روزنامه طلوع

تاریخ ۹ خرداد ۱۴۰۱ دوشنبه

صفحه ۵ | شماره ۳۳۶۷ | سال بیست‌وهشتم

ویژه

سخن بزرگان

برای اجتناب از بحران می توانید از سیاست سکوت استفاده کنید

سوزان کوئیلیام

من و مشکلاتم

به شدت دلهره و اضطراب داشتم، دل شوره عجیبی به جانم افتاده بود، احساس می‌کردم همه دنیا دارد روی سرم خراب می‌شود. فردا امتحان داشتم و از شدت بیماری نتوانسته بودم خوب درس بخوانم. وقتی مادرم کتاب را در دست گرفته بود و یکی یکی روی نکته‌های مهم تأکید می‌کرد، در حالی که من در تب می‌سوختم و مرتب می‌گفت حواست باشد، احساس می‌کردم اصلاً هیچ‌چیز بلد نیستم و تا به حال لای کتاب را باز نکرده‌ام و نگران‌تر می‌شدم.

در همین حال و هوا بودم که چشمام سنگین شد و یک دفعه خوابم برد. در خواب حس کردم چیزی به سرم خورد و از ترس بیدار شدم، نگاهی به اطراف کردم دیدم چیزی نیست، ولی یک دفعه مادرم را دیدم که با عصای پدربزرگم مثل عزرائیل بالای سرم ایستاده و با آن مرا تکان می‌دهد و می‌گوید: «مگر درس خواندی که خوابیدی!» بلند شو و نگاهی به کتابت بینداز.

فردا که نمره بدی گرفتی معلمت فکر می‌کند در این مدت که مدرسه آنلاین بوده، همه را تقلب می‌کردی با اینکه حال نداشتم و چشمانم به زور باز می‌شد کتابم را برداشتم و نگاهی به آن انداختم، هرازگاهی، وسطش چرت می‌زدم و دوباره به خاطر غرغر مادرم بیدار می‌شدم بالاخره نمی‌دانم که چه شد، دلش به رحم آمد و گفت: «بروبخواب این

درس خواندن نشد.»

شب تا صبح هزاربار بیدار شدم و خوابیدم. تازه خوابم برده بود که با صدای بی‌موقع خروس همسایه از خواب بیدار شدم و با حال بد، راهی مدرسه شدم. زنگ امتحان شد و معلم برگه‌ها را پخش کرد، با خودم گفتم من که درست درس نخواندم توکل بر خدا هر چه باداباد!

اما تنها برگ برنده‌ام درس خواندن در طول سال بود هر طور بود برگه را نوشتم و تحویل دادم. در خانه زیاد از امتحان حرفی نزدم و فقط به مادرم گفتم امتحان خیلی سخت بود و من هر چیزی که بلد بودم را نوشتم. هفته بعد که معلم برگه‌ها را آورد با ناراحتی گفت: اصلاً نمره‌های خوبی نگرفتید و اولین نفر مرا صدا زد. از ترس نزدیک بود سکته کنم.

گفتم خدا به فریادم برسد اگر نمره‌ام کم شده باشد مادرم مرا از گوش آویزان می‌کند و بدتر از آن جلوی بچه‌ها آبرویم می‌رود. باترس و لرز از روی صندلی بلند شدم.

ناگهان در حالی که انتظارش را نداشتم معلم مرا تشویق کرد و گفت: تو تنها نمره کامل کلاس را گرفته‌ای همانجا خشکم زد و زبانم بند آمد.

نازنین خسرویان – مدرسه حجاب- کلاس هفتم

اهمیت تمرکز دانش‌آموزان در یادگیری آنها و روش‌های تقویت آن

تمرکز حواس از اساسی‌ترین رموز موفقیت در تحصیل محسوب می‌شود و برای رشد و گسترش حافظه و یادگیری امری ضروری و بسیار تعیین‌کننده تلقی می‌شود.

