نکته

۱۰۰ هزار نفر بدون کارت ملی هوشمند

خسروی- ۱۰۰ هزار نفر در استان کارت ملی هوشمند دریافت نکرده اند. معاون فناوری اطلاعات و آمار جمعیتی اداره کل ثبت احوال با اشاره به ۵۷۳ هزار واجد شرایط کارت هوشمند ملی، از ثبت درخواست ۴۶۹ هزار و ۴۴۵ نفر تا ابتدای دی ماه برای کارت ملی خبر داد و به «خراسان جنوبی» گفت: امسال از ۱۶۵ هزار واجد شرایط در استان ۹۰ هزار نفر کارت ملی هوشمند دریافت کرده و حدود ۱۰۰ هزار نفر باقی مانده اند. «مهرآور» خواستار اقدام سریع تر افراد برای دریافت کارت ملی هوشمند شد و آخرین مهلت برای این اقدام را پایان امسال اعلام کرد. به گفته وی، هفت هزار و ۱۰۰ کارت ملی هوشمند چاپ و صادر شده در ثبت احوال استان موجود است که افراد برای دریافت آن مراجعه نکرده اند. به گفته وی، هفت هزار و ۱۰۰ کارت ملی هوشمند چاپ و صادر شده در ثبت احوال استان موجود است که افراد برای دریافت آن مراجعه نکرده‌اند.

تفرج در یک رسم قدیمی

قنداق

زهرا خسروی

کتاب آداب و رسوم خانواده ها در گذشته را که ورق بزنیم مواردی به چشم می خورد که امروزه به مذاق خیلی ها خوش نمی آید. در گذشته وقتی کودکی به دنیا می آمد به همان سبک و سیاقی که دختران از مادران یاد گرفته بودند برای پرورش و نگهداری کودک اقدام می کردند اما این روزها چندان میلی به آن وجود ندارد و اگر هم انجام می شود چندان زیاد نیست. یکی از این کارها قنداق کردن نوزاد است.

• لحاظ توصیه بزرگ ترها

آن طور که یکی از بانوان قدیمی با چهار فرزند، گریزی به گذشته می زند و با اشاره به قنداق کردن نوزادان در گذشته می گوید: این کار به توصیه بزرگ ترها و مادربزرگ ها و در طول شبانه روز و در فواصل متعدد انجام می شد، هر چند امروزه دیگر برخی از این روش ها استفاده نمی کنند و آن را قدیمی می دانند. «کاووسی» این موضوع را سبب آرام شدن نوزاد مطرح و اضافه می کند: برای این کار تابستان و زمستان و نوزاد دختر و پسر تفاوتی نداشت هر چند در زمستان تعداد پارچه های به کار گرفته شده در قنداق کودک بیشتر و تابستان کمتر استفاده می شد و گاهی دست نوزاد بیرون از قنداق و برای بعضی بچه ها نیز درون آن قرار می گرفت. بانوی دیگری هم که پنج فرزند بزرگ کرده است، قنداق کردن برای همه نوزادان را یکسان نمی داند و می گوید: برخی بچه ها ابتدا به این موضوع واکنش نشان می دادند و شروع به بی قراری می کردند اما با گذشت یک یا دو روز آرام می شدند و به قنداق عادت می کردند. «خالقی» به روش قنداق کردن در گذشته هم اشاره و اضافه می کند: برای این کار از چند پارچه نخی استفاده و قبل از قنداق کردن قسمت هایی از بدن نوزاد به روغن حیوانی آغشته می شد و سپس لایه پارچه ها روی هم گذاشته و با یک بند به نسبت بزرگ، نه چندان محکم بسته می شد. به گفته وی، این موضوع سبب خواب راحت کودک و جلوگیری از دست و پا زدن های زیاد و آسیب احتمالی به بدن نوزاد می شد.

