می توانید وکیل خود باشید

شرایط طلاق

صفات شاهدان طلاق

قانونی مدنی در ماده مورد بحث تصریح نموده که باید طلاق در حضور لا اقل دو نفر مرد عادل واقع شود . بنابراین بنظر قانونگزار اگر شاهدان طلاق فاقد صفت عدالت باشند، طلاق انجام شده در حضور آنان باطل و فاقد اثر است .

فقهای امامیه نیز درعادل دانستن شاهدان طلاق نه تنها اتفاق نظر دارند ، بلکه سید مرتضی بر این مطلب ادعای اجماع طایفه را نموده است . علاوه بر اجماع ، قرآن کریم نیز بر این امر تصریح دارد :

روایات زیادی نیز موید این مطلب است . از جمله می توان روایت محمد ابن مسلم را که دربحث اشهاد بدان اشاره شد، نام برد . بنابراین هم از نظر قانون مدنی و هم از نظر فقهاء امامیه مستنداً به کتاب و اجماع و روایات ، لازم است که شاهدان طلاق دارای صفت عدالت باشند.

مفهوم عدالت

"عدالت عبارتست از آن ملکه و حالت نفسانی شخص که باعث رعایت مستمر تقوی و مانع از ارتکاب گناهان و جرائم کبیره ...می شود ". بنابراین عادل کسی است که دارای ملکه عدالت بوده ، تقوی پیشه کند و از مرتکب شدن گناهان کبیره و اصرار بر جرائم صغیره پرهیز نماید .

دراکثر کتب فقیه از جمله شرایع السلام و جواهر الکلام و ... عدالت را همین گونه تعریف کرده اند . بعضی از فقها از قیود متعدد تعریف کاسته و معتقدند مسلمان بودن و داشتن حسن ظاهر کافیست . حسن ظاهر را نیز عدم علم به معصیت شخص دانسته اند. اما مرحوم شیخ طوسی وبرخی دیگر معتقدند همین قدر که شخص شاهد بظاهر مسلمان باشد کافیست . ولی نظر مشهور بر خلاف این دو نظریه می باشد ؛ چرا که معتقدند صرف مسلمان بودن کفایت نمی کند ، و علاوه بر آن دارا بودن عدالت نیز ضروری است .

عدالت ظاهری یا واقعی ؟

در اینجا یک سئوال مطرح است ؛ و آن اینکه آیا عدالت ظاهری شاهد کافیست ، یا باید از عدالت واقعی برخوردار باشد ؟بعبارت دیگر ، آیا در شاهد عدالت ظاهری شرط است یا واقعی ؟قبل از بیان نظراتی که در پاسخ این سوال مطرح شده ، لازم است به ذکر ثمره این بحث بپردازیم .

زهرا بیگلری -کارشناس حقوق

کدامین راه ... آغاز .. است ؟!

نمی دانم در این دنیای بی سر و ته بالاخره حق مسلم ما چیست ؟... یا اینهمه آمدن و رفتن های بی سر و ته برای چیست ؟ یا مثلا قبل و بعد نیوتن ،هم سیب های زیادی به زمین افتاد ؟پس چرا هیچ کدام جاذبه نداشت ؟...

سراسر وجود زندگی من را تیرگی و افسردگی های ناخود آگاه پر کرده است بدون آنکه چیزی گفته و یا فهمیده و یا درک کنیم و تنها غم زندگی مان نوشتن با خودکار است.مدتی است ذهن پرسشگرم به شدت فعال شده و مثل خوره به این جان عزیز افتاده و من با این درک و شعور پایین هیچگاه نتوانستم جوابی برای آن داشته باشم این ذهن پرسشگر که حتی به یک عرصه یک مقوله نیز اکتفا نمی کند ، سیاست غیر سیاست حالیش نیست ، خط قرمز هم سرش نمی شود ، هر روز یک سوال هر روز یک مقوله ، هر روز یک پرسش مرموز، هر روز یک موضوع نامربوط ... شاید همین سوالها باعث شده که بیش از پیش بر عجز و نادانی خود اقرار کرده و سکوت را بر این خانه خراب بهترین سیاست بدانیم ، اما تا کی ؟ نمی توانم ، نمی شود ،همانطور که ریشه مرا می خشکاند باید ریشه اش را خشکاند ، همیشه می پندارم :

من و سکوت ؟

محال است

سکوت عین زوال است

سکوت یعنی مرگ...

