



۶ پروژه مدرسه سازی در استان کنگ زنی شد

♦ گروه اجتماعی //

تعداد ۶ پروژه مدرسه سازی در راستای ساماندهی مدارس کانکسی مستقل بیش از ۱۰ نفر دانش آموز به نمایندگی در روستای تونک رئیس واقع در شهرستان میناب کلنگ زنی شد.

با حضور سیدفخرالدین هاشمی مدیرکل و سرادار امیری جانشین فرماندهی سپاه امام سجّاد(ع) حجت الاسلام و المسلمین ابراهیمی امام جمعه شهرستان میناب و دانشمند مدیرکل ستاد اجرایی فرمان حضرت امام(ره) و جمعی از مسؤولین محلی تعداد ۶ پروژه مدرسه سازی در راستای ساماندهی مدارس کانکسی مستقل بیش از ۱۴۰ نفر دانش آموز به نمایندگی در روستای کوتک رُئسی واقع در شهرستان



پناهی» از تیرماه امسال در سراسر کشور کلید خورد، در هرمزگان نیز در قالب ساماندهی ۱۳ مدرسه کانکسی در حال اجراست، اظهار کرد: تعداد ۶ مدرسه با زیربنای ۴۳۲ مترمربع

میناب کلنگ زنی شد. هاشمی در تشریح این طرح با اشاره به اینکه ساماندهی مدارس نانکسی مستقل دارای بیش از ۱۰ دانش آموز به در قالب طرح شهید دانش آموز «رضا

در قالب ۱۱ کلاس درس با اعتباری بالغ بر ۵ میلیارد تومان در حال احداث می باشد. به گفته وی، ساماندهی مدارس کانکسی مستقل دارای بیش از ۱۰ دانش آموز در شهرستانهای میناب، حاجی آباد، بشاگرد و جاسک در حال اجرا می باشد. این پروژه که به نمایندگی از ۶ پروژه ساماندهی مدارس کانکسی مستقل بیش از ۱۰ نفر دانش آموز در روستای کوچک رئیسی در میناب کلنگ زنی شد با مشارکت خیر نیک اندیش حاج اکبر ابراهیمی در حال احداث می باشد. تعداد ۷ پروژه دیگر طرح ساماندهی مدارس کانکسی مستقل بیش از ۱۰ نفر دانش آموز نیز با مشارکت نهضت مدارس خیرین و بنیاد تربک در شهرستانهای حاجی آباد، بشاگرد و جاسک با پیشرفت فیزیکی ۵۰ درصد در حال اجراست. /ايسنا

دومین جشنواره ملی تئاتر درسی کشور بهمن ماه در میناب برگزار می شود

♦ گروه اجتماعی //

مدیر آموزش و پرورش میناب گفت: میناب به عنوان پایتخت «تاثراتر» درسی ایران، میزبان دومین جشنواره ملی «تاثراتر» درسی کشور در بهمن ماه سال جاری خواهد بود.

احمد حامدی سرکمی در نشست اصحاب رسانه شهرستان میناب گفت: تئاتر درسی برای اولین بار ۱۷ سال پیش در میناب توسط معلم فرهیخته مجید ره پرور در سطح شهرستان به اجرا درآمد و به مدت دو سال است که با تلاش های حوزه معاونت ابتدائی و پرورشی اداره کل آموزش و پرورش استان و شهرستان و استقبال بی نظیر استان های کشور، این جشنواره به صورت ملی برگزار می شود. وی افزود: در راستای سند تحول بنیادین آموزش و پرورش و پرورش ساحت زیبا شناختی دانش آموزان، این جشنواره با به خدمت گرفتن هنر در علم تعلیم و تربیت و تلفیق هنر با آموزش شامل ادبیات، درس، علاوه بر تسهیل در یادگیری، زمینه ایجاد پویایی و نشاط، تقویت اعتماد به نفس، تقویت کار گروهی و همچنین پرور و کشف استعداد های دانش آموزان را به همراه دارد. به گفته حامدی، با توجه به اثرات و نتایج بسیار مطلوب

