

ثبت سفارش کتاب‌های درسی میان پایه آغاز شد

مهلت ثبت نام تا ۲۶ خرداد

ثبت سفارش کتاب‌های درسی دانش آموزان میان پایه از نهم اردیبهشت ماه آغاز شده است و تا ۲۶ خردادماه ادامه دارد.

به گزارش ایسنا، دانش آموزان میان پایه (در پایه های تحصیلی آمادگی ۲ (استثنایی)، اول ۲ (استثنایی)، اول ۳ (استثنایی)، اول تکمیلی (استثنایی)، دوم تا ششم، هشتم و نهم، یازدهم و دوازدهم) می توانند از امروز نسبت به ثبت سفارش کتب درسی از طریق سامانه <https://irtexbook.ir> اقدام کنند.

مهلت ثبت نام کتب درسی میان پایه‌ها تا ۲۶ خردادماه ادامه دارد.

همچنین ثبت نام پایه‌های ورودی (آمادگی ۱ (استثنایی)، اول ۱ (استثنایی)، اول مقدماتی (استثنایی)، پایه اول ابتدایی، هفتم و دهم) از ۵ تیر ماه آغاز و تا ۱۰ شهریورماه ادامه خواهد داشت.متقاضیان می‌توانند از طریق یکی از دو شیوه فردی یا گروهی نسبت به سفارش کتاب‌های درسی اقدام و به نکات زیر توجه کنند:

- ثبت سفارش و توزیع کتاب درسی دانش آموزان براساس اطلاعات موجود در سامانه سیدا انجام می‌شود. مدارس می‌بایست آخرین وضعیت اطلاعات شناسنامه‌ای و تحصیلی دانش آموزان را در سامانه سیدا به‌روزرسانی و در اولین فرصت، دانش آموزان را برای سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ ثبت نام کنند.

- دانش آموزان و اولیای آنان در صورت تمایل می‌توانند از طریق سامانه مذکور برای

روش هایی برای مقابله

با اعتیاد اینترنتی

اعتیاد اینترنتی یا سوء‌کاربری رایانه‌ای به گفته کارشناسان، به گستره وسیعی از مشکلات رفتاری و کنترل انگیزه استفاده از اینترنت اشاره دارد که به عنوان یک رفتار وسوسلی یا آرزوی برقراری پیوند، یا شاید حتی نمودی از انتقال و بازتاب رولپ، و یا برطرف شدن نیاز قلمداد می‌شود.

به گزارش ایسنا، چنانچه بخواهیم فردی را معاد به اینترنت بنامیم، باید حداقل سه مورد از معیارهای ۹ گانه‌ای که در ادامه می‌آید را داشته باشد؛ معیارهایی از جمله تحمل که این معیار به معنای صرف زمان بیشتری برای استفاده از اینترنت به منظور رسیدن به رضایت است. در این شرایط با وجود صرف همان میزان وقت، میزان رضایت مندی کاربر کمتر است و نیاز به زمان بیشتری دارد تا به همان درجه از رضایت قبلی برسد.

همچنین اگر از اینترنت به منظور تخفیف و یا اجتناب از علائم کناره گیری استفاده شود، از اینترنت اغلب در دوره‌های زمانی بیش از آنچه که در ابتدا مدنظر بوده استفاده شود یا حجم قابل توجهی از وقت صرف فعالیت‌های مربوط به کاربری اینترنتی (جست‌وجوی کتاب‌های اینترنتی، جست‌وجوی فروشندهگان اینترنتی، سیروسفر در وب سایت‌های مختلف و...) شود و یا به خاطر استفاده از اینترنت، از فعالیت‌های مهم اجتماعی شغلی و یا تفریحی دست کشیده و یا کاسته شود، می‌تولد از علائم اعتیاد به اینترنت به حساب بیاید.

