تریبون

طرح مشاوره پیش از ازدواج در استان اجرا می شود

آراد – بهزیستی خراسان جنوبی با نظارت دفتر امور اجتماعی استانداری طرحی با عنوان مشاوره پیش از ازدواج برای دختران و پسرانی که در آستانه تشکیل زندگی هستند اجرا می کند.

معاون امور توسعه و پیشگیری اداره کل بهزیستی استان با اشاره به اهمیت مشاوره پیش از انتخاب همسر و ثبت ازدواج ، داشتن مهارت انتخاب همسر را در موفقیت یک ازدواج و کنترل و کاهش طلاق موثر دانست و به «خراسان جنوبی» گفت: هم اکنون فقط آموزش ها و مشاوره های قبل از ازدواج محدود به مواردی مانند آزمایش عدم اعتیاد و روابط بین همسران است که در بسیاری موارد این آموزش ها ناقص انجام می شود و متأسفانه آموزش های لازم و اصولی در این زمینه نداریم، در حالی که به هر میزان که اطلاع رسانی و آموزش ها در حوزه های مختلف زندگی بیشتر باشد و استمرار یابد در کاهش طلاق و تداوم بنیاد خانواده نقش اساسی خواهد داشت.

به گفته «شهرام شیخانی» الزام های اجرای این طرح توسط شورای عالی انقلاب فرهنگی به دادگستری ابلاغ شده و قرار است تا یک ماه آینده با نظارت دفتر امور اجتماعی استانداری خراسان جنوبی و همکاری آموزش و پرورش ،نیروی انتظامی، بنیاد شهید و دانشگاه هایی که مشاوره روانشناختی دارند در استان مد نظر قرار گیرد. به عقیده وی، اگر مشاوره و آموزش های قبل از ازدواج با رعایت استانداردهای لازم برای مخاطبان صورت گیرد در صد بالایی از تعارضات درون خانواده کم می شود.

میز مشاوره

در رفتار با نوجوان هماهنگ باشید

در بعضی خانواده ها، والدین در تربیت نوجوان شان یک صدا نیستند؛ یعنی رفتار پدر و مادر با نوجوان شبیه هم نیست که در این خانواده ها نوجوان راه خودش را ادامه می دهد. یک روانشناس و مشاور خانواده با بیان این مطلب به «خراسان جنوبی» می گوید: در این حالت والدین و فرزندان فقط یک هم خانه بودن را در کنار یکدیگر تجربه می کنند. نوجوان در این خانه احساس آرامش نمی کند و به دوستان پناه می برد. «اولیایی» می افزاید: اگر فرزند شما مسئله‌ای که او را آزار می دهد یا باعث اضطرابش می شود را برای شما تعریف کرد حتی اگر خیلی هم پیش پا افتاده بود هیچ گاه به او نخندید یا واکنشی نشان ندهید که او احساس حماقت کند چون این کار باعث می شود کم کم مشکلات خود را بروز ندهد و اگر زمانی مورد آزار و اذیت واقعی هم قرار گرفت با شما مشورت نکند.

بیرجند	طبس	فردوس	قاین	نهبندان	سرایان	زیرکوه	بشرویه	سربیشه	درمیان	خوسف
۱۷ ▲ ۲ ▼	۲۰ ▲ ۶ ▼	۱۴ ▲ ۳ ▼	۱۳ ▲ ۰ ▼	۱۵ ▲ ۴ ▼	۱۶ ▲ ۳ ▼	۱۴ ▲ ۴ ▼	۱۵ ▲ ۴ ▼	۱۱ ▲ ۰ ▼	۱۳ ▲ ۱ ▼	۱۸ ▲ ۵ ▼

معاون عمرانی فرماندار بیرجند:

ایجاد تقاطع غیر همسطح «سراب» در اولویت قرار دارد

رضاپور – ایجاد تقاطع غیر همسطح در ابتدای خیابان سپیده (سراب) با توجه به حادثه خیز بودن این نقطه در اولویت پروژه های عمرانی بیرجند قرار دارد . معاون امور عمرانی فرماندار بیرجند با بیان این مطلب به «خراسان جنوبی » ازوجود ۴تقاطع غیر همسطح مصوب در بیرجند خبر می دهد که هیچ یک از آن ها به مرحله اجرا نرسیده است.