استعداد تمرکز مسئله‌ای ذاتی نیست و تا حدود زیادی یک ویژگی اکتسابی محسوب می‌شود بنابراین می‌توان با بهره‌گیری از اصولی که ارائه می‌شود و ممارست و پشتکار و همچنین دانستن برخی از علت‌های عدم تمرکز دانش‌آموز سر کلاس این استعداد را در کودک و دانش‌آموز رشد داد. درمجموع چند دلیل عمده برای کاهش تمرکز و حواس‌پرتی آن‌ها وجود دارد که عبارتند از حواس‌پرتی‌های درونی از جمله (درد، رنج، غم و غصه، گرسنگی و تشنگی، اضطراب و نگرانی)، حواس‌پرتی‌های بیرونی از جمله (سردی و گرمی هوای کلاس درس، نور شدید و نور ضعیف، صداهای ناهنجار و گیج کننده) و حوادث و اتفاقات عاطفی محیط پیرامون دانش‌آموزان از جمله (کمبود محبت و نشاط در خانواده، مقایسه دانش‌آموز با سایر همسالان خود و توقعات بیش از ظرفیت کودک)

راهکارهای زیادی برای افزایش دقت و تمرکز حواس در دانش‌آموزان وجود دارد که می‌توان به مواردی مثل انجام فعالیت بدنی، تمرین تمرکز، زمان‌بندی تدریس، حذف عوامل حواس‌پرتی، بازی‌های تقویت

حافظه، تمرین تصویر ذهنی، تغذیه و خواب مناسب، برقراری ارتباط چشمی بین معلم و دانش‌آموز اشاره کرد.

می‌توان از یکسری تمرینات پیشنهادی مثل کامل کردن تصاویر ناقص، پیدا کردن اختلاف دو تصویر، گوش دادن به صداهای مختلف و یادداشت کردن آن، استفاده از مجموعه "بشنو و پیدا کن" و مرتب کردن جملات به هم ریخته برای افزایش دقت و تمرکز دانش‌آموزان در کلاس درس و منزل استفاده کرد.

صفیه ساسانی پور

راهکار های برای افزاش توجه و تمرکز دانش آموزان در کلاس درس

۱- توجه: اغلب اوقات وقتی به چیزی نگاه می کنیم، تنها به آن نگاهی می اندازیم؛ در واقع به آن توجه نمی‌کنیم.

به گزارش سایت کلاس ۲، در رابطه با آموزش، عواملی چون متمایز و مشخص بودن مطالب درسی، قابلیت کاربرد جذابیت آن ها بر میزان توجه دانش آموزان تأثیر می گذارد. معلم باید بکوشد تا در آموزش مطالب، توجه دانش آموزان را به جنبه های حساس و مهم درس جلب کند. این کار را می تواند از راه توضیحات روشن و تأکید بر نکات مهم انجام دهد.

۲- استفاده از تصاویر: تصاویر، بیش از کلمات جلب توجه می کنند و تصاویر آدمی و حیوانات، بیش از تصاویر اشیاء (و تصاویر حیوانات آشنا بیش از حیوانات نا آشنا) مورد توجه قرار می گیرند؛ لذا در درس‌هایی مانند ریاضی، می توان به جای تصویر اشیای بی جان مانند مواد، چوب کبریت، خوشه گندم و ... از تصویر موجودات جان دار و حتی خود آن ها استفاده کرد.

۳- استفاده از محرک های شنیداری: گرچه آموزش از طریق داستان و شعر بیش از روش های کلاسیک مؤثر است؛ ولی اگر این آموزش با آهنگ (سرود) و ریتم (ضرب) همراه شود؛ جلب توجه بیش تر می کند. چنان چه فعالیت های فوق با حرکت، پا کوبیدن، دست زدن و حرکات بدنی نیز همراه شود، در جلب و نگه داری توجه تأثیر خواهد داشت؛ زیرا از حافظه ی حرکتی (عملی) استفاده شده است.

۴- استفاده از رنگ: بعضی از رنگ ها مانند قرمز و آبی، توجه بیش تری را به خود جلب می کنند. هنگامی که تعدادی از کلمات به یک رنگ معین مثلاً؛ سیاه روی کاغذ سفید یا با گچ سفید روی تخته سیاه نوشته شده اند، در آن ها نوعی تشابه و عدم تفاوت وجود دارد که به جلب توجه کمک نمی کند؛ لذا، در صورت امکان از این دو رنگ بیش تر استفاده کرد.

