



را امتحان کند خطر پذیر باشد و مشکلات را حل کند. این می‌تواند فرآیند رشد و یادگیری کودک را تسهیل و موفقیت کودک را در انجام کارها تضمین کند.

این کودک در کارها مستقل عمل می‌کند و به هر موفقیت کوچکش افتخار می‌کند و شکست و موفقیت را می‌پذیرد و می‌کوشد در حد توانش به دیگران کمک کند.

باشد. چون کودکی که مدام می‌خواهد اعتماد و نظر دیگران را جلب کند، دیگر نه خلاقیت دارد و نه می‌تواند در کارهایش برای خود تصمیم بگیرد.

مختصان بارها به این نکته تاکید داشته‌اند که عشق، محبت، تشویق و همراهی والدین در انجام کارها سبب افزایش اعتماد به نفس در کودک می‌شود.

یک کودک با استعداد، مدام تلاش دارد فعالیت‌های جدید

هرکدام از رفتار و اعمال ما در بزرگسالی به نوع تربیت و برخورد والدین با ما در دوران کودکی برمی‌گردد. حتی داشتن اعتماد به نفس در یک مصاحبه کاری.

نکته بسیار مهم در مورد اعتماد به نفس کودک این است که او خودش را ببیند و حذف نکرده و به توانایی هایش ایمان داشته باشد. برای آن که کودک بتواند عزت نفس داشته و اعتمادش به خودش زیاد باشد، نباید نگران نظر دیگران در مورد رفتارهایش

بچه‌ها چگونه عتماد به نفس داشته باشند؟

یادداشت

**ظاهر زیبایی که مهم است
امانه تا این حد**

این که هر انسانی دوست دارد زیبا باشد و در دید دیگران زیبا به نظر برسد، موضوعی است که همگان به آن اذعان دارند. این موضوع مختص به انسان عصر حاضر نیست، تاریخ نشان می‌دهد که در هر دوره‌ای از تاریخ زنان و مردان برای زیباتر شدن بر اساس زمان و مکان وسایلی را استفاده می‌کردند.

در دین مبین اسلام نیز به بحث زیبایی اشاره شده و زیبایی به معنی آراستگی، پاکی دین، پاکیزگی و زیبایی ظاهر اشاره می‌کند. نکته قابل تأمل این است که مصرف لوازم آرایشی در کشور ما نسبت به بسیاری از کشورهای دنیا بیشتر است و هنوز ما این زمینه را پرورد داریم. در کشور ما سن استفاده از لوازم آرایشی به کاهش پیدا کرده و امروزه اگر دختر ۱۴ ساله‌ای را دیدیم که با آرایش در خیابان حاضر می‌شود، زیاد تعجب نمی‌کنیم. این در حالی است که در کشورهای پیشرفته و اروپایی صرف مواد آرایشی بیشتر در میان زنان سالخورده رایج است و این تفاوت با سبب شده است ایران به بازار مهمی برای مصرف لوازم آرایشی با انواع برندها و شرکت‌ها در پیاید. ریشه این ماجرا را باید در اعتماد به نفس افراد، تبعیت خانوادگی و روح ظاهر بینی، تجمل‌گرایی و تغییر نگاه جامعه ردیابی کرد. بسیاری دیگر از کارشناسان و روان شناسان معتقدند، وقتی ارزش‌های انسانی در ضمیر فرد نهاده‌نی شود و وقتی به این نتیجه برسد که مدام در حال تأیید مثبت گرفتن از دیگران نباشد و از سوی دیگر برخی از نوسانات اخلاقی بسیار بر اهمیت‌تاریخ داشتن زیبایی ظاهر است. هر یک که کمالات به ظاهر زیبا در مقابل چشمش رنگ می‌بازد.

در واقع هر کدام از ما باید یاد بگیریم که در درجه نخست از خودمان رضایت داشته باشیم و این رضایت از خود هیچ‌گاه با مصرف لوازم آرایش و ظاهرهای زیبا به دست نمی‌آید.



طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۳۴۹

جدول عادی

افشای (۱): قلعه حکومتی - مشهورترین بناهای عهد ساسانی - کاوش تدبیری (۲) سزاوران نفرین - نوعی آجر دانه‌دردشت - (فرهنگانه ۳) سزاوران قدیم - ممکن است پوشش (۴) برهنه - از اجزای پیراهن - سرمایه جادوانی - تکیه‌گاه پای (فرهنگ ۵) خورشیدوار - درس دادن - گونه‌ای (تکیه ۶) کواکوب) زمان پی آغاز - شمائی - کاشتنی انجغاری - آقای آلمانی (۷) شهر صنایع میل سازی و منبت کاری همدان - شهری در استان سیستان - بلوچستان (۸) خانه ساحلی - غریب (ملج) معروف - افشای تمام کردن (۹) خورشوند - توبه‌ش مرگ است - پاران منجمد - بیماری سبزی (۱۰) همدانه سبزی کباب - دزد سرگردانه (۱۱) حلقه پی پیج و مهر - از الفبای فارسی - صدای گریه - غمزه (۱۲) رقیق (۱۳) استوار کردن - پیرشان - می خورند و لیگمر می اندازند (۱۴) جاشین - قلعه - پیرشان (۱۵) تنگ سرفه - پول بسیار کم و نابیز - شاعر عبری

آسودگی (۱۱) سال آذری - سوره نود و پنجم
قرآن - اعلان - ترش و شیرین (۱۲) اقول -
ضربه ای در کاراته (۱۳) مکان ها - صحرا -
متنی که شعر نباشد (۱۴) فدراسیون
جهانی فوتبال - آب هدر رفته - باخبر (۱۵)
انواع میوه و سبزی های خوراکی - از
جهت های فرعی.