به گفته مهندس «رونقی» درورودی بیرجند و محل پلیس راه طرح یک تقاطع غیر همسطح مصوب شده و سه مورد دیگر در سه نقطه از بولوار پیامبر اعظم (ص) از جمله تقاطع بلوار « غدیر» به سمت فرماندهی انتظامی استان ، خیابان شهید آوینی و ادامه بلوار پیامبر اعظم(ص) که محل تلاقی با جاده زاهدان است (مجاور سردخانه مواد غذایی) مصوب شده که نیاز به طراحی ترافیکی دارد و در طرح تفصیلی نیز دیده شده است.

وی اولویت اجرای این پروژه ها را با تقاطع غیر همسطح خیابان سپیده (سراب) عنوان می کند که در شورای ترافیک بیرجند مصوب شده و نیاز به پیگیری شهرداری دارد.

به گفته وی، به تازگی پیشنهاد شده از محل اعتبارات قانون جرایم راهنمایی و رانندگی حدود ۹۰۰میلیون تومان برای این پروژه که در کاهش تصادفات این نقطه پر حادثه موثر است، اختصاص یابد. وی می گوید: اصل تقاطع غیر همسطح در شهرها با توجه به آن چه بر اساس اصول ترافیکی دارای تعریف می باشد مخصوص راه های شریانی است که باید ترافیک آن به اندازه ای باشد که مباحث اقتصادی و فنی را توجیه کند همچنین صرف هزینه و نتیجه آن به گونه ای باشد که هزینه ۱۰ تا ۱۲ میلیاردی آن خروجی تاثیر گذاری داشته باشد و بتواند مشکلی را رفع کند.

«رونقی» درباره تقاطع غیر همسطح ابتدای خیابان پاسداران و شهید صیاد شیرازی نیز با بیان این که مطالعه طرح از سال گذشته شروع شد و یکسری نواقص و اشکالاتی داشت که قرار شد رفع شود و تا کنون بی نتیجه مانده است گفت: شهرداری باید آن را تعیین تکلیف کند ؛در این طرح شهرداری را اسا مشاور گرفت و پیگیر اجرای آن شد در صورتی که باید امکان سنجی می شد و برای مطالعه مصوبه می گرفت و بعد مشاور آن انتخاب می شد نه این که در هیچ کمیته یا نشستی این موضوع مطرح نشود و شهرداری به تنهایی ورود پیدا کند.

وی اعتبار برآورد شده این پروژه را حدود ۱۳ تا ۱۵ میلیارد تومان عنوان می کند و با بیان این که هیچ ضرورتی برای اجرای این پروژه حداقل در کوتاه مدت و میان مدت وجود ندارد، عنوان می کند: در پیشنهادات مشاور نیز پس از مطالعه عنوان شده است تا ده سال دیگر شرایط موجود مشکلی در ترافیک آن محدوده ایجاد نمی کند.

جولان قاتل خاموش در فصل سرد

آسیب شناس اجتماعی : فرهنگ استفاده از تکنولوژی را بلد نیستیم

رضاپور – همه ساله همزمان با سرد شدن هوا خبرهایی درباره مرگ های ناشی از گاز گرفتگی و آتش سوزی وسایل گازسوز منتشر می شود.

قربانیان این حوادث معمولاً به صورت خانوادگی دچار حادثه می شوند و علت بیشتر این حوادث نیز سهل انگاری و توجه نکردن به هشدارهایی است که از طرف سازمان های مربوط و رسانه ها اطلاع رسانی می شود.

به گزارش «خراسان جنوبی» بر اساس آمار مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند از ابتدای آبان ماه سال جاری تاکنون ۱۹ نفر دچار مسمومیت با گاز مونوکسید کربن شده اند و افرادی هم بر اثر آتش سوزی وسایل گازسوز و نحوه استفاده نادرست از آن به کام مرگ رفتند.