مثلا نمی دانم قابیل آدم بود یا پسر آدم ؟ یا اصحاب کهف چند نفر بودند ؟ سه نفر ..چهار نفر ... پنج ... شش..

یا نمی دانم در این دنیای بی سر و ته بالاخره حق مسلم ما چیست ؟ ... یا اینهمه آمدن و رفتن های بی سر و ته برای چیست ؟ یا مثلا قبل و بعد نیوتن ، هم سیب های زیادی به زمین افتاد ؟پس چرا هیچ کدام جاذبه نداشت ؟... اصلا نمی دانم در این دوره و زمانه ای که دو نفر آبشان در یک جو نمی رود، حتی یک زن وشوهر در یک چار دیواری برسر هیچ و پوچ بارهابرسر و کله ی هم می زنند چطور می شود که به زندگی مسالمت آمیز خود در یک چار دیواری ادامه می دهند ؟.... یا آدمیان تبه کار و حریص که به یک خانه محقر قناعت نمی کنند چگونه در گور خواهند خوابید ؟ ! براستی صداقت و وجدان کاری کجاست ، آیا همان زندگی است؟

اگر زندگی است چرا اینهمه دروغ ، اینهمه نفاق واینهمه حرام خواری ... هیچ وقت ندانستم چرا مذاکرات همه سیاستمداران سازنده است و چرا هیچگاه مذاکرات غیر سازنده وجود ندارد و یا اگر همه ی مذاکرات سازنده است چرا وضع این دنیا بهتر از این نمی شود ؟ ...صحبت از سیاستمدار شد یاد حافظ افتادم که سیاستمدار قهاری بود، راستی در میخانه نبستند چرا حافظ گفت : دوش دیدم که ملائک درمیخانه زدند .یا حد اقل چرا می گویند اسب حیوان نجیبی است ، کبوتر زیباست... خدای من ، نمی دانم فرق زمانه ما با گذشته چیست ؟ مثلا فرقش با زمانه فردوسی چیست؟

آن ابهت رستم و رخش و سهراب کجا... و حالا ... در این زمانه رخش گاری کشی می کند،رستم کنار پیاده رو سیگار می فروشد، سهراب ته جوی به خود می پیچد، گرد آفرید از خانه زده بیرون ومردان خیابانی برای تهمینه بوق می زنند...

یا اصلا ، آیا دهقان فداکار هنوز هم حاضر است کاری را که قبلا کرده ،باز هم انجام دهد . هیچ وقت ندانستم در این زمانه که دشمنی ها روی دوستی ها را کم کرده اند چرا همه چیز به هم ربط دارد ؟لابد شاعر چیزی می دانسته که گفته می توان گوشه یک کافه نشست.... با درختان جهان زمزمه داشت.... رودهارا به خیابان طلبید.

آنقدرچیزها به شکل عجیب وبه هم ربط دارند که گاهی فکر می کنم اگر کبری تصمیم دیگری می گرفت ، حال و روز ما بهتر از این بود ویا الان ما یکی از ابرقدرتها محسوب می شدیم ....خیلی وقت است هر چه فکر می کنم آخر نفهمیدم الکساندر دوما پدر بود یا پسر؟...

یا مدتی است این سوال برایم پیش آمده که آدم ودرخت چه دشمنی باهم دارند که در پیاده رو بارها برای هم سینه سپر می کند .

چرا این آدمهای ناسپاس درخت را راحت نمی گذارند ؟ اصلا تقصیر این شهر است در روستاها آدم خدمت درخت می کرد ، درخت خدمت آدم ، اما الان خوش به حال همان حنا دختری در مزرعه ...