جدول ویژه

افقی: (۱) جایز- اصلی ترین عامل مرگ
و میرانسان- کنار گذاشتن (۲) احساس
آزاردهنده- زادروز- بازداشتن (۳)

ادویه معروف لبنانی - باز شیمیایی -
 بدذات (۴) یادداشت - طریقه - سرور و
 آقا - نزدیک (۵) گل همیشه بهار - بافت
 شفاف جلوی چشم (۶) زگیل - فال نیک -
 پسوند شباهت - قورباغه (۷) بلندترین
 قله استان بوشهر - از آثار اسماعیل
 رایین (۸) دسته هاون - موطلائی -

حل جدول ویژه ۶۳۴۸

[illegible]

خفت - عبادت مستحب - حرف همراهی
عرب (۱۲ سده) - چاقوی آشپزخانه - از
ارواح خرماهای جنوب (۱۴) - شهری در
یونان - نوعی انگور - (دانش) - راهورد
بیماری - بیماری مشترک انسان و
حیوان - پیغمبر.

عمودی: (۱) نمایشنامه‌ای نوشته اکبر
رادی - الیومی (با آواز سالار غقیلی) (۲)
گسترده - افزونی - از آثار مشهور گوته
(آلمانی) پس از ژوئیه - مربوط به دنیای
دیگر - واحد شمارش (پیمایش) خرگوش

گ- ضمیر اشارہ- بچہ بازیگوش (۶)

ضخیم - آفرین فرنگی - قدم یکپا (۷)
پایتخت سلسله علویان - نویسنده
تازه کار - کرد خدا (۸)
آوی حسین (۹) آفریدند دشگران - میوه
خوشه ای - کوچک (۱۰) گشاده - عایدی -
اسم (۱۱) زردا - گشتن بر سرده - بافتن -
همداد - صدای غریه - برندن - (مبتوق ۱۲)
ظلم و به باد پناه - برندن - (مبتوق ۱۳)
عضو غرضوفی تولید صوت در وسط
گردن - منتخب - قسمنی (۱۴) مربوط
به ذهن - بسیار - کوژ (۱۵) از شبکه های
اجتماعی مجازی - سرانیده شعر زیبایی
مرغ حق.

سقف تراکنش خرید روزانه با کارت های بانکی ۲ برابر شد

۵۰ تا ۱۰۰ میلیون تومان افزایش یافت. وی افزود: سقف مجموع ترانژنش های خرید و روزه
لیه کارت های یک مشتری کماکان بدون تغییر و مبلغ ۱۰۰ میلیون تومان است.
سخنگوی بانکی مرکزی تاکید کرد: البته سقف انتقال وجه کارت به کارت از طریق شعبه،
غیرحضور و برنامه های پرداخت ساز تغییر نکرده است.

بانک مرکزی اعلام کرد سقف تراکنش خرید روزهانه با کارت‌های بانکی به ۱۰۰ میلیون تومان، به گزارش روابط عمومی بانک دی به نقل از ایرنا، «مصطفی قمری وفا» سخنگوی بانکی مرکزی اعلام کرد: حداکثر تراکنش خرید روزهانه از هر کارت متعلق به مشتری حقیقی بانک‌ها از طریق پایانه‌های فروشگاه‌های و درگاه‌های پرداخت اینترنتی از

[illegible]



شهرداری اسلامشهر

آگهی تجدید

فراخوان عمومی

دعوت به ارزیابی کیفی جهت مناقصه عمومی یک مرحله‌ای

به منظور انتخاب پیمانکار واجد شرایط

اجرای عملیات احداث باقیمانده تونل قطعه اول متروی تهران - اسلامشهر

شهرداری اسلامشهر در نظر دارد، در خصوص ارزیابی کیفی مناقصه‌گران، نسبت به ارزیابی و انتخاب پیمانکار واجد شرایط (دارای گواهینامه رتبه‌بندی معتبر حداقل پایه ۳ در رشته راه و با ظرفیت اعتباری آزاد (ریالی و تعداد) معادل برآورد اولیه ریالی پروژه ۵۲۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال) جهت اجرای عملیات احداث باقیمانده تونل قطعه اول متروی تهران - اسلامشهر به طول ۲۴۵ متر از طریق برگزاری تجدید فراخوان عمومی اقدام نماید. بدیوسله از شرکت‌های واجد شرایط دعوت می‌گردد جهت دریافت اسناد تجدید فراخوان از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir اقدام و جهت کسب اطلاعات بیشتر بشماره ۰۲۱-۵۶۳۶۳۰۹ تماس حاصل نمایند.

محسن حمیدی - شهردار اسلامشهر