آگهی

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای همراه با ارزیابی کیفی به شماره ۵۳-۹-۱-۱۴۰۱ شماره فراخوان در سامانه ستاد ۲۰۰۱۰۰۷۰۰۰۰۰۰۰۷۴

۱-نام مناقصه گزار : شرکت توزیع برق فارس به آدرس شیراز خیابان معدل حدفاصل فلسطین و ملاصدرا تلفن: ۸۰-۰۷۱۳۲۳۱۹۳۷۴ تلفن امور تدارکات: ۰۷۱۳۲۳۱۷۸۶۹

۲-موضوع مناقصه : مناقصه اجرای عملیات رفع اتفاقات، رفع خاموشی و نت شبکه های توزیع نیروی برق در بخش مرکزی و میمند در شهرستان فیروزآباد بر اساس استاندارد های مصوب وزارت نیرو به صورت ادغامی

۳-زمان دریافت اسناد مناقصه: از تاریخ ۱۴۰۱/۰۳/۰۹ لغایت ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۱۶ ، به مدت ۵ روزکاری

۴-مدارک مورد نیاز جهت تحویل اسناد : فیش واریزی به مبلغ ۲۲۰۰۰۰ ریال واریز به حساب جاری شماره ۷۴۸۲۷ – ۰۷۸۶۰ بانک تجارت شعبه فلسطین شیراز

۵-آدرس محل تحویل اسناد(پاکت الف): شیراز خیابان معدل حدفاصل فلسطین و ملاصدرا شرکت توزیع نیروی برق فارس-امور تدارکات : تلفن۳۲۳۱۷۸۶۹-۰۷۱

۶-آدرس محل دریافت اسناد : دسترسی به اسناد مناقصه از طریق سامانه تدارکات دولت به آدرس www.setadiran.ir، واطلاعات آگهی از طریق شبکه اطلاع رسانی معاملات توانیر به نشانی www.tavanir.org.ir ، سایت پایگاه ملی مناقصات www.iets.mporg.ir و شرکت توزیع نیروی برق استان فارس به آدرس www.farsedc.i امکان پذیر می باشد.

لازم به ذکر است بارگذاری اسناد از طریق سامانه تدارکات دولت الزامی می باشد.

۷-زمان تحویل اسناد : ساعت ۱۰ صبح روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۳۰

۸-محل برگزاری مناقصه : شرکت توزیع نیروی برق استان فارس – طبقه چهارم – سالن اجتماعات

۹-زمان بازگشایی پاکات : پاکت ارزیابی کیفی شرکت های مناقصه گر ساعت ۱۲ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۳۰ با حضور اعضاء کمیسیون مناقصه باز و قرائت می گردد و جهت ارزیابی کیفی مناقصه گران به کمیته فنی بازرگانی ارجاع داده می شود و در جلسه ای که تاریخ آن در همین جلسه اعلام می‌گردد ، پاکت‌های الف و ب و ج شرکت کنندگان در صورت کسب حد نصاب لازم بازگشایی می گردد. به پیشنهادهای فاقد امضاء ، مشروط ، مخدوش و پیشنهاداتی که بعد از موعد مقرر در بند ۷ آگهی مناقصه واصل شود ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۱۰-ذکر شماره مناقصه روی پاکت الف الزامی بوده و حضور پیشنهاد دهندگان در جلسه آزاد است.

۱۱-تضمین شرکت در مناقصه : مبلغ ۱،۵۵۱،۳۱۵،۸۱۰ریال که به صورت ضمانتنامه معتبر بانکی ، اصل فیش واریز وجه نقد به حساب بانکی مجاز ، گواهی خالص مطالبات قطعی تایید شده از سوی امور مالی شرکت توزیع برق فارس می باشد که بایستی در پاکت الف قرار گرفته و همزمان با سایر پاکات از طریق سایت سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir ارسال گردد، ضمنا به پیشنهادهای فاقد سپرده، سپرده های مخدوش، سپرده های کمتر از میزان مقرر، چک شخصی، وجه نقد ونظایر آن ترتیب اثر داده نخواهد شد..

۱۲ -شرکت توزیع برق فارس در رد یا قبول کلیه پیشنهادات مختار می باشد.

۱۳-مناقصه به صورت عمومی و در یک مرحله برگزار می گردد.

۱۴-پرداخت کلیه هزینه های کسورات قانونی بعهده برنده مناقصه می باشد.