یا اصلا چرا نیما گفته: ای آدمها برساحل نشسته شاد و خندانید، یک نفر دارد که بیهوده می سپارد جان... آخر بی انصاف ها شما ناسلامتی مسلمانید ! به هر ملتی دین وانصاف هست

به غیر از مسلمان دنیا پرست

هزار نفرین باد

به دستهای پلیدی

که سنگ تفرقه افکند در میانه ی ما همیشه علامت سوال همیشه چرا.... همیشه پرسشی مرموز... اصلا یکی بیاید به من بگوید در بی نهایتی که میان گهواره و گور است ، کدامین... راه... آغاز... است؟ براستی که گفتنی ها کم نیست.... اما...

آنقدر از خود تهی شد خودکار آبی که با آن دیگر بجای نوشتن می شد فقط نی لبک زد.

اسماعیل زنگنه

طالع بینی

فروردین

به نظر می رسد دوستان و خویشاوندان مهربان و حامی شما در اطرافتان هستند والبته در هر صورت به هر کسی اجازه ندهید در هیچ صورتی به شما با دید حقارت نگاه کند.

دوست دارید خودتان را پنهان کنید.زیرا حالت تدافعی دارید و در هر صورت باید با دیگران ارتباط روحی برقرار کنید و لازم است که با آنها رو راست و راحت باشید.

در هنگام سفر ممکن است مشکلات و ابهاماتی ایجاد شود بنابراین ماشین تان را خوب وارسی کنید . شما که نمی خواهید تعطیلات را خراب کنید یا پول تان را هدر دهید ؟ !

اردیبهشت

دیروز ماه در برج مردی با دلو کامل بود. این قسمت از چارت شما به سفرهای دور و تمام مسائل خارجی مربوط می شود. برای چند روز سعی کنید برای سفر به خارج برنامه ریزی نکنید با این کار از مشکلات زیادی دوری می کنید.

خرداد

شاید جو کمی متشنج باشد اما سعی کنید استراحت کنید.اگر از نظر احساسی مشکل دارید بروید بیرون و کمی هوای تازه و محیط زیبای اطراف را ببینید و ذهن تان را آرام و راحت تر کنید.

تیر

امروز بسیار صاف و ساده شده اید و مشتاق عقایدی هستید که به طریقی متفاوت هستند. در حال حاضر ترجیح می دهید که برخی مسائل را تجربه کنید، و خصوصاً در رابطه با مسائل مالی، به جای دنبال کردن مسیر عادی، کمی ریسک کنید.

مرداد

هیچ کس شما را به غیرمنطقی بودن یا عاقل نبودن متهم نمی کند.اما امروز غیرعادی رفتار می کنید.

تندتند افکارتان عوض می شود و همه را گیج و سردرگم می کنید. اما نگران نباشید به حالت عادی بازخواهید گشت.

شهریور

افکار شما متوجه مطالب متفاوت است و سخت است که بخواهید مدت زمانی طولانی روی یک مطلب تمرکزکنید.

در این زمان شما به راحتی ازکوره در می روید که اگر بخواهید روی مطلبی تمرکز کنید شما را عصبی خواهد کرد و ممکن است در نهایت برای این که آرامش خود را حفظ کنید، مجبور شویدازدیگران فاصله بگیرید. هم چنین ممکن است خبرهایی بشنوید که کاملاً شما را شگفت زده می کند.

مهر

امروز بسیار پرانرژی هستید وآماده فعالیت هستید،امروز فرصت های زیادی در انتظار شماست وتنها کاری که باید بکنید این است که از این فرصت ها استقبال کنید.

همه کارها به خوبی انجام خواهند شد بنابراین می توانید آرامش تان ار حفظ کنید.

آبان

ستاره ها حساسیت شما را زیاد می کنند که برای شما ایده آل است اگر قصد دارید ارتباط احساسی با کسی برقرار کنید در حال حاضر راحتی زیادی در ارتباط با زندگی خانوادگی تان در اطراف خود دارید.

پس سعی کنید که مقداری وقت با خانواده بگذرانید چون به نفع همه خواهد بود.

