



یکشنبه ۲۴ مهر ۱۴۰۱  
سال بیست و یکم شماره ۴۰۰۲  
۸ صفحه ۲۰۰۰ تومان  
پست الکترونیکی: daryanews\_bnd@yahoo.com

**آبابتن ساحل**  
تولید و عرضه بتن آماده  
دفتر مرکزی: ۳۳۲۱۲۸۸۰-۳۳۲۱۲۹۹۹  
کارخانه: ۳۱-۵۳۰۵۳۵۶۱  
آدرس: بندرعباس- بلوار امام خمینی نرسیده به میدان  
شهیدان نیش خیابان دانش ساختمان بنی هاشمی واحد ۴

با حضور مدیرکل آموزش و پرورش هرمزگان:

## اتاق بازی مرکز آموزشی مشکلات ویژه یادگیری در بندرعباس افتتاح شد



عکس: امین زاغری/دانا

با حضور استاندار هرمزگان انجام شد

# امضای تفاهم نامه ۱۰۰ میلیاردی برای ۲۰۰ طرح دانش بنیان در هرمزگان

تفاهم نامه بین بنیاد برکت و پارک علم و فناوری استان هرمزگان به ارزش ۱۰۰ میلیارد تومان جهت اجرای ۲۰۰ پروژه دانش بنیان امضا شد

گروه خبر // مهندس مهدی دوستی استاندار هرمزگان با همراهی دکتر محمد ترکمانه مدیرعامل بنیاد برکت راهی جزیره هرمز شد و ضمن بازدید از پروژه‌های پیشروان جزیره در جلسه شورای راهبردی این جزیره شرکت کرد.  
به گزارش خبرنگار دریا؛ مهندس دوستی در این جلسه اظهار داشت: یکی از مشکلاتی که در هرمز وجود دارد در بحث اسفالت است، اسفالت موجود در جزیره اسفالت سرد است و کیفیت لازم را ندارد از طرف دیگر نیز انتقال اسفالت گرم از سرزمین اصلی به جزیره نیز کیفیت آن را کاهش می‌دهد بر همین مبنا با پیگیری‌هایی که انجام شد کارخانه اسفالت جزیره هرمز در فرآیند راه‌اندازی قرار گرفته و در هفته‌های آینده به بهره‌برداری خواهد رسید. وی افزود: خاکی بودن معابر شهری هرمز یکی از مشکلات اصلی جزیره است و ضرورت دارد اسفالت معابر نیز سریعاً

با حضور مدیرکل آموزش و پرورش هرمزگان:

## اتاق بازی مرکز آموزشی مشکلات ویژه یادگیری در بندرعباس افتتاح شد



دو بندرعباس گفت: مراکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری به واحدی اطلاق می‌شود که در آن دانش آموزان دارای اختلالات یادگیری در کنار تحصیل در مدارس عادی، برای رفع مشکلات خاص در یادگیری از خدمات ویژه بهره وقت در این مراکز بهره‌مند می‌شوند. رقیه اخلاقی عنوان کرد: دانش آموزان بعد از ارجاع به مراکز، با انواع تست‌های هوش و پرسشنامه بالینی مورد ارزیابی قرار می‌گیرند و بعد از شناسایی علت اصلی مشکل، برنامه درمانی خاص برای هر دانش آموز طراحی و اجرایی شده و با انواع راهکارها و بازی‌های مختلف موجود در مرکز مشکلات ویژه یادگیری رفع و برطرف می‌شود. اخلاقی بیان کرد: از آنجایی که تحقیقات ثابت کرده‌است بازی‌درمانی بر بهبود انواع اختلال یادگیری از قبیل اختلال کمبود توجه، عدم یادگیری دیکته، ریاضی و همچنین رشد اجتماعی، تقویت حافظه کوتاه مدت، دیداری و شنیداری و مشکلات در یادگیری از اختلالات یادگیری اثر بخش می‌باشد و وجود یک اتاق بازی درمانی لازمه هر مرکز اختلالات می‌باشد، بر آن شدیم یک اتاق بازی در مرکز راهاندازی کنیم. وی ادامه داد: یکی از اهداف راهاندازی اتاق بازی در مرکز، افزایش مهارت‌های حرکتی دانش آموزان دارای اختلالات یادگیری است زیرا با برطرف شدن مشکلات حرکتی، بسیاری از اختلالات از بین می‌رود و دانش آموزان به راحتی می‌توانند در درس‌هایشان موفق باشند و وجود یک اتاق بازی در تمامی مراکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری لازم و ضروری است. اخلاقی خاطر نشان کرد: با حمایت‌های صورت گرفته از سوی پارانی رئیس و رجبی معاون اداره آموزش و پرورش استثنایی استان هرمزگان و محمودزاده کارشناس اختلالات یادگیری استان و کمک‌های خیرین و همکاران مرکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری ناحیه دو بندرعباس این مرکز راهاندازی و افتتاح شد. وی اظهار داشت: ما در مراکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری سستی داریم تا در قالب سسه‌ده‌ترین تکنیک‌های ارتباطی یعنی انواع بازی‌ها در مدارس، مشکلات یادگیری را در مقطع پیش‌دبستانی با آموزش‌های لازم به والدین و مربیان، از بروز مشکلات و اختلالات یادگیری جلوگیری کنیم. اخلاقی در ادامه به رونمایی از نرم‌افزار «تاب» (تشخیص اختلال بازی‌درمانی) اشاره کرد و گفت: به منظور آگاهی‌بخشی به والدین در راستای شناسایی و رفع اختلالات یادگیری دانش آموزان، نرم‌افزار «تاب» طراحی و اجرا شده‌است تا خانواده‌ها بتوانند با مطالب و راهکارهایی که در این نرم‌افزار وجود

دو بندرعباس گفت: مراکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری به واحدی اطلاق می‌شود که در آن دانش آموزان دارای اختلالات یادگیری در کنار تحصیل در مدارس عادی، برای رفع مشکلات خاص در یادگیری از خدمات ویژه بهره وقت در این مراکز بهره‌مند می‌شوند. رقیه اخلاقی عنوان کرد: دانش آموزان بعد از ارجاع به مراکز، با انواع تست‌های هوش و پرسشنامه بالینی مورد ارزیابی قرار می‌گیرند و بعد از شناسایی علت اصلی مشکل، برنامه درمانی خاص برای هر دانش آموز طراحی و اجرایی شده و با انواع راهکارها و بازی‌های مختلف موجود در مرکز مشکلات ویژه یادگیری رفع و برطرف می‌شود. اخلاقی بیان کرد: از آنجایی که تحقیقات ثابت کرده‌است بازی‌درمانی بر بهبود انواع اختلال یادگیری از قبیل اختلال کمبود توجه، عدم یادگیری دیکته، ریاضی و همچنین رشد اجتماعی، تقویت حافظه کوتاه مدت، دیداری و شنیداری و مشکلات در یادگیری از اختلالات یادگیری اثر بخش می‌باشد و وجود یک اتاق بازی درمانی لازمه هر مرکز اختلالات می‌باشد، بر آن شدیم یک اتاق بازی در مرکز راهاندازی کنیم. وی ادامه داد: یکی از اهداف راهاندازی اتاق بازی در مرکز، افزایش مهارت‌های حرکتی دانش آموزان دارای اختلالات یادگیری است زیرا با برطرف شدن مشکلات حرکتی، بسیاری از اختلالات از بین می‌رود و دانش آموزان به راحتی می‌توانند در درس‌هایشان موفق باشند و وجود یک اتاق بازی در تمامی مراکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری لازم و ضروری است. اخلاقی خاطر نشان کرد: با حمایت‌های صورت گرفته از سوی پارانی رئیس و رجبی معاون اداره آموزش و پرورش استثنایی استان هرمزگان و محمودزاده کارشناس اختلالات یادگیری استان و کمک‌های خیرین و همکاران مرکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری ناحیه دو بندرعباس این مرکز راهاندازی و افتتاح شد. وی اظهار داشت: ما در مراکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری سستی داریم تا در قالب سسه‌ده‌ترین تکنیک‌های ارتباطی یعنی انواع بازی‌ها در مدارس، مشکلات یادگیری را در مقطع پیش‌دبستانی با آموزش‌های لازم به والدین و مربیان، از بروز مشکلات و اختلالات یادگیری جلوگیری کنیم. اخلاقی در ادامه به رونمایی از نرم‌افزار «تاب» (تشخیص اختلال بازی‌درمانی) اشاره کرد و گفت: به منظور آگاهی‌بخشی به والدین در راستای شناسایی و رفع اختلالات یادگیری دانش آموزان، نرم‌افزار «تاب» طراحی و اجرا شده‌است تا خانواده‌ها بتوانند با مطالب و راهکارهایی که در این نرم‌افزار وجود



استثنایی استان هرمزگان در این آیین گفت: سه سال پیش طرح آگاهی بخشی در خصوص مشکلات ویژه یادگیری توسط استان هرمزگان به سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور ارائه شد. شهناز پارانی افزود: بندرعباس با حضور مسئولان افتتاح شد. بندرعباس با همکاری و همراهی ادارات آموزش و پرورش این مهم در دستور کار قرار گرفت تا این مشکلات در بین دانش آموزان بررسی و کاهش یابد. پارانی اظهار داشت: با توجه به بالا بودن اهمیت این طرح، استان هرمزگان به عنوان دبیرخانه طرح معرفی شده و برنامه‌های مختلفی در این هفته برگزار شده‌است. در ادامه مدیر مرکز آموزشی و توانبخشی مشکلات ویژه یادگیری آموزش و پرورش ناحیه بندرعباس افتتاح شد. رئیس اداره آموزش و پرورش



مطالب و راهکارهایی که در این نرم‌افزار وجود دارد نسبت به رفع مشکلات یادگیری دانش آموزان شده‌است. قابل ذکر است: در این مراسم از جزوهای علمی مربیان و متخصصان اختلالات یادگیری که در کارگروه تخصصی استثنایی تهیه و تدوین شده‌است نیز رونمایی شد. همچنین در این مراسم امیرعلی ناصری رئیس آموزش و پرورش ناحیه دو بندرعباس، حوریه حاجی‌زاده معاون آموزش ابتدایی اداره کل آموزش و پرورش استان هرمزگان، آمنه رویان معاون آموزش ابتدایی آموزش و پرورش ناحیه دو بندرعباس و سیمیه شایان‌فر سرگروه آموزشی آموزش و پرورش ناحیه دو بندرعباس حضور داشتند.

