

ضربالمثل‌های جهان

کمتر گو تا پشیمان نشوی

انگلیسی

اجتماعی



ADHD یا بیش‌فعالی

بیش‌فعال در راضی شدن مشکل دارند و خیلی زود عصبانی می‌شوند. اختلالات دیگری معمولاً با بیش‌فعالی کودکان توأم است: (۱) ناتوانی‌های یادگیری: کودکان بیش‌فعال، ممکن است در خواندن، نوشتن (مثل کندنویسی، بدخطی و غلط املائی و انشایی) و در ریاضیات (مثلاً در محاسبات عددی و مفاهیم ریاضی) دچار مشکل باشند. (۲) مشکلات اجتماعی: کودکان بیش‌فعال، روحیه‌ای نوسانی و پرت سر و صدا بودن و دخالت در کار دیگران توسط همسالان خود طرد می‌شوند. (۳) مشکل‌های هیجانی: کودکان مبتلا به بیش‌فعالی، روحیه‌ای نوسانی و پرت سر و صدا بودن و دخالت در کار دیگران توسط همسالان خود طرد می‌شوند. (۴) نارسایی شناختی: این کودکان در توجه و تمرکز حواس دچار مشکل هستند. البته این به معنی کم هوشی آنها نیست. حال باید پاسخ دهیم که علل اختلال «بیش‌فعالی» چیست؟ عوامل متعددی می‌تواند در کودکان باعث ایجاد اختلال بیش‌فعالی شود که به طور مختصر به بعضی از این عوامل می‌پردازیم. بیش‌فعالی در خانواده‌ها، موروثی می‌باشد. البته ژنتیک به تنهایی علت بروز بیش‌فعالی نیست، اما افراد با ویژگی‌های ژنتیکی خاص مستعد بروز این اختلال هستند. تأثیر محیط در بروز مشکل بیش‌فعالی از زمانی که کودک در رحم مادر است، آغاز می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که قرار گرفتن نوزاد در معرض برخی مواد

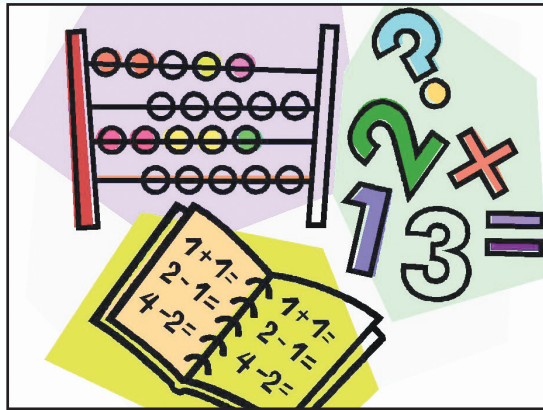
یک اختلال عصبی است که کودکان با آن متولد می‌شوند. این اختلال ۵٪ از کودکان را در سن ۴ تا ۱۷ سالگی تحت تأثیر قرار می‌دهد. کودکان مبتلا به بیش‌فعالی معمولاً دچار اختلال روحی دیگری هم می‌شوند؛ مثل افسردگی، اضطراب و نافرمانی مقابله‌ای. این کودکان معمولاً دارای اعتماد به نفس پایین و مهارت‌های اجتماعی ضعیفی هستند. کودکان مبتلا به بیش‌فعالی، بسیار باهوش، خلاق و با احساس هستند، اما بسیاری از بچه‌ها آن‌ها را از خود می‌رانند. کودکان بیش‌فعال چه نشانه‌هایی دارند؟ کودکانی که مبتلا به بیش‌فعالی هستند، میان انجام کاری مشخص کار دیگری را شروع می‌کنند؛ یعنی کارها را نیمه‌تمام انجام می‌دهند. بسیاری از آن‌ها برای مدت اندکی می‌توانند به دقت به چیزی گوش دهند، ولی زود حواسشان پرت می‌شود. نارسایی قابل توجهی در توجه پایدار دارند و در حین انجام کارها به رؤیا می‌روند. کودکان بیش‌فعال، همچنین، بیش از حد پر جنب و جوش و به گونه‌ای اغراق‌آمیز کنجکاو هستند و تحمل نشستن در جایی را ندارند. بعضی اوقات آن‌ها پرحرف و وراجانه. علاوه بر نشانه‌هایی که گفته شد، کودکان بیش‌فعال، ممکن است ویژگی‌های دیگری نیز داشته باشند. مثلاً دارای روحیه‌ی تکانشگری (برانگیختگی) باشند؛ یعنی، بدون تفکر، بیش‌بینی و در نظر گفتن پیامدها، عملی ناکهانی را مرتکب شوند و از پیامدهای رفتار خود تجربه کسب نمی‌کنند. معمولاً کودکان

قبل از تولد، احتمال بروز این مشکل را افزایش می‌دهد. گرچه در بسیاری از افراد، این مورد فاکتور مهمی محسوب نمی‌شود. مواردی که نوزاد در معرض آن‌ها قرار می‌گیرد، بر روی رشد مغز تأثیر گذاشته و باعث بروز مشکلاتی در شناخت، توجه، تمرکز و موارد دیگر می‌شود. برخی از این عوامل قبل از تولد عبارت‌اند از: قرار گرفتن در معرض نیکوتین، مصرف الکل، قرار گرفتن در معرض فلزات سنگین در دوران جنینی و یا در طول دوران نوزادی و زود زدن به هنگام تولد که می‌تواند به خاطر سیگار کشیدن، استفاده از مواد مخدر و یا عوامل دیگر باشد. علاوه بر عوامل فوق، عوامل عصبی و استرس زا، رفتار والدین، علل روانشناختی و عوامل مربوط به تغذیه می‌تواند در بروز مشکل بیش‌فعالی در کودکان مؤثر باشد. بیش‌فعالی درمان قطعی ندارد ولی می‌توان آن را به خوبی اداره کرد. روان‌پزشک طرح درمانی درازمدت و ویژه‌ای را ارائه می‌دهد. هدف این است که به کودک کمک شود تا بتواند رفتار خود را کنترل کند. خانواده نیز باید محیطی فراهم کند که کودک بتواند چنین کاری را انجام دهد. در بیشتر موارد بهترین درمان، ترکیبی از درمان دارویی و رفتار درمانی است. هر روش درمانی مناسبی به پیگیری و ارزیابی دقیق نیاز دارد. در طی این پیگیری‌ها پزشک، درمان را تنظیم و تعدیل می‌کند. این نکته بسیار مهم است که والدین فعالانه در درمان کودک مشارکت نمایند.

خلاقیت در ریاضی

نام و نام خانوادگی: نسرين كرمي فر- آموزگار- ملاصدرا (۲)

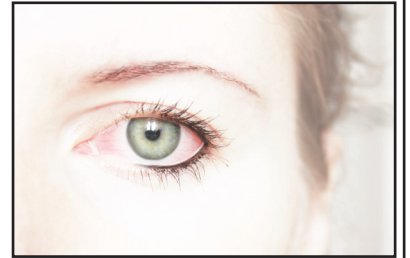
۲۵۱۸۴/۱۵۰۵۱



وقتی که ریاضیات به صورت ساخته و پرداخته و در آن هر سوالی با جواب صریح و متکی بر مطالب، راه حل‌های قالبی مورد دلیل توسط خود معلم به دانش‌آموز ارائه شود، دیگر دانش‌آموز حق هیچ نوع اظهاری ندارد، زیرا سخن معلم درست است و دلیلی برای درستی آن ارائه داده و چون و چرای دانش‌آموز رد می‌شود. باید به دانش‌آموز فرصت داده شود تا در جریان یادگیری فعال باشد و بیند که چگونه، تعریفی تکامل پیدا می‌کند. باید حدس‌زدن و آزمون را که شیوه‌ی علمی و خلاقانه است به دانش‌آموزان در ریاضیات و هندسه آموزش داد. فرصت‌هایی برای خودآموزی و یادگیری اکتشافی در اختیار دانش‌آموزان قرار دهیم... یکی از ویژگی‌های افراد آفریننده، استقلال شخصی و توانایی پیدا کردن راه حل مسائل به طریق

حساسیت‌های چشمی

دکتر عبدالناصر نجفی - جراح و متخصص بیماری‌های چشم



دیده می‌شود و در شهرستان کازرون، یکی از بیماری‌های شایع چشمی در بین مراجعہ کنندگان به مطب چشم پزشکان می‌باشد. حساسیت چشمی، بیشتر در فصول گرم و خشک دیده می‌شود و در این شهرستان از منطقه کهمره، به خصوص روستای کنده‌ای (تنگ ابوالحیات) مراجعہ می‌کنند که احتمالاً به علت مجاورت با باغات انجیر، گردو و غیره می‌باشد. این بیماری باعث عوارض جدی از جمله زخم قرنیه و حتی قوز قرنیه که عوارض جبران ناپذیری به دنبال دارد می‌گردد. بنابراین والدین باید بیشتر مواظب خارش شدید چشم اطفال باشند زیرا اگر نادیده گرفته شود، عواقب جدی برای چشم افراد در پی خواهد داشت.

حساسیت‌های چشمی شایع تحت عنوان حساسیت چشمی بهاره یا (V.K.C) عمدتاً در فصل بهار و پاییز دیده می‌شود و بیشتر در پسرها و سنین ۵ سال به بالا شروع می‌شود. این بیماری با علائم ریزش اشک، قرمزی چشم، خارش شدید، احساس جسم خارجی و حساسیت به نور

نعناع، گیاهی شگفت‌انگیز!

نعناع خواص شگفت‌انگیزی چون سلامت دستگاه گوارش، رفع درد و خستگی و زیبایی پوست و لاغری دارد. گیاهان دارویی تأثیر زیادی در سلامت بدن دارند و یکی از این گیاهان دارویی مفید که در سلامت بدن تأثیرات چشمگیری دارد نعناع است. در ادامه بیشتر بخوانید: نعناع، رایحه‌ی فوق‌العاده‌ای دارد، طعمش عالی است و خواص شگفت‌انگیزی دارد؛ از دفع حشرات مزاحم گرفته تا کمک به بهبود عملکرد سیستم گوارش، رفع احساس خستگی، تسکین سردرد، کاهش علائم آسم، ضدسرطان و بهبود سلامت پوست و زیبایی همه خواص شگفت‌آور گیاه نعناع محسوب می‌شوند. **بهبود سیستم گوارش:** نعناع برای کمک به هضم غذا بسیار مؤثر است. **درمان سردرد:** بوی خوش و فرح بخش نعناع علاج فوری و مؤثر برای حالت تهوع و سردرد است.

رفع احساس خستگی: استشمام بوی نعناع کمک می‌کند تا کمتر احساس استرس و افسردگی کنید. **سلامت پوست:** نعناع برای پاکسازی جوش‌ها، تسکین خارش پوست و تاراندن حشرات هم خوب است. می‌توانید از نعناع برای درمان جای گزش حشرات چون پشه، زنبورسرخ و زنبورعسل استفاده کنید. **لاغری:** با افزودن نعناع به رژیم غذایی تان به بدنتان کمک می‌کند تا زودتر وزن‌تان کاهش پیدا کند. **سلامت دهان:** نعناع به دلیل داشتن ویژگی‌های قوی ضد میکروبی و ضدالتهابی، برای سلامت دهانتان بسیار عالی است. **ضد سرطان:** پژوهش‌ها نشان می‌دهد نعناع می‌تواند از انواع خاصی از سرطان‌ها پیشگیری کند.

اطلاعیه اداره کل راه و شهرسازی استان فارس (نوبت اول)

آگهی تملک زمین‌های واقع در محدوده تملک ضلع شرقی حرم مطهر حضرت شاهچراغ (ع)



در راستای توسعه حرم مطهر حضرت شاهچراغ (ع) بدینوسیله به اطلاع کلیه مالکین اراضی و ابنیه و صاحبین اعیانات اعم از محل سکونت یا ممر اعاشه و دارندگان سایر حقوق متصوره، واقع در محدوده تملک ضلع شرقی حرم مطهر حضرت شاهچراغ (ع) به شرح طرح پیوستی می‌رساند با استناد به مصوبه شورای عالی شهرسازی و اختیارات حاصله از لایحه قانونی نحوه خرید و تملک اراضی و املاک برای اجرای برنامه‌های عمومی، عمرانی و نظامی دولت و موافقت‌نامه شماره ۱۲، ۳۳، ۱، ۱۷ طی ابلاغیه شماره ۱۲۶۴۹۲۸ مورخ ۱۲/۸/۹۵ از محل اعتبارات تملک‌دارای سرمایه‌ای، اداره کل راه و شهرسازی استان فارس در نظر دارد نسبت به تملک اراضی واقع در محدوده ضلع شرقی حرم مطهر حضرت شاهچراغ (ع) بر اساس نقشه ذیل اقدام نماید. لذا مطابق ماده ۸ قانون فوق‌الذکر به کلیه مالکین و قائم مقام قانونی مالکین پلاک‌های مذکور اعلام می‌گردد که ظرف مهلت قانونی با در دست داشتن اسناد و مدارک مثبته مبنی بر مالکیت و جهت انجام معامله به حوزه مدیریت فنی و اجرایی اداره کل راه و شهرسازی واقع در استان حرم مطهر حضرت شاهچراغ (ع) مراجعه نمایند. بدیهی است در صورت عدم مراجعت و یا استنکاف جهت انجام معامله و یا مجهول‌المالک بودن به منظور عدم جلوگیری از وقفه یا تأخیر در اجرای طرح وفق مقررات مربوطه اقدام خواهد گردید.

روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی استان فارس