

شناسایی ۴۰۰ کودک وزن معتاد

خسروی - ۴۱۶ کودک و معونات‌تایان بهمن شناسایی شدند. مدیرکل بهزیستی از شناسایی ۲۰۳ کودک مبتلا به اعتیاد در ۹ ماه اسفند ۱۳۹۲، زن معونات‌تایان شناسایی، خبر داد و به خراسان جنوبی گفت: بیشترین کودکان شناسایی و راجع شده به مراکز اورژانس اجتماعی، در گروه سنی ۱۵ تا ۱۸ سال قرار دارند. وی با اشاره به روند افزایشی مشروبات در کودکان مبتلا به اعتیاد افزود: ۱۶۴ مورد راجع گشت به خانواده، ۳۱ مورد راجع به نگره‌های روز و هفت مورد تحویل به وابستگان ثبت شد.

فعالیت مراکز بهداشتی و درمانی در نوروز

فاسمی- مراکز بهداشتی و درمانی استان در تعطیلات نوروز به صورت کشیک فعال خواهد بود. کارشناس مراقبت بیماری های دانشکده علوم پزشکی بیرجند، گفت: «۱۰۳ مرکز بهداشتی درمانی به همراه خدمات دندانپزشکی و خدمات اورژانس در روزهای تعطیل نوروز هم به صورت کشیک به مراجع کنندگان خدمات ارائه می کنند. «جمعاً ۱۴۰ فرد: در هر شهرستان تعدادی از مراکز بهداشتی و مراکز درمانی ۲۹، ۱۳ اسفند تا ۱۴ فروردین، فعال خواهد بود. خدمات دندانپزشکی، زایمانها و اکسیاسیون هم مانند قبل به مردم ارائه می شود اما با توجه به شیوع کرونا، ضد عفونی مراکز با شدت بیشتری انجام و از جمع مراجع جلوگیری می شود و به ویژه منعی برای اکسیاسیون اطفا در این شرایط نیست و کار ادامه دارد»

ژیان

قدیم تر هایک ریان بود و قابلیت های زیادش برای خانواده: از کوچک و کم جا بودن تا کمک فنر های عجیب و غریب آن. خودرویی جمع جور، ارزان و کم بردر که با همه ضعف هایش، برای بسیاری از خانواده ها دوست داشتنی بود. برخی جوان های ایرانی خاطره بازی دوباره، به سراغی روری این قدیمی های دوست داشتنی می کشند مثل این که جندی پیش از آن به عنوان خودروی عروس استفاده شد.



رسیدگی به کارهای عقب مانده، فرصت یادگیریهای جدید مانند آشپزی، کارهای هنری، مطالعه کتاب آنلاین، فایدهای زیادی صوتی، ورزشهای جمعی و... و از جرقه فعالیت های لذت بخش می داند که اعضای خانواده او می توانند برای عید از آن استفاده کنند. به گفته ی او، این مدت فرصت مناسبی برای گفت و گوهای خانوادگی و به ویژه روزه های جوانان برای رفع تعارضها و پیدا کردن راه های رفع مشکل و تمرین برای رسیدن به زمان مشترک است. او با اشاره به این که والدین در طول سال فرصت زیادی برای گفت و گو با فرزند ندارند، این مدت را فرصتی مناسب برای عمدهای، نظرخواهی و رابطه بهتر با فرزندان به ویژه نوجوانان می نامد و می افزاید: والدین سعی کنند درباره ی هیجان های منفی از فرزندان پرسند و با سوال و جواب کردن به آن ها نازیک شوند.