در این زمینه دکتر «امان ا...قرائی مقدم» جامعه شناس و استاد دانشگاه به آسیب شناسی موضوع می پردازد و معتقد است این وضعیت نشان می دهد که هنوز بخش قابل توجهی از مردم فرهنگ و نحوه استفاده از این تکنولوژی را نمی دانند. وی از دیدگاه جامعه شناسی می گوید: در رابطه با وسایل و تکنولوژی های روز دو نوع فرهنگ مادی و معنوی وجود دارد که فرهنگ مادی مربوط به کالبدیک تکنولوژی مثل گاز، برق و ... می شود و خیلی زود قابل تغییر است، اما در مورد فرهنگ معنوی که مربوط به نحوه استفاده است، بحث یادگیری پیش می آید مانند این که آپارتمان جنبه مادی دارد و خیلی زود قابل تغییر است اما فرهنگ آپارتمان نشینی به عنوان فرهنگ معنوی، سال ها طول می کشد تا در یک اجتماع حاکم شود؛ از سوی دیگر در این بحث تئوری تأخر فرهنگی صدق پیدا می کند، به این معنی که هر جامعه ای زودتر وارد یک تکنولوژی شود این تأخر کمتر است و هیچ وقت به صفر نمی رسد. این آسیب شناس اجتماعی می گوید: هر چه شهروندان نسبت به مقررات و قوانین آگاه باشند و حقوق شان را در استفاده از امکانات بدانند میزان ایمنی شان در برابر آسیب ها و تهدیدهای احتمالی افزایش می یابد و در این باره دستگاه های مربوط باید بیشتر اقدام به آگاهی بخشی به شهروندان کنند. «قرایی مقدم» با بیان این که دستگاه های متولی موضوع و به ویژه رسانه ها در این زمینه تاکنون ضعیف عمل کرده اند می گوید: به ندرت می بینیم که حتی در فصل زمستان که اوج وقوع حوادث گاز گرفتگی است، رادیو و تلویزیون به این پدیده و راه های پیشگیری از آن بپردازند که این یک ضعف بزرگ محسوب می شود. باید همان طور که برای مصرف بهینه آب بارها هشدار داده می شود نسبت به مقابله با این پدیده هم اطلاع رسانی کافی صورت گیرد زیرا فرهنگ سازی یک موضوع زمان بر است. ضمن اینکه اثرپذیری آموزش ها و تبلیغات در مردم متفاوت است بعضی ها هم به رسانه ها و هشدارهایی که داده می شود اعتماد چندانی ندارند و با موضوع گاز گرفتگی جدی برخورد نمی کنند. با این وجود رسانه ها و مسئولان به هیچ عنوان نباید از اطلاع رسانی و دادن هشدارهای پیشگیرانه غفلت کنند چرا که تأثیر گذار خواهد بود.

حرف مردم

پیام کوتاه: ۲۰۰۰۰۹۹۹
تلفن: ۳۲۴۴۵۰۸۰-۳۲۴۴۸۰۵۰-۰۵۶
نمابر: ۳۲۴۴۸۰۵۴-۰۵۶
ایمیل: Birjand@khorasannews.com
تلگرام: ۰۹۰۳۳ ۳۳ ۷۰۱۰

- چرا حقوق کارگرهای معدن اینقدر کم است؟ چرا حقوق بعضی صنف ها در سال افزایش چشم گیری پیدا می کند ولی حقوق کارگرهای معدن افزایش ندارد، آن ها در عمق هزار و ۵۰۰ متری زمین زحمت می کشند و خطرات زیادی تهدیدشان می کند؛ چرا شرکت هایی که قراردادی کارمی کنند درصدی که بابت سختی کار باید درحق کارگرپرداخت کنند را نمی پردازند؟ از مسئولان تقاضا دارم که به وضعیت کارگرهای ساده معدن وبه خصوص کارگرهایی که درشرکت های قراردادی مشغول کار هستند رسیدگی کنند.
- در بیرجند نه باغ وحش داریم نه یک باغ پرندگان و ...،قرار بود شهرداری نسبت به ایجاد چنین فضایی از یک سال پیش در پارک جنگلی اقدام کند، به کجا رسید ؟
- زمان تعطیلی برخی مدارس بیرجند در نوبت عصر با اذان مغرب همزمان می شود؛ کاش در این خصوص و برای تعطیلی زودتر مدارس در این نوبت تصمیم گیری شود.
- دو هفته از ترکیدگی شاه لوله آب در خیابان شهید ناصری بیرجند می گذرد اما هنوز آسفالت آن نقطه ترمیم نشده و چاله های ایجاد شده در شب برای خودروهایی که در این مسیر با سرعت عبور می کنند مشکل ایجاد می کند.

پیگیری حرف مردم

بهداشت بازار میوه و تره بار خیابان غفاری پیگیری می شود

«وضعیت بهداشت و نظافت بازار میوه و تره بار ابتدای خیابان آیت ا... غفاری نیاز به رسیدگی دارد.» این پیام ۲۵ شهریور ماه سال جاری در ستون حرف مردم چاپ شد.

مدیر عامل میادین میوه و تره بار شهرداری بیرجند در این زمینه گفت: برای نظافت و رسیدگی به وضعیت بهداشتی این بازار میوه قراردادی با شرکت خصوصی منعقد شده و نظافت هر روز توسط این شرکت انجام و هزینه آن هم از سوی شهرداری به طور کامل پرداخت می شود.

