

رئیس تامین اجتماعی شعبه سه بندر عباس:

بیمه شدگان تامین اجتماعی از هدیه ازدواج بر خوردار می شوند



خاطر نشان کرد: اگر زن و شوهر هر دو بیمه شده تامین اجتماعی باشند و شرایط لازم پیشگفت را داشته باشند بهر دو نفر هزینه ازدواج تعلق می گیرد. وی با اشاره به اینکه مبلغ کمک هزینه ازدواج معادل میانگین دستمزد تاریخ عقد است که حداقل حقوق سال مربوطه کمتر نخواهد بود، عنوان کرد: این خدمت بصورت غیر حضوری ارائه می گردد و بیمه شدگان می توانند با مراجعه به سایت خدمات غیر حضوری تامین اجتماعی به نشانی estamin.ir ثبت درخواست کمک هزینه ازدواج این هدیه را دریافت کنند.

رئیس تامین اجتماعی شعبه سه بندر عباس شرایط، جزئیات و مراحل پرداخت این هدیه را اعلام کرد. عبدالکریم شعبانی افزود: بیمه شده اجباری باید طی ۵ سال قبل از تاریخ ثبت عقد حداقل ۷۲۰ روز معادل دو سال سابقه بیمه پردازی داشته باشد. وی اضافه کرد: باید هر فرد در تاریخ ازدواج (ثبت عقد) رابطه بیمه پردازی با سازمان داشته باشد، اولین ازدواج باشد و نوع عقد دائم و در دفاتر رسمی ازدواج ثبت شده باشد. شعبانی در خصوص جزئیات و مراحل پرداخت،

چهارشنبه ۶ مرداد ۱۴۰۰، ۱۷ ذی الحجه ۱۴۴۲، ۲۸ جولای ۲۰۲۱، شماره ۳۷۸۲ (۱۱۶۶ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۵۰۰۰ تومان

نکات روانشناسی برای ارتباط موفق:

از نام فرد استفاده کنید!

اینکه اسم شخصی را که به آن معرفی شدید فراموش نکنید و حشمتناک است. کارشناسان توصیه میکنند برای جلوگیری از این اتفاق نام فرد را چندبار در ذهن مرور کنید. این مزیت ذهن برای اشخاصی چون شما خوب است! مردم دوست دارند که اسمشان را بشنوند زیرا در این صورت احساس مهم بودن میکنند.

کیش	بندرعباس	قشم	بندر لنگه	میناب	بستک	بندر چارک	پارسیان
▲ ۳۸	▲ ۴۱	▲ ۳۷	▲ ۴۰	▲ ۴۳	▲ ۴۴	▲ ۳۹	▲ ۴۳
▼ ۳۲	▼ ۳۲	▼ ۳۲	▼ ۳۱	▼ ۳۱	▼ ۲۹	▼ ۳۱	▼ ۳۲

کودک و نوجوان

با فرزندان که با هم دعوا می کنند و یکدیگر را کتک می زنند چه کنیم؟



تحقیقات نشان می دهد قلدری خواهر و برادرها نسبت به هم، یکی از آسیب زنده ترین انواع قلدری است. طبق تعریف، قلدری کاری عمدی برای آسیب رساندن به کودکی دیگر است. قلدری خواهر و برادر می تواند از طریق لقب های بد دادن، اظهار نظر های منفی و پایین کشیدن مکرر خواهر و برادر رخ دهد. بمباران کردن دیگری با حرف های منفی، می تواند از نظر روانشناختی آسیب رسان باشد. همچنین، تأثیرات آن تا بزرگسالی ادامه می یابد. جدا از توهین، قلدری خواهر و برادر می تواند ماهیتی وحشیانه داشته باشد. کارهایی از قبیل سیلی زدن، نشگون گرفتن، هل دادن، کتک زدن، کشیدن مو، خراشیدن پوست یا ناخن و لگد زدن، تنها چند مورد هستند.

