباست که بی منت و در کمال احترام کمکشان کنیم. حس شنوایی این افراد بسیار قوی است و این موضوع یعنی برای ناراحت نکردنشان ناگزیریم مواظب نجواه ایمان باشیم و در آن ها هم حرف ناراحت کننده نزنیم. بپذیریم شرایط سختی دارند و سعی نکنیم با انکار این دشواری دلداریشان بدهیم. در سطح کلان هم نیاز است امکانات بیشتری برایشان فراهم شود. رواج کتاب های صوتی در سال های اخیر کمک زیادی به افزایش آگاهی در این قشر می کند اما بخش عمده این کتاب ها داستان ها هستند. ناپینایان به کتاب های تخصصی بیشتری به این شکل احتیاج دارند. آن ها هم مثل سایر اقشار جامعه نیازمند کار، تحصیل و تفریح هستند و در سطح کلان باید برنامه های مناسبی برای توانمندسازی شان در نظر گرفته شود تا جامعه بتواند از قابلیت های این قشر استفاده کند. در حال حاضر خانواده هایی که ناپینا دارند بار سنگینی را به دوش می کشند تا عزیزشان بتواند زندگی خوبی داشته باشد پس به حمایت بیشتری نیاز دارند که نباید از آنان دریغ شود.



فراخوان چنین همایش هایی در مورد نهج البلاغه اهمیت وجودی این کتاب در جامعه امروزی است . نهج البلاغه کتابی پایین تر از کلام خدا و بالاتر از کلام خلق است .

تقویت تمرکز حواس در کودکان

گروه اجتماعی //

بیشتر کودکان دچار حواس پرتی هستند اما این حواس پرتی در برخی از کودکان آنقدر زیاد است که زندگی آنها را تحت تاثیر قرار می دهد.

بی نظمی و حواس پرتی تقریباً در بین اکثر بچه ها دیده می شود. عواملی از قبیل شنیدن بیش از حد موسیقی، مشاهده برنامه های متعدد تلویزیونی، بازی با انواع اسباب بازی ها و همچنین بی قراری مرتبط با شرایط سنی همگی می توانند باعث حواس پرتی در کودکان شوند، اما بی نظمی و سردرگمی در برخی از کودکان در مقایسه با همسن هایشان بیشتر بوده و باعث بروز عدم کارایی در انجام فعالیت های روزمره، مشکلات تحصیلی و کاهش اعتماد به نفس در آنها می شود. برای مقابله با این شرایط نامطلوب، کودکان باید طیفی از مهارت ها و عادت های سودمندی همچون چگونگی سازماندهی کارهای روزانه، مدیریت زمان، اولویت بندی فعالیت های روزمره و همچنین کنترل احساسات و هیجانات آنی خود را به خوبی فرا گرفته و به کار گیرند. البته این روند معمولاً زمانبر بوده و مستلزم پیگیری و همچنین تمرین زیاد می باشد؛ بنابراین والدینی که کودکانی حواس پرت دارند، باید مراحل و گام هایی که در ادامه این مقاله مطرح می شوند را به دقت پیش برده و پیوسته عملکرد کودک خود را مورد بررسی قرار بدهند.

۱- تعیین اهداف مشخص و دست یافتنی: درانتظاراتی که از کودک خود دارید بازنگری کرده و اهداف کوتاه مدتی را برای وی در نظر بگیرید. کودکان باید پیوسته احساس کنند که در حال پیشرفت هستند. بنابراین، باید وظایف آنها را به گام های کوچکتر تقسیم کرده و برای انجام هر کاری، زمان مشخصی را به آن اختصاص دهید. اگر وظایف زیادی را بر عهده فرزند خود قرار دهید، معمولاً کودک تان دست پاچه شده و از انجام آنها دلسرد می شود.

در ضمن، در پایان هر مرحله، پاداشی در نظر گرفته و کودک خود را تشویق نمایید.

عواملی از قبیل شنیدن بیش از حد موسیقی، بازی بیش از حد و ... باعث حواس پرتی می شوند

۲- کمک برای تعیین یک ساختار و برنامه کاری روزانه: به عنوان والدین باید در ابتدای کار به همراه کودک خود یک نظام و ساختار کلی برای انجام کارهای روزمره او ایجاد نمایید. اما به مرور زمان، خود را کنار کشیده و اجازه دهید تا فرزند شما رشته امور خود را به دست گرفته و برای وظایف روزانه خویش، شخصاً برنامه ریزی کند. در واقع توجه، هدایت و کمک مثبت شما در ابتدای کار، به کودک جهت داده و باعث ایجاد شور و اشتیاق زیاد در وی می شود.

۳- ایجاد شرایط محیطی مناسب : اگر فرزند شما برای انجام وظایف خود و برخورداری از یک سطح هشیاری مطلوب، نیاز به محرک های بیرونی دارد، سعی کنید برای وی محیطی پویا ایجاد کنید. مثلاً می توانید از یک توپ بزرگ به عنوان صندلی استفاده کرده تا کودک تان بتواند حین انجام کارهای روزمره اش، ورجه ورجه کرده و هشیار بماند. علاوه بر این، با انجام فعالیت های سبک ورزشی، انرژی اضافی فرزندتان را تخلیه نمایید تا بتواند با آرامش نشسته و وظایف خود را انجام دهد. در ضمن، می توانید فواصل کوتاهی را به عنوان زنگ تفریح در نظر بگیرید تا کودک از لحاظ ذهنی و جسمی بتواند مقداری استراحت کند.

۴- موفقیت های کوچک، پلی به سوی هدف نهایی : هدف نهایی ما در برنامه ریزی برای کودکان سر به هوا این است که زندگی شان را سازماندهی کرده و به آنها یاد بدهیم تا در انجام امور روزانه خود متعهد و مسئول باشند. ایجاد این روند در بزرگسالانی که نظم دارند، کار چندان مشکلی نیست، زیرا آنها به خوبی در دوران کودکی آموزش دیده و تجارب مفیدی را توسط والدین خود کسب کرده اند، بنابراین ایجاد محیطی که در آن برای دستاوردهای کوچک جشن گرفته می شود و مهارت های لازم با مرور زمان کسب می گردد می تواند باعث شود تا کودک در محیطی پویا و شاد رشد کرده و او را به شخصی با اعتماد به نفس و مستقل در بزرگسالی مبدل نماید. منبع: چگونه با کودکم رفتار کنم- نوشته دکتر گابر- ترجمه شاهین خزعلی و هومن حسینی نیک- انتشارات مروراید

مرکز مشاوره آرامش فا. استان هرمزگان آماده ی ارائه ی خدمات مشاوره ای در زمینه های خانوادگی، روانشناختی، ازدواج، تربیتی و اعتیاد به عموم شهروندان عزیز به صورت رایگان می باشد. بلوار امام خمینی، سه راه گمرک، ضلع شمالی مصلی قدس، مرکز مشاوره آرامش شماره تماس ۳۳۳۴۴۰۶۴۲

جدول کلمات متقاطع دوره جدید شماره ۱۵۷۰

افقی

۱- محکوم علیه- سازنده چنگ و نوازنده عهد ساسانی ۲- سنگ سبز قیمتی - جنبشی در فلسطین - مغازه ودکان ۳- زینت دادن وخوش نماگرداندن - کوهی در آمریکا - بی باکی وجسارت ۴- حق ناحق ابرقدرتها - پیامبران - درخت تسبیح ۵- نیمکت مبلی - شمشیر چوبی - می پرسد کجاست ۶- خشک وشکننده - شاعر ایرانی که در ابتدا تخلص خاوری داشت - وزیر شطرنج ۷- حرف دهن کجی - قعر

حل جدول شماره ۱۵۶۹

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲
۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳	۳
۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴	۴
۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵	۵
۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶	۶
۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷	۷
۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸	۸
۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹	۹
۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰	۱۰
۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱	۱۱
۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲	۱۲
۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳	۱۳
۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴	۱۴
۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵

طراح: مهدی سنگی