

# تغییر نگرش ها در ازدواج

گروه جامعه | داشتن معیارهای صحیح برای ازدواج یک زندگی ایده آل کند. شاید بتوان اذعان کرد که بالا رفتن آمار طلاق های رسمی و عاطفی می تواند ناشی از معیارهای اشتباه و متعاقب آن انتخاب های نادرست باشد، در حالی که اگر درباره موضوع مهمی مانند ازدواج عجله شود و همه جوانب آن به خوبی بررسی نشود، عواقب جبران ناپذیری خواهد داشت و به هر دو طرف آسیب های روانی وارد می کند. در گذشته بیشتر معیارهای جوانان و خانواده های شان برای ازدواج، فردی مقبول، منکی به خود و هم کفو به لحاظ اعتقادات و باورهای مذهبی و شرایط اقتصادی و اجتماعی هر دو خانواده بود، در حالی که این معیارها امروزه برای برخی از خانواده ها رنگ باخته است و بیشتر ظاهر دوطرف و دارایی آن ها مد نظر قرار می گیرد، به همین دلیل است که برخی از ازدواج ها دوام زیادی ندارد و با این که ممکن است یکی از دوطرف آن را با چنگ و دندان نگه دارد، اما محکوم به فروپاشی است.

##### نقش کم رنگ مادیات

یکی از شهروندان بیان می کند: در زمان قدیم و حتی تا همین ۱۵- ۱۰ سال پیش، بیشتر جوانان، فردی را برای زندگی مشترک خود انتخاب می کردند که تا حد ممکن از همه نظر به آن ها شبیه باشد تا با هم اختلاف نظر جدی پیدا نکنند. «کریمی» ادامه می دهد: آن ها کمالات طرف مقابل، فهم و درک و میزان تحصیلات را بیشتر مد نظر قرار می دادند و مادیات در انتخاب آن ها نقش چندانی

## امید باروری در بانوان مبتلا به سرطان قوت گرفت

گروه جامعه | امکان ذخیره سازی سلول های جنسی بانوان مبتلا به برخی سرطان ها در مرکز درمان ناباروری مولود بیمارستان علی بن ابیطالب (ع) زاهدان فراهم شده است. جنین شناس و دکترای بیولوژی تولید مثل مرکز درمان ناباروری مولود گفت: امکان باروری در بانوان مبتلا به برخی بیماری های صعب العلاج و سرطان ها پس از بهبود بیماری به دلیل افت کیفیت سلول های تولید مثل در پی مصرف برخی داروها، به شدت کاهش می یابد اما توسعه علم و فناوری امکان ذخیره سازی سلول ها را در محیط آزمایشگاهی برای استفاده پس از بهبود فراهم آورده است تا این افراد نیز بتوانند پس از اتمام دوره درمان، در صورت تمایل اقدام به باروری کنند. دکتر «مجتبی اسلامی» افزود: این فناوری امکان ذخیره سازی سلول تخمک را بدون هیچ تغییر در ساختار سلولی، فراهم آورده است. وی با اشاره به این که تعداد تخمک قابل ذخیره بسته به هر فرد متفاوت است. اظهار کرد: از این طریق امید بسیاری از بانوانی که به دلیل بیماری، امکان باروری نداشتند جان گرفته است. به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، بر اساس آمارها ۶۵ درصد

مجموع مراجعه کنندگان به مرکز رادیوتراپی بیمارستان علی ابن ابیطالب (ع) زاهدان به عنوان تنها مرکز درمان پیشرفته بیماران مبتلا به سرطان در استان، زنان هستند. رئیس مرکز درمان ناباروری مولود بیمارستان علی ابن ابیطالب (ع) زاهدان هم گفت: بانوانی که سلول جنسی آن ها ذخیره سازی شده است، پس از بهبودی می توانند با لقاح آزمایشگاهی این سلول ها، بارداری سالمی را تجربه کنند. دکتر «مرضیه قاسمی» با اشاره به این که ۱۰۰ مورد IVF و ۱۵۱ مورد IUI در این مرکز انجام شده است، افزود: همه بانوان مراجعه کننده به دلیل دریافت خدمات باروری به این مرکز مراجعه کرده اند و تقاضایی برای ذخیره سازی سلول جنسی بانوان مبتلا به سرطان نداشتیم که به نظر می رسد، اطلاع کم بانوان در این موضوع موثر بوده است. وی خاطرنشان کرد: با توجه به محدود بودن سن باروری بانوان، امکان ذخیره سازی تخمک بسیار مورد توجه قرار گرفته اما علم جدید این امکان را فراهم کرده است تا سلول جنسی مردان نیز ذخیره سازی شود که این امکان هم در مرکز درمان ناباروری مولود بیمارستان علی ابن ابیطالب (ع) زاهدان وجود دارد.