**آگهی مناقصه عمومی**  
**یک مرحله ای با ارزیابی کیفی**  
شماره فراخوان: ۲۰۰۱۰۹۲۸۶۸۰۰۰۰۰۰۷  
نوبت اول

**مناقصه گزاف: شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه هرمزگان**  
موضوع مناقصه: مناقصه عمومی یک مرحله ای با ارزیابی کیفی مشروح ذیل:  
(حجمی / زمانی اداره امور سوختگیری هوایمایی منطقه و نواحی تابعه))  
تاریخ مهلت و نشانی محل دریافت تحویل اسناد مناقصه:  
پس از انتشار آگهی نوبت دوم در روزنامه کلیه مناقصه گران برای دریافت کامل اسناد مناقصه و پارگذاری باکت های الف- ب و ج به سایت: <http://setadiran.ir> مراجعه نمایند.  
شماره های تماس: ۸۱ و ۸۰ و ۳۳۵۱۳۰۸۰-۰۷۶

- ۱- مبلغ ضمانت نامه بانکی شرکت در فرآیند ارجاع کار ۰۰۰/۰۰۰/۲۳۲۲/۷ هفت میلیارد دو بیست و سی و دو میلیون) ریال به نام شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران منطقه هرمزگان ۲۰- مبلغ فرآورد ۱۳۶/۲۳۱/۱۳۶/۱۴۴/۶۲۹ ریال
- ۲- مدت اجرای کار ۱۲ ماه می باشد. ۴- دارای حداقل سابقه کاری مرتبط.
- ۵- دارا بودن گواهینامه تایید صلاحیت ایمنی و گواهینامه تعیین صلاحیت کار از اداره کل تعاون و کار و رفاه اجتماعی. (تصویر گواهینامه ها در هر دو باکت ب و باکت ارزیابی کیفی قرار داده شود). ۶- ارائه آگهی مربوط به شخص یا اشخاصی که طبق آخرین تغییرات در روزنامه رسمی مجاز به امضاء اسناد تعهد آور شرکت می باشند. (تصویر آخرین تغییرات اساسنامه در باکت ب و باکت ارزیابی کیفی قرار داده شود). ۷- ارائه آخرین صورتهای مالی حسابرسی شده. (منتهی به سال ۱۳۹۹) ۸- تصویر اساسنامه شرکت (مناقصه گر) در باکت ب و باکت ارزیابی کیفی قرار داده شود. ۹- ارائه تاییدیه آخرین نمونه امضاء مدیرعامل و رئیس هیات مدیره در باکت ب و باکت ارزیابی کیفی.
- ۱۰- احراز امتیاز حداقل ۶۰ براساس معیارهای ارزیابی کیفی و توانمندیهای بهداشتی و زیست محیطی (HSE) الزامی می باشد.
- ۱۱- تصویر کلیه گواهینامه ها و مدارک فوق در هر دو باکت ب و باکت ارزیابی کیفی قرار داده شود. ۱۲- توزیع اسناد پس از انتشار آگهی به مدت ۱۰ روز از تاریخ ۱۴۰۱/۰۷/۲۶ لغایت ۱۴۰۱/۰۸/۰۷، مهلت پارگذاری باکت های (الف، ب، ج) در سامانه ستاد تا ساعت ۱۴ مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۱۸، پارگذاری باکت های ارزیابی کیفی مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۲۱ می باشد و تاریخ بازگشایی باکتهای (الف، ب، ج) متعاقباً اعلام خواهد شد. (هر یک از باکت های تضمین، ارزیابی یک لافا فایف سرپیست در مهلت و محل تعیین شده همراه با نامه به دبیرخانه مناقصات این شرکت تحویل گردد). ۱۳- تذکر مهم: پس از طی مراحل قانونی باکت های الف، ب و ج مناقصه گرانی مقنوح خواهد شد که حداقل امتیاز لازم در ارزیابی کیفی و HSE را کسب کرده باشند.
- ۱۴- به پیشنهادهای فاقد امضاء، مشروط، مخدوش و همچنین پیشنهادهاتی که پس از مهلت مقرر در فراخوان واصل گردد تر ثبت آید داده نخواهد شد. ارقام به ریال و حروف / عدد درج و فاقد خط خوردگی / لاک گرفتهگی ... باشد.
- ۱۵- جلسه توجیهی مورخ ۱۴۰۱/۰۸/۰۹ ساعت ۱۰ صبح برگزار می گردد. (حضور در جلسه الزامی است)\*\*\* نکته مهم تمامی مناقصه گران / شرکت ها باید در سامانه ستاد ثبت نام و کلیه باکت های الف و ب و ج خود را در سامانه پارگذاری نمایند، لازم بذکر است در صورت عدم ورود به سامانه جهت پارگذاری اسناد، دریافت باکت فیزیکی آنها امکان پذیر نمی باشد. شناسه آگهی: ۱۳۹۱۰۷۰۱۳۹۱۰۷/۲۴-۱۴۰۱/۰۷/۲۶ تاریخ نوبت دوم: ۱۴۰۱/۰۷/۲۶

**روابط عمومی شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه هرمزگان**







یکشنبه ۲۴ مهر ۱۴۰۱

۱۹ ربیع الاول ۱۴۴۴

سال بیست ویکم شماره ۲۰۰۲

- آشپزی

### نان پنبری با سبزی



■ مواد لازم

آرد گندم: ۳ پونان

پودر خمیر مایه :۲ قاشق غذاخوری

تخم مرغ :۲ قاشق غذاخوری

روغن زیتون :۱ قاشق غذاخوری

قند :۲ قاشق غذاخوری

آب ولرم :۱ لیوان

نمک :۱ قاشق چای‌خوری

سیاه دانه کنجد برای تزئین :۱ قاشق چای‌خوری

پنیر سفید صبحانه :۱ لیوان

سبزی خوردن (ریحون، پیازچه، تره) :۱ لیوان

■ نکات مربوط به خمیر مایه

برای فعال شدن خمیر مایه ابتدا ۱ قاشق مریاخوری از خمیر مایه را همراه با ۱ قاشق مریاخوری شکر در ۱ لیانه آب ولرم حل کنید. برای این کار حتما از ظرف چینی یا پلاستیکی و برای هم زدن قاشق چوبی یا پلاستیکی استفاده کنید. ظرف را حدود ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در یک جای ثابت نگه دارید. وقتی روی آب بعد از این مدت کف کرد و بفی نشد؛ یعنی خمیر مایه فعال شده است. از نشانه‌های ور آمدن خمیر این است که اگر با انگشت روی آن را فشار دهید، جای انگشت روی خمیر باقی می‌ماند و اگر خمیر ور نیاید، نان سنگین می‌شود.

انواع آردهای مناسب برای تهیه نان شامل آرد جو، آرد گندم، آرد سفید، آرد گندم سیوس‌دار، آرد ذرت و آرد ارزن است. نکته مهمی که در مورد آرد باید به آن توجه داشته باشید، این است که کیفیت آردهای موجود در بازار متفاوت است. به همین دلیل مناسب با کیفیت آرد ممکن است میزان آن کم‌تر یا بیش‌تر از مقداری شود که در دستور گفته شده است؛ بنابراین موقع اضافه‌کردن در این مسئله توجه داشته‌باشید.اگر دیدید مواد شما در حال سفت شدن است و هنوز مقداری از آرد باقی مانده است؛ یعنی آردی که اضافه کرده‌اید، کافی است و بقیه را اضافه نکنید.

اگر میزان آرد را طبق دستور اضافه کردید و دیدید که خمیر شما هنوز

به دست می‌چسبد؛ یعنی باقی‌مانده کمی بیش‌تر به آن آرد اضافه‌کنید؛ بنابراین شما همیشه مقدار آردی را که در دستور گفته شده است، تهیه کنید؛ ولی ممکن است این مقدار با توجه به کیفیت و نوع آرد کم یا زیاد شود.

