

#### توصیه‌های روانشناسی به والدین دانش آموزان



یک روانشناس و رواندرمانگر، در آغاز سال تحصیلی مدارس، نکاتی رابه والدین برای رفتار درست و اصولی با دانش آموزان بازگو کرد. نصیره مقدم فر، در گفتگو با خبرنگار مهر گفت: ایجاد اشتیاق در کودکان برای رفتن به مدرسه، فراتر از یک دستور ساده است؛ این مهم نیازمند یک رویکرد جامع و هوشمندانه از سوی والدین است.

وی افزود: برای آنکه فرزندان شما هر روز صبح با نشاط و بدون دغدغه راهی مدرسه شوند، باید برنامه‌ریزی و توجه شما نه فقط به لحظات پیش از مدرسه، بلکه به تمام جنبه‌های زندگی روزمره آنها معطوف باشد.

مقدم فر در ادامه به ارائه راهکارهای عملی برای پرورش روحیه مثبت کودکان، اشاره کرد و گفت: مدرسه نباید صرفاً یک وظیفه باشد، بلکه باید به یک مقصد جذاب تبدیل شود. با وعده پادش‌های کوچک و دوست داشتنی مانند خوراکی مورد علاقه، فرصت انجام یک بازی جدید، یا تحسین کلامی صادقانه، تجربه مدرسه را برای فرزندان؛ شیرین و هیجان‌انگیز کنید. این کار به فعال‌سازی سیستم پادش مغز کمک می‌کند.

وی افزود: برای کاستن از اضطراب‌های احتمالی فرزندان، پیش از آغاز رسمی سال تحصیلی، او را چندین بار به مدرسه ببرید. گشت و گذار در حیاط، آشنایی با محیط کلاس و دیدار با معلم، می‌تواند حس امنیت و آشنایی با مکان را در او تقویت کند.

مقدم فر به خلق خاطرات شاد در محیط مدرسه اشاره کرد و گفت: تلاش کنید روزهای نخست مدرسه، ملو از لحظات دلپذیر و لبخند باشد. ایجاد این تجربیات مثبت، به شکل‌گیری یک حافظه هیجانی مطلوب در کودک کمک کرده و مدرسه را با احساسات خوب پیوند می‌دهد.

وی افزود: با شور و اشتیاق دیدار مدرسه و اتفاقات آن صحبت کنید. کودکان به طور طبیعی از رفتار و احساسات والدین خود الگوبرداری می‌کنند. اگر شما مشتاق باشید، آنها نیز این اشتیاق را درک خواهند کرد. مقدم فر در بحث هماهنگ‌سازی جسم و روان، به موضوع خوابی آرام و کافی تأکید و تصریح کرد: خواب عمیق و به موقع، برای تعادل هورمون‌های استرس‌زا (کورتیزول) و آرامش‌بخش (ملاتونین) حیاتی است. مطمئن شوید که فرزندان حداقل ۹ تا ۱۰ ساعت خواب شبانه دار. او را زودتر از همیشه به رختخواب بفرستید و یک ساعت پیش از خواب، فضایی آرام و دور از هرگونه محرک (تلویزیون، گوشی) برایش مهیا سازید.

وی ادامه داد: وسایل مورد نیاز مدرسه، از جمله کیف، لباس و کفش را با مشارکت فرزندان آماده کنید. این همکاری، حس مسئولیت‌پذیری و آمادگی را در او تقویت کرده و از دغدغه‌های صبحگاهی می‌کاهد.

مقدم فر اضافه کرد: در شب پیش از مدرسه، تنها از زیبایی‌ها و فرصت‌های مدرسه سخن بگویید. جملاتی مانند فردا منتظر دیدار دوستان جدیدت هستم! یا معلم جدیدت حتماً نکات جالبی بهت یاد می‌ده! رابه کار ببرید. دلبستان‌هایی از خاطرات دلپذیر خودتان در دوران مدرسه را تعریف کنید و از به زبان آوردن نگرانی‌ها اجتناب کنید.