مطمئن باشید هیچ کسی از تحت تأثیر قرار گرفتن از یک رابطه ناسالم خواهر و برادری مصون نیست. والدین نیز در یک محیط نامیزان در بین فرزندان خود گیر کرده اند. اگر رفتار قلدری اصلاح نشود، رابطه طولانی مدت خواهر و برادر می تواند دچار مشکل شود. به علاوه از نظر روانشناختی می تواند به تمام کودکان درگیر نیز صدمه وارد کند. یک مطالعه نشان می دهد که پر خاشگری خواهر و برادر با سلامت روان ضعیف مرتبط است و با افزایش افسردگی، اضطراب و مسائل مربوط به مدیریت خشم همراه است. در برخی موارد اثرات پر خاشگری خواهر و برادر بر سلامت روان همان تأثیرات پر خاشگری همسالان است. آیا زور گویی خواهر و برادر در خانه شما اتفاق می افتد؟ آیا فرزندان شما در یک یا چند مورد از سناریوهای زیر قرار می گیرند؟

۱. من از تو بهترم و تو هیچی نیستی!
- آیا فرزندان شما بارها و بارها یکدیگر را با سختنشان خرد و تحقیر می کنند؟ آیا بیشتر حرف های منفی از دهان آن ها خارج می شود تا حرف های مثبت؟
۲. کتک و دعوا
- آیا فرزندان شما از نظر جسمی به یکدیگر آسیب می رسانند؟ آیا معمولاً آن ها به خاطر کاری که خواهر یا برادرشان انجام داده گیر می کنند؟ آیا آن ها بعد از مشاجره آثار بدنی مانند کبودی و زخم بر روی بدن یکدیگر بر جای می گذارند؟
۳. آنچه مال من است، مال من است و آنچه مال توست نیز مال من است!
- آیا وسایل یکی از فرزندان آن به طرز عجیبی گم می شوند و یا آن ها را هنگامی که شکسته اند پیدا می کنید، اما کسی توضیحی را به گردن نمی گیرد؟
۴. دو نفر دوست هستند: اما سه نفر...
- آیا دو یا چند نفر از فرزندان شما سعی می کنند دیگری را کنار بگذارند؟ آیا آن ها با هم نقشه می کشند تا فرزند سوم احساس رانده شدن کند؟ آیا آن ها شوخی و ترندهای نامهربانه مانند قفل کردن در دستشویی وقتی داخل است، یا تنها گذاشتن او هنگام بازی انجام می دهند؟

آموزش آشپزی

موچی: دسری جدید

مواد لازم:
آرد برنج سفید: ۱ لیوان
آب: ۳/۲ لیوان
نمک دریایی یا نمک ساده: ۱/۲ قاشق چایخوری
شکر سفید: ۳ قاشق غذاخوری
توت فرنگی: ۲۰۰ گرم
پودر نشاسته: نصف لیوان
طرز تهیه:
۱. برای تهیه یک برنجی با مغز توت فرنگی آرد برنج و شکر و نمک را مخلوط کرده و ۲ بار الک می کنیم.
۲. سپس ۳/۲ لیوان آب را به آن اضافه کرده و خوب هم می زنیم.

هم می زنیم.
۳. سپس روی ظرف را با نایلونی پوشانده و به مدت ۳ دقیقه در ماکروویو قرار می دهیم، پس از یک دقیقه مواد را خارج کرده هم بزیند و دوباره برای مدت ۱ دقیقه دیگر در ماکروویو قرار می دهیم.
۴. بهتر است این مراحل را ۳ بار تکرار کنید تا یک برنجی به خوبی پخته و منسجم شود.
۵. بر روی تخته ای نشاسته ذرت ریخته و خمیر آرد برنج را به خوبی ورز می دهیم.
۶. سپس خمیر را به ۶ یا ۷ قسمت مساوی تقسیم کرده و هر قسمت را در کف دست خود باز کنید.
۷. سپس یک توت فرنگی یا نصفه را در وسط خمیر گذاشته و خمیر را دور توت فرنگی می پیچیم.

عکس روز

خسارات سیل در پارسیان هر مزگان

توسط شرکت عمران، آب و خدمات کیش و با همکاری بخش خصوصی صورت گرفت:

بررسی امکان تکمیل بیمارستان ۲۰۰ تختخوابی کیش

عکس: جعفر همافر