آذر

کسالت سرسخت ترین دشمن شماست و امروز حتی لحظه ای را هم نباید از دست بدهید. دیگران نمی توانند به پای شما برسند و شاید لازم باشد که به فعالیتتان ادامه بدهید و منتظر آن ها نمانید. وشب که آن ها را ملاقات می کنید حرف های زیادی برای گفتن دارید.

دی

امروز بین احساس و منطق خود جنگ دارید و بجای تعادل به یک سمت گرایش پیدا می کنید. اگر مشکلی در منزل پیش آید که ندانید چطور با آن برخورد کنید در این زمان عدم تعادل خود را نشان می دهید . اگر امکان دارد روز دیگری که تعادل بیشتری دارید تصمیمات لازم را بگیرید .

بهمن

شما اغلب چنان دچار سردرگمی عشق هستید که کسی نمی تواند با شما برابری کند . به هر حال کسی تصمیم گرفته که شما را در بازی خودتان شکست دهد. حقیقتاً چه کسی شما را در این جریانات متعجب باقی می گذارد.

اسفند

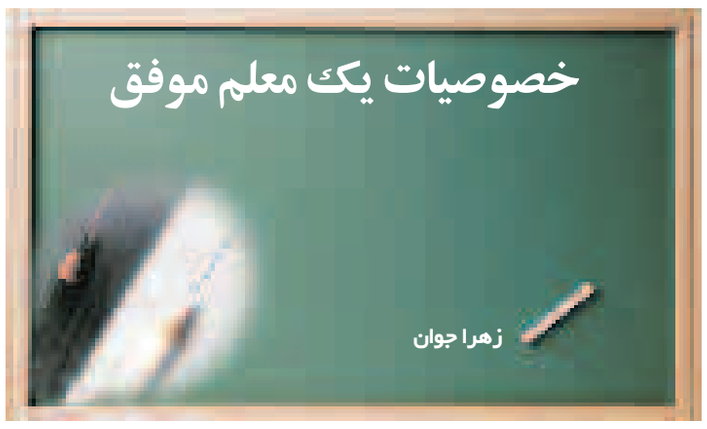
بهتر است سخت نگیرید. کمی بی حوصله هستید و کمی وقت می گیرد تا مشکلات را حل کنید.

دوستان خوبی دارید که می توانند به شما کمک کنند البته اگر بخواهید. سعی کنید در این روزها تنها نباشید زیرا تنهایی شما را افسرده خواهد کرد .

مفقودی

کارت و سند مالکیت موتور سیکلت به شماره پلاک ۸۷۸۲ بندرعباس ۲۶ بنام رضا احمدزاده فرزند عباس مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد

خصوصیات یک معلم موفق



زهرا جوان

- اسامی شاگردان تان را به سرعت یاد بگیرید .
- مشکلات انضباطی کلاس تان را در خود کلاس حل کنید .
- سعی کنید ویژگی های فردی شاگردان تان را بشناسید .
- از شغل تان بد گویی نکنید.
- به موقع و سر وقت درکلاس حضور یابید .
- دلیل فرمان های تان را به دانش آموزان بگویید .
- نشان دهید از تدریس و کار با آ نها لذت می برید .
- خوش برخورد ، با حوصله و فروتن باشید و از مقررات خشک و خسته کننده دوری کنید .
- آن چه را می خواهید شاگردان تان به آن عمل کنند واضح ، روشن و با قاطعیت بیان کنید .
- صمیمی باشید ولی جریان تربیتی را واژگون نکنید .
- بیشتر به ریشه های بدرفتاری توجه کنید تا خود بدرفتاری .
- هر روز بر معلومات خود اضافه کنید و هیچ سوالی رابی پاسخ نگذارید .

-بر برنامه ریزی درسی تان مسلط باشید و ازشیوه های نو برای تدریس استفاده کنید .

نبض کلاس را در دست داشته باشید.

- نصیحت بار آموزشی ندارد .
- به سوالات خصوصی دانش آموز شکل عمومی دهید و پاسخ دهید .
- دانش آموز را به سوال کردن تشویق کنید.
- درخصوص دیگران دانش آموزان را سرزنش نکنید.