• خواب راحت کودک

قنداق کردن تنها مربوط به بانوان قدیمی و آن ها که سن و سالی پشت سر گذاشته اند، نمی شود چرا که بانوی جوانی با دو فرزند از بی قراری های شبانه نوزادش بعد از ۴۰ روز می گوید و اضافه می کند: به پیشنهاد یکی از آشنایان به قنداق کردن نوزادم به ویژه در شب ها اقدام کردم و در کمال ناباوری شاهد خواب راحت او بودم تا جایی که به این موضوع عادت کرد و از آن پس بدون قنداق خواب راحتی نداشت. «کدخدا» می افزاید: پس از تولد، پاهای کودکم به طور معمول جمع می شد اما بعد از قنداق کردن این مشکل برطرف شد. بانوی جوان دیگری هم از قنداق کردن فرزندش رضایت کامل دارد و می گوید: این موضوع سبب خواب آرام، جابه جایی راحت نوزاد و پیشگیری از سرما خوردگی در روزهای سرد سال می شود. «عربی» با استناد به سخن برخی که اعتقادی به قنداق کردن نوزادان ندارند و آن را سبب بروز برخی مشکلات برای آن ها می دانند، می گوید: مادران ما هم اقدام به قنداق کردنمان کرده اند و این موضوع نه مشکلی برای ستون فقرا تمان به وجود آورده و نه در رشدمان تاثیری گذاشته است.

• مخالف قنداق کردن فرزندم هستم

اما شهروند جوان دیگری نظر متفاوتی دارد و با اشاره به کودک یک ماهه اش، قنداق کردن را از رسوم قدیمی می داند که برخی پزشکان با آن مخالفت می کنند و می گوید: نوزادم در طول شبانه روز در حال دست و پا زدن است، چرا باید او را ببندم و مانع راحتی و آزادی او شوم، در حالی که قدیمی ترها در گذشته به دلیل مشغله و شاید برای راحتی خودشان اقدام به قنداق کردن نوزاد می کردند. به گفته «قلی پور»، از طرفی با قنداق کردن، امکان افزایش حرارت بدن و بروز برخی مشکلات برای نوزاد وجود دارد. شاید در گذشته به دلیل کمبود وسایل گرمایشی و حفظ دمای بدن، اقدام به قنداق نوزادان می کردند اما حالا با گرم شدن فضای خانه بهانه ای برای این کار وجود ندارد.

• منعی ندارد

پزشک دستیار ارشد تخصص طب سنتی ایران با اشاره به این که هر کار سنتی به طور الزامی بد نیست و در آموزه های طب ایرانی چنان چه قنداق کردن با روش درست انجام شود، منعی ندارد، می گوید: در این روش باید بین دو پای بچه فاصله باشد و پاها محکم به هم نچسبد، همچنین بند قنداق کمی شل باشد که از نظر خون رسانی و فشار روی استخوان ها مشکلی ایجاد نشود. دکتر «نواب زاده» با تاکید بر این که نوزادانی که در گذشته قنداق می شدند کمتر به ورم روده مبتلا می شدند، می افزاید: قنداق کردن های نادرست نیز سبب کج شدن پای نوزاد و در رفتگی های متعدد می شود و از آن جا که بند قنداق از ناحیه سینه شروع و سپس دور شکم و پا بسته می شود، بندپیچی های نادرست مشکلات تنفسی و فشارهای مختلف روی لگن و پا ایجاد می کند. به گفته وی، آکادمی طب اطفال آمریکا (AAP) «قنداق پیچ کردن» نوزادان را تایید کرده و نوشته است: نوزادان می توانند از بدو تولد تا زمانی که همیشه به پشت می خوابند قنداق پیچ شوند و اگر این کار به درستی انجام شود، کیفیت خواب نوزادان افزایش می یابد و به آرامش آن ها کمک می کند البته باید این کار تا زمانی انجام شود که کودک قادر به غلت زدن نباشد.