وی افزود: از بیدار کردن کودک با الحنی تند یا عجله پرهیز کنید. با نوازشی آرام یا پخش موسیقی شاد، او را به آرامی از خواب بیدار کنید. اجازه دهید انتخاب کوچکی (مثلاً نوع صبحانه یا رنگ جوراب) را خودش انجام دهد تا حس استقلال دلشته باشد.

این روانشناس گفت: یک صبحانه سالم و سبک، اما مغذی (مانند نان سبوس‌دار با پنیر و گردو، یا یک تخم‌مرغ) برای تأمین انرژی مورد نیاز مغز ضروری است. از نوشیدنی‌های قندی و کافئین‌دار که می‌توانند اضطراب را افزایش دهند، دوری کنید.

وی افزود: لحظاتی را به در آغوش گرفتن، بوسیدن و بیان کلمات محبت‌آمیز اختصاص دهید (من بهت افتخار می‌کنم، روز عالی داشته باشی). این ابراز عاطفی، به کودک حس امنیت و دوست داشته شدن می‌دهد. مقدم فر گفت: وداع‌های طولانی و تکرار بغل کردن می‌تواند وابستگی و دلنگنی کودک را تشدید کند. با یک جمله محکم و اطمینان‌بخش، مانند می‌دانم که روز خوبی در پیش داری، بعد از مدرسه دوباره همدیگر را می‌بینیم، او را ترکت کنید.

وی افزود: فرزندان به سرعت نگرانی‌های والدین را درک می‌کنند. با نشان دادن اعتماد به نفس و آرامش، به کودک خود این اطمینان را بدهید که می‌تواند از پس چالش‌ها بر آید.

مقدم فر اظهار داشت: استقبال گرم و پرشور؛ هنگام بازگشت فرزندان از مدرسه، با لبخند و آغوش باز به استقبالش بروید. به جای پرسیدن سوالاتی که ممکن است خاطرات ناخوشایند را زنده کند (گریه کردی؟، ترسیدی؟)، از او بپرسید: امروز چه چیزی تو را خوشحال کرد؟ یا چه اتفاق جالبی افتاد؟

وی افزود: پس از مدرسه، کودک نیاز به زمان برای تخلیه انرژی و بازی آزاد دارد. فراهم کردن فرصت‌هایی برای بازی در فضای باز یا پارک، به او کمک می‌کند تا استرس‌های احتمالی را از بین ببرد و دوباره سرشار از انرژی شود.

# خرید و فروش وام؛ وعده‌ای در کف خیابان



علاوه بر خیابان‌ها، شبکه‌های اجتماعی و پیام‌رسان‌ها نیز

ملو از تبلیغات و پیشنهادهای مشکوک وام فوری هستند. کارشناسان پلیس فتا همواره هشدار می‌دهند که چنین تبلیغاتی اغلب پوشش دهنده فعالیت‌های کلاهبردانه هستند و شهروندان بدون بررسی دقیق، آسیب‌پذیر می‌شوند.

معامله‌ای غیرقانونی؛ مسئولیت بازپرداخت با صاحب امتیاز

رئیس اداره اجتماعی پلیس آگاهی فراجا در گفت‌وگو با خبرنگار حوزه انتظامی ایرنا درباره خرید و فروش و تبلیغات

وام گفت: خرید و فروش تسهیلات بانکی از جمله وام ازدواج، مسکن و اعتباری مبنای قانونی ندارد و در صورت بروز مشکل، مسئولیت پرداخت اقساط همچنان بر عهده صاحب امتیاز اصلی خواهد بود.

سرهنگ محمد شریفی افزود: برخی شرکت‌ها یا افراد اقدام به خرید امتیاز تسهیلات بانکی می‌کنند اما این معاملات از منظر قانونی به رسمیت شناخته نمی‌شود. هر وام بر اساس شرایط فردی خاص اختصاص می‌یابد و باید توسط همان شخص مورد استفاده قرار گیرد.