از شاگردان تان انتظارهای بی جا و توقع بیش از اندازه نداشته باشید.

دانش آموزان را به عنوان یک شخص مورد حمله قرار ندهید فقط به رفتارهای بد اعتراض کنید.

نقش مواد غذایی‌در تقویت حافظه دانش آموزان

محبوبه عبداله زاده /معاون دبستان / ناحیه ۱ بندرعباس

اغلب در خانواده ها و مراکز آموزشی با کودکان و نوجوانانی مواجه می شویم که از ضعف حافظه و عدم موفقیت در به یادسپاری مطالب و فعالیتهای آموزشی و درسی ارائه شده و به تبع آن به یاد آوردن آن ها شکایت دارند و گله مندند .

آنها ممکن است این وضعیت را به عوامل گوناگون نسبت داده ، یا مربوط سازند ، لیکن شاید کمتر به این نکته توجه داشته باشند که این ضعف و نارسائی می تواند ناشی از عدم بر خورداری از یک الگوی مصرف مناسب مواد غذایی و نیز ویتامین ها باشد .

برخورداری ازسلامت جسمی پایه یک حافظه خوب است . ذهنی که درگیر بیماری های مختلف وضعیت عمومی است ، قادر به تمرکز نیست و نمی تواند توجه کافی به مطلب داشته باشد، چرا که توانایی های آن بیشتر متوجه حفاظت از خود می شود.مغز و سیستم عصبی باید به طور معمول ویتامین ها و مواد معدنی ، گلوکز و خون سالم را دریافت کنند و از استراحت کافی برخوردار باشند ،

به طوری که بتوانند خود را برای ذخیره سازی اطلاعات و کسب نیروی تازه به منظور عملکرد بهتر آماده کنند . کودکان حساس تر و آسیب پذیرتر ازبزرگسالان اند .

کودکان در مرحله یادگیری سریع قرار دارند و تغذیه ناکافی و ناسالم و کمبود ویتامین ها به ویژه مجموعه ویتامین های گروه B و ویتامین A،D، و C می تواند قدرت یادگیری و حافظه آنان را تا حد قابل توجهی کاهش دهد و این امر می تواند در آینده نیروی فعال جامعه را فلج کرده ، خسارات جبران ناپذیری به سلامت جامعه وارد سازد و لذا لازم است :متخصصان تغذیه و مربیان تعلیم و تربیت با پیش بینی آموزش های مناسب برای اولیا و دانش آموزان ، آنان را به نقش پر اهمیت ویتامین ها در تقویت حافظه و ارتقای سلامت جسمی و روانی انسان بیشتر آگاه سازند و در همین مسیر برگزاری جشنواره ها تاثیر فراوانی دربهبود تغذیه آنان خواهد داشت .

روند تبلیغات مواد غذایی در وسایل ارتباط جمعی اصلاح گردد و از هرگونه سوء استفاده از این رسانه ها که اغلب با بدآموزی موجب گرایش کودکان ونوجوانان به خوراکی های کاذب وفاقد ارزش غذایی می شوند ، جلوگیری شود .

برنامه ریزان و طراحان آموزشی ، برای افزایش آگاهی دانش آموزان ، به تناسب هر مقطع تحصیلی ، نتایج جدیدترین یافته های علمی درمورد اهمیت ویتامین ها را به شیوه ای نو و موثر درکتابهای درسی درج نمایند . برگزاری هفته تغذیه درمدارس با حضور متخصصان مربوط نیز می تواند به ارتقای آگاهی داش آموزان کمک کند .

درمراکز آموزشی ازعرضه خوراکی های چون چیپس ، کولاها ، کیک ها و برگرها که حاوی مقادیر زیادی نمک ، چربی و شکر است ، جلوگیری شده و در مقابل میوه های خشک نظیر بادام ، گردو ، فندق ، توت ، کشمش ، انجیر ،پسته و میوه های فصل مانند مرکبات ، خرما ،سیب و نوشیدنی هایی ازقبیل شیر ، دوغ کم نمک و آب میوه طبیعی دربسته بندی های مناسب دراختیار دانش آموزان قرار گیرد .

