



تعهد ۷میلیارد ریالی خیران زاهدانی در جشن گلریزان



گروه جامعه- خیران زاهدانی متعهد به پرداخت ۷ میلیارد

ریال برای آزادی زندانیان جرایم غیر عمد شدند.به گزارش «سیستان و بلوچستان» رئیس کل دادگستری استان در مراسم ششمین جشن گلریزان که روز گذشته مصادف با پانزدهم ماه رمضان در دفتر نمایندگی رهبری در امور اهل سنت برگزار شد، گفت: امیدواریم در این جشن ها بتوانیم زمینه آزادی افرادی را که بر اثر ارتکاب جرایم غیر عمد ناخواسته گرفتار زندان شده اند فراهم کنیم.حجت الاسلام «ابراهیم حمیدی» با بیان این که طبق برنامه ریزی های انجام شده در ماه رمضان در همه شهرستان ها جشن گلریزان برگزار خواهد شد، عنوان کرد: پنج جلسه جشن گلریزان از ابتدای این ماه در منطقه سیستان برگزار شده است که بنا به تقاضای

اهالی برخی از شهرستان ها و توافق با مسئولان محلی

علاوه بر شهرستان ها در برخی از بخش ها نیز جشن گلریزان برگزار می شود.وی درباره میزان کمک مردم و خیران در مراسم جشن گلریزان سال گذشته تصریح کرد: با توجه به این که میزان تعهدات سال گذشته ۹۰۰ میلیون تومان بود اما حدود ۵۰۰ میلیون تومان کمک مردمی جمع آوری شد.سال گذشته با تعداد جشن های گلریزان، رتبه دوم را در کشور کسب کرد که امیدواریم امسال رتبه نخست را به خود اختصاص دهد.وی با اشاره به این که از ابتدای سال ۹۵ تا پایان اردیبهشت امسال ۱۲۲ نفر از مددجویان جرایم غیر عمد که در زندان های استان بوده اند با کمک های ستاد دیه استان و مرکز از زندان آزاد شده اند، افزود: از این تعداد ۱۲۰ نفر مرد و دو نفر زن بوده اند.وی تصریح کرد: ۱۴ میلیارد و ۶۰۰ میلیون تومان اعتبار برای آزادی این ۱۲۲ مددجو نیاز بود که با جلب رضایت شکات، فقط ۳ میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان هزینه شده است و این زندانیان آزاد شدند.

طبق آخرین آمار از زندانیان موجود در استان ۷۹ نفر منتظر جشن های گلریزان هستند که از این میزان ۱۰ نفر زندانیان مرتبط با جرم آن ها تصادف، ۴۲ نفر مهریه و نفقه

نماینده ولی فقیه در استان نیز در این مراسم گفت:

پیش رفتن زندگی بدون هیچ مشکل یک آرزوی غیر قابل اجراست و بودن کسی که بخواهد از روز ولادت تا رحلت، یک زندگی با نام و نشان و اجتماعی داشته باشد اما با مشکل مواجه نشود جزو محالات است.آیت ... «عباسعلی سلیمانی» خاطرنشان کرد: زندگی انسان با رفّت و آمد در جامعه عجین است و غیرممکن است انسان در اجتماع با مشکل مواجه نشود.وی با اشاره به این که مشکلات زندگی انواع مختلف دارد، افزود: برخی از مشکلات به گونه ای است که فرد می تواند آن را برطرف کند اما برخی از مشکلات در جامعه قابل رفع نیست مگر با روحیه تعاون که قرآن آن را به مردم توصیه کرده است.

وی افزود: اگر کمک دهی به یکدیگر در جامعه وجود نداشته باشد جامعه اسلامی از بین می رود.

سنت های حسنه ماندگار است

امام جمعه اهل سنت مسجد مکی زاهدان نیز حضور در مراسم جشن گلریزان را با ارزش عنوان کرد و گفت: جشن گلریزان فقط در جمهوری اسلامی ایران

برگزار می شود که این امری پسندیده است.مولوی «عبدالحمد اسماعیل زهی» خاطرنشان کرد: بسیاری از پرونده های قضایی به کمک شورای حل اختلاف حل و فصل می شود و همین سنت های حسنه است که برای همیشه در آذهای باقی می ماند.وی با اشاره به راه اندازی مراسم جشن گلریزان که کمک به افراد نیازمند است عنوان کرد: کسانی که سنتی در دنیا راه اندازی می کنند تا زمانی که سنت جریان دارد اجر کارشان به آن ها می رسد.