طرز تهیه نان پنبری با سبزی

۱-برای شروع کار پودر خمیرمایه را با دو حبه قند و آب ولرم مخلوط کنید. روی ظرف را بپوشانید و آن را کنار بگذارید تا حدود ۸ دقیقه بماند و به عمل بیاید.

۲-روغن زیتون و سفیده تخم مرغ را همراه با نمک با چنگال یا همزن دستی هم بزنید تا یکدست شود؛ سپس خمیرمایه عمل آمده را به این ترکیب اضافه کنید.

۳-در این مرحله آرد را که از قبل الک کرده‌اید، کم‌کم و طی سه مرحله به مایه بالا اضافه کنید و هم بزنید تا به حالت خمیر دربیاید. خمیر آماده را در محیط آتیزخانه یک حفره ایجاد کنید و کمی پنبز و سبزی و خوردن دلخواهتان را که از قبل خرد کرده‌اید، وسط خمیر بگذارید و روی آن را ببندید.

۴-بعد از اینکه خمیر استراحت کرد، ۳۰ ثانیه آن را ورز دهید؛ سپس کمی از خمیر را بردارید و کف دستتان آن را به شکل توپک گرد دردیابوید. وسط خمیر یک حفره ایجاد کنید و کمی پنبز و سبزی و خوردن دلخواهتان را که از قبل خرد کرده‌اید، وسط خمیر بگذارید و روی آن را ببندید.

۵-کف سینی فر کاغذ روغنی بهن کنید و توپک‌های آماده را روی کاغذ روغنی بچینید. زرده تخم مرغ را با چنگال هم بزنید و روی توپک‌ها رومال کنید و در آخر کمی کنجد و سیاه دانه روی توپک‌ها بپاشید. ۶-سینی فر را داخل فر ۱۸۰ درجه سانتیگراد که از قبل گرم کرده‌اید، به مدت ۲۰ تا ۲۵ دقیقه بگذارید تا نان‌ها بپزد و پف کند.

## آگهی حقان شماکست

نظریه اینکه خاتم ائمه

عاشوری زاده به استناد ۲ فقره

استشهاد محلی درخصوص پلاک

۱۲۲۹۴ فرعی از ۳- اصلی واقع

در بخش دو بندرعباس مدعی

شده است که سند مالکیت

سه دانگ مشاع از شش‌دانگ

یک قطعه زمین به نامش در دفتر ۵۲۰ صفحه ۱۶۷ ذیل ثبت ۹۷۲۵ ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۵۱۷۶۰۷ سری ب ۹۰۷ به نامش صادر گردیده است که برابر سند رهنی ۶۹۳۹۲ مورخ ۱۳۹۹/۱۱/۱۹ دفترخانه ۵ بندرعباس در رهن بانک ملت قرار داردکه به علت جابه جائی مفقود گردیده است و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت المثنی نموده است لذا بااستناد ماده ۱۲۰ آیین نامه اصلاحی و تبصره ذیل آن بدینوسیله اعلام میشود هرکس مدعی انجام معامله نسبت به پلاک مذکور و وجود اصل اسناد مالکیت در نزد خود میباشد بایستی از تاریخ انتشار آگهی ظسرف مدت ده روز اعتراض خود را ضمن ارائه اصل اسناد مالکیت به این اداره تسلیم و اخذ نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت قانونی مذکور و عدم وصول اعتراض و یا وصول اعتراض و عدم ارائه اسناد نسبت به صدور اسناد مالکیت المثنی بنام متقاضی اقدام خواهد شد. ۱۴۰۱/۳/۰۲ ۱۴م/الف تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۷/۲۴

**محمد اسلامی موحد – سرپرست اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه دو بندرعباس**

### اینجا بچگی خوش است؛

## ۴ راهکار برای مناسب‌سازی محیط خانه برای کمک به رشد خلاقیت کودکان

انعطاف محیطی را در خانه ایجاد و محیط خانه را به‌گونه‌ای درست کرد که قابلیت تغییر داشته باشد و بچه بتواند با استفاده از خلاقیت خود مثلا از صندلی وسایلی مثل تختخواب و یا صندلی و خیلی از وسایل دیگر زندگی که ما فرضا از آنها به‌عنوان ابزارهایی برای کارهای روزمره استفاده می‌کنیم برای کودکان و وسایلی بازی هستند.کودک با استفاده از تخیل خود صندلسی را تبدیل به‌خودرو یا کشتنی می‌کند، میز پذیرایی می‌تواند سقف خانه‌اش باشد و یا تخت، قالیچه برنده، اگر این وسایل برای بچه کاربردی غیر از آنچه ما انتظار داریم نداشته باشند تبدیل به ابزار زایدی می‌شوند که کودک علاقه‌ای به نگهداری از آنها نخواهد داشتت و بعد از مدتی شروع به تخریب آنها می‌کند مثلا روی نشیمن صندلی یا تشک تختخوابش نقاشی می‌کشد و همین مسئله باعث می‌شود که والدین او را دعوا کنند که مثلا صندلی جای نقاشی‌کشیدن نیست درحالی‌که آنچه در ذهن کودک می‌گذرد با ذهنیات ما متفاوت است و در ذهن کودک این است است.اعلاهی با استناره به اینکه در هنگام جاگذاری وسایل در خانه باید به این نوع و محل بازی بچه‌ها نیز فکر کنیم می‌گوید: هنگام چیدن وسایل در اتاق کودک باید فکر کنیم که بچه چه بازی‌ای می‌تواند با کودک باشد که کودک اجازه دخل و تصرف را در آن نداشته باشد، یا کودک اجازه نداشته باشد روی دیوارهای خانه و یا حمام نقاشی بکشد، نباید انتظار بروز خلاقیت از فرزندان داشته باشیم.

▲ **محوط ساد‌ه**

سادگی محیط زندگی یکی از مهم‌ترین مسائلی است که باید به آن توجه کرد؛ چراکه یک محیط شلوغ، به هم ریخته و پر از وسایل نه‌تنها به رشد کودک کمک نمی‌کند بلکه باعث می‌شود ذهن کودک مشوش شود. همین مسئله باعث می‌شود تا کودک تمرکزی روی کارهایی که انجام می‌دهد نداشته باشد و فعالیت هدهمندی نداشته باشد.این مدرس دوره تربیت مربی در ادامه با بیان اینکه اگر قرار است بچه‌ها در داخل محیط خانه بازی کنند باید فضای مناسبی در اختیار آنها قرار بگیرد، می‌گوید: اینکه برخی والدین تمامی اسباب‌بازی‌ها را در یک ویترین جلوی چشم بچه می‌گذارند کاری اشتباه است و باعث می‌شود تا کودک نتواند روی یک کار تمرکز کند در عوض می‌توان

▲ **خیال‌پردازی از ویژگی‌های دوران کودکی است، تخیل باعث می‌شود تا قوه خلاقیت کودک پرورش پیدا کند و بچه‌ها دنیایی زیبا برای خود خلق کرده و نسبت به اطراف خود جهان‌بینی پیداکنند**

است که کودک اجازه نداشته باشد آن را به هم بریزد و یا یک ویترین شسبک پر از اسباب‌بازی در اتاق کودک باشد که کودک اجازه دخل و تصرف را در آن نداشته باشد، یا کودک اجازه نداشته باشد روی دیوارهای خانه و یا حمام نقاشی بکشد، نباید انتظار بروز خلاقیت از فرزندان داشته باشیم.

▲ **ابزارهایی برای بازی**
او ادامه می‌دهد: ما معتقدیم باید در خانه شرایطی را

## بانوی دیا



محیطی واقعی زندگی کنند و از بودن در این محیط لذت ببرند و از بودن در اتاق و خانه احساس آرامش و لذت داشته باشند.

▲ **طبیعت را به آبارتمان بیاوریم**

حضور در طبیعت و طبیعت‌گردی یکی از مواردی است که به رشد کودکان کمک قابل توجهی می‌کند. این روزها که آبارتمان‌نشینی گریبانگیر اکثر ما شده می‌توان با کمی خلاقیت طبیعت را به داخل آبارتمان آورد و به کودکان کمک کرد تا در فضای داخل آبارتمان با طبیعت آشنا شوند.
علاهی با بیان اینکه حذف تدریجی حیاط از محیط زندگی و سکنی‌گزیدن در آبارتمان‌ها باعث شده تا بچه‌ها از طبیعت دور شوند، می‌گوید: یکی از ابزارهای رشد انسان در تربیت توحیدی حضور در طبیعت است. پرورش گیاه به کودکان کمک می‌کند تا بچه‌ها با طبیعت درگیر شوند و نسبت به تغییراتی که گیاهان در طول زمان دارند – رشد، گل دادن و یا خشک‌شدن– آشنایی پیدا کنند. و همین مسئله می‌تواند باعث ارتباط برقرارکردن بچه‌ها با طبیعت شود و روحیه آنها را لطیف‌کند.

حرارت از بین لایه‌های برنج و کف قابلمه به بالا منتقل شوند.
یخت برنج را از ابتدا روی حرارت متوسط شروع کنید، این کار باعث ترد و طلایی شدن آن می‌شود.