ضرورت حضور معلمان درتدوین برنامه درسی ملی

محمد جمالدینی :دانشجوی کارشناسی ارشد رشته برنامه ریزی درسی

برنامه درسی ملی چیست ؟

برنامه درسی ملی سندی است که نقشه کلان برنامه درسی و چار چوب نظام برنامه ریزی درسی کشور را به منظور تحقق اهداف آموزش و پرورش نظام جمهوری اسلامی ایران تعیین و تبیین می نماید .

بر اساس این برنامه که از سال ۱۳۹۰ در پنج درصد از مدارس آغاز می شود تغییراتی در دوره های تحصیلی ، عناوین درسی ، شیوه های ارزشیابی و اهمیت زیادی به فضای تحقق اهداف در بیرون از درس می دهد و تا سال ۱۳۹۸ در کلیه مدارس اجرا می گردد .

اهداف برنامه برنامه درسی ملی :

-تعیین رویکرد و اهداف برنامه درسی درسطح نظام آموزشی ، دوره های تحصیلی و سطوح یادگیری .

-تعیین منطق ، جهت گیری و ابعاد هر یک از حوزه های یادگیری

-تعیین اصول ،سیاست های و فرایند تدوین برنامه درسی

-تعیین اصول و سیاستهای ناظر بر مواد و منابع آموزشی

-تعیین ساختار ، اصول و فرایند ارزشیابی و اصلاح برنامه درسی

- تعیین و تبیین نظام برنامه ریزی درسی کشور

حضور معلمان در تدوین برنامه درسی ملی

معلمان به عنوان یکی از مهمترین عناصر در نظام آموزش و پرورش هر کشور تلقی می شوند و فرایند تعلم و تربیت بدون حضور معلم پیدا نمی کند بنابراین نقش آنها بعنوان راهنمایان آموزشی و مروجان فرهنگ حائز اهمیت است . از این رو معلمان باید از کلیه فرآیندها و تغییر و تحولات نظام آموزشی آگاه بوده تا بتوانند نقش خود را به خوبی ایفاء نمایند . شایسته است معلمان نیز باید صلاحیتها مهارتهای حرفه ای لازم را کسب نموده تا از آنها در تصمیم گیری ها و طرح ریزی برنامه های نظام آموزش و پرورش استفاده گردد ، چنانچه که در کشور آمریکا معلمان باید حداقل دارای مدرک لیسانس مرتبط ، گواهینامه تائید صلاحیت و شغلی و گواهینامه مربوط به توانایی برنامه ریزی درسی را دارا باشند تا بتوانند به شغل ارزشمند معلمی مشغول شوند .

همچنین یکی از اقدامات ارزشمند و قابل تقدیر درنظام آموزش وپرورش کشور تدوین برنامه درسی ملی می باشد که تسلط بهترین متخصصان و کارشناسان برنامه ریزی کشور صورت می گیرد و در صورت اجرا شدن اثرات قابل توجهی بر آموزش و پرورش ما می گذارد، لذا چالش مهمی که دراینجا مورد توجه است آیا معلمان کشور ما در تدوین برنامه درسی ملی حضور دارند ؟

جایگاه معلمان درفرآیند برنامه ی درسی

به نظر آیزنر، ازمیان مولفه ها یا عناصر مختلف برنامه ی درسی ، متخصصان موضوعی ، تنها درامر انتخاب محتوا می توانند نقش پررنگ تری ایفاء کنند (آن هم با توجه به اشراف وبصیرتی که نسبت به ساختار رشته ی علمی خود دارند). اما در تصمیم گیری درباره ی سایر عناصر و مولفه های برنامه درسی (از قبیل فعالیت ها و تجربه های یادگیری ، روش های یاددهی ، یادگیری ، تولید مواد ومنابع آموزشی و ارزشیابی) تکیه بر آگاهی و بصیرت دست اندرکاران علم نظر و عمل در تعلیم و تربیت ، گریز ناپذیر است .