«عباسی» افزود: اگر شکایتی در زمینه نظافت و بهداشت این بازار میوه وجود دارد کوتاهی از طرف شرکت مربوط است، در عین حال تذکر و پیگیری های لازم در این زمینه انجام خواهد شد.

جدول، سرگرمی، ورزش ذهن [۱۳۹۵/۹/۹]

معمای مجموع ارقام

شنبه ها و سه شنبه ها

«مجموع ارقام» یک سرگرمی جذاب با قوانین ساده است که فقط به «منطق» و «جمع» نیاز دارد. سابقه پیدایش آن به بیش از ۶۰ سال در آمریکا برمی گردد اما از ۳۰ سال پیش مورد توجه ژاپنی ها قرار گرفت طوری که در بیش از ۱۰۰ نشریه ژاپن منتشر شد و حالا دومین سرگرمی محبوب شان (پس از سودوکو) است که در جهان هم با نام کاکرو (Kakuro) پرطرفدار است. حل کردن «مجموع ارقام» یا سرگرمی های منطقی شبیه آن، سرعت پردازش ذهن را بالا می برد. به همین دلیل محققان از آنها با عنوان «ورزش ذهن» و «داروی پیشگیری از آلزایمر» یاد می کنند.

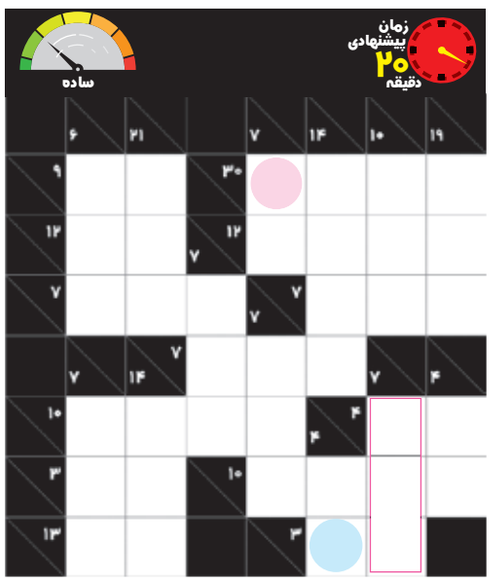
قانون

خانه های خالی را با ارقام ۱ تا ۹ طوری پر کنید که:

۱) مجموع ارقام هر تکه از سطرها با عدد سفید سمت چپش برابر شود.

۲) مجموع ارقام هر تکه از ستون ها با عدد سفید بالایش برابر شود.

۳) ارقامی که در هر تکه می نویسید تکراری نباشند.



اگر برای حل کردن این جدول راهنمایی خواستید:

جدول ویژه می گوید ستون ۷ باید با ۱+۲+۴ پُر شود. اما ۲ و ۴ در خانه بالایی این ستون ممنوع است! (چون ۲+۰+۴ در سطر ۴ نمی توانیم داشته باشیم). پس ۱ را در خانه بالایی می گذاریم تا سطر ۴ و ستون ۴ پُر شوند.

به گفته ی جدول ویژه، ستون ۴ باید با ۱+۳ پُر شود و سطر ۳ باید با ۱+۲ پُر شود. پس باید در تقاطع رقم ۱ را بنویسیم تا با پُر شدن این سطر و ستون و اطلاعات قبلی، کل این محدوده پُر شود.

جدول ویژه گفته، سطر ۳۰ از ۶+۷+۸+۹ تشکیل می شود. اما در ستون ۷ بزرگترین رقم مُجاز ۶ است. پس جای ۶ خانه سمت چپ است.

برای حل هر معما کافی است:

* از رقم صفر استفاده نکنیم.
* جمع ارقام هر تکه برابر با عدد سفید سمت چپ یا بالایش باشد.
* از ارقام تکراری در یک تکه استفاده نکنیم.
* هرگز برای حل کردن این معما حدس نزنیم! قبل از نوشتن هر رقم، دلیل منطقی مان را برای نوشتن آن رقم، مرور کنیم.

* ارقام «محتمل» را برای هر خانه شناسایی کنیم و کمرنگ در آن یادداشت کنیم تا به مرور بعضی از گزینه ها خط بخورند و رقم «قطعی» را کشف کنیم.
* اول سراغ سطر و ستونی برویم که عددش در «جدول ویژه» آمده است.
* از حل تکه های ۲ و ۳ تایی آغاز کنیم.
* بدانیم معما فقط یک جواب دارد.