در هر حال تعامل با ویژگی‌های شخصیتی شما می‌تواند به اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی منجر شود؛ به اعتقاد کارشناسان، عصبانیت، مسئول اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی است و برای جلوگیری از آن باید مقدار کنترل وجدان را بالا برد. پژوهشگران در این باره می‌گویند پژوهش‌های زیادی در مورد چگونگی تعامل ویژگی‌های شخصیت خاص فرد و اعتیاد به چیزهایی مانند الکل و مواد مخدر و شبکه اجتماعی انجام شده است. محققان در مطالعه ۵۲۵۱ در کنفرانس بین المللی علوم سیستم‌هاولی، مطالعات خود را برروی ۳۰۰ دانش آموز محصل انجام داده‌اند و دریافتند که ویژگی‌های شخصیتی، روانی، وجدانی و موفقیت پذیری از پنج مدل شخصیت افراد است که برروی رفتار و شخصیت کاربران فضای مجازی تأثیر دارند. آن‌ها همچنین دریافتند که دو ویژگی دیگر - در مدل پرون گرا و درون گرا- فرد نقش مهمی در احتمال ایجاد اعتیاد به شبکه اجتماعی را ایفا می‌کند.

طبق گفته‌های آنها، زمانی که کاربر احساسات منفی مانند استرس و اضطراب را تجربه می‌کند، به نظر می‌رسد به شبکه‌های اجتماعی بیشتر اعتماد کرده و به آن روی می‌آورد. از سوی دیگر، میزان بالا بودن وجدان فرد، داشتن کنترل برروی اهداف خاص باعث جلوگیری از اعتیاد شبکه‌های اجتماعی و کاهش آن می‌گردد.

مقایسه‌بین فردی که به شبکه‌های اجتماعی اعتیاد دارد و فردی که ندارد، انجام شد که طبق آن به نظر می‌رسید اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی برروی عصبانیت و شخصیت فرد تأثیر گذاشته است.همچنین مضطرب بودن کاربر برای اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی کافی نیست و اگر همراه با عصبانیت و ناامیدی باشد، تأثیر خود را می‌گذارد. بنابراین کارشناسان تأکید دارند که کاربران رفتار خود را کنترل کرده و برای اوقات فراغت خود به شبکه‌های اجتماعی روی نیاورند زیرا شما را معتاد به خود کرده و بر روی شخصیت شما تأثیرات جبران ناپذیری می‌گذراند.

چند راه حل برای درمان مشکل اعتیاد اینترنتی

از جمله راه‌حل‌های پیشنهادی کارشناسان برای درمان اعتیاد اینترنتی می‌توان به حد و مرز تعیین کردن برای خود اشاره کرد، به این معنا که کم کم ساعاتی که پشت رایانه صرف می‌کنید را کمتر کرده و به آن پایبند باشید. همچنین لوفاتی از شبانه روز را بدون رایانه بگذرانید، به این معنا که سعی کنید زمانی را که برای تفریح و انجام کارهای مختلف درنظر گرفته‌اید، کاملاً آزاد فکر کنید و به رایانه اصلا فکر نکنید.

همچنین لیستی از کارهایی که می‌توانید به جای

نشستن پشت رایانه‌تان انجام دهید را تهیه کرده و

برروی ماینیور رایانه بگذارید، به این شکل متوجه

می‌شوید که امور مهمتری می‌برای انجام دادن

وجود دارند، یا اسامی افراد خانواده، بستگان و

دوستانتان که می‌توانند در ترک این اعتیاد به شما

کمک کنند را تهیه کنید، زیرا ترک این اعتیاد به

تنهایی ممکن است سخت باشد.

جامعه



ثبت سفارش انفرادی اقدام کنند. نام کاربری برای ورود به سامانه، کد ملی دانش آموز و رمز عبور آنها شش رقم سمت راست شماره سریال شناسنامه دانش آموز است.

- مدیران مدارس موظفند از طریق سامانه مربوطه پس از ثبت نام بسته اصلی دانش آموز، نسبت به ثبت سفارش گروهی دانش آموزان جهت کتاب‌های درسی انتخابی، هدیه‌های آسمان(ویژه اقلیت‌های دینی)، ضمیمه پیام‌های آسمان (ویژه لعل سنت) و استعداد درخشان اقدام کنند.