شریفی تأکید کرد: نمی‌توان همه تبلیغات خرید و فروش وام را کلاهبرداری دانست؛ برخی واقعی است اما وجاهت قانونی ندارد، در حالی که بخشی دیگر اصلاً وجود خارجی ندارد و صرفاً برای دریافت پیش‌پرداخت یا اطلاعات بانکی طراحی شده است. به گفته این مقام انتظامی، پرونده‌های متعددی در دستگاه قضایی وجود دارد که خریدار اقساط را نپذیرداخته و بانک، مالک اصلی امتیاز را موظف به بازپرداخت دانسته است. همین مسئله موجب شکایات متعدد و افزایش بار بر دوش نظام قضایی شده است.

## ارائه خدمات دهان و دندان به کودکان زیر ۱۴ سال و مادران باردار و شیرده تحت پوشش کمیته امداد



رایگان باشند.مدیرکل درمان کمیته امداد تأکید کرد: این حمایت‌ها تنها شامل کودکان زیر ۱۴ سال و مادران باردار و شیرده می‌شود. هدف ما تسهیل دسترسی این گروه‌های حساس به خدمات سلامت دهان و دندان است تا سلامت آنها تضمین شود.

وی در پایان گفت: با این تفاهم‌نامه، امیدواریم گامی مهم در ارتقای بهداشت دهان و دندان مددجویان برداشته شود.

بخشنامه‌ای که به دانشگاه‌های علوم پزشکی ابلاغ کرده، تعرفه‌های دولتی برای تمامی خدمات دندانپزشکی طبق بسته را تا ۳۵ درصد برای عموم کاهش داده است و فرانشیز خدمات را نیز از ۳۰ به ۲۰ درصد کاهش داده است. همچنین بسیاری از خدمات بخصوص سطح یک در مراکز جامع سلامت به صورت رایگان ارائه می‌شود. این تخفیف شامل تمام خدمات دندانپزشکی برای گروه هدف می‌شود و پرداخت هزینه‌ها برای مددجویان نیز بسیار کاهش یافته است.

وی توضیح داد: در مراکز جامع سلامت روستایی، بسیاری از خدمات دندانپزشکی با بیمه روستایی به صورت رایگان ارائه می‌شود و در مراکز شهری بیماران مشمول پرداخت فرانشیز هستند. با این حال، کمیته امداد تعهد کرده تا سقف سه میلیون تومان هزینه‌های پرداختی مددجویان را تقبل کند که این موضوع باعث شده خدمات دندانپزشکی برای آنان تقریباً

## چگونگی توزیع شیر در مدارس

مناطق محروم در اولویت دریافت شیر مدرسه



مقطع ابتدایی مدارس دولتی مناطق محروم، اولویت اول اجرای برنامه شیر مدارس هستند و این برنامه از ابتدای مهر ماه در دستور کار است. امیدواریم که اعتبار شیر مدارس در سال‌های آینده افزایش یابد تا بتوان مدارس تمام مناطق کشور را تحت پوشش قرار داد.وی درباره چگونگی توزیع شیر مدارس گفت:

کمیته علمی شیر مدارس تصمیم گرفته است که شیر ۳ نوبت در هفته در مدارس توزیع شود اما اختیار این موضوع به وزارت

مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت درباره برنامه شیر مدارس در سال تحصیلی جدید توضیح داد و گفت: کمیته علمی شیر مدارس تصمیم گرفته است که شیر ۳ نوبت در هفته در مدارس توزیع شود اما اختیار این موضوع به وزارت آموزش و پرورش واگذار شده تا با توجه به بودجه‌ای که برای این موضوع درنظر گرفته شده نسبت به نوبت‌های توزیع شیر در مدارس تصمیم‌گیری کند. دکتر احمد اسماعیل زاده در گفت‌وگو با ایسنا، درباره برنامه شیر مدارس در سال تحصیلی جدید گفت: دستورالعمل برنامه شیر مدارس تنظیم و بازنگری‌های لازم انجام شده است. «کمیته علمی

شیر مدارس» نسبت به رفع چالش‌های گذشته این برنامه اقدام کرده و این چالش‌ها رفع شده است.