راهکارهای مدیریت استرس

او بهره بردن از موسیقی متناسب با علایق فردی و اعضای خانواده، را یکی از راهکارهای مدیریت استرس در این مدت، بیان و اضافه می کند: «به دلیل نگرانی از شیوع کرونا و اضطراب های به وجود آمده می توانم از تکنیک های تفرار آرمی و ریلکسیشن برای کنترل اضطراب استفاده کنم، این معنی که افراد در طول روز با انجام چند بار نفس عمیق، فکر کردن به موضوع های مثبت و آرام سازی عضلات بدن از تنش های ذهنی رهایی یابند و در شرایط آرمی قرار گیرند. می هر چند در کنار همه یهود اعضای خانواده آرامش می داند اما معتقد است این موضوع در عین حال می تواند سبب بروز اتفاقات های منفی و ذهنی به هم تفاوت خانواده ای شود چرا که افراد از نظر ذهنی با تنش متفاوت دارند، بنابراین داشتن آگاهی از رفتارها، به برداشت مثبت از صحبت یکدیگر و حفظ خونسردی می تواند سبب در امان ماندن از آسیب های روحی، همچنین، این مدت برای مناسب برای بهره گیری از نظر مشاوران و تماس با خط ۱۲۸۰ پس از ایجاد اختلاف است.

این مشاوران تا یکدیگر بر این فکر رفتاری که شکست و آفای خود اندازد، بازی نام دارد. در فترت‌های بی‌وجود آمدن راه‌های برای افزایش ساعت‌بازی این‌ها به این فکر می‌افتد و می‌گوید: افزایش یا کم‌تر شدن امکانات مانند اجرای پلانتومیم، استفاده از پلانتومیم، فریز به عنوان بازی کشش و رفتن یا کود که ... این‌ها خط‌های تلخ و تیره‌ای است که در این بازیچه‌ها پدید می‌آید. دریافت اطلاعات از منابع موثق درباره بیماری کرونا، از دیگر موارد، در مورد تانک‌های ضدآب و انتشار به این که داشتن افکار مثبت، خلق مثبت ایجاد می‌کند این موضوع سبب افزایش سیستم دفاعی بدن می‌شود، می‌تواند برای فرد؛ در این صورت، بهتر می‌توان با آسیب‌های بیماری‌ها مواجه شد. روی توصیه می‌کند در این شرایط والدین در حضور کودکان از امحاء و هوشیاری فوری‌ها برای شرکت صحبت نکنند، اگر چه توضیح کوتاهی در باره وضعیت به‌وجود آمده و سخت‌گیری‌های اعمال شده در رعایت موارد بهداشتی به‌دیند اما به کودکان کاملاً مطمئن کند که می‌توان وضعیت را کنترل کرد چون‌ا‌ما قدرت والدین کمتر کرد.



عید را چگونه بگذرانیم

خسروی- چند روزی تا سال نوباقی است امروزهای شور و هیجان عید و فرارسیدن نوروز، حال و هوای فرصت خوبی برای آموزش دادن برخی کارها مانند آشپزی، خانه داری و... به فرزندان است.

بدون دید و باز دید

همیشه‌گی نوروز در بازار مرکزی شهر نیست و ...
کرونا ماهیت روزهای یابانی سال را تغییر داده است
و دیگر از آن حس خوشایند و جنب و جوش برای عید
فری نیستی نیستی خانه‌ها در رفتن به خانه بزرگ
تراهمارد هستند، چرا که رعایت توصیه‌های بهداشتی
برای جلوگیری از شیوع کرونا در لازم است.
این میان بسیاری از خانواده‌ها در این اندیشه اند که
روزهای عید را در خانه چگونه بگذرانند.

خانه؛ امن ترین مکان

دو فرزند کوچک دارد، اظهار می کند: اسمال خانه نشینی را بر دیو سازید تا جیب خوارم داد. فیوری نیا» رسیدن گریه و عشق به یاد آتشهای سیرگم. در دست کردی کار دستی... را از برنامه های فیلم فراموش برای فرزندان در ایام عید می دانند و می افزاید: اسمال فرزند خاصی ایجاد نمی کند و با توجه به خطرهایی که کرونا جامعه را تهدید می کند، برنامه ای برای دیو سازید حتی رفتن به خانه های بزرگ تر ندارند.

فرصت مناسب گفت و گو

شده است آنچه را که اسرگرم کردیم. زمانی پور هم که دو فرزند دختر و یک پسر دارد می‌فرماید: آنچه توجه به توصیه‌های متولیان امور بهداشتی، بیشترین خطر متوجه‌سالمندان را در تبعیضی دانم به‌خانه بزرگ است. هر چه بوم، چون با توجه به شیوع و پروس؛ خانه‌انترین مکان برای همه است و این است