##### آب و هوای زاهدان

امروز < ۲۲ ۶  
 فردا < ۲۲ ۱۰

سررسهی زاهدان: ۲۱ خرداد ماهی-نیش مولوی ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۹  
 تلفن آگهی و اشتراک: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۹  
 تلفن مسئول تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۹  
 نمابر تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۹  
 تلفن های تحریریه: ۰۵۴ ۳۳۴ ۱۷۸۵۹-۳  
 تلفن و نمابر سرپرست دفتر: ۳۳۴ ۱۷۸۵۹-۵۴

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان  
 مدیرمسئول: محمد مهردادیان  
 مدیرمسئول: علی ولی زاده  
 مدیرمسئول: شهریار خراسان

تلفن: ۰۵۱-۳۷۳۴۰۰۰  
 فاکس: ۰۵۱-۳۷۳۴۰۰۰  
 پست: ۴۰۰۹۹۹  
 www.khorasannews.com  
 e-mail:info@khorasannews.com

دوشنبه ۲۸ آبان ۱۳۹۷ ۱۱۰ ربیع الاول ۱۴۴۰ شماره ۱۲۶۶

## آشپزی

## سوپ نخود مدیترانه ای

**مواد لازم:**
نخود ۲ فنجان،
آب مرغ یا سبزیجات ۴ فنجان،
پیاز خرد شده یک عدد،
سیر ریز خرد شده ۲-۳ حبه،
برگ بو یک عدد بزرگ،
پودر زیره به میزان دلخواه،
روغن زیتون مقداری برای روی سوپ،
سماق مقداری برای تزیین و لیموی تازه یک تا ۲ عدد

**طرز تهیه:**
نخودها را حداقل ۸ ساعت در مقداری آب بخیسانید حتی می توانید نخودها را یک شب در آب قرار دهید، هرچقدر زمان خیساندن نخود بیشتر باشد، زمان پخت کمتر خواهد شد. پس از این مدت، نخودها را آبکشی کنید.
نخود، آب مرغ، دو فنجان آب، پیاز خرد شده، سیر ریز خرد شده، برگ بو، زیره، نمک و فلفل را در قابلمه بپزید. سوپ را به مدت ۲-۳ ساعت روی حرارت بسیار کم قرار دهید تا نخودها آرام بپزد و نرم شود.
هر نیم ساعت، میزان آب سوپ را بررسی و اگر لازم است مقداری آب اضافه کنید.
این سوپ هر چقدر آرام تر بپزد بهتر جامی افتد و خوشمزه تر می شود.
بعد از این که نخودها کامل پخت برگ بو را خارج کنید و اجازه دهید سوپ کمی سرد شود سپس مواد سوپ را با گوشتکوب برقی، غذا ساز یا مخلوط کن بکوبید و پوره کنید.
نوع پوره به سلیقه شما بستگی دارد، می توانید آن را کامل پوره و نرم یا آن که کمتر پوره کنید تا تکه های نخود مشخص باشد.
سوپ را داخل کاسه بریزید و روی آن را با روغن زیتون، سماق و کمی آب لیموی تازه تزیین و نوش جان کنید.

## تغذیه سالم

## عصاره استخوان

گروه جامعه | عصاره استخوان (آب قلم) به دلیل توانایی در تقویت روده و کاهش غلایم سندروم روده تحریک پذیر و تقویت سیستم ایمنی بدن به دفع بیماری ها کمک می کند از فواید پودر عصاره استخوان می توان به تقویت سلامت استخوان ها، روده و کاهش التهاب در بدن اشاره کرد. شما با استفاده از یک آرام پی می توانید استخوان ها را به همراه سبزیجات و آب بپزید تا عصاره استخوان به دست آید یا از پودر عصاره استخوان که به راحتی با آب ترکیب می شود، استفاده کنید. مصرف صیگاهی عصاره استخوان بیشترین فایده را برای بدن انسان دارد و به بسته شدن منافذ موجود در روده در افراد مبتلا به سندروم روده نشت پذیر کمک می کند. مغز استخوان موجود در عصاره نیز به عنوان یک ابر ماده غذایی است، زیرا از تراکم بالای مواد معدنی برخوردار است.