حل گام به گام یک نمونه

جدول ویژه می گوید: ۴ باید ۳+۱ باشد و ۳ هم فقط می تواند ۲+۱ باشد. پس مجبوریم خانه آبی تقاطع را با رقم ۱ پُر کنیم. پس جای ۳ و ۲ هم قطعی است. همین تقاطع ۳ و ۴ در آن سوی جدول هم ۳ خانه را پُر کرد.

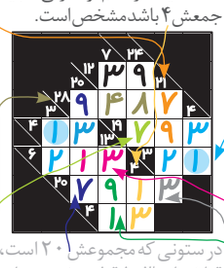
جدول ویژه می گوید: در سطری که مجموعش ۶ است، باید ۱ و ۳ هم باشد اما باید ۳ را در خانه راست نوشت تا در ستونش تکراری نشود.

ستونی که جمعش ۱۳ است دو رقم لازم دارد که جمع شان ۱۰ باشد. فقط ۳ راه داریم: ۲+۸ و ۴+۶ و ۱+۹. اما ۲ و ۸ و ۴ و ۶ و ۹ هیچکدام نباید در خانه پایینی باشند چون مجموع ارقام آن سطر باید ۴ شود! پس ۱ در خانه پایین می آید و مجبوریم در خانه بالایی ۹ را بنویسیم.

مجموع	تعداد خانه	تنها گزینه موجود
۳	۲	۱+۲
۴	۲	۱+۳
۱۶	۲	۷+۹
۱۷	۲	۸+۹
۶	۳	۱+۲+۳
۷	۳	۱+۲+۴
۲۳	۳	۶+۸+۹
۲۴	۳	۷+۸+۹
۱۰	۴	۱+۲+۳+۴
۱۱	۴	۱+۲+۳+۵
۳۹	۴	۵+۷+۸+۹
۳۰	۴	۶+۷+۸+۹

▲ «جدول ویژه» که تنها گزینه موجود را در مورد بعضی از اعداد سفید نشان می دهد.

حالا تکلیف ۳ و ۱ هم در ستونی که باید جمعش ۴ باشد مشخص است.



در این ستون که مجموعش ۲۱ است جای ۲ و ۳ از قبل مشخص است پس باید دو رقم پیدا کنیم که جمع آنها ۱۶ باشد. اما جدول ویژه می گوید فقط باید از ۷ و ۹ استفاده کنیم. پس ۹ که در خانه بالایی تکراری می شود را پایین می نویسیم و ۷ هم به خانه بالایی می رود.

این دو رقم نارنجی دلیلی شدند که این ۷ سبز رنگ را برای تکمیل سطری که جمعش ۱۹ است بنویسیم.

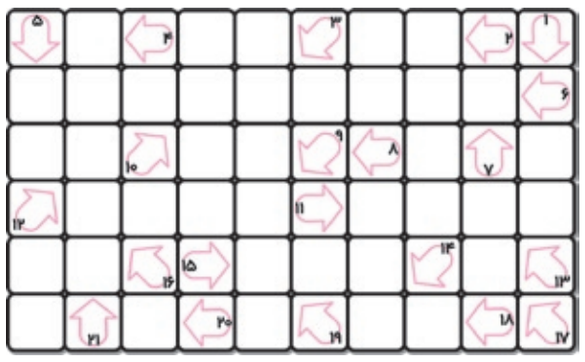
در ستونی که مجموعش ۲۰ است، قبلا جای ۳ و ۱ قطعی شده و برای پر کردنش ۲ رقم می خواهیم که جمع آنها ۱۶ باشد. اما جدول ویژه می گوید چاره ای جز نوشتن ۷ و ۹ نداریم. البته ۹ که در خانه پایینی به دلیل تکراری شدن ممنوع است پس ۹ در بالا و ۷ در خانه پایینی جامی گیرد.

دو رقم باقیمانده سیاه هم که ۳ و ۹ هستند با استناد به ارقام قبل مشخص می شوند تا این نمونه کاملا حل شود.

جدول ویژه خراسان

شنبه تا چهارشنبه

قانون: پاسخ ها را حرف به حرف در جهت فلش بنویسید (نوشتن را از خود خانه فلش دار آغاز کنید). در آغاز هر سوال گفته شده که پاسخش چند حرف دارد.



واژگان کمتر اما پرهیز از پرسش هرز (ناخواسته) در این جدول، مایه افزایش بار آموزشی آن شده است. برخی سوال ها، از مطالب روزنامه خراسان روزهای قبل طراحی شده است.