همچنین درفرایند تدوین برنامه ریزی درسی عوامل همچون برنامه ریزان درسی ، متخصص محتوا ، متخصص آموزشی ، جامعه شناس پرورشی، روانشناس یادگیری و تربیت و مهمتر از همه معلم مجرب ماده درسی دخالت دارند که صرف نظر از نظرات و حضور هر کدام از آنها خود رو به زوال رفتن و تحقق نیافتن اهداف آن برنامه کمک می کند و تنها این نیست که بگوییم بهترین متخصصان موضوعی و برنامه ریزان مجرب درسی می توانند بهترین برنامه ها و کتاب های درسی را تنظیم و تدوین کنند ، بلکه معلم باید به عنوان نماینده ی حوزه ی عمل و اجرا در نظام تعلیم و تربیت درکنار سایر عوامل دیگر حضور پررنگی داشته باشند تا اهداف توسعه و پیشرفت نظام آموزشی فراهم و به نیاز ها وضرورت های جامعه امروز پاسخ داده شود .

حال با گذشت دوسال از تدوین سند برنامه درسی ملی کشور می گذرد ما شاهد حضور کمرنگ معلمان درتدوین این برنامه ریزی کلان و مهم کشور هستیم که این خود باعث ناراحتی بسیاری ازکارشناسان برنامه ریزی کشور و بویژه معلمان شده است ، لذا راهکارهای ذیل را جهت حضور بیشتر و بهینه معلمان درتدوین این سند پیشنهاد می دهم .

۱ - استفاده از نظرات معلمان سراسر کشور (بویژه مناطق محروم) درتدوین سند برنامه درسی ملی

۲- اطلاع رسانی شفاف توسط مسئولان امر از رسانه های عموی (رادیو و تلویزیون)

۳ - برگزاری همایش ها و کارگاههای آموزشی توسط متخصصان برنامه ریزی درسی در سراسر کشور

٤ - اولویت قرار دادن طرح ها پژوهشی درمورد سند برنامه درسی ملی توسط شورای تحقیقات سازمان های آموزش و پرورش

چند روش موفق برای کمک به خواندن در خانه

- بهترین راه ترغیب رشد زبانی کودک این است که پدر و مادر فرصت و زمانی را به حرف زدن با او اختصاص دهند و ترغیبش کنند که اظهار نظر کند ، سوال کند و تصمیم بگیرد . با فراهم کردن چیزهایی که کودکان بتوانند درباره آن حرف بزنند ،

آنان را به بیان مسائلشان ترغیب کنید . به گردش رفتن ، بازی کردن با اسباب بازی ، مسابقه دادن و چیز ساختن ، موضوعاتی برای حرف زدن برای آن ها فراهم می کنند .

- کودکان هم چنین از گوش دادن به گفت و گوهای دور و برشان چیزهای بسیاری می آموزند و به همین دلیل به ویژه درخانواده های کوچک ، باید شرایط هم صحبتی با کودکان و بزرگسالان دیگر را برای کودک آماده کرد .
- تلویزیون می تواند به غنی کردن آموخته های واژگانی کودک کمک کند .

برای بهترین بهره گیری از تلویزیون سعی کنید که همراه با کودک خود به تماشا بنشیند و درباره آن چه دیده اید با هم صحبت کنید .

- پدر و مادر می توانند بازیهای متنوعی با بچه ها انجام دهند مانند :بازی های خیالی ، توصیفی لمس کن و بگو ببین و بگو ، رابطه ها را بگو ، عروسکهای نمایشی و غیره .

نوشین امیری معاون ناحیه ۱

استعمال دخانیات باعث افزایش ضربان قلب، بالا رفتن فشارخون و خطر ابتلا به بیماری های فشارخون بالا و گرفتگی عروق و نهایتاً ایجاد حمله قلبی و سکته می شود

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی وخدمات بهداشتی درمانی هرمزگان(کمیته آموزش همگانی سلامت)