##### یک کارشناس

##### ارشد روان

##### شناسی: در

##### ازدواج مدرن،

##### تغییرات

##### مدرنیته به

##### نوعی بر موضوع

##### های فرهنگی

##### و نگرش افراد

##### تاثیر گذاشته

##### است و از

##### طرفی پیشرفت

##### فناوری در زمینه

##### های مختلف از

##### جمله شبکه

##### های اجتماعی،

##### ارتباطات، فضای

##### مجازی، دانشگاه

##### و محیط کار، همه

##### را به هم نزدیک

##### کرده و این امر

##### سبب شده است،

##### دختر و پسر در

##### این گونه فضاها

##### همدیگر را ببینند

## مشاوره

## به هم ریختگی اتاق فرزندان

**حسینعلی شیرازی- مشاور و روان شناس:** «تا اناقت را تمیز و مرتب نکنی از آن بیرون نمی آیی»، «از بس گفتن وسایلت را مرتب کن خسته شدم» و «لباس هایت را جمع کن، تخت را مرتب کن» جمله های آشنایی که گاهی بسیاری از خانواده ها از آن استفاده می کنند. اکثر والدین و نوجوانان درباره اتاق های به هم ریخته با هم مشاجره می کنند زیرا والدین به مرتب بودن وسایل توجه دارند، ولی بچه ها نه. بیشتر بچه ها اهمیتی نمی دهند که در میان انبوهی از لباس، اسباب بازی، کتاب و کاغذ از خواب بیدار شوند، بخوابند، بازی کنند و تکالیف منزل را انجام دهند. آن ها از این که دوستان شان اتاق به هم ریخته آن ها را ببینند آشفته نمی شوند و فکر نمی کنند که والدین شان از این موضوع ناراحت می شوند. ممکن است فردی از اتاقی که یک نفر دیگر آن را مرتب کرده است خوشش بیاید و قدر آن را بپاند اما شاید نوجوانان از این که شما اتاق آن ها را مرتب کنید، خوشحال نشوند و آن را تهدیدی نسبت به استقلال خود بدانند و گاهی جملات من از جمع کردن لباس ها متفرم»، «همه دوستانم اتاقشان به هم ریخته است» و «اگر قرار است دوباره بخوابم چرا باید تختم را درست کنم؟» استفاده می کنند اما والدین در وادار

کردن فرزندشان به جمع و جور کردن اتاق، چندان موفقیتی ندارند، اگر بتوانند او را متقاعد یا مجبور کنند که اتاقش را مرتب کند از راهبردهای دیگری بهره می گیرند، کارهایی مثل دستمزد دادن، رشوه دادن، تنبیه کردن یا برشمردن عواقب انجام ندادن این کار یا استفاده از جمله «اگر اناقت را مرتب نکنی، نمی توانی دوستان را به این جا بیاوری» هریک از این روش ها به طور خاص می تواند موفقیت آمیز باشد. ممکن است نوجوانی یک یا دو بار اتاقش را مرتب کند و پس از آن هرگز این کار را انجام ندهد یا ممکن است اتاقش را از روی بی میلی مرتب کند و بیشتر کارها را انجام ندهد و ناتمام رها کند. بسیاری از نوجوانان بارها و بارها به دلیل این موضوع مورد بی مهری قرار می گیرند و باز به نام اتاقشان را تمیز نگه نمی دارند. یکی از تهدیدهای رایج والدین «اگر اناقت را تمیز نکنی، من لباس هایت را نمی شویم!» است که اغلب نتیجه عکس می دهد. والد نوجوان عصبانی می شوند، اتاق و لباس ها همان طور به هم ریخته برجای می ماند و فرزند تلافی کردن را از والدینش یاد می گیرد. اگر والدین دایم به فرزند خود به دلیل بی نظمی هایش حمله کنند، او انتقاد آن ها را درونی سازی خواهد کرد و ناراحتی و پریشانی می شود زیرا نمی تواند انتظار آن ها را برآورده کند.

## نیازمندیهای عمومی

**به منظور رفع نیازهای روزمره شمسا، تعداد زیادی آگهی در نیازمندیهای استان چاپ می شود از آن جایی که وظیفه این رسانه اطلاع رسانی به منظور سهولت در دادوستد می باشد، لذا مسئولیتی در باره محتوای آگهی ها ندارد. لطفا هنگام دادوستد با روشهای مقتضی، اطمینان لازم را از صحت ادعای آگهی دهنده گان به دست آورید.**