، بین المللی شدن جشنواره تئاتر

ی و پرورش کشور قرار گرفته شده است. سرستان میناب اظهار داشت: این طرح بازیگری گروهی و به صورت ل جاری در سالن کانون شهید دارپوش فدویان دبیر جشنواره لیلین جشنواره تئاتر درسی که در شهری و تک بازیگری به میزبانی ۱۲ اثر دانش آموزان سراسر کشور شد. وی افزود: از راسخ دومین سال اول آبان ماه ۱۴۰۱ راهان شده به صورت گروهی متشکل از دو خود به عنوان کارگردان، ۲۰۴۰ یند آثار خود را به صورت فیلم در یاد گذارند.

در دو بخش بازیگری و آموزه

های درسی پالایش شده و ۲۰ اثر برتر برای اجرای حضوری که ۶ از ۸ بهمن ماه در میناب برگزار می شود، برگزیده می شود. دبیر دومین جشنواره ملی تئاتر درسی کشور گفت: برای آشنایی و نهادینه شدن این طرح در بین معلمان دوره ابتدایی، برای اولین بار چهار اثر از دانشجو معلمان استان هرمزگان به عنوان برنامه جنی این جشنواره در نظر گرفته شده است و به دنبال آن هستیم که تئاتر درسی به عنوان یک واحد درسی در رشته ابتدائی مراکز تربیت معلم اضافه شود. قدویان خاطر نشان کرد: در جشنواره آینده نیز برای اولین بار، بخش تئاتر درسی در بخش کودکان با نیازهای ویژه و اولویت کودکان کم توان ذهنی، اصحاب رسانه بازاری توانمند برای نشان دادن توانایی های دانش آموزان استان هرمزگان می باشد، خاطر نشان کرد: راه اندازی سایت جشنواره ملی تئاتر درسی به آدرس: theatredarsi.com، راه اندازی کارناوال طرح ملی تئاتر درسی، رونمایی از تیزر ویوستر جشنواره ملی تئاتر درسی از دیگر برنامه های جنی این جشنواره در نیمه اول دیماه سال جاری است. / مهر

سوابق الامور: ناخرسندی از زندگی زناشویی

اما رها لابد می‌گویند ناخرسندی زوجین از زندگی زناشویی افزایش یافته و میزان طلاق به وضعت نگران کننده‌ای رسیده است. یکی از مهمترین دلایل آن نیز سرخو فرهنگ منط غریب از طریق ماهواره و سینما و فیلم‌ها و سریال‌های ناپاک و چت و و اینترنت و گوگل ریدر و فیس بوک و بالاص فارسی وان متعلق به مودراک یهودی است که بنیان خانواده‌ها را هدف گرفته است. ما معتقدیم که همه این فرمایشات متین‌ها گهروار است و ملت ما از ابتدای تاریخ تا کنون، روابط زناشویی محکمی داشته‌اند هیچ مردی دنبال زن مردم نبود و هیچ زنی، چشم طمع به شوهر دیگران نداشت از وقتی که پای غرب به ایران وا شد، ما دچار این مشکلات شدیم. متأسفانه اخیر متوجه شدیم که ۸۰۰ سال پیش نیز غرب کوشیده که بنیان خانواده‌ای ایرانیان را متزلزل کند و تهاجم فرهنگی سابقه دینیه‌ای دارد. سند ما، رباعی زیر از عثمان مختاری شاعر اهل غزنین بوده که با زن مردم روی مه ریخته بوده و حتی آرزوی مرگ زن خود و همسر نامبرده را نیز در سر می‌پروراند است:

یا شوی تو میرد و زن من روزی
تو شوی رها کنی و من زن روزی!