• احساس امنیت

وی قنداق کردن نوزاد را سبب جلوگیری از دست و پا زدن بی دلیل نوزاد و جابه جایی راحت تر و احساس امنیت بیشتر او مطرح و اضافه می کند: نوزاد با قنداق کردن در فضایی شبیه به رحم مادر قرار می گیرد. علاوه بر این، قنداق از این که نوزاد به صورت خود آسیب برساند، ممانعت می کند. البته وی توصیه هایی هم در این زمینه دارد و ادامه می دهد: بهتر است از یک پارچه لطیف و منعطف برای این کار استفاده شود؛ یعنی وقتی دور نوزاد پارچه می پیچید، فرم بدن نوزاد را به خود بگیرد هر چند در طول تاریخ مادرهای زیادی با پارچه های معمولی نوزادانشان را قنداق کرده و موفق هم بوده اند. وی همچنین توصیه می کند: هنگام قنداق کردن برای نگه داشتن دست و پای نوزاد از یک نفر کمک گرفته شود و چنان چه نوزاد با پستانک آرام می شود و دست و پا نمی زند، از این وسیله کمک بگیرید. البته نیازی نیست پاهای نوزاد را محکم ببندید و بیشتر بچه ها همین که دست هایشان بسته باشد، آرام می شوند. وی ادامه می دهد: می توان قنداق را روی لباس هم بست و در این روش به جای بند قنداق از پارچه استفاده کرد. البته می توان برای قنداق کردن، فقط نوزاد را پوشک کرد و بعد پارچه را دورش پیچید.

نسخه

مکمل ها را با تجویز بخورید

خسروی- دوره و مقدار مصرف مکمل ها باید توسط کارشناس متخصص تغذیه یا یک پزشک مشخص شود. مسئول واحد سلامت مدارس مرکز بهداشت بیرجند با اشاره به مصرف برخی مکمل ها شامل ویتامین A، C، D و ... می گوید: هر چند مکمل ها مشتق شده از مواد مغذی هستند، اما دوره و مقدار مصرف آن ها باید توسط کارشناس متخصص تغذیه یا یک پزشک مشخص شود و در صورت نیاز بدن با مقدار و دوره مصرف مشخص و برحسب سن، جنس و شرایط فرد مصرف کننده تجویز شود. به گفته «مصطفوی»، فردی که رژیم غذایی متعادلی دارد و از مواد غذایی مختلف، سبزیجات و میوه ها به اندازه کافی استفاده می کند، مصرف مکمل ها و مولتی ویتامین ها بی دلیل است.

خبر

اشتغال ۲۸۴ مددجوی بهزیستی

۲۸۴ مددجوی بهزیستی از ابتدای امسال تسهیلات اشتغال دریافت کرده‌اند. مدیر کل بهزیستی مبلغ پرداختی را ۴۳ هزار و ۴۶۵ میلیون ریال بیان کرد و به «خراسان جنوبی» گفت: در این مدت ۴۰۹ مددجو برای دریافت ۶۲ هزار و ۳۵۰ میلیون ریال تسهیلات به بانک های عامل معرفی شده‌اند. «عرب نژاد» مدیر کل بهزیستی از رشد ۶۶۴ درصدی در حوزه اشتغال و کارآفرینی خبر و ادامه داد: از ابتدای تشکیل استان و شکل گیری اداره کل تاکنون چهار هزار و ۱۵۶ مورد اشتغال ایجاد شده است. به گفته وی، در تهیه مسکن معلولان و محرومان نیز از ابتدای تشکیل استان و تاسیس این اداره کل شاهد رشد ۳۱۰ درصدی بوده ایم.

عطاری

تسکین درد دندان با ریشه سریش

مصرف سریش با سرکه از ریزش مو جلوگیری می کند و ضماد ریشه آن درد دندان را کاهش می دهد. مدیر مجتمع تحقیقات گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی استان با اشاره به این که «سریش» گیاهی علفی با برگ هایی نواری و بلند است، به «خراسان جنوبی» گفت: از ریشه، برگ، گل و دانه آن در طب گیاهی استفاده می شود. به گفته «پویان»، خوردن آن با سرکه از ریزش مو جلوگیری می کند و ضماد ریشه آن درد دندان را کاهش می دهد. همچنین دانه این گیاه به طور ضماد التیام بخش زخم هاست و روغن آن برای تصلب شرایین و ریشه آن برای درد پهلو، سرفه، یرقان، خشونت حلق، ورم عضلات، جوش خوردن استخوان های شکسته و گرفتگی عضله استفاده می شود.

همشهریان گرامی

به منظور رفع نیازهای روزمره شما تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای خراسان جنوبی چاپ میشود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در داد و ستد می باشد، لذا مسئولیتی درباره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام داد و ستد، با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهندگان به دست آورید.

فرهنگی و آموزشی

به تعدادی راننده با ماشین برای آژانس بیمارستان نیازمندیم ۰۹۱۵۶۰۴۰۳۷۳

به یک راننده پایه یک فنی و با تجربه جهت کمپرسی خارج از شهر نیازمندیم ۰۹۹۱۵۷۷۴۴۳۳

تعدادی راننده با ماشین جهت آژانس نیازمندیم ۰۹۱۵۵۶۱۹۰۷۲

آژانس با زنگ خور بالا به تعدادی راننده نیازمند است ۰۹۹۰۵۶۳۷۴۸۳

نیازمند یک نفر بازاریاب اقا یا خانوم با سابقه ی فعالیت جهت ویزیتوری محصولات حبه ی عناب شاینا در شهر بیرجند ۰۹۱۵۱۰۲۷۳۲۲

شاگرد نیمه ماهر جهت کار در جلوبندی سازی خودروهای سبک نیازمندیم ۰۹۱۵۶۶۴۶۲۱۶

به یک تیرو جهت فروشندگی در گلخانه گل و گیاه آپارتمانی نیازمندیم. ۰۹۱۵۷۵۶۵۴۸۹

به همکاری یک فرهنگی بازنشسته در یک کار فرهنگی نیازمندیم. ۰۹۱۵۸۶۳۳۴۳۱

تدریس ریاضی ۰۹۱۵۱۶۳۸۴۹۲

تدریس خصوصی ریاضی و زبان ابتدایی ،راهنمایی،دبیرستان ۱۰سال سابقه ۰۹۱۵۷۵۵۱۵۱۳

مشاوره پروپوزال و پایان نامه و انجام پاورپوینت پایان نامه همراه با تحلیل ۰۹۳۷۱۱۴۷۲۵۴

خدمات شهری

جوشکاری سیار - تعمیرات درب وپنجره و ساخت در محل کار ۰۹۱۵۹۶۴۸۶۵۲

خان نشین نارین
تولید و توزیع خان نشین پشتی های سنتی و ترمه رومیزی چمدان سنتی، سرویس جهیزیه ۲۰متری دوم مدرس ۰۹۱۵۸۶۴۳۲۱۲

آژانس شهر ما - قاین ۲۴ ساعته در خدمت همشهریان عزیز می باشد-ویژه بیمارستان مدیریت شرافتی ۰۵۶۳۲۵۲۲۷۲۸-۳۲۴۹۷۰۳۰ ۰۹۱۵۱۶۴۵۵۶۰-۰۹۹۱۷۹۷۰۰۸۲

آموزش و راه اندازی فست فود سراسر کشور با قیمت مناسب تولید و فروش تجهیزات فست فود،رستوران و کافی شاپ ۰۹۱۵۸۶۱۹۰۳۰

استعدادیابی، آموزش اعزام به مسابقات تیراندازی ابتدای بلوار معلم-معلم۲ هیئت تیراندازی خراسان جنوبی ۰۹۳۰۴۳۳۰۹۵۵-۳۲۲۱۸۱۰۵