گذشت شکات استان از ۵۰ درصد بدهی

نماینده ستاد دیه کشور نیز در این مراسم گفت: ستاد دیه از سال ۶۹ فعالیت خود را شروع کرده که از اواخر سال ۷۹ تشکیلات سازمانی در امور ستادی در استان ها تکمیل شد و سیستان و بلوچستان در سال ۸۰ فعالیت خود را شروع کرد.«کشانی» خاطرنشان کرد: از سال ۶۹ بیش از ۱۰۳ هزار نفر زندانی در کشور آزاد شده اند.وی با بیان این که آزادی زندانیان در موضوع کاهش آسیب های اجتماعی بسیار تأثیر گذار بوده است، عنوان

کرد: این کار در کاهش هزینه های امر زندانیانی و هزینه های مرتبط با بیت المال تأثیر و بر روحیه افراد تأثیر مثبت داشته است.وی افزود: در سال گذشته ۹ هزار و ۱۴۳ نفر از زندان های کشور به کمک خیران و ستاد دیه کشور آزاد شده اند که ۲۶۰ نفر زن و ۸ هزار و ۸۸۳ نفر نیز مرد بودند.وی با اشاره به این که جرم هزار و ۳۴۰ نفر پرداخت دیه در رابطه با تصادفات و حوادث کارگاهی بود، تصریح کرد: ۵ هزار و ۴۷۶ نفر نیز در رابطه با چک، رسید، ضمانت ها و سفته، هزار و ۹۵۲ نفر برای مهریه و ۳۷۵ نفر نیز در رابطه با نفقه در زندان بودند که برای

آزادی آن ها ۷۴۲ میلیارد تومان نیاز بود.وی ادامه داد: ۲۷۰ میلیارد تومان از این بدهی از طریق گذشت اخذ شد که در سیستان و بلوچستان بالای ۵۰ درصد این امر محقق شده است.سال گذشته ۲۷۰ همایش در کشور برگزار شده بود که امسال نیز بیش از ۲۹۰ همایش پیش بینی شده است.

وی خاطرنشان کرد: در مجموع مجرمان جرایم غیر عمد در کشور ۱۰ هزار زندانی هستند که ۷۹ زندانی مربوط به سیستان و بلوچستان است.

شود. فرد با کم خونی ضعیف حداقل یک ماه، کم خونی متوسط دو تا سه ماه و کم خونی شدید هم حداقل ۶ ماه دارو نیاز دارند. البته افرادی که به دلیل بیماری تالاسمی کم خون هستند باید مولتی ویتامین مصرف کنند و افرادی که به دلیل فقر آهن دچار کم خونی هستند و هموگلوبین یا فریتین پایین دارند علاوه بر آهن نیاز به اسید فولیک، ویتامین ب۱۲، ۶، مس و روی هم دارند که همه این موارد را می توانند از یک مولتی ویتامین خوب دریافت کنند. در صورتی که فردی به کم خونی مبتلا شود یا مصرف دارو می تواند آن را درمان کند. استفاده از مواد غذایی برای درمان کم خونی کافی نیست و در کنار آن مصرف دارو الزامی است.

نسبت مجدّد قد (به متر) بر وزن افراد (به کیلوگرم) است می توان افراد را دسته بندی کرد. فردی که کم خونی دارد در صورتی که BMI کمتر از ۲۰ داشته باشد به شدت لاغر و مبتلا به سوءتغذیه است. این افراد به دلیل ضعف بدنی و مضر بودن روزه داری، روزه برایشان واجب نیست. در نوع دیگری از کم خونی فرد وزن مناسب یا حتی بیشتر از ایده آل دارد، اما مبتلا به کم خونی است. کم خونی این افراد مانعی برای روزه داری نیست. چون وزن مناسب دارند و یا چاق هستند می توانند روزه بگیرند و برای درمان کم خونی با راهنمایی پزشک خانواده خود قرص آهن مصرف کنند. به طور کلی کم خونی دارای سه دسته است: کم خونی خفیف، متوسط و شدید که در هر سه مورد باید داروی درمان کم خونی مصرف

روزنامه سیستان و بلوچستان رتبه هشتم نشریات استانی سرپرستی زاهدان: خیابان مولوی-نبش مولوی ۲۱
تلفن: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۶
تلفن: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۶
تلفن: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۴
تلفن: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۲
تلفن: ۰۵۴ ۳۳۲۱۷۸۶۵
شهر چاپ: خراسان چاپخانه:

صاحب امتیاز: مدد بر مسئول
سردبیر: دفتر مرکزی
مسئول: صندوق پستی
تلفن: نامبر شهرستان ها
پستالک:

موسسه فرهنگی هنری خراسان محمد سعید احدیان علی ولی زاده مشهد، بلوار سازمان آب ۵۱۱-۹۱۷۳۵ ۰۵۱-۳۷۶۴۴۰۰۰ ۰۵۱-۳۷۶۴۳۴۴ ۳۰۰۰۹۹۹