– قابلمه برنج را بیش از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه روی حرارت زیاد درج نکنید زیرا ممکن است باعث سوختن ته دیگ شما شود. همچنین، با حرارت کم شروع نکنید، زیرا ته دیگ شما در نهایت نرم خواهد شد.
– در قابلمه را با استفاده از یک دمکنی پارچه‌ای بیندید تا رطوبت اضافی را جذب کند. پس از دم کشیدن کامل برنج، ته قابلمه را در آب سرد بزنید و ته دیگ را داغ و تازه سرو کنید. نوش جان.

## ترفندهایی ساده برای پخت یک ته دیگ ترد و خوشمزه

آب گیری آنها را خشک کنید تا رطوبت اضافی نداشته باشند.

– نان بهتر است لوش باشد نان پیتا یا نان تافتون که برنج برای مدتی طولانی نجوشد؛ برخی برنج را از معایب این گلدان‌ها این استست که چون رطوبت را جذب می‌کنند گیاه به آبیاری بیشتری نیاز دارد. از طرفی جابه‌جایی این گلدان‌ها در ابعاد بزرگ‌تر سخت است زیرا سنگین هستند و احتمال شکستن این نوع گلدان بیشتر است.

– در مورد سبب زمینی هم ابتدا آنها را با فظری متوسط برش دهید، بشویید تا نشانه‌ش اضافه آن از بین برود و بعد روی پارچه یا حوله مخصوص

البته از حرارت غافل نشویم؛

– برای داشتن یک ته دیگ عالی، مطمئن شوید

که برنج برای مدتی طولانی نجوشد؛ برخی برنج را از معایب این گلدان‌ها این استست که چون رطوبت را جذب می‌کنند گیاه به آبیاری بیشتری نیاز دارد. از طرفی جابه‌جایی این گلدان‌ها در ابعاد بزرگ‌تر سخت است زیرا سنگین هستند و احتمال شکستن این نوع گلدان بیشتر است.

– در مورد سبب زمینی هم ابتدا آنها را با فظری

متوسط برش دهید، بشویید تا نشانه‌ش اضافه آن از بین برود و بعد روی پارچه یا حوله مخصوص

و از بالا رفتن دمای خاک جلوگیری می‌کنند و خاک را خنک نگه می‌دارند. این گلدان‌ها با جذب رطوبت سبب می‌شوند تا آب بیش از حد اطراف ریشه‌ها نماند و از پوسیدگی ریشه‌ها جلوگیری می‌کنند. البته یکی از معایب این گلدان‌ها این استست که چون رطوبت را جذب می‌کنند گیاه به آبیاری بیشتری نیاز دارد. از طرفی جابه‌جایی این گلدان‌ها در ابعاد بزرگ‌تر سخت است زیرا سنگین هستند و احتمال شکستن این نوع گلدان بیشتر است.

### گلدان شیشه‌ای

بودن گیاهان در جایی خارج از خاک، علاوه بر زیبایی می‌تواند از بروز مشکلات خاک مانند آفات هم جلوگیری کند. دیدن ریشه‌ها در آب شفاف گلدانی شیشه‌ای زیبایی خاصی به دکوراسیون شما می‌دهد و حتی می‌توانید قلمه‌ای از چند گیاه را در یک گلدان شیشه‌ای بزرگ‌تر قرار دهید و یک آکواریوم گیاهی کوچک برای خود درست کنید.

### گلدان چوبی

گلدان چوبی البته بسیار زیباست، اما به نسبت گلدان‌های پلاستیکی و سفالی دوام کمتری دارند و زود خراب می‌شوند. از طرفی قیمت بالاتری هم دارند. اما ویژگی مثبت این گلدان‌ها این استست که عایق خوبی برای حرارت هستند و از ریشه‌های گیاه در تابستان محافظت می‌کنند.

### گلدان سرمایی

این روزها گلدان‌های سرمایی طرفداران بسیاری پیدا کرده‌اند، زیرا علاوه بر زیبایی تنوع رنگ بی‌نظیری دارند که باسختگویی هر نوع سلیقه‌ای هستند. با این حال این نوع گلدان هم خالی از عیب نیست زیرا شکننده و گران هستند.

با این وجود می‌توانید برای گیاهانی مثل ساکولنت‌ها، کاکتوس‌ها و ارکیدها که به آبیاری کمتری نیاز دارند از گلدان سرمایی استفاده کنید.

### چرا رنگ گلدان مهم است؟

رنگ گلدان نیز مهم است و می‌تواند میزان گرمای گیاه را حفظ کند. هر چه رنگ تیره‌تر باشد، گرمای بیشتری را حفظ می‌کند. این روزها انتخاب گلدان سیاه در دکوراسیون فضاهای مدرن طرفداران بسیار پیدا کرده است.

گلدان‌های سفید نیز همیشه جزو انتخاب‌های اولیه افراد بسیاری بوده است. زیرا برای روشنی بخشیدن به فضا گزینه عالی است. رنگ سفید عناصر را متعادل می‌کند. اگر به دنبال آرامش بیشتری در خانه هستید می‌توانید از گلدان‌هایی به رنگ سبز استفاده کنید.

با این حال گلدان رنگ گلدان کاملا سلیقه‌ای است و می‌توانید از هر رنگی در دکوراسیون خود استفاده کنید.

### تمییز نگه داشتن گلدان

تمیز نگه‌داشتن گلدان تاثیر مهمی در جلوگیری از آفت و بیماری دارد. بنابراین اگر می‌خواهید از گلدانی قدیمی که کنار گذاشته‌اید برای گیاه تازه‌ای استفاده کنید حتما آن را خوب بشویید و با الکل اسبزی کنید تا گیاه دچار قارچ نشود.

## عادت‌های رایجی که پوست

## را نابود می‌کند

ممكن است باعث كم آبی بدن شما شود. این كم آبی خروج سموم بدن را از طریق پوست دشوارتر می‌کند و پوست را بیشتر در معرض چین و چروک‌های زودرس قرار می‌دهد.

**ضد آفتاب را جدی نمی‌گیرید**

ممكن است باعث كم آبی بدن شما شود. این كم آبی خروج سموم بدن را از طریق پوست دشوارتر می‌کند و پوست را بیشتر در معرض چین و چروک‌های زودرس قرار می‌دهد.
**ضد آفتاب را جدی نمی‌گیرید**
ضد آفتاب هنگام بیرون رفتن در تابستان استفاده از پوست شما کمک می‌کند، اما ناآگاهانه هم متربک می‌شوید، پوست شما از شادابی و سلامتی کامل برخوردار نیاشد. ما تصمیم گرفتیم عمیق تر به این موضوع ورود کنیم و برخی از عادت‌های نادرست را که ممکن است پوست شما را خراب کنند جمع آوری کنیم؛ پس با ما همراه باشید.

**نشما هر روز برای صبحانه جودوسر می‌خورید**
خوردن یک کاسه بلغور جودوسر برای صبحانه یک ایده خوشمزه و سالم برای شروع روز شماست. اما اگر هر روز به خوردن آن مداومت کنید، ممکن است ناخوشه‌به به بدن و پوست خود آسیب وارد کنید. هنگامی که بیشتر اوقات بلغورجودوسر می‌خورید، بدن خود را از سایر مواد مغذی ضروری محروم می‌کنید، که به تدریج ممکن است منجر به سوء تغذیه و خشکی و پوسته پوسته شدن پوست شما شود.

**دوش صبحگاهی طولانی می‌گیرید**

دوش گرفتن طولانی مدت با بخار آب یک راه عالی برای سرحال شدن در صبح است، به خصوص زمانی که هوا سرد است. اما عادت انجام روزانه آن می‌تواند به سلامت پوست شما آسیب بزند.آب داغ به لایه محافظ پوست که رطوبت مورد نیاز پوست را تامین می‌کند، آسیب می‌رساند و باعث تسریع روند پیری می‌شود. و اگر صبح صورت خود را زیر دوش می‌شوید، ممکن است به مویرگ‌های صورت خود آسیب بزنید زیرا آب داغ باعث گشاد شدن آن ها می‌شود.

### هر روز اول صبح قهوه می‌نوشید

بسیاری از مردم نمی‌توانند صبح خود را بدون یک فنجان قهوه داغ تصور کنند. قهوه علاوه بر خوشمزه بودن، حتی می‌تواند برای پوست شما مفید باشد. اما اگر آن را هر روز قبل از صرف صبحانه بنوشید، ممکن است بیشتر از اینکه مفید باشد به پوستتان آسیب برساند. قهوه یک آبرورار قوی است، به این معنی که دچار قارچ نشود.





بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۴:۲۷:۲۷	اذان صبح ۰۴:۵۷:۵۶	اذان صبح ۰۴:۴۹:۱۴	اذان صبح ۰۴:۰۹:۰۹	اذان صبح ۰۴:۴۲:۲۴	اذان صبح ۰۴:۲۴:۱۸	اذان صبح ۰۴:۴۶:۱۸	اذان صبح ۰۴:۳۵:۰۳
طلوع آفتاب ۰۵:۴۵:۰۳	طلوع آفتاب ۰۶:۱۸:۴۲	طلوع آفتاب ۰۶:۰۸:۰۶	طلوع آفتاب ۰۵:۲۸:۲۵	طلوع آفتاب ۰۶:۰۱:۴۷	طلوع آفتاب ۰۵:۴۴:۱۴	طلوع آفتاب ۰۶:۰۶:۳۵	طلوع آفتاب ۰۵:۵۶:۲۰
اذان ظهر ۱۱:۳۱:۱۱	اذان ظهر ۱۲:۰۱:۳۷	اذان ظهر ۱۱:۵۲:۵۴	اذان ظهر ۱۱:۱۴:۴۹	اذان ظهر ۱۱:۴۶:۰۴	اذان ظهر ۱۱:۲۷:۵۹	اذان ظهر ۱۱:۴۹:۵۹	اذان ظهر ۱۱:۳۸:۴۷
غروب آفتاب ۱۷:۱۵:۴۵	غروب آفتاب ۱۷:۴۲:۵۴	غروب آفتاب ۱۷:۳۶:۰۶	غروب آفتاب ۱۶:۵۵:۳۸	غروب آفتاب ۱۷:۲۸:۴۳	غروب آفتاب ۱۷:۱۰:۰۷	غروب آفتاب ۱۷:۳۱:۴۵	غروب آفتاب ۱۷:۱۹:۳۵
اذان مغرب ۱۷:۳۱:۳۱	اذان مغرب ۱۷:۵۹:۱۹	اذان مغرب ۱۷:۵۲:۰۸	اذان مغرب ۱۷:۱۱:۴۴	اذان مغرب ۱۷:۴۴:۵۱	اذان مغرب ۱۷:۲۶:۲۲	اذان مغرب ۱۷:۴۸:۰۴	اذان مغرب ۱۷:۳۶:۰۷

# آنچه درباره «فرزندخواندگی» باید بدانید

گروه اجتماعی //کم نیستند خانواده‌هایی که برای فرزند آوری تلاش می‌کنند اما به دلایل گوناگون نتوانسته‌اند صاحب فرزند شوند؛ یکی از روش‌های صاحب فرزند شدن، مراجعه به مراکز معرفی شده بهزیستی برای پذیرش فرزند خوانده است اما برای بسیاری از والدینی که قصد پذیرش فرزندخوانده را دارند این مسیر بسیار پر پیچ و خم به نظر می‌رسد؛

از همین رو در این گزارش به بررسی روند پذیرش فرزند از بهزیستی پرداختیم.

فرزندخواندگی، اعطای سرپرستی کودکان بدون سرپرستی است که تحت سرپرستی سازمان بهزیستی قرار دارند. متقاضی‌ها باید واجد شرایط قضایی احراز هویت شوند و پس‌از آن قانون می‌تواند جد پدری شناخته‌شده‌ای ندارند.خانواده‌ها پیش ازپذیرش سرپرستی کودک، باید از طریق مراجع قضایی احراز هویت شوند و پس‌از آن قانون می‌تواند وضعیت کودک بی سرپرست را تعیین تکلیف کند. در واقع امور مربوط به فرزندخواندگی در استان‌های کشور از طریق کمیته‌های ستادی استان سازمان بهزیستی و از سوی کمیته شبه خانواده آن استان انجام خواهد گرفت که اعضای آن مدیرکل بهزیستی استان، معاون امور اجتماعی، کارشناس شبه خانواده استان، کارشناس فرزندخواندگی، مددکار و کارشناس حقوقی استان هستند.

باید توجه داشت، آن دسته از کودکانی به عنوان فرزندخوانده انتخاب می‌شوند که تمامی تلاش‌های حرفه‌ای در جهت شناسایی خانواده و حتی بازگشت کودک به آغوش والدین آن کودک موفق نبوده است.

**■شرایط پذیرش فرزندخواندگی چگونه است؟**
تمامی اتباع ایرانی مقیم ایران و ایرانیان مقیم خارج از کشور، براساس ماده ۵ و ۶قانون می‌توانند درخواست فرزندخواندگی خود را به سازمان بهزیستی ارسال کنند. براساس ماده ۵ قانون حمایت از کودکان و نوجوانان بی‌سرپرست و بد سرپرست، این افراد می‌توانند سرپرستی کودکان و

نوجوانان مشمول این قانون را از سازمان بهزیستی درخواست کنند:
(الف) زن و شوهری که پنج سال از تاریخ ازدواج آنان گذشته باشد و از این ازدواج صاحب فرزند نشده باشند، مشروط به این‌که حداقل یکی از آنان بیش از سی سال سن داشته باشد.
(ب) زن و شوهر دارای فرزند مشروط بر این‌که حداقل یکی از آنان بیش از سیسی سال سن داشته باشد.
(ج) دختران و زنان بدون شوهر، درصورتی‌که حداقل سی سسال سن داشته باشند، منحصرأ حق سرپرستی آنان را خواهند داشت.
همچنین براساس ماده ۶ قانون حمایت از کودکان بی‌سرپرست و بد سرپرست، درخواست کننده سرپرستی باید دارای این شرایط باشد:
(الف) تقید به انجام واجبات و ترک محرمات،
(ب) عدم محکومیت جزایی مؤثر با رعایت موارد مقرر در قانون مجازات اسلامی،
(ج) تمکن مالی،
(د) عدم حجر، (هـ) سلامت جسمی و روانی لازم،
(و) نداشتن اعتیاد به مواد مخدر، مواد روان‌گردان و الکل،
(ز) صلاحیت اخلاقی،
(ح) عدم ابتلا به بیماری‌های واگیردار و یا صعب‌العلاج،
(ط) اعتقاد به یکی از ادیان مصرح در قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران.

**■ چگونگی تغییر سرپرستی موقت کودک به دائم**

سرپرستی دائم (فرزندخواندگی): در این حالت سرپرستی کودکان بدون ولی شناخته‌شده‌ای که تحت پوشش سازمان بهزیستی هستند به خانواده‌هایی که متقاضی فرزندخوانده بوده و واجد شرایط هستند براساس قوانین جاری اعطا می‌شود.

اما سرپرستی موقت یا (امین موقت) نیز به این صورت است که براساس ماده ۱۰ قانون در تمامی مواردی که هیچ‌یک از پدر، مادر یا جد پدری یا وصی منصوب از سوی ولی قهری صلاحیت سرپرستی را ولو یا ضم امین یا ناظر نداشته باشند، دادگاه می‌تواند مطابق این قانون و با رعایت مواد (۱۱۸۴) و (۱۱۸۷) قانون مدنی و با اخذ نظر

### اجتماعی

بندرعباس	اهواز	بوشهر	زاهدان	شیراز	کرمان	یاسوج	یزد
اذان صبح ۰۴:۲۷:۲۷	اذان صبح ۰۴:۵۷:۵۶	اذان صبح ۰۴:۴۹:۱۴	اذان صبح ۰۴:۰۹:۰۹	اذان صبح ۰۴:۴۲:۲۴	اذان صبح ۰۴:۲۴:۱۸	اذان صبح ۰۴:۴۶:۱۸	اذان صبح ۰۴:۳۵:۰۳
طلوع آفتاب ۰۵:۴۵:۰۳	طلوع آفتاب ۰۶:۱۸:۴۲	طلوع آفتاب ۰۶:۰۸:۰۶	طلوع آفتاب ۰۵:۲۸:۲۵	طلوع آفتاب ۰۶:۰۱:۴۷	طلوع آفتاب ۰۵:۴۴:۱۴	طلوع آفتاب ۰۶:۰۶:۳۵	طلوع آفتاب ۰۵:۵۶:۲۰
اذان ظهر ۱۱:۳۱:۱۱	اذان ظهر ۱۲:۰۱:۳۷	اذان ظهر ۱۱:۵۲:۵۴	اذان ظهر ۱۱:۱۴:۴۹	اذان ظهر ۱۱:۴۶:۰۴	اذان ظهر ۱۱:۲۷:۵۹	اذان ظهر ۱۱:۴۹:۵۹	اذان ظهر ۱۱:۳۸:۴۷
غروب آفتاب ۱۷:۱۵:۴۵	غروب آفتاب ۱۷:۴۲:۵۴	غروب آفتاب ۱۷:۳۶:۰۶	غروب آفتاب ۱۶:۵۵:۳۸	غروب آفتاب ۱۷:۲۸:۴۳	غروب آفتاب ۱۷:۱۰:۰۷	غروب آفتاب ۱۷:۳۱:۴۵	غروب آفتاب ۱۷:۱۹:۳۵
اذان مغرب ۱۷:۳۱:۳۱	اذان مغرب ۱۷:۵۹:۱۹	اذان مغرب ۱۷:۵۲:۰۸	اذان مغرب ۱۷:۱۱:۴۴	اذان مغرب ۱۷:۴۴:۵۱	اذان مغرب ۱۷:۲۶:۲۲	اذان مغرب ۱۷:۴۸:۰۴	اذان مغرب ۱۷:۳۶:۰۷



کودک دختر هستند بنابراین باید متقاضیان نیز زمان بسیاری را منتظر بمانند تا بتوانند سرپرستی این کودک را دریافت کنند.