۱-(۵حرفی) پپ گواردیولا در زمان سکانداری این تیم، دوران باشکوهی را با مهاجم ریزنقش و پرآوازه‌اش لیونل مسی سپری کرد.

۲-(۶حرفی) زن خانه دار

۳-(۵حرفی) به باور یک مدیر برنامه معروف، ارزش این مهاجم ملی‌پوش ایرانی روستوف در بازار نقل‌وانتقالات ۳۰ تا ۴۰ میلیون یورو است.

۴-(۳حرفی) باشگاه استقلال قصد کوتاه آمدن از مواضع خود نسبت به این مجری برنامه صبحگاهی شبکه یک سیما را ندارد.

۵-(۶حرفی) پارچه‌ای نفیس

۶-(۷حرفی) در دومین روز از رقابت‌های قهرمانی کاراته آسیا، کاراته کاهای ایران در این کشور ۸ مدال کسب کردند.

۷-(۳حرفی) سرمای ملایم

۸-(۳حرفی) کرانه آسمان

۹-(۴حرفی) نزدیک به ۵۰۰ هزار یورو جواهرآلات، ساعت و دستبند طلا و نقره از منزل مسکونی این ستاره پیشین تیم رئال مادرید به سرقت رفت.

۱۰-(۳حرفی) قرار است ۲ بازیکن پینگ‌پنگ این کشور به ایران بیایند و به عنوان حریف تمرینی به اردوی تیم ملی اضافه شوند.

۱۱-(۵حرفی) این ستاره پیشین فوتبال آلمان با تمام شدن دوره مجازاتش به خاطر تخلف مالیاتی به مسند ریاست باشگاه بایرن مونیخ برگشت.

۱۲-(۴حرفی) در مثل به اسب شاه نگویید!

۱۳-(۵حرفی) گوشه نشینی

۱۴-(۲حرفی) پول ژاپنی

۱۵-(۶حرفی) مصدومیت شدیدش در لیگ قهرمانان، شیرینی بُردهار ابه کام رئالی‌ها تلخ کرد تا رئال حداقل ۲ ماه و نیم ستاره ولزی نداشته باشد.

۱۶-(۳حرفی) پافشار و سمج

۱۷-(۵حرفی) تفریح مضر تر از سیگار!

۱۸-(۷حرفی) از زمان ورودش به فوتبال اسپانیا آمار و ارقام زیادی را به نام خودش ثبت کرده که بهترین آمار گل کاشته اخیر ابه نامش ثبت شد.

۱۹-(۳حرفی) پول خارجی

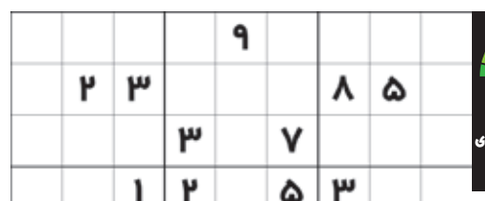
۲۰-(۴حرفی) ثبات و بقا داشتن

۲۱-(۶حرفی) جزو معدود بازیکنانی است که همه اهالی فوتبال از هر رنگی به او علاقه‌مندند. در بازی با پیکان از داور کارت قرمز گرفت در حالی که مستحق اخراج نبود و داور حداقل در مورد کارت اولش اشتباه کرد اما با این حال کسی اعتراضی از این بازیکن سر به زیر ندید و با همان متانت از بازی بیرون رفت.

سودوکو

هر روز

قانون: ارقام ۱ تا ۹ را در خانه های خالی بنویسید که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ رقمی تکراری نباشد.



کیدوکو (سودوکو کودک)

هر روز

قانون: خانه های خالی را با ۱ تا ۶ پُر کنید، طوری که رقمی: در سطر خود، در ستون خود و در مستطیل قرمزش تکراری نباشد.

نمونه های متنوع کیدوکو را برای گروه های سنی مختلف در اینترنت جست و جو کنید.

پاسخ ها

اسب سفید به g۶ می رود تا سیاه به جز شاهش نتواند مهره ای را حرکت بدهد و در حرکت بعدی مات شود. اگر شاه سیاه به c۴ برود وزیر سفید به d۴ می رود. و اگر به c۶ برود اسب سفید به e۷ می رود. اگر هم به d۶ برود وزیر سفید به d۷ می رود. و اگر به c۴ برود وزیر سفید به b۷ می رود. اگر هم به e۶ برود اسب سفید به f۴ می رود.