عربی تضمینی کنکور پرداخت شهریه پس از درصد دلخواه ۰۹۱۵۷۸۰۱۲۷۰

تدریس عربی توسط سلطانی دبیر ومدرس دانشگاه ساعتی ۳۰ تومان ۰۹۱۵۷۸۰۱۲۷۰

تدریس ریاضی توسط استاد خانم ۰۹۱۵۹۶۵۳۹۸۲

تدریس عربی و ادبیات ۰۵۶۳۲۲۲۹۳۲۳

حمل بار با نیسان و قیمت منصفانه درون و برون شهری و کارگر ۰۹۱۵۲۶۶۴۰۴۶

خدمات فنی صالح تعمیرات تخصصی انواع لوازم در اسرع وقت ۰۹۰۳۵۰۱۶۰۸۶

نقاشی ساختمان پذیرفته میشود اجرای انواع رنگ درجه یک و... ۰۹۱۵۳۶۳۳۶۴۵

جوشکاری سیار علی دوست نصب سایبان برای کولر،انباری نصب نرده و... ۰۹۱۵۸۶۰۰۷۹۹

انجام کلیه امور خدماتی شرکت گل باران ۰۹۱۵۵۳۰۶۴۹۰

گروه بلکا پتینه -برادران طالبی بهترین پوشش داخلی ساختمان و بهترین جایگزین رنگ و گچ کاغذ دیواری و... پتینه قابل اجرا بر کلیه سطوح و... شبانه روزی ۰۹۳۳۰۱۷۱۶۴۹-۰۹۱۵۹۶۴۶۰۰۱

لوله بازکنی ۱۰۰٪تضمینی با تکنولوژی جدید تشخیص و رفع نمزدگی و بوهای نامطبوع به روش ایزونانو-ترمیم و وصل فاضلاب،ارزان و سریع-شبانه روزی ۰۹۱۵۷۰۶۳۲۲۰-۰۹۳۶۵۲۳۷۰۱۴

حمل بار با وانت تمام وقت - محمدی ۰۹۱۵۷۴۱۳۲۵۸

حمل بار با نازلترین قیمت وانت پیکان-تمام نقاط ۰۹۱۵۹۶۳۸۱۹۸

نظافت منزل راه پله پیلوت بیل زنی باغچه پذیرفته میشود بامناسبترین قیمت ۰۹۹۱۵۱۵۴۰۴۸

نقاشی ساختمان با کادری مجرب- اجرای رنگ پلاستیک روغنی،آکرلیک،مولتی کالر پلی استر کاری، پتینه کاری گچ کاری، شابلون،طرح کاغذ دیواری و... -توافقی ۰۹۹۰۹۲۷۰۹۵۷-۰۹۱۵۷۲۸۸۰۵۴

حمل بار و اثاثیه منزل با قیمت مناسب به داخل شهر و تمام نقاط کشور با کامیون مسقف جک ۸ تن اتاق ۶ متر جابجایی داخلشهر از ۵۰تا۷۰هزار ۰۹۱۵۲۶۷۲۵۴۵-۰۹۱۵۷۲۰۴۴۱۰

وانت تلفنی (مزدا) کارگر - کارتخوان ۰۹۱۵۷۲۰۱۳۸۰

آشپزی مجالس پذیرفته میشود با نازلترین قیمت و بهترین کیفیت ۰۹۱۵۹۳۵۶۶۰۱

حمل بار با نیسان قیمت منصفانه ۰۹۳۸۲۴۰۳۷۲۹

آرایش بردیا- اصلاح با تخفیف ۵هزارتومان-غفاری-روبروی شهرداری ۰۹۱۵۶۶۴۹۶۸

شرکت خدماتی نظافتی بنایی، جوشکاری و هرکاری ۰۹۱۰۵۴۵۴۵۳۷

پلاستیک قائم تولید انواع نایلون،نایلکس پلاستیک فونداسیون کیسه زباله، پلاستیک شیرینگ و کاور فرش،پلاستیکهای کشاورزی ۰۹۱۵۳۶۱۴۵۶۸-۰۹۱۵۶۶۶۹۲۹۴

جلوبندی امیرمهدی تعمیر جلوبندی میزان فرمان تعلیق و فنربندی رفع گیجی و لاستیک سایی و کشیدم فرمان کمک فنر - تنظیم ارتفاع اکسل مدیریت صحراگرد نبش عدل ۳۰ ۰۹۱۵۶۶۴۶۲۱۶