**■ آیا سرپرستی دو یا چند کودک را می‌دهند؟**
براساس آخرین اطلاعات دریافتی، امکان پذیرش تقاضای سرپرستی یک یا دو کودک به‌صورت هم‌زمان وجود ندارد مگر آن‌که در مواردی که شما بخواهید کودکانی که با هم برادر و خواهر هستند را بپذیرید، اما در این حین استثناهایی وجود دارد که به آن‌ها اشاره می‌کنیم؛
(۱) اینکه از تاریخ تحویل نخستین کودک به خانواده متقاضی حداقل ۲ سال گذشته باشد،
(۲) پذیرش تقاضاهای پیش از آن سال، بستگی به آن دارد که کسی در لیست انتظار نباشد، آنکه خانواده کودکی را بپذیرند که از نظر سن بالا، بیماری یا معلولیت و عللی دیگر نپذیرند.

**■ چگونگی پذیرش فرزندخواندگی در خارج کشور**

اگر متقاضی پذیرش فرزندخواندگی در خارج از کشور استان مدنظر خود را انتخاب نکند بهزیستی به‌صورت پیش‌فرض استان تهران را انتخاب می‌کند، پس‌از آن باید بسرای دریافت مدارک به مراجع ذی‌صلاح فرزند پذیری محل اقامت خود مراجعه کنید که پس‌از آن به کنسولگری معرفی خواهید شد.

کشور محل اقامت خانواده باید به‌صورت کتبی متعهد شود که تا پایان سن ۱۸ سالگی بر وضعیت

## ی

یکشنبه ۲۴ مهر ۱۴۰۱

۱۹ ربیع الاول ۱۴۴۴

سال بیست ویکم شماره ۲۰۰۲

- طالع بینی**

#### فرودین:



قصدتان این نیست که به منظور مشکل درست کردن به دنبال اطلاعات مدفون شده بگردید، اما به نظر می‌رسد که هیچ انتخاب دیگری برای تان نمانده است. یک چیزی اشتباه شده و تا آن را اصلاح نکنید آرام و قرار نمی‌گیرید. دوست ندارید اطلاعاتی که به دست می‌آورید ناراحت‌کننده باشد و از این بابت نگران هستید، اما انگار ترس تان نسبت به این موضوع کمی اغراق آمیز شده است. بهتر است با حقایق پیش بروید و خودتان را درگیر ناشناخته‌ها نکنید.

#### اردیبهشت:



امروز نمی‌شود با شما مذاکره کرد، آن قدر سفت و سخت شده‌اید که هیچ‌کس نمی‌تواند نظرتان را تغییر دهد. از این که انگیزه‌های تان را پنهان کنید خسته هستید، اما هنوز احساس می‌کنید که فرصت مناسبی برای آشکار کردن احساسات حقیقی تان نیست. اگر دوست ندارید در تعاملات احساسی شرکت کنید اشکالی ندارد، مجبور نیستید دلیل این غیبت را به دیگران توضیح دهید. فقط حواس تان باشد که تا حد امکان خودتان را از هر گونه بحث و جدل دور نگه دارید.

#### خرداد:



امروز کسی نمی‌تواند شما را مجبور به انجام کاری کند که راحتی شما را به هم می‌زند. اکنون این قابلیت را دارید که هر تصمیم تان پافشاری کنید، حتی در مقابل کسی که قدرت زیادی در اختیار دارد. برای شروع به شما پیشنهاد می‌شود که موضع تان را به دوستان توضیح دهید، اما حواس تان باشد که وارد بحث‌های بی پایان نشوید. بعد از این که فشارهای حاکم فروکش کرد می‌توانید با راحتی بیشتر مسائل جزئیات را به دیگران بگویید.

#### تیر:



امروز ممکن است نسبت به رفتار کسی که دوست‌اش دارید واکنشی سریع و تند نشان دهید. امروز طوری شده که حتی گفتگوهای ساده هم ممکن است احساسات تان را تحریک کند و آن خشم خفته‌ی درون تان بیدار شود. پس به شما توصیه می‌شود که امروز بیش از پیش احتیاط به خرج دهید. اگر خشم تان را از ته دل به کسی که استحقاق اش را ندارد نشان دهید، حتما او را از زرده خاطر خواهید کرد. برای حفظ آرامش باید کمی جلوی خودتان را بگیرد.

#### مرداد:



اگر امروز احساس کنید که کسی قصد دارد ثبات مالی شما را تحریک کند ممکن است مثل یک شیر به او حمله کنید. شاید کسی که در مقابل او موضع می‌گیرید شخصیت قدرتمندی باشد. اما قبل از این که حرکتی کنید ببینید که آیا این اقدام شما نتیجه پذیر است، زیرا وقتی با پیش‌گذاشتید آن وقت ممکن است کار به جاهای باریک بکشد. به شما توصیه می‌شود اول چند نفس عمیق بکشید و ببینید چه انتخاب‌هایی می‌توانید داشته باشید.

#### شهریور:



امروز کلماتی که در صحبت‌های تان به کار می‌برید آن قدر تیز و برنده هستند که مثل لِه‌ی شمشیر به نظر می‌رسند. شاید مقصود شما چیز دیگری باشد، اما در هر صورت حرف‌های تان به شدت نیش و کنایه دار است. متأسفانه شدت احساسات شما را تحت تأثیر قرار داده، پس حواس تان باشد حرف‌هایی که می‌زنید تا حد امکان واضح و روشن باشند. اگر از دیگران انتظار دارید که نسبت به شما رفتار مثبتی در پیش بگیرند، پس بهتر است پیام تان را با ملایمت بیشتری انتقال دهید.

#### مهر:



امروز احساس می‌کنید که خیلی منطقی هستید. اما واکنش‌های شدید یک نفر ممکن است همه چیز را به هم بریزد. یادتان باشد که یک انفجار احساسی مشکلی را حل نخواهد کرد، چنین واکنشی در نهایت باعث می‌شود که احساس ناخرسندی و تهی بودن به شما دست دهد. برای این که از فشارهای روز کم کنید می‌توانید به هر کجا که می‌روید با خودتان مهربانی به همراه ببرید. خوشبختانه رویکرد مثبت شما همه‌ی اطرافیان تان را تحت تأثیر قرار خواهد داد.

#### آبان:

امروز تصمیم دارید که نقطه نظرات تان را به شکل واضحی بیان کنید. اکنون عطارد در دوازدهمین خانه در طالع شما یعنی خانه‌ی اسرار به سر می‌برد، به همین خاطر هنوز نمی‌دانید که چه چیزهایی را لازم است بگویید و چه چیزهایی را بهتر است نزد خودتان نگه دارید. بدانید که این خود شما هستید که حد و مرزها را مشخص می‌کند، پس خودتان باید تصمیم بگیرید که چه چیزهایی گفتنی است و چه چیزهایی نه.

#### آذر:



به نظر می‌رسد که از تصمیمات تان مطمئن هستید. اما گر به احساس و نظر دیگران اهمیت ندهید، آن وقت یعنی این که فکر می‌کنید فقط خودتان راست می‌گویید. اگر امروز با مافوق تان درگیر شوید احتمال دارد که از نظر کاری به مشکل برخورد کنید. فکر نکنید که اکنون می‌توانید اقدامات‌تان را توجیه کنید، همه‌ی این‌ها فقط اتلاف وقت و انرژی است. به مسیرتان ادامه دهید، اما حواس تان باشد که ماجراهای غیر ضروری درست نکنید.

#### دی:



هنوز نمی‌دانید که این ناراحتی‌های شما از کجا آب می‌خورد، اما امروز ممکن است یک حقیقت ناگفته بارها و بارها در اختلافات مختلف بروز کند. امروز ممکن است درباره‌ی چیزی بحث کنید که به هیچ وجه ربطی به موضوع اصلی ندارد. عاقل باشنید و انقصاد کردن را به روز دیگری موکول کنید. در این فاصله سعی کنید خودتان را آرام کنید و به یک دیدگاه منطقی برسید. وقفه‌ای را که لازم است ایجاد کنید و دست به کاری بزنید که اعصاب تان را آرامش دهد.

#### بهمن:



به نظر می‌رسد چیزی دارد اذیت‌تان می‌کند و تا زمانی که به طور مستقیم با آن مواجه نشوید مشکل تان حل نخواهد شد. متأسفانه ممکن است متوجه منشأ ناراحتی‌های تان نشوید و به همین خاطر نتوانید مشکل تان را حل کنید. نباید دیگران را به خاطر این وضعیت سرزنش کنید. در عوض مسئولیت احساسات تان را بپذیرید و تا جایی که می‌توانید با مهربانی با دیگران رفتار کنید.

#### اسفند:



امروز به نظر می‌رسد که خیلی با دوستان تان موافق نیستید. این اختلاف باعث ایجاد نگرانی‌هایی خواهد شد. دیگران از شما می‌خواهند کاری را انجام دهید که به نظر شان منطقی و درست است، اما شما هنوز به این فرآیند اطمینان ندارید. اگر قلب تان چیز دیگری به شما می‌گوید پس به حرف این گوش کنید و بقیه‌ی چیزهایی را که در ذهن تان می‌چرخد کنار بگذارید.