امروز	فردا	امروز	فردا
۰۳:۵۲	۰۳:۵۲	۰۳:۵۲	۰۳:۵۲
۰۵:۲۶	۰۵:۲۶	۰۵:۲۶	۰۵:۲۶
۱۲:۲۶	۱۲:۲۶	۱۲:۲۶	۱۲:۲۶
۱۹:۲۶	۱۹:۲۶	۱۹:۲۶	۱۹:۲۶
۱۹:۴۶	۱۹:۴۶	۱۹:۴۶	۱۹:۴۶

امروز	فردا	امروز	فردا
۰۳:۵۲	۰۳:۵۲	۰۳:۵۲	۰۳:۵۲
۰۵:۲۶	۰۵:۲۶	۰۵:۲۶	۰۵:۲۶
۱۲:۲۶	۱۲:۲۶	۱۲:۲۶	۱۲:۲۶
۱۹:۲۶	۱۹:۲۶	۱۹:۲۶	۱۹:۲۶
۱۹:۴۶	۱۹:۴۶	۱۹:۴۶	۱۹:۴۶

سنگ سیور

کودک لجباز

کودکم خیلی لجباز است چگونه می توانم او را متقاعد کنم دست از این رفتارش بردارد. لطفا راهنمایی کنید؟

محمد نعیم محمد حسنی، روانشناس و مشاور: لجبازی کودکان از جایی شروع می شود که آن ها نا آگاهانه مرتکب اشتباهی می شوند و پس از آن مورد انتقاد والدین قرار می گیرند. کودکان پس از برخوردی که والدین به دلیل اشتباهی که از آنها سر زده است با آن ها دارند در پی مخالفت با والدین خود بر می آیند. لجبازی یک ویژگی رشدی است که همزمان با شکل گیری در کودک به وجود می آید و اختلال محسوب نمی شود.

این ویژگی به مرور زمان در سنین بعدی کم‌رنگ تر خواهد شد چرا که در سن کم کودک شروع به کشف خود و محیط پیرامونش می کند که متاسفانه والدین آن ها را از بازیگوشی های کودکانه منع می کنند و زمانی که با مخالفت کودک خود مواجه می شوند به او برجسب لجبازی می زنند. هدف کودک در جر و بحث های به وجود آمده با والدین تنها برنده شدن است و می خواهد با این کار به والدین غلبه کند.

نبود رابطه دوستانه بین اعضای خانواده، یاد گیری مخالفت جویی از والدین و سخت گیری والدین نسبت به کودکان از مهم ترین عواملی است که موجب لجبازی در کودکان می شود. اکثر کودکان مخالفت جواز دو کلمه «نه» و «خودم» زیاد استفاده می کنند از این رو پدر و مادرها برای درمان این رفتار به جای مخالفت مستقیم می توانند حواس کودک خود را به وسیله خنداندن، تعریف خاطرات دوران کودکی خود، صحبت کردن آهنگین و موزون، تغییر صدا و تاکید روی نکات مثبت او پرت کنند.

والدین خشمگین نشوند

لجبازی کودکان گاهی موجب شرمندگی پدر و مادر می شود. در چنین مواقعی آن ها احساس می کنند رفتار کودک در تقابل با قدرت و اختیار آن هاست و نمی دانند که خشم آن ها به آتش لجبازی کودک بیشتر دامن می زند خانواده ها باید در مرحله اول علت لجبازی کودک را کشف و دید خود را بر اساس رفتار کودک تنظیم کنند همچنین به کمک خود کودک، دنبال راه حل برای آن بگردند.

پدر و مادرها باید نسبت به کودک خود رفتار محترمانه داشته باشند و به او احترام بگذارند چرا که روش های تربیتی بزرگ ترها، احترام ناشی از ترس کودک را به همراه دارد. یکی از بهترین روش های احترام گذاشتن به کودک، مهربانی در روش های انضباطی است. در پایان نیز می توان از گفت و گو در زمانی که هر دو طرف آرام هستند به عنوان بهترین روش مقابله با لجبازی کودک نام برد.

مشاور تغذیه

روژه داری برای افراد کم خون

افرادی که دچار کم خونی هستند چگونه می توانند روزه بگیرند؟ برای درمان و پیشگیری از کم خونی از کدام موادغذایی استفاده شود؟

دکتر فریدین علی ملایری، مشاور تغذیه و رژیم درمانی: افرادی که مبتلا به کم خونی هستند در برخی موارد می توانند روزه بگیرند. بر اساس معیار BMI که



بانک انصار

مدیریت شعب استان سیستان و بلوچستان

افتتاح

شعبه چهارراه رسولی

در راستای وحدت، بصیرت و ترویج بانکداری اسلامی



زاهدان - چهارراه رسولی، خیابان جامی، نبش کوچه فرخی، روبروی مسجد فاروقیه

تلفن: ۵-۱۹۴ ۰۱۹۴۰۳۳۲۳۰۵۵۴