وی در این باره گفت: وزارت آموزش و پرورش خواهان اعتبار ۹ همتی برای برنامه شیر مدارس بود اما بودجه حدود ۵۶ همتی برای این طرح تخصیص یافت. با توجه به اینکه با این بودجه نمی‌توان تمام مناطق کشور را پوشش داد، کودکان

### جامعه

#### بیشترین دلیل مراجعه مردم به پلیس راهور چیست ؟

اعتراض به تخلفات رانندگی الکترونیکی می‌شود

رئیس مرکز اجرائیات پلیس راهور فراجا گفت: بیشترین علت مراجعه مردم به پلیس راهور، درخواست بخشودگی جرائم رانندگی است.

سرهنگ جلیل جمشیدی‌راد در گفت‌وگو با ایسنا در توضیح بیشتر، گفت: در دهه ۸۰ و اوایل دهه ۹۰، بیشتر اعتراضات و علت مراجعه مردم به پلیس راهور، مربوط به ثبت تخلفات اشتباهی بود زیرا سامانه‌های ما به روز و قوی نبود و این مطالبه مردم به حق بود، اما در سال‌های اخیر با توجه به هوشمندتر شدن سامانه‌های ما، این میزان شکایت بسیار کم شده است.

وی افزود: در حال حاضر، وقتی راننده‌ای جریمه می‌شود، عکس خودروی در حال تخلف ثبت شده و دیگر کسی نمی‌تواند تخلف خود را انکار کند یا نسبت به آن اعتراضی داشته باشد.

رئیس مرکز اجرائیات پلیس راهور فراجا ادامه داد: امروزه بیشتر مراجعات مردم به مرکز ما، به خاطر بخشودگی جرائم رانندگی است. رانندگان به ما مراجعه می‌کنند و از ما می‌خواهند که میزان جریمه هایشان را ببخشیم.

جمشیدی‌راد گفت: ما ۱۰ دلیل برای مراجعه به مرکز اجرائیات داریم که ۸۵ تا ۹۰ درصد مردم به خاطر بخشیدن میزان جریمه‌های راهنمایی و رانندگی به ما مراجعه می‌کنند یا تقاضا دارند که‌همدجده به تخلفات آنها رسیدگی شود.

وی افزود: امروزه سیستم های پلیس راهور کاملاً هوشمند هستند و به صورت دوره‌ای این تخلفات توسط ربات های هوش مصنوعی بارها بررسی می‌شوند که اشتباهی رخ ندهد، به همین دلیل میزان ثبت جریمه‌های اشتباهی بسیار کم شده است.

مردم از الکترونیکی شدن کروکی‌ها راضی‌اند

رئیس مرکز اجرائیات پلیس راهور فراجا در پاسخ به این سوال که مردم از الکترونیکی شدن کروکی های تصادفات شکایت دارند یا خير؟ ادامه داد: الکترونیکی شدن کروکی‌ها برای مردم بسیار آورده داشته و مفید بوده است و کسی از این مسئله شکایتی ندارد.

جمشیدی‌راد گفت: در گذشته مردم باید بارها به مراکز پلیس و بیمه برای تصادفات خود مراجعه می‌کردند؛ اما تمام این روند ماه هاست که سیستمی شده و نیاز به حضور افراد نیست که این مسئله باعث کاهش هزینه های مردم در تصادفات شده است.

اعتراضات به تخلفات رانندگی الکترونیکی می‌شود

وی افزود: به زودی ثبت اعتراضات به تخلفات رانندگی الکترونیکی می‌شود و دیگر نیاز نیست مردم برای این خدمت به مراکز اجرائیات پلیس یا قوه قضائیه مراجعه کنند. رئیس مرکز اجرائیات پلیس راهور فراجا اظهار کرد: قرار است این خدمت در هفته پلیس رومانی شود و بستر آن نیز سامانه «پلیس من» یا «سامانه سخا» خواهد بود.