تعمیر یخچال در محل دلخواه- کاظمی مهرشهر ۰۹۱۵۵۶۲۶۰۳۶

خدمات فنی امین تعمیرات پکیج آبگرمکن و... نازلترین قیمت ۰۹۱۹۵۶۰۵۸۷۸

وانت نیسان جابجا نمودن اثاثیه منزل ۰۹۱۵۹۶۲۹۵۳۸

نقاشی ساختمان-مجری انواع رنگهای ساختمانی با قیمت عالی ۰۹۲۱۵۲۰۶۳۲۱

سرویس و نصب اجاق گاز روکار وتوکار،هود،فرتوکار،بخاری درمحل با تضمین کار ۰۹۱۰۸۷۷۹۵۶۵

گچ خاک و گچ کاری ساختمان پذیرفته میشود همراه با مدرن ترین طرح ها اعم از ابزار اوین نور مخفی و... دارای گواهینامه مهارت ۰۹۱۵۸۶۱۲۵۵۰-۰۹۱۲۴۳۱۲۴۵۱

خودرو لوکس اجاره ای قابل توجه عروس و دامادهای خوب خراسان جنوبی خودرو لوکس ام وی ام لاکچری مدل ۹۷ با راننده بسیار خوب و... ۰۹۱۵۹۶۲۰۹۵۳

تعمیر یخچال، فریزر،لباسشویی ظرفشویی و کولر آبی در منزل شهریاری ۰۹۱۵۱۶۴۳۷۷۸

تعمیر یخچال و فریزر در منزل-ناصری نژاد ۰۹۱۵۳۶۳۵۰۱۵

تعمیر انواع آبگرمکن دیواری و بخاری های گازی با نازلترین قیمت ۰۹۱۰۵۴۷۱۵۳۳

کابینت آشپزخانه بذرگری سازنده و تعمیر انواع کابینت ۰۹۱۵۸۶۷۲۱۵۸

مزون ترمه آماده ارائه تشریفات ،عروس دامادهای عزیز نگران هزینه زیاد تشریفات خودنباشید. ارائه انواع لباس عروس های جدید شاین،ساتن،تورانواع تاج های ملکه ای ودسته گل عروس وهم چنین سفره ای آینه ای وباکس دار... آدرس:انتهای خ توحید،خ جماران،جنب تالارزیتون ۰۹۱۵۶۰۴۷۳۰۵

خشکشویی سپیده پلیسه دامن رنگرزی لباس پتو روفرشی روتختی انواع البسه پذیرفته می شود ادرس خ مفتح بین ۷و ۹ ۰۹۱۰۵۴۶۷۷۳ - ۳۲۲۵۱۲۲۶۱

دربستی عمو علی فقط و فقط ۲۵۰۰ تومان ۰۹۱۵۸۶۳۵۶۱۰

متفرقه

انواع کیسه های خالی شما راخریدارم کیسه های آردی، شکری، سبوسی، دانمرغی، کیسه های بزرگ کاهی وغیره ۰۹۹۰۳۲۲۱۷۶۷

نهال زرشک فروشی ونهال عناب ونهال های میوه ای به طورکلی وجزئی ۰۹۱۵۷۵۵۶۵۳۲

انواع دوچرخه مستعمل خریداریم ۰۹۱۵۳۶۳۲۴۶۹

فروش بوقلمون گوشتی گوشت کیلو ۲۴ کاملا سالم و با بهترین دانه و یونجه فقط خریدار تماس بگیرد پرورش یافته در منزل ۰۹۳۳۰۱۷۱۶۴۹

با درج آگهی رنگی و طراحی شده در
روزنامه خراسان جنوبی
از تخفیف ویژه برخوردار شوید

تلفن دفتر مرکزی: ۳۲۴۴۵۰۹۰

ارسال پیامک ۳۰۰۰۴۹۳۴۹۳