- بهای کتاب‌های درسی برای ثبت سفارش گروهی، صرفاً بر اساس قیمت‌های پشت جلد کتاب (ثبت شده در سامانه) است و دریافت هرگونه وجه اضافی ممنوع است و پیگرد قانونی دارد.

- کتاب‌های درسی دانش آموزان تمامی دوره‌های تحصیلی، از طریق مدرسه محل

تحصیل آنان که در سفارش دانش آندش آفید شده توزیع می‌شود. در صورت تغییر مدرسه محل تحصیل دانش آموز، قبل از صدور حواله از منطقه به مدرسه، امکان اصلاح سفارش از طریق سامانه به شرح ذیل وجود دارد:

- در صورت جابه‌جایی دانش آموز در سطح مدارس همان استان و ثبت اطلاعات در مدرسه‌های مبدأ و مقصد، اطلاعات محل تحویل کتاب دانش آموز به‌طور خودکار در سامانه اصلاح و کتاب‌های درسی دانش آموز در مدرسه جدید تحویل داده می‌شود.

- در صورت جابه‌جایی دانش آموز به مدارس استان دیگر و ثبت اطلاعات در مدرسه‌های مبدأ و مقصد، مدرسه مقصد و یا دانش آموز ملزم به اصلاح سفارش است، کتاب‌های درسی دانش آموز، در صورت اصلاح سفارش، در مدرسه جدید تحویل می‌شود.

- در صورت تغییر پایه یا رشته تحصیلی دانش آموز، قبل از صدور حواله از منطقه به مدرسه، مدرسه و یا دانش آموز ملزم به اصلاح سفارش است تا امکان تحویل کتاب‌های درسی دانش آموز متناسب با پایه و رشته تحصیلی جدید دانش آموز به مدرسه فراهم شود.

- در صورت تغییر مدرسه محل تحصیل یا پایه یا رشته تحصیلی دانش آموز بعد از صدور حواله از منطقه به مدرسه، به شرح ذیل اقدام شود:

- مدرسه (مبدأ) ملزم به ثبت حواله مرجوعی به منطقه و تحویل کتاب به منطقه است.

- منطقه ملزم به بررسی و تأیید حواله مرجوعی از مدرسه است.

- پس از تأیید مدارک و مشخصات مدرسه محل تحصیل (مقصد) و یا دانش آموز ملزم به اصلاح سفارش است تا امکان تحویل کتاب‌های درسی دانش آموز متناسب با پایه یا رشته تحصیلی یا مدرسه جدید دانش آموز، به مدرسه فراهم شود.

افزایش ۵۴ درصدی مصرف قلیان در بالای ۱۸ ساله‌ها

نسبت به ۷ سال اخیر

سیگار بین زنان حدود ۹۰ درصد و در بین مردان نیز ۴۶ درصد افزایش یافته است.

جندقی ادامه داد: بررسی‌ها نشان می‌دهند که روند افزایش مصرف دخانیات در سال‌های ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۵ در گروه سنی ۱۳ تا ۱۵ سال بوده است.او گفت: متأسفانه مصرف دخانیات در بین نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ ساله بیش از ۱۳ درصد افزایش داشته و افزایش مصرف سیگار در میان دختران نوجوان نیز ۱۳۳ درصد بوده است.

