



تاریخ	۵
مرداد	۱۳۹۶
پنجشنبه	

## مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌های فارس عنوان کرد: حمل و نقل، حلقه‌های مهم در توسعه پایدار

مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌های فارس گفت: حمل و نقل و به صورت ویژه حمل و نقل جاده‌ای، از حلقه‌های مهم در مسیر توسعه پایدار است که مجموعه‌های تولیدی وابستگی شدیدی به این بخش برای رسیدن به توسعه کیفی و کمی دارند. به گزارش روابط عمومی راهداری و حمل و نقل جاده‌های فارس، سیاهپور در بازدید از کارخانجات زرین غزال و کارخانه بستنی دایته گفت: راهداری و حمل و نقل جاده‌ای فارس تمام تلاش خود را به کار می‌بندد تا سهم خود در جهت حمایت از سرمایه‌گذار، اقتصاد مقاومتی، اشتغالزایی مؤثر، توسعه استان و ایران توسعه یافته و پیشرفته انجام دهد. وی ادامه داد: بستر سازی مناسب جهت حمل و نقل مناسب محصولات تولیدی استان ضروری است و حمل و نقل و به صورت ویژه حمل و نقل جاده‌ای، از حلقه‌های مهم در مسیر توسعه پایدار است.

صفحه	۴
شماره	۲۰۱۳
سال	
بیست و سوم	



مدیر کل امور عشایر فارس اعلام کرد:

## مرمت و راهگشایی ده هزار کیلومتر از جاده‌های دسترسی به مناطق عشایری



مدیرکل امور عشایر فارس گفت: بیش از ده هزار کیلومتر جاده دسترسی به مناطق عشایر در این استان مرمت و راهگشایی شده است. به گزارش روابط عمومی اداره کل امور عشایر فارس، روح‌الله بهرامی که برای بازدید از مناطق عشایری و همچنین حضور در جلسه شورای عشایر شهرستان مرودشت، به این شهرستان سفر کرده بود، گفت: روزانه یک هزار و ۸۵۰ مترمکعب آب آشامیدنی سالم و بهداشتی توسط ۴۶ دستگاه تانکر به عشایر فارس آبرسانی می‌کند. بهرامی با اشاره به برنامه‌های راهبردی سازمان و اداره کل امور عشایر فارس در جهت ارتقای وضعیت معیشت جامعه بزرگ و پویای عشایری گفت: در این راه باید دستگاه‌های اجرایی و خدماتی استان نیز برای خدمت‌دهی بهتر و بیشتر به جامعه ما را همراهی کنند. وی همچنین از همکاری و تعامل سازنده فرماندار و مسئولان شهرستان مرودشت تقدیر و تشکر کرد.

در صدو بیست و یکمین نشست شورای آموزش و پرورش استان فارس؛

## ۵ مدرسه قدیمی شیراز عنوان مدارس ماندگار را گرفتند

در صد و بیست و یکمین نشست شورای آموزش و پرورش استان فارس با معرفی ۵ مدرسه قدیمی شیراز برای ثبت نام آن‌ها به عنوان مدارس ماندگار به تهران موافقت شد. به گزارش اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش فارس، دبیرستان و هنرستان نمازی، هنرستان‌های طالقانی، هنرستان شهید جوانمردی و دبیرستان عشایری شیراز، پنج مدرسه‌ای هستند که با توجه به قدمت، مورد استفاده بودن ساختمان و سایر ویژگی‌های منحصر به فرد آنها در بین مدارس فارس با معرفی آنها به تهران برای ثبت به عنوان مدارس ماندگار کشور موافقت شد که با طی مراحل اداری و موافقت نهایی در دولت این امر رسمیت پیدا می‌کند. در این شورا که به ریاست استاندار برگزار شد، همچنین با پرداخت ۳ میلیارد تومان به سازمان نوسازی مدارس فارس برای تکمیل ۱۵۰ کلاس درس و تخصیص کل اعتبارات به اداره کل آموزش و پرورش فارس

با عنوان «خواندن به وقت تابستان» صورت می‌گیرد:

## برگزاری مسابقه کتابخوانی در سطح فارس

یک کتاب از رده ادبیات انتخاب کرده و پس از خواندن آن، معرفی خود از کتاب را در فرم مخصوص «معرفی کتاب از زبان خواننده» یادداشت کنند. منوچهری همچنین با اشاره به اینکه منابع این مسابقه محدودیت خاصی ندارد، افزود: معمولاً در مسابقات کتابخوانی شرکت‌کنندگان حق انتخاب ندارند و کتاب مدنظر و پرسش‌نامه‌های مسابقه از پیش تعیین می‌شود؛ این در حالی است که در این رویداد بزرگ استانی علاقه‌مندان می‌توانند هر کتابی از رده ادبیات را که به آن علاقه دارند انتخاب کرده و در مسابقه شرکت نمایند؛ بر این اساس در بخش «کودک و نوجوان» تمامی کتاب‌های کودک و نوجوان بخش ادبیات

مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران فارس تأکید کرد:

## ارائه خدمات مددکاری اجتماعی، برای داشتن جامعه سالم

است چرا که مددکاران با روح و روان انسان‌ها سر و کار دارند. حجت الاسلام محمدجواد محمدی پور افزود: از آن جا که خانواده‌های معظم شهدا و ایثارگران، جامعه هدف بنیاد را شامل می‌شوند و خدمت رسانی و تکرم این بزرگواران در صدر مسائل بنیاد قرار دارد پس مددکاری اجتماعی در بنیاد نیز از اهمیت خاصی برخوردار است.



مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران فارس گفت: برای رفع مشکلات و داشتن جامعه‌ای سالم، خدمات مددکاری اجتماعی ضروری و بسیار مهم است. به گزارش روابط عمومی بنیاد شهید و امور ایثارگران فارس، رجبعلی راهی در سمینار آموزشی مددکاران بنیاد شهید و امور ایثارگران این استان گفت: شرایط خاص زندگی امروز، برخی چالش‌ها و فشارهای روانی را برای جوامع انسانی ایجاد کرده است که برای رفع این مشکلات و داشتن جامعه‌ای سالم، خدمات مددکار اجتماعی ضروری و حائز اهمیت به شمار می‌رود. وی ادامه داد: از این رو این سمینار آموزشی با حضور ۴۰ کارشناس مددکاری استان به منظور توجیه دستورالعمل‌ها و بخشنامه‌های جدید مددکاری و کارگاه

تجارب فرهنگی، توانایی ارائه الگو و نفوذ بر دیگران، نועودستی، پایداری و اصول اخلاقی و مسئولیت پذیری از ویژگی‌های شاخص یک مددکار اجتماعی است. ۹۵ درصد ارتباطات و خدمات رسانی مددکاران به خانواده‌های معظم شهدا و ایثارگران بر اساس تجلیل و تکرم این خانواده‌های معظم صورت می‌گیرد.

آموزشی با موضوع تهدیدات جنگ نرم و آسیب‌های فضای مجازی برگزار شده است. راهی اظهار ادامه داد: مددکار اجتماعی به مددجویان کمک می‌کند تا مشکل خود را شناخته، به توانایی‌های خود پی برده و با استفاده از منابع و امکانات موجود در جهت حل مشکلات خود برآید و در واقع وظیفه مددکار اجتماعی، مشاوره دادن و حمایت از افراد در معرض خطر و خانواده‌ها است. وی بیان کرد: مددکاران اجتماعی برای اینکه بتوانند در کار خود تأثیرگذار باشند باید برخی ویژگی‌های اخلاقی و رفتاری را در خود تقویت کنند. این مقام مسئول افزود: خودشناسی و آگاهی از ارزش‌های خود، آگاهی از

## طرز تهیه دسر لیوانی توت فرنگی

در این روزهای گرم تابستانی بد نیست از میوه‌های خوش رنگ و لعاب تابستانی نهایت استفاده را ببریم. توت فرنگی یکی از این میوه‌های خوشمزه و خوش عطر است. در این مطلب طرز تهیه دسر لیوانی توت فرنگی را بخوانید.