۱۵-تمام مراحل برگزاری مناقصه از دریافت و تحویل اسناد مناقصه و ارزیابی و اعلام برنده مناقصه از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (به آدرس www.setadiran.ir) انجام خواهد شد.

۱۶-سایر اطلاعات و جزئیات مربوط در اسناد مناقصه مندرج است.(شرکت کنندگان در مناقصه می بایست دو روز قبل از آخرین تاریخ تحویل پاکت ها با مراجعه به سایت توانیر و یا سایت شرکت توزیع برق فارس و یا تماس با امور تدارکات از اخرین اصلاحات احتمالی اسناد مطلع گردند درغیراینصورت مسئولیت عدم رعایت این بند به عهده مناقصه گران می باشد.) ۱۳۲۴۶۳۷ ۳۸۲۸۲

شرکت توزیع برق استان فارس

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۶۰۳۱۱۲۴۱۰۰۶۸۱۱ مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۱۸ موضوع پرونده کلاسه شماره ۱۴۰۰۱۱۴۴۱۱۰۳۴۰۰۰۷۶۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم آمنه حسینی به شناسنامه شماره ۴۰۳ کدملی ۶۵۵۹۹۵۱۹۱۱ صادره خفر فرزند عبدالرضا در ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۱۵۰ مترمربع به پلاک ۱۳۰۱۷ فرعی از ۲۱۳۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک شماره ۴۶ فرعی از ۲۱۳۹ اصلی واقع در بخش ۴ حوزه ثبت ملک شیراز- ناحیه ۵ خریداری از مالک رسمی بانو سمنبر شامی جامعه بزرگی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول:۱۴۰۱/۰۲/۲۵ تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۱/۰۳/۰۹

۳۸۱۲۷/۱۹۶۳۹۹ ۶۵۱ م الف

محسن مرتضوی نیا– رئیس ثبت اسناد و املاک

آگهی تحدید حدود اختصاصی پلاک ۹۴۳/۱۲۵۴ واقع در قطعه یک بخش ۶ فارس بیضاء

نظر به اینکه تحدید حدود پلاک ۹۴۳/۱۲۵۴ واقع در قطعه یک بخش ۶ فارس بیضاء مشهور به روستای شهیدآباد ملکی آقای علی ضامن زارع فرزند نظر به شماره شناسنامه ۷۲۱ صادره از بیضا در ششدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۳۹۱۰۴/۷۴ مترمربع مفروز و جدا شده از پلاک اصلی مذکور که در حصه مشاعی متقاضی می باشد که به موجب رای شماره ۱۴۰۰۶۰۳۱۱۰۲۰۰۰۱۲۰۱-۱۴۰۰/۱۲/۱۲ در اجرای قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی در مالکیت نامبرده استقرار یافته است و می بایستی تحدید حدود شود و برحسب تقاضای نامبرده جهت آگهی تحدیدی در روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۳/۳۰ عملیات تحدید حدود ساعت ۹ صبح در محل شروع و به عمل خواهد آمد، لذا متقاضی و صاحبان املاک مجاور طبق ماده ۱۴ قانون ثبت دعوت می شود در وقت مقرر در محل حضور بهم رسانند. واخواهی مجاورین نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی طبق ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورتمجلس تحدیدی تا ۳۰ روز پذیرفته خواهد شد. کسانیکه نسبت به عملیات تحدید حدود اختصاصی اعتراضی داشته باشند برابر ماده ۸۶ آیین نامه قانون ثبت باید ضمن تسلیم اعتراض خود به اداره ثبت محل حداکثر ظرف مدت یک ماه به مراجع ذیصلاح قضایی مراجعه و نسبت به تقدیم دادخواست اعتراض، اقدام نموده و گواهی لازم اخذ و به اداره ثبت اسناد و املاک بیضا ارائه نمایند، در غیر این صورت متقاضی و یا نماینده قانونی او می تواند به مراجع ذیصلاح قضایی مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست اعتراض اخذ و به این اداره ارائه نماید. پس از انقضاء مهلت مذکور اداره ثبت اسناد و املاک بیضاء برابر با مقررات نسبت به صدور سند مالکیت اقدام خواهد نمود.