این یک زنگ خطر برای سلامتی مردم خواهد بود.سیدعلی بهشتی، کارشناس ارشد مشاوره مصرف دخانیات نیز پیش از این به باشگاه خبرنگاران جوان گفته بود: دخانیات یکی از علل اصلی مرگ‌ومیر در سراسر جهان است. سازمان جهانی بهداشت، استعمال دخانیات را به عنوان یکی از علل عمده



این طور است که مصرف دخانیات در بین زنان حدود ۹۰ درصد

و در بین مردان ۳۴ درصد افزایش یافته است. مصرف روزانه

۵۰۰ هزار تومان هزینه سرماخوردگی

جزئیات هزینه درمان

این روزها برای ساده‌ترین بیماری که شاید یک سرماخوردگی معمولی باشد، باید حداقل ۵۰۰ هزار تومان هزینه کنید. به گزارش خبرنگار مهر، افزایش نرخ ویزیت، گران شدن دارو و بالا رفتن هزینه تزریقات؛ دست به دست هم داده است تا ساده‌ترین بیماری که شاید یک سرماخوردگی معمولی باشد، با

دفترچه بیمه برای شما ۵۰۰ هزار تومان آب بخورد. به طوری که با مراجعه به پزشک، با دفترچه بیمه تأمین اجتماعی باید ۱۲۰ هزار تومان حق ویزیت بدهید. البته این نکته را باید مدنظر قرار داد که اگر به یکی از کلینیک‌های تابعه تأمین اجتماعی بروید، از جیب هزینه‌ای پرداخت نخواهید کرد؛ اما نکته اصلی همین جاست که آیا بیمه‌شدگان تأمین اجتماعی در اقصی نقاط کشور، به چنین کلینیک‌ها و درمانگاه‌هایی دسترسی دارند. یعنی می‌توانند با پای پیاده به نزدیک‌ترین درمانگاه در محل سکونت خود برسند یا خیر؟

قطعاً جواب خیر خواهد بود و در نتیجه، وقتی یک نفر دچار سرماخوردگی و گرفتار بیماری‌هایی از این قبیل می‌شود، هرگز به خود سختی نمی‌دهد تا کیلومترها طی مسیر کند و هزینه ایاب و

دستگاه دیگری می‌کند. اما در مرحله نخست تحویل سهام به

فرهنگیان قرار داریم.

وی ادامه داد: نحوه تعیین، تقویم و تحویل ارزش مالکانه به فرهنگیان از روش‌های گوناگون با حضور صاحب‌نظران و استادان حوزه‌های مالی و بازار سرمایه مورد بررسی قرار گرفت و نهایتاً به این نتیجه رسیدیم که فرایند مذکور از طریق روش ترکیبی و اقتضایی ورود شرکت‌های مؤسسه و سپس هلدینگ‌های تخصصی به بورس بهترین مسیر است.

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه با هر اینکه طبق آراء و نظرات کارگروه ارزش مالکانه در گفت‌وگو با مهر درباره جزئیات طرح ارزش مالکانه و واگذاری سهام به فرهنگیان با اشاره به اینکه این فرآیند در سه مرحله تعیین، تقویم و تحویل ارزش مالکانه مورد توجه قرار گرفته است گفت: در حال حاضر که فرایند محاسبات به پایان رسیده و جمع‌آوری اطلاعات کد بورسی فرهنگیان در حال تکمیل است، ما در مرحله نخست تحویل سهام به فرهنگیان قرار داریم.

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه صندوق ذخیره فرهنگیان نیز گفت: نزدیک به ۸۵۰ هزار نفر بازنشسته داریم که در گام اول طرح، سهام ارزش مالکانه به آنان تحویل می‌شود، بیان کرد: برای اینکه این روش دقیق‌تر باشد ابتدا در این هفته سود سالیانه سال مالی منتهی به ۳۱ شهریور ۱۴۰۱ بین اعضای محترم مؤسسه توزیع نقدی می‌شود و بعد از آن تخصیص سهام آنها انجام می‌شود.

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: در گذشته ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه کسب و کار مؤسسه

صندوق ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: سود

سالیانه مؤسسه برای سایر اعضا که شاغل

هستند هم طی این هفته در حساب آنها قرار

می‌گیرد.

تأکید بر ارتقای دانش بورسی فرهنگیان

عضو هیئت مدیره مؤسسه صندوق

ذخیره فرهنگیان تأکید کرد: از گذشته

تاکنون برای محاسبه ارزش مالکانه و در

معاون برنامه‌ریزی و توسعه