مواد لازم: بیسکویت پتی بور یک بسته خامه صبحانه نصف بسته پنیر خامه ای نصف بسته شکلات تلخ خرد شده پوره توت فرنگی نصف پیمانه پودر کاکائو نصف قاشق چایخوری شکر یک قاشق غذاخوری



طرز تهیه: اول از همه بیسکویت را خرد می‌کنیم. بیسکویت‌ها نباید پودر شوند. بعد آنها را ته لیوان دسر می‌ریزیم. خامه و پنیر خامه ای و پودر کاکائو را با هم مخلوط می‌کنیم و روی بیسکویت‌ها می‌ریزیم. حالا شکلات‌های خرد شده را هم می‌ریزیم و لیوان‌ها را در یخچال می‌گذاریم تا مواد کمی سفت شوند. در

کلام غیرطبیعی مشخص می‌گردد)، بیش فعالی / نقص توجه (بی توجهی، پرتحرکی و رفتارهای ناگهانی، نکانسگری و ناتوانی در تنظیم رفتار)، اختلال خواندن (عدم توانایی در خواندن کتابهایی از قبیل علوم و ریاضی)، داون سیندرم (ناهنجار عموه یا خفیف در ساختار یا عملکرد اعضای بدن)، دیرآموز (حداقل بین افراد عقب مانده ذهنی و افراد با عملکرد هوشی طبیعی)، دیسکسیا (اختلال در قسمتی از مغز که حروف و تنظیم آنها را نظم می‌بخشد)، کم توان ذهنی (ناظر بر محدودیتهای اساسی)، عقب ماندگی ذهنی (کودکان با ضریب هوشی پایین‌تر از ۷۰)، لالی انتخابی (در محیطهایی مانند مدرسه حرف نمی‌زنند و با اطرافیان ارتباط برقرار نمی‌کنند)، محاسبه پریش (مشکلات در محاسبه ریاضی)، اختلال نوشتن (مشکل در هجی کردن کلمات و کلمه بندی ...)، اختلال در یادگیری ریاضی (مشکلات مربوط به رشد ریاضی) دکتر سعیدالرحمن اعتماد- دانشجوی فوق دکتری روان شناسی تربیتی و مدرس دانشگاه

## اختلالات دانش آموزان



در تمام جوامع افرادی که به این دنیا قدم می‌گذارند همگی بدون نقص و اختلال نیستند و بالطبع مدارس نیز بدون دانش آموز با نیازهای ویژه نیستند. در دوره تحصیلی، سطح عالی مورد انتظار این است که یادگیرنده با نهادینه‌سازی دانش اندوخته شده بتواند آنرا در قالب دانش کاربردی برای حل مسائل، بهبود امور و تولید خدمات متنوع تجسم بخشد. معلم باید راهبرهای اصلی را برای تحقق خواسته فوق بکار بندد و تئوری‌ها و اصول آموزشی را در موقعیت‌های منحصر بفرد کلاس خلق کند. مهندسی اصول حاکم بر برنامه درسی از شایستگی‌های معلم است که در هر موقعیت چگونه برنامه درسی را تعدیل و اجرا نماید، چه برای خلق فرصت‌های آموزشی، معلم مسئولیت تطبیق، تدوین، اجرا و ارزشیابی برنامه درسی را در سطح کلاس بعدیه دارد. بنابراین موضوعی که معلم باید نسبت به آن نگران شود آسیب دیدگی دانش آموزان با نیازهای ویژه یا علت آن نیست، بلکه کاهش پیامدهای ناشی از آسیب دیدگی

## تغییر، رسیدن به آرامش است نه ترس از دست دادن آن

نویسنده: رامین حسینی

در نتیجه به عمق نصایح پدرش پی برد ... می‌خواست با مرد پنجاه ساله‌ای که پدر یکی از دوستانش بود دود را شروع کند ولی وقتی که او را نزدیک به موت یافت که بر اثر مواد مخدر بود!



خدا را شکر کرد و برای پدر رحمت خداوند را خواستار شد ... کاش در کتاب قطور زندگی سطری باشیم بیادماندی نه حاشیه‌ای از یاد رفتی! رفتارهای روزانه ما عکس العمل‌هایی است که سال‌ها براساس ورودی‌هایی که از گذشته‌ها، شنیده‌ها و مطالعاتی است که از پدران و مدرّسین، پس به نصیحت پدر، آن ملک را سر و سامان داد. پس از تمام کار دید...خانه بسیار زیبا شده و حیف است که بفروشد پس منصرف شد! بعد خواست قمار بازی کند؛ پس از پرس و جوی فراوان بزرگترین قمار باز شهر را پیدا کرد. دید او در خرابه‌ای زندگی می‌کند! علتش را پرسید. گفت: همه داریم را در قمار باختیم!

زیبایی داستان‌ها به آموزنده بودن آنهاست که شکل داستان را به راهکارهایی برای بهتر زندگی کردن تغییر می‌دهند. روزانه متوسط زمان استفاده ما ایرانی‌ها از فضای مجازی به شش تا هشت ساعت در روز می‌رسد و ما هزاران جمله و مطلب می‌خوانیم که گاهی تمام محتوا طنز یا توصیفاتی غلوآمیز از زندگی ما ایرانی‌هاست که در لایه به لای آن به مسائل روزکاری اجتماع اشاره می‌کند و چه قدر درناکتر زمانی که قصه تلخ زندگی دیگران را توضیح می‌دهد. مسائلی که نه تنها کمکی به زندگی ما نمی‌کند بلکه تصورات غیراصولی را در ذهن تجسم و ثبت می‌کند. باید یادگرفت از زمان که درعصر حاضر طلا خوانده می‌شود استفاده بهتری کرد. لذت مطالعه به شکل سنتی غیرقابل توصیف است: پدری هنگام مرگ به فرزندش گفت: فرزندم تو را سه وصیت دارم. امیدوارم به این سه وصیت من توجه کنی! (۱) اگر خواستی ملکی بفروشی ابتدا دستی به سر رویش بکش و بعد آن را بفروشی! (۲) اگر خواستی قمار بازی کنی سعی کن با

## با کم خوابی خداحافظی کنید



از نوشیدن یک لیوان شیر گرم تا خوردن قرص خواب و ده‌ها راه دیگر؛ پیشنهادهایی است که تنها با یک جست و جوی ساده در اینترنت برای خواب بهتر دیده می‌شود. با وجود این میزان تنوع هستند افرادی که هم چنان از عدم خوابی رنج می‌برند؛ افرادی که حالا شیوه‌ای جدید و قدری دور از ذهن به آنها توصیه می‌شود. یک هدف در زندگی. به‌درست متوجه شدید هدف رمز بهره‌مندی از خوابی خوب است. بنا بر تحقیقات انجام شده، کیفیت و کمیت خواب نقشی مهم در سلامت جسم و زندگی روزمره آنها ایفا می‌کند. این در حالی است که بر اساس آمارهای موجود، ۵۰ تا ۷۰ میلیون نفر در آمریکا از اختلال یا کمبود خواب رنج می‌برند. به‌طور ویژه محققان بر رابطه میان معنا بخشی به زندگی با اختلال وقفه‌های تنفسی (آپنه در خواب) و سندروم پای بی‌قرار (RLS) تأکید دارند. دو مشکلی که یکی با متوقف ساختن تنفس و دیگری با ایجاد احساسی ناخوشایند در پا از قبیل: خارش، گزگز و سوزش باعث بیدار شدن و کاهش کیفیت خواب می‌شوند. در چنین شرایطی داشتن یک هدف مشخص در زندگی به خواب بهتر کمک قابل توجهی

می‌کند. در واقع، افرادی که زندگی هدفمند بنابراین، اگر مدت‌هاست از اختلال خواب رنج می‌برید، آرزوی داشتن یک خواب راحت و بدون مشکل را دارید و از امتحان کردن راه‌های مختلف خسته شده‌اید؛ بهتر آن است که هدفی مشخص برای زندگی تعیین کنید و شب‌ها راه رسیدن به آن را در ذهن تصور کنید.