روز نامه منطقه جنوب کشور

# با خبر

روزنامه سیاسی ، اجتماعی ، فرهنگی ، ورزشی گستره توزیع : منطقه جنوب کشور
بوشهر، خوزستان، سیستان و بلوچستان، فارس، کرمان، کهگیلویه و بویر احمد، هرمزگان، یزد
مدیر مسئول و صاحب امتیاز : یعقوب دبیری نژاد
سردبیر : سمیه هاشمی پور
داری ضربب کیفی ۶۴/۲۰ و رتبه دوم
در میان روزنامه های منطقه ای کشور

پست الکترونیکی : daryanews\_bnd@yahoo.com
اینستاکرام : daryanews.ir
تلفن : ۰۰۳۳۲۶۳۸۴-۳۳۲۳۷۳۳-۳۳۲۳۷۹۳۰
نمابر:۰۰۳۳۲۶۳۵
دفتر : بندرعباس - بلوار امام خمینی (ره) - سه راه دلگشا
پروچ نیلوفر - زروندی غربی-حلبقه پنجم- واحد ۲۳
چاپ مهدوی کرمان تلفن: ۰۳۳۱۳۳۸۳۸ - ۰۳۳

**آئین نامه اخلاق حرفه ای روزنامه دریا**

روزنامه نگار موظف است ضمن دفاع از آزادی خبر و تفکیر و انتقاد ایستاد حرفه ای خود را حفظ کند و از افشای اطلاعات و اخباری که به صورت محرمانه به دست می آورد به جز مواردی که به حکم دادگاه مشخص می شود، خودداری کند.

سرویس شهرستانها: سمیده دبیری نژاد
سرویس جنوب کشور: امین زارعی
سرویس اجتماعی و حوادث: علی زارعی

**نما پندگی استانها:**

جنوب سیستان و بلوچستان: شهریار سرروش ۰۹۱۵۸۵۴۳۶۳
کرمان آرزو توکلی چترودی ۰۹۱۰۱۹۱۰۱-۳۳
کهگیلویه و بویراحمد: علیزاده ۰۹۱۷۳۴۱۳۳۷۰
یزد: علیرضا حائری زاده ۰۹۳۳۰۵۳۱۵۶
فارس: عزیزاله قهرمانی ۰۹۱۷۱۱۰۰۹۹۷
خوزستان: حسن سیالودی ۰۹۳۲۷۰۵۷۲۷
بوشهر: سید ابوالحسن جعفری ۰۹۱۷۳۴۶۰۲۰

نواب انتشار حدیث روز تقدیم به:

بنیانگذار روزنامه دریا

زنده یاد حاج ایوب دبیری نژاد



گروه خبر // همزمان با هفدهم ربیع‌الاول سالروز میلاد پیامبر اسلام (ص) و امام صادق(ع)، رهبر انقلاب اسلامی در دیدار جمعی از مسئولان نظام و میهمانان خارجی شرکت کننده در کنفرانس وحدت، مهمترین نیاز امت اسلامی برای نقش آفرینی و دستیابی به جایگاه رفیع در هندسه جدید قدرت را اتحاد و انسجام دانستند و با اشاره به جایگاه بسیار مهم فرزندانگ و خواص و جوانان روشن‌بین دنیای اسلام برای تحقق این مهم، گفتند: «وحدت اسلامی» و حضور تأثیرگذار در دنیای جدید امکان‌پذیر و شدنی است به شرط تلاش عملی و ایستادگی در مقابل سختی‌ها و فشارها که نمونه‌ی بارز آن نظام جمهوری اسلامی است که در مقابل قدرتها تسلیم نشد و ایستاد و اکنون به درخت تناوری تبدیل شده است که حتی تصور «کندن» آن نیز امکان‌پذیر نیست.

به گزارش پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری ؛ رهبر انقلاب اسلامی در این

**امام محمد تقی (ع): ناشکری نعمت ، چون گناهی نابخشودنی است**

(روضه بحار ج ۲ ص ۳۶۴ )

**رهبر انقلاب اسلامی در دیدار جمعی از مردم، مسئولان کشور و مهمانان کنفرانس وحدت اسلامی:**

# ایستادیم و پیش رفتیم غلط می کند کسی فکر کند درخت تناور جمهوری اسلامی راهم بکند

در تقطه مقابل، با ایجاد یک سلول سرطانی در منطقه و در زمین فلسطین، به نام رژیم جعلی صهیونیستی و استقرار صهیونیست‌های خبیث، فاسد، قاتل و بی‌رحم در آن، به دنبال ایجاد بیشترین اختلاف در میان مسلمانان و کشورهای اسلامی است.

رهبر انقلاب اسلامی، عادی سازی روابط برخی کشورهای اسلامی با رژیم صهیونیستی را یکی از بزرگترین خیانت‌ها خواندند و گفتند: ممکن است برخی بگویند تحقق وحدت در شرایط فعلی با وجود برخی رزسای کشورهای اسلامی امکان‌پذیر نیست اما روشنفکران، علما، فرهزانگان و نخبگان دنیای اسلامی می‌توانند در این صورت امکان تحقق وحدت، آسان‌تر خواهد شد. حضرت آیت الله خامنه‌ای با طرح این سؤال که «منظور از وحدت چیست؟» خاطر نشان کردند: آنچه از وحدت در دنیای اسلام مدنظر است، وحدت در حفظ منافع امت اسلامی است و نه وحدت نژادی و جغرافیایی.

برسد و خود را از تفرقه و وسوسه‌های آمریکا و صهیونیست‌ها و کمیائهای بزرگ رهایی بخشد. ایشان با طرح یک سؤال دیگر مبنی بر اینکه «با اتحاد کلمه مسلمانان و داشتن جایگاه رفیع در دنیسای در حال تغییر امکان‌پذیر است؟»، گفتند: بله، اتحاد بین ملت‌های اسلامی ممکن است اما نیازمند تلاش و عمل و ایستادگی در مقابل فشارها و سختی‌ها است. رهبر انقلاب اسلامی با تأکید بر اینکه در این زمینه بیشترین امید به خواص دنیای اسلام و جوانان روشن‌بین و نقش‌آفرینی آنها در هدایت افکار عمومی است، افزودند: یک نمونه از امکان تحقق تأثیرگذاری، جمهوری اسلامی ایران است که نهالی کوچک با هدایت‌های امام خمینی(ره) در مقابل دو ابرقدرت آن زمان ایستاد و آن نهال اکنون به درختی تناور تبدیل شده است که غلط بکند کسی حتی فکر کند آن را نیز بکند. ایشان خاطر نشان کردند: ما ایستادیم و پیش رفتیم، البته ایستادگی نیز مانند هر کار دیگر سختی‌هایی دارد اما آن کسانی هم که تسلیم می‌شوند دچار سختی می‌شوند

با این تفاوت که ایستادگی موجب پیشرفت و تسلیم باعث عقب‌رفت است. حضرت آیت الله خامنه‌ای با تأکید بر اینکه لازمه تحقق وحدت اسلامی، جلوگیری از تبدیل اختلافات مذهبی به تازاع و درگیری است، خاطر نشان کردند: سیاستمداران آمریکایی و انگلیسی که با اصول اسلام ضدیت دارند در محافل خود وارد بحث شیعه و سنی شده‌اند که بسیار خطرناک است. ایشان با یادآوری تعبیر گذشته خود از «شیعه انگلیسی» و «سنی آمریکایی» و تلاش برخی برای تحریف آن، گفتند: شیعه انگلیسی و سنی آمریکایی یعنی کسی که در هر جایگاه و مقام و کشوری، مانند داعش با ایجاد دعوا و تفرقه و تکفیر در خدمت دشمن است.رهبر انقلاب اسلامی با ابراز تأسف از جنایات داعش در عراق، سوریه و بخصوص کشتار دانش‌آموزان در افغانستان افزودند: در هر دو طرف شیعه و سنی، تدروهای وجود دارند که ارتباطی با مشروع و نسنس ندارند و این تدروی‌ها نباید زمینه‌ساز اتهام زنی به اصل مذاهب شود و باید با کسانی که به اسم طرفداری از یک مذهب، احساسات طرف دیگر را بسر می‌انگیزند، برخورد جدی انجام گیرد. ایشان سختی‌ها و فشارها و کشتارهای روزافزون در فلسطین و دیگر نقاط دنیای اسلام را نتیجه «شست امت اسلامی» دانستند و با اشاره به وجوه اشتراک فراوان مسلمانان گفتند: جمهوری اسلامی ایران