جمشیدی‌راد گفت: مقرر شده این طرح به صورت آزمایشی در ۲ استان اجرایی شود و در صورت موفقیت در سراسر کشور به اجرا درآید.

وی افزود: هماهنگی های لازم برای اجرای این طرح با قوه قضائیه در حال انجام است و امیدواریم این طرح در هفته پلیس اجرایی شود.

#### مجازات حفر چاه غیرمجاز چیست؟

طبق ماده ۴۵ قانون توزیع عادلانه آب، افرادی که اقدام به حفر چاه غیرمجاز یا بهره‌برداری از آن می‌کنند، به مسدود کردن چاه، توقیف تجهیزات، حبس و شلاق و اعاده به وضعیت سابق محکوم می‌شوند.

به گزارش ایسنا، اساساً ماده ۴۵ قانون توزیع عادلانه آب، «شخص زیر علاوه بر اعاده وضع سابق و جبران خسارت وارده، به ۱۰ تا ۵۰ ضربه شلاق و یا از ۱۵ روز تا سه ماه حبس تأدیبی برحسب موارد جرم به نظر حاکم شرع محکوم می‌شوند:

الف – هر کس عمداً و بدون اجازه، دریچه و مقسّی را باز کند یا در تقسیم آب تغییری دهد یا دخالت غیرمجاز در وسائل اندازه‌گیری آب کند یا به نحوی از انحاء امر بهره‌برداری را تأسیسات آبی را مختل سازد.

ب – هر کس عمداً آبی را بدون حق یا اجازه مقامات مسئول به مجاری یا شبکه آبیاری متعلق به خود منتقل کند و یا موجب گردد که آب حق دیگری به او نرسد.

ج – هر کس عمداً به نحوی از انحاء، به ضرر دیگری آبی را به هدر دهد.

د- هر کس آب حق دیگری را بدون مجوز قانونی تصرف کند.

ه – هر کس بدون رعایت مقررات این قانون، به حفر چاه و یا قنات و یا بهره‌برداری از منابع آب مبادرت کند. تبصره – در مورد بندهای «ب»، «ج» و «د» با گذشت شاکی خصوصی، تعقیب موقوف می‌شود.»

#### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۲۳۵۹-۰۲۳۵۹۰۳۱۷۱۲۶۰۰۱۴۰۴۶ مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۲۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک باوی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای جبار کودک پور فرزند حسن به شماره شناسنامه ۱۹۲۳ صادره از در یک باب ساختمان (کارگاهی) به مساحت ۴۶۲۵ متر مربع پلاک ۹۷۵ اصلی مفروز و مجزی شده از واقع در بخش ۷ باوی خریداری به عنوان مالک رسمی طبق سند قطعی ۱۸۱۸۲۰-۱۴۰۴/۲/۳۰ محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دلاخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه آگهی: شناسه آگهی۲۰۱۱۲۱

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۷/۶تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۷/۲۲

**احمد شعبی رئیس ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک باوی**

#### آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۲۳۴۲-۰۳۱۷۱۲۶۰۰۱۴۰۴۶ مورخ ۱۴۰۴/۰۶/۲۴ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک باوی تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای جبار کودک پور فرزند حسن به شماره شناسنامه ۱۹۲۳ صادره از در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۶۴۵ متر مربع پلاک ۹۷۵ اصلی مفروز و مجزی شده از واقع در بخش ۷ باوی خریداری از مالک رسمی طبق سند قطعی ۵۱۲۴-۱۳۴۴/۱۱/۱۵ محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگ هی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. شناسه آگهی۲۰۱۱۲۱

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۷/۶تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۷/۲۲

**احمد شعبی رئیس ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک باوی**