تاریخ انتشار:۱۴۰۱/۰۳/۰۹ ۳۸۲۸۴/۱۹۶۴۹۱ ۳۳ م الف

سید عبدالکریم زارعی– رئیس ثبت اسناد و املاک بیضا

آگهی مزایده مرحله اول: ۱۴۰۱/۰۳/۲ ، نوبت دوم : ۱۴۰۱/۰۳/۰۹

شهرداری بالاده در نظر دارد طبق مجوز شماره ۱۱ مورخ ۱۴۰۱/۰۱/۳۰ شورای محترم اسلامی شهر بالاده و به استناد آئین نامه مالی شهرداری نسبت به فروش هفت قطعه زمین مسکونی و تجاری طبق مشخصات و شرایط ذیل اقدام نماید.

علاقه مندان محترم می توانند پیشنهادات خود را ظرف مدت ۱۰ روز پس از نشر آگهی نوبت دوم در فرم مزایده، تکمیل و طی درخواست کتبی در پاکت سربسته به شهرداری تحویل نمایند.

پلاک مسکونی:

ردیف	شماره پلاک	متراژ(مترمربع)	کاربری ملک	قیمت پایه به ازاء هر متر مربع (ریال)	آدرس ملک
۱	۴	۲۰۰	مسکونی	۴/۰۰۰/۰۰۰	تفکیکی رهام ملک زاده جنب فنی و حرفه ای
۲	۸	۲۰۰	مسکونی	۴/۰۰۰/۰۰۰	تفکیکی رهام ملک زاده جنب فنی و حرفه ای
۳	۲۹	۲۳۳/۸	مسکونی	۴/۵۰۰/۰۰۰	تفکیکی رهام ملک زاده جنب فنی و حرفه ای
۴	۳۰	۴۶۸/۷۸	مسکونی	۴/۵۰۰/۰۰۰	تفکیکی رهام ملک زاده جنب فنی و حرفه ای
۵	۳۱	۳۲۲/۷۷	مسکونی	۴/۵۰۰/۰۰۰	تفکیکی رهام ملک زاده جنب فنی و حرفه ای
۶	۳۲	۲۰۰/۴۳	مسکونی	۴/۵۰۰/۰۰۰	تفکیکی رهام ملک زاده جنب فنی و حرفه ای
۷		۸	تجاری	۲۰/۰۰۰/۰۰۰	خیابان شاهد جنب مسجد امام حسین(ع)

شرایط:

۱- پیشنهاد دهنده بایستی ۵٪ از قیمت پایه را به صورت وجه نقد به حساب سپرده شهرداری به شماره۰۱۱۰۸۱۱۴۲۰۰۰۱ نزد بانک صادرات واریز نماید.

۲- کروکی ملک و مشخصات و قیمت پایه در فرم مزایده موجود می باشد.

۳- کلیه هزینه های سند نویسی، نقل و انتقال، دارائی، نشر آگهی و غیره برعهده برنده مزایده خواهد بود.

۴- شهرداری در رد یا قبول یک و یا کلیه پیشنهادات مجاز و مختار خواهد بود.

۵- پشت پاکتهای پیشنهادی شماره مزایده قید گردد.

۶- پیشنهادات بایستی خوانا و بدون خط خوردگی بوده و به پیشنهادات مخدوش و مبهم و مشروط و فاقد سپرده بند یک ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۷- پس از تشکیل کمیسیون عالی معاملات در موعد مقرر و اعلام برنده مزایده، برنده می بایست ظرف مدت ۴۸ ساعت نسبت به انجام مراحل قانونی شامل مراجعه به شهرداری و محاسبه و واریز وجه به حساب درآمد شهرداری اقدام نماید.

۸- سپرده برندگان اول و دوم و سوم تا زمان واگذاری زمین در شهرداری ضبط خواهد شد.

۹- قیمت ملک فوق نقدا وصول خواهد شد.

۱۰- علاقه مندان محترم می توانند به منظور کسب اطلاعات بیشتر به امور مالی شهرداری مراجعه ویابا شماره۰۷۱۴۲۴۷۴۰۹۱ تماس حاصل نمایند . ۱۳۲۰۸۱۲ ۳۸۲۰۲

فتح الله اردشیری – شهردار بالاده