**همزمان با بزر گداشت هفته پیوند اولیاء و مربیان :**

## انجمن های اولیا و مربیان بر تر مدیریت آموزش و پرورش ناحیه دو بندرعباس شناخته شدند

آبتین امیری، سارا بانو ارجمندی ، بهنام دربان، بهنام نامور ، سید سعید نعیمی، فاطمه رحیمی، جواد خبیری نژاد
**\* آموزشگاه پسرانه متوسطه اول جواد الاثمه:** با مدیریت حسین مسلمی /اعضای محترم انجمن خانم ها و آقایان حسن زعیمی، ابراهیم دهقانی، نعمت دستمال، زهرا باوقار زعیمی، وحید غلامی، فاطمه بهزادی، نجمه برخوردار
**\* آموزشگاه دخترانه متوسطه اول مولوی:** با مدیریت زهره غربیی/اعضای محترم انجمن خانم ها و آقایان زهره قاسمی نژاد، سمیه رسولی، ژاله آبروش، لیلان مرتضوی، مرجان غریب پور، اعظم غریب پور، میترا محمد پور ، مریم احمدی پور ، محمد علی جعفری
**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی پدیده:** با مدیریت ملوک راضیه اویسی/اعضای محترم انجمن خانم ها و آقایان فریده رستمی، عظیم رادانی، موسی صالحی، کاوه کشاورز، عباس طهماسبی ، مریم خرم فاطمه درودگر، عایشه درس خوان
**\* آموزشگاه مختلط متوسطه اول پرورش:** با مدیریت خسرو اساس /اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان یعقوب برگ پوش، محمد نیکویی زاده، خدیجه پشکولی، صالح چرخ، فهیمه پشکولی، ماشا، رونده ، آمنه اخداد، سحر بهی، سالم پاک نژاد، هاشم کوه روه، بهروز ماهوش، عبدالرحیم جوانیان نژاد
**\* آموزشگاه مختلط ابتدایی نبی اکرم درگیر :** با مدیریت الهام آب روشن/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان علیرضا توانا درگیری، ام الینین کمالی، مرضیه عاقلی، سمیه آقایی، بهناز قاسمی، فهیمه حسین عبدلی، رامین شبانی مزراعی، مهدی جعفری درگیری، امیر محمدی، حسین چالاک
**\* آموزشگاه دبستان دخترانه محبوبه دانش:** با مدیریت مهسا ایمانی نیا/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان علی رضایی، محمد علوانی، مهین پرمر
**■ (۳ج)انجمن های اولیا و مربیان برتر منطقه ای**
دبستان پسرانه ششیل الحکما/ آموزشگاه متوسطه دخترانه مشیردوانی
آموزشگاه دخترانه متوسطه مولوی/ آموزشگاه دخترانه متوسطه مطهری / هنرستان آینده سازان/ هنرستان دخترانه آیت الله صدر/ هنرستان دخترانه نشاط/ دبستان دخترانه تدبیر مهر /دبستان دخترانه اندیشمندان/ دبستان دخترانه زمزم/ آموزشگاه متوسطه دخترانه فدک/ آموزشگاه متوسطه دخترانه نسبیبه/ آموزشگاه متوسط پسرانه امیرکبیر/ آموزشگاه متوسطه تزی هوشان اسپدور دبستان دبستان دخترانه راضیه/ دبستان پسرانه رضوی /دبستان پسرانه شهید کهریزی / دبستان دخترانه سنایی/ آموزشگاه متوسطه پسرانه شاهد / آموزشگاه متوسطه دخترانه شاهد/ دبستان شهید پرویز سبزی غلامی/ دبستان کوثر گریند/ دبستان دخترانه راهیان علم/ دبستان دخترانه شمس تیریزی /دبستان پسرانه شهید کلاتری/ دبستان پسرانه شهید علی رضایی

محمد درخش، زهره مجیدی، فاطمه حراری، سمیه بهرامی، معصومه اسماعیل زاده
**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی نونهالان انقلاب:** بامدیریت حسن پودت/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان خیام جده، هایده شفاده، ایران ملکشاهی، عبدالرضا برگ پوش، مرضیه مفتح، طیبه ربیع، زینب صفری زاده، فرزانه شایسته، نسبیبه جوذری، فاطمه گل بشیری، سمیه پورمند
**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی غلامحسین رضا نیا:** بامدیریت مصیب دهقانی/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان علی حیدری زاده، محسن حیدری، سارا بانو ارجمندی، مینا پور دریایی، فریده فدایی، ریحانه عوض زاده، فاطمه مقدسی، خدیجه کمال زاده، فاطمه گل کریمی سورویی، لیلیا بخش پور، زینب قلندری، آسیه ربحانی، لیلیا گویا، اسحق دست رس، لیلیا پارساپور
**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی آل طه:** بامدیریت عصمت پلاسی/ اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان سمیه عشقی زاده، سکینه سرافراز، سلطنت خوارزمی، فرشته شایق، حسین کرتی، ابراهیم صالحی، محسن غلامحسینی کهری، رضا خجندی، منصور احمدی، صفر سلطانی، بهرام توانگر پور، انیس حورنگاه، الهه پسند
**\* آموزشگاه دبیرستان دخترانه نمونه متوسطه دوم مهدیه:** بامدیریت صدیقه ذاکری/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان فاطمه فرشیدی، زینب حمزوی، ربابه قرشی زاده، جواد حیدری سراحی، فروغ احمدی پور، عبدالله محمدی، سمیه کرباسی، فاطمه گل فرح بخش، فاطمه خرم، فاطمه ابراهیمی
**\* آموزشگاه هنرستان پسرانه فنی نمونه دارا:** بامدیریت عبدالرحیم ظهیری /اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان بهزاد حیدری، سلیمان آرمزد، عبدالعزیز گودرزی، حسن اخگریان، حسن دبه‌گر، فریدون الهامی، محمد آذرباد، طاهره پور سالاری، سولماز اسدی نمینی، آمنه صفوی درباغی، موسی جاودان
**■ (۲ب)انجمن اولیا و مربیان برتر مورد تشویق توسط اداره کل آموزش و پرورش استان هرمزگان عبارتند از:**
**\* آموزشگاه دخترانه ابتدایی شاهد :** با مدیریت آمنه روزبان/ اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان بتول کاظمه، سکینه محمودی، پروانه السادات نوربخش، الهام ذاکری، مهدی مسیحی، سلیمان رحیمی، ابراهیم جلالی، معین بلدش، هوشنگ محمدی، اعظم نجفی، مجتبی قهرمانی
**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی دوره اول مولوی:** با مدیریت لاله زمانی/ اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان آمنه چاشنی پور، فرشته ترابی، سید سعید حسینی، مژده حاتمی،سمانه رضایی، بهاره بهادر، مهین ربیعی، سید علی غفوری، محمد براتی
**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی فردای روشن:** بامدیریت مریم

**همزمان با گرامیداشت هفته پیوند اولیا و مربیان**
انجمن های اولیا و مربیان بر تر مدیریت آموزش و پرورش ناحیه دو بندرعباس شناخته شدند.

**(۱ الف) انجمن های برتر مورد تشویق توسط دفتر برنامه ریزی انجمن های مدارس /آموزش خانواده و مشاور اولیا وزارت آموزش و پرورش**

**\* آموزشگاه دخترانه ابتدایی دوره دوم عترت:** با مدیریت رقیه باقری‌پور/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان رحیمه نیکویی، زرشان الهامی فر، بهرام افسر، محمد تقی رجایی، ترگس عالشیان، خبیره مزرعه، لیلیا آبروش، سامیه خوربند، علیرضا زبانی، مهراب جمشید پور، سمیه جعفری، سعید اخگر، روح الله خاکسار، یحیی جانفزا، طاهره برخان، مهسا ایردی پور

**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی شهید باهنر :** با مدیریت طیبه جاویدان/ اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان طاهره جاویدان، فرنگیس شبیانی، طاهره جعفری، سمانه استواره، محمود جعفر نژاد، سمانه حاتمی، فاطمه محمد حسینی زاده، حنصه سورجی، نجمیه مسین تمار، بهادر فایزی، حکیمه تقی زاده ایسینی، کبری قاسمی، سکینه منتظری تختی
**\* آموزشگاه دخترانه دوره اول سید قطب:** با مدیریت مدینه بهرامی/اعضای محترم اعضای انجمن خانم‌ها و آقایان سمانه غفوری، زبیده روحی ایسینی، نسیم فرحیان فر، مرضیه رضایی، صدیقه مهمی، مهرنوش خادمی، مهبان قاسمی نژاد، اعظم مظفری، نغمه مکرانی، مجید حافظی زاده، پیمان هاشمی، اسماعیل مقدم، ابراهیم مقدم، سیما محمدپور، وحید دهقان، صفری پلاسی بندری

**\* آموزشگاه دخترانه دوره اول مروارید :** با مدیریت فاطمه صفاری/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان طاهره حمزه، مرضیه فاضلی، مرجان زال پور، الهام نجفیان، محبوبه بیات، فیروزه جمشیدی، فهیمه محسنی

**\* آموزشگاه پسرانه ابتدایی دوره اول شهید مفتح:** با مدیریت زهرا نظری/اعضای محترم خانم‌هاواقایان شهنواز خوارزمی، نسیم حیدری نسب، لیلیا سلیمی، خالد شجاع، محسن خوش صفا، محبوبه سالاری، بدریه تهمايون، متین براهویی، آرزبتا پژمان، رضا شریف نسب، رضا میر سلیمانی

**\* آموزشگاه دخترانه ابتدایی نونهالان انقلاب :** بامدیریت بتول باقری/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان زهرا قنبری، لیلیا جعفری، سکینه زمانی، بهناز ظریفی، صدیقه سالاری، زهرا آبان کاه، باسمنی مرعی، افسانه نصرتی زاده، غزاله بوفرهان، زینب صادقی، زینب ملک میرزایی

**\* آموزشگاه دخترانه ابتدایی دوره دوم نورالهدا:** بامدیریت شقایق اصلمند/اعضای محترم انجمن خانم‌ها و آقایان مطهره جان‌افزای، ریحانه ولی پور طیبی، زهرا نوروزی، محمد مهدی زاهدی، آنا مشتري،