خدمات شهری سیستان و بلوچستان	ساخت انواع کابینت فلزی با درب ام دی اف در سروان ۰۹۳۹۲۴۰۴۸۶۲	انواع کاشیکاری پذیرفته میشود ۰۹۰۲۷۰۷۶۶۶۲	وانت بار تلفنی اراسام ۰۹۳۳۸۱۳۵۴۴۲	اسباب کشی منزل باکادری مجرب ۰۹۰۲۵۲۲۲۰۰۷	لوله کشی آب وفاضلاب ولوله بازکنی ۰۹۳۸۸۶۰۲۴۲۱	نصب فوری .داربست فلزی ۰۹۱۵۲۸۷۱۳۸۸	کابینت یونیک کابین ۰۹۳۳۸۱۰۶۰۲۵	لوله کشی ساختمان، نصب پمپ آب و تانکروانواع ابگر،مکنه و نصب شیرالات ساختمانی و نشت گیری آب لوله کشی و غیره ۰۹۳۴۲۷۶۲۰۲۱
قالی شوی صدف درچابهار ۰۹۱۵۲۸۶۲۸۸۶	دکوارسیون داخلی و بازسازی منازل ۰۹۹۰۱۴۹۰۰۳۰	تولید انواع سرویس خواب در ابعاد مختلف، در رنگ	تعمیرات مبل ۰۹۱۵۸۴۰۹۲۶۶	تعمیر انواع یخچالهای خانگی و فروشگاهی در محل ۰۹۱۵۵۳۱۷۹۴۵	لوله کشی و جوشکاری ۰۹۳۶۳۲۰۶۲۶۵	جویای کار حقوقی ۰۹۳۶۸۵۱۲۴۶	صنایع ام دی اف سامان درچابهار ۰۹۳۳۵۴۱۴۹۸۹	انجام کلیه کارهای رنگ آمیزی و ترمیم رنگ ساختمان ۰۹۹۱۴۳۶۸۸۸۶۴
جوشکاری سیار در هر زمینه ۰۹۰۵۰۴۶۱۰۸۸	اجرای تاسیسات مکانیکی استخر در زابل ۰۹۳۰۱۸۸۸۱۹۱	دلخواه در زاهدان ۰۹۳۰۳۴۶۴۷۱۶	ساخت کابینت آشپزخانه درخاش - نقد و اقساط ۰۹۱۵۹۳۹۱۹۸۸	تعمیر انواع یخچالهای خانگی و فروشگاهی در محل ۰۹۱۵۵۳۱۷۹۴۵	سمساری ۰۹۲۱۶۹۵۰۶۹۰	نصب ، تعمیرات تقصیمی اسپیلت تعمیرات تخصصی ۰۹۹۱۵۲۴۰۳۶۸	اجرای کلیه برق کشی ساختمان گل این نور مخفی ۰۹۰۳۳۶۸۳۴۴	انجام کلیه کارهای رنگ ساختمان ۰۹۹۱۴۳۶۸۸۸۶۴
فروش کتش زرد و چارزایی دست ساز خانگی، تمیز با قیمت مناسب و کیفیت عالی ۰۹۹۰۵۱۳۹۷۵	وانت بار تلفنی در زابل ۰۹۱۵۶۰۹۵۱۳۶	نصب کاغذ دیواری ۰۹۳۵۱۷۴۲۰۱۰	صنایع دستی مس سید زاهدان تقاطع فلسطین و بهار نبش تقاطع انواع ظروف مسی با بهترین کیفیت و کمترین قیمت	خریدار ضایعات آهن آلات کهنه ۰۹۳۹۸۸۳۰۵۰۹	اسباب کشی منزل با نیروهای ماهر و خوار بزرگ ۰۹۳۹۸۸۳۰۵۰۹	فلیشوی گل شو در زاهدان سرویس دهی به تمام نقاط شهر ۰۹۱۵۵۳۱۵۱۵۸	وات بار تلفنی در زاهدان ۰۹۱۵۶۷۹۳۳۶۳	تعمیرات و فروش قطعات ماشین شارژی (سیار) ۰۹۱۵۲۸۰۵۴۸۵
تعمیر و نگهداری آسانسور ۰۹۳۶۷۳۲۸۲۰۴۹	رنگ آمیزی ساختمان در زابل ۰۹۳۶۶۶۷۲۰۹۲	تعمیرگاه جلوبندی سازی سرعت در زاهدان ۰۹۳۹۵۹۱۶۲۷۷	اسباب کشی منزل با نیروهای ماهر و خوار بزرگ ۰۹۳۹۸۸۳۰۵۰۹	تحویل ۲۴ ساعته درب منزل ۰۹۱۵۵۳۱۵۱۵۸	انواع جوشکاری پذیرفته میشود با قیمت مناسب و متقاضیه ۰۹۱۵۸۲۵۰۸۵۷	وات تلفنی در زاهدان ۰۹۱۵۶۷۹۳۳۶۳	تعمیرات و فروش قطعات ماشین شارژی (سیار) ۰۹۱۵۲۸۰۵۴۸۵	تعمیر و نگهداری آسانسور ۰۹۳۶۷۳۲۸۲۰۴۹

۰۹۷۱۲۷۲۰

از تخفیف ویژه برخوردار شوید
درج آگهی نیازمندی با
طرح و رنگ متمایز
دفتر پذیرش: زاهدان، خیابان مولوی، نیش مولوی ۲۱
تلفن: ۰۶-۳۳۲۱۷۸۸۶۵

بازار

املاک
استخدام
خودرو
مسئول
پویابیل
تعمیرات