یا خصم من و تو در دهد تن روزی
یا بر سازیم هر دو یک فن روزی
(عثمان مختاری)

«ابن محمود»

3.3

روان پیا

♦ محیا تکنده / روانشناس بالینی

ما آدم‌ها معمولاً چنان هستیم، که تا یک موضوع به نظرمان پیش پا افتاده
 و زندگی‌مان با خطر نبودی مواجه نشود و در معرض از دست دادنشان قرار نگیریم
 و آن قدر آن را نخواهیم دانست. یکی از این موضوعات پیش فرض زندگی، خواب است.
 در آن خواب‌های خودنمید خواب و خوابیدن. قدر یک خواب آرام تثبیت شده را تنها زمانی
 می‌دانیم، که آشفته‌های خواب را تجربه کرده باشیم؛ به این معنی که در به خواب
 رفتن، ادامه پیدا کردن خواب و آسوده خوابیدن به مشکل برآمده باشیم.

به گزارش انجمن علمی خواب ایران، حدود سی درصد ایرانیان از مشکلات و اختلالات خواب رنج می‌برند، که ده درصد این آمار به صورت مزمن و پایدار گزارش شده است. در روانشناسی، یکی از اصلی‌ترین عوامل مشکل در خواب، ابتلا به اختلالات خلقی به خصوص افسردگی است، اما این موضوع نباید توجه ما را، از عوامل مهم زیستی دور کند. به یاد دارم، خانمی با شکایت از اختلال در به خواب رفتن، خستگی، خواب آلودگی در طی روز، کند شدن حرکات بدنی و کم شدن اشتها، برجسته تشخیصی افسردگی دریافت کرده بود و مدت‌ها تحت درمان روانپزشکی و روان‌درمانی قرار گرفته بود. اما این علائم، نشان از افسردگی نداشت، بلکه معلول کم کاری تیروئید بود. خواب، اشتها، عملکرد معمولی روزانه در این خانم بعد از مصرف داروهای تیروئید، به خوبی کاهش یافت و بهبود برطرف شد. عامل زیستی دیگری که به شدت باعث اختلالات خواب می‌شود، آینه یا وقفه‌ی تنفسی در خواب است. آینه‌ی تنفسی می‌تواند باعث شود، فرد بارها و بارها در طول خواب شبانه از خواب بپرد و این امر باعث مختل شدن خواب و حتی اختلال در عملکرد روزانه‌ی او شود. وقفه‌ی تنفسی، همچنین می‌تواند باعث آپنوس‌های شبانه، دندان قروچه، تکان خوردن مداوم بدن، خروپف و تعریق شود. این عامل برهم زنده‌ی آرامش خواب و حتی بیداری، عوامل مختلفی می‌تواند داشته باشد، از جمله: وزن بالا، فشارخون بالا، بیماری‌های قلبی- عروقی و ... است. عوارض وقفه‌ی تنفسی تنها به خواب محدود نمی‌شود، بلکه می‌تواند خستگی در طول روز، سردردهای صبحگاهی، زوال حافظه، دشواری در تمرکز و مشکلاتی در خلق را به همراه داشته باشد. برای درمان آینه یا توجه به اینکه در کدام زیر مجموعه‌ی وقفه تنفسی قرار داشته باشد، متخصصان درمان‌های مختلفی را در نظر می‌گیرند. از کاهش وزن گرفته تا جبران فشار خون مثبت و دارو درمانی. با این حال مشکلات خواب علاوه بر دلایل زیستی و آینه و ... می‌تواند دلایل درون روانی و سایکوپاتیک هم داشته باشد. به هرحال صورت مشکلات خواب را جدی بگیرید و برای درمان آن حتما به پزشک مراجعه کنید

[illegible]

دوره جدید شماره ۲۰۴۹

جدول کلمات متقاطع

تیتزهوشی ۱۰- مغناطیس - پرفسور حیوانات - ظاهر بنا ۱۱- بندری
کوکچ در زولاندنو - ورزش مراتض - نبود ونیستی ۱۲- منسوب
به ماه شب چهارده - بانی سلسله ساسانیان - پدر همه انسانها
۱۳- چغندر پخته - ژرف وگودی چیزی - کورمادراز - عدداول ۱۴-
حرف گزینش - از پیامبران تبلیغی - جنون مردم آزاری ۱۵- عمارتی
قدیمی در شهر رشت - طبیعی ومعمولی

افقی
۱- آستر لباس - ادعانامه دادستان ۲- قلب نیروگاه هسته ای -
کباب شده - رمق آخر ۳- جدید وتازه - آرمان ومسلک - محل بی
خطر- محموله ۴- قدرت ونیرو - درگاه - نوعی از اتومبیل ۵- روغن
حیوانی - پل شمال کشور - معلم تمام انسانها ۶- اشاره به نزدیک
- مادعرب - واحد پول کشور پاناما ۷- موی گردن شیر- شهری در
زیمباوه - برادر آرزو ۸- هرگز عرب - قطعه شعری از فریدون مشیری
- گام یکپا ۹- خیمه مردم صحرا نشین - ادویه همه کاره - زیرکی

عمودی

۱- آلیازی از روی و مس - نویسنده انگلیسی وصاحب اثر بهشت
اروپا ۲- پرنده ای از نوع ماکیان با پرهای زیبا و رنگارنگ - اشاره
بدور - از ورزشهای گروهی ۳- صدمه وآسیب - فالگیر- روستایی
در هرمزگان بالاتر از ایسین ۴- متن وارونه - ساز شاکي - غلبه
وتسلط - سودای ناله ۵- بانگ تشویق - نوشیدنی گازدار- خوراک
چهارپایان ۶- موش خرما - افراد امین - امرکننده ۷- به صورت
انباشته شده وفشرده شده - مرض زرد ۸- تریپیکاندار - قطعه
شعری دیگر از فریدون مشیری - جانور وفادار ۹- واحد پول فرانسه
- آلبومی از علیرضا افتخاری ۱۰- چرک گوشه چشم - یقین وایمان -
اشعه مجهول ۱۱- قلدر اسبق روستاها - معبدی بودایی تاریخی در
کشور هند - داستان بلند ۱۲- درخت زبان گنجشک - بستر خواب
- از حروف همراهی عرب - ضایع وبربادرفته ۱۳- از استادان فن
موسیقی دربار خسروپرویز- خواهر بندری خودمان - دریای عرب
۱۴- فیلمنامه - کوبیده وزیر پا مانده - جادوگر تاریخی ۱۵- اثری از
دکتر علی شریعتی - تکمیل کننده

حل جدول شماره ۲۰۴۸

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	ن	۵	ج	۵	ا	ش	ن	ا	ن	ی	و	و	ز	غ
۲	ی	د	و	ن	ه	ا	ت	ر	ا	ا	ا	ا	م	م
۳	ش	خ	و	ج	و	ا	س	ا	د	ا	د	ا	ز	ن
۴	م	م	ا	ا	ن	ا	م	ا	و	ه	م	ا	ا	م
۵	ن	ا	ه	ا	ا	ا	ف	ا	ت	ح	ا	م	ا	ی
۶	ن	ک	خ	و	ل	ی	ت	ه	و	ا	و	ا	ر	و
۷	ه	و	ی	ک	د	ا	م	ا	د	ر	ا	ش	ش	ش
۸	ر	ی	م	ا	ک	س	ی	ا	ن	و	ر	ا	ا	ا
۹	و	ل	ف	ی	ع	ا	ر	ف	م	ا	ا	ا	ا	م
۱۰	ق	ت	ا	ل	ر	ا	ل	ی	ه	ی	ف	ی	ف	ی
۱۱	ی	ع	ق	و	ب	ت	ی	ل	ه	ب	د	و	ز	ز
۱۲	ح	ج	ک	د	ی	و	ر	و	ن	ا	ن	ا	ا	ا
۱۳	ا	ب	ا	ی	ا	ر	غ	و	ر	و	د	ه	ن	ن
۱۴	ن	ش	و	ه	ر	م	س	ت	ا	ر	ا	ر	س	س
۱۵	ه	و	ک	ا	ی	د	و	ز	ا	ر	س	خ	خ	خ