



#### حدیث روز

أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِالْفَلَقِیْهِ حَقِّ الْفَلَقِیْهِ؟ مَنْ لَمْ یُحَظِّصِ الْتَلَاتِنَ فِی مَعَالِیِ اللَّهِ وَ لَمْ یُقْتَطِعْهُمْ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ وَ لَمْ یُؤْتِیْهُمْ مِنْ مَكْرِ اللَّهِ وَ لَمْ یَدْعِ الْقُرْآنَ رَغْبَةً عَنْهُ إِلَى مَا سِوَاهُ، وَ لَا خَیْرَ فِی عِبَادَةِ لَئِْسَ فِیْهَا نَفَقَةٌ وَ لَا خَیْرَ فِی عِلْمِ لَئِْسَ فِیهِ تَفَقُّرٌ، وَ لَا خَیْرَ فِی قِرَاءَةِ لَئِْسَ فِیْهَا نَتَقَرُّ.

ایا شما را از فایده کامل خبر ندهم؟ آن که به مردم اجازه نفرماید خدا را نهدد و آن‌ها را از رحمت خدا نومید نسازد، و از مکر خدای‌شان آسوده نکند، از قرآن رو به چیز دیگر نکند، و خبری در عبادت بدون نفقه نیست، و خبری در علم بدون تفکر نیست، و خبری در قرآن خواندن بدون تدبّر نیست.

### توصیه‌های طب سنتی برای حفظ سلامتی در فصل پاییز



می‌کند.

وی اضافه کرد: در این فصل، استحمام با آب گرم همراه با روغن‌مالی در حمام با روغن‌هایی مانند روغن بادام شیرین یا بایونه با کنجد هم به پیشگیری از بروز خشکی‌های پوست و لطیف و حالت‌پذیر ماندن پوست در پاییز کمک می‌کند، زیرا در این فصل بسیاری از افراد به خشکی پوست، خارش، اگزما، خوزیری و ترک پوست دچار می‌شوند، همچنین استفاده از بوهای خوش مانند بوی عنبر، گلاب و گل‌هایی مانند نرگس و ایجاد حالت فرح و شادی در این فصل توصیه می‌شود تا از بروز مشکلات روحی و روانی پیشگیری شود.

میرغضنفری با یادآوری کرد: در فصل پاییز سرماخوردگی و آنفولانزا شایع هستند و مهم‌ترین اصل در درمان، اصلاح مزاج و سبک زندگی متناسب با مزاج و تقویت بدن است؛ تأکید کرد: حتماً اگر کسی ضعف دارد باید قوای بدنی خود را با خوردن خوراکیهای مقوی مثل حریره و شیره بادام، آب و رب سیب و به، زردک پخته‌شده و نخودآب تقویت کند.

معاون تعالی دکتر طب ایرانی و مکمل تصریح کرد: اگر شخص کم‌خونی دارد باید اصلاح شود و اگر خیلی لاغر و ضعیف و نحیف است بایستی از غذاهای مقوی مولد خون مانند آگوش، حلیم، کیاب چنجه، کیاب دل مرغ، شیربرنج خوب پخته‌شده به‌همراه مربی اسب، به یا انگور میل کند، خوردن آب سیب به‌همراه یک قاشق شیره انگور هم بسیار کمک می‌کند.

وی افزود: آب عسل با یا بدون آلبیمو روزی تا دو لیوان به‌صورت جرعه جرعه مخصوصاً در موارد ضعف، صبح ناشتا یا گاهی بعد از غذا نیز می‌تواند به تقویت قوای فرد کمک کند.

میرغضنفری گفت: اگر فردی استرس‌های سنگین دارد یا خواب خوبی ندارد، حتماً بایستی اصلاح شود چراکه تمامی این عوامل می‌تواند سیستم ایمنی بدن را ضعیف کند و شخص، مستعد بیماری‌های سرماخوردگی و آنفلانزا می‌شود لذا ورزش ملایم در فصل پاییز ضرورت‌های بسیار دارد؛ به‌عنوان مثال اگر فردی متعال‌تر است و سرمای زیاد را ندارد - نیز برای تقویت سیستم ایمنی توصیه می‌شود.

### نگاه به خانواده به‌عنوان مهم‌ترین شریک

## راهبردی تربیت اوان کودکی



سرپرست سازمان ملی تعلیم و تربیت کودک با بیان اینکه یکی از دغدغه‌ها اجتناب از نگاه غیردولتی به پیش از دبستان است زیرا نگاه غیردولتی کودکان محرومی که نیازمند دریافت خدمات هستند را از آموزش‌ها محروم می‌کند گفت: در منطقه عشایری، روستایی، دو زبانه و محروم که خانواده حتی فارسی صحبت نمی‌کند یا سواد موثری ندارد، کتابخانه و اینترنت در اختیارشان نیست، این آموزش‌ها باید ارائه شود تا با ورود به مدرسه در شرایط برابر آموزشی قرار بگیرند.

رزوان حکیم‌زاده در مراسم معارفه خود به عنوان سرپرست سازمان تعلیم و تربیت با بیان اینکه تبدیل کردن یک سازمان روی کاغذ به یک سازمان واقعی در فضای فیزیکی کار سختی است گفت: نسبت من با سازمان نسبت خیلی خاصی است و هیچ موقع احساس جدایی نمی‌کردم، احساس نزدیکی که با سازمان ملی تربیت داشتم همیشگی بوده زیرا این سازمان جزئی از ما بوده است.

وی با بیان اینکه استارت اولیه و گام‌های آغازین یکپارچه شدن مدیریت دوره پیش از دبستان در معاونت ابتدایی پیگیری شده است افزود: در نهایت با جلسات متعدد در شورای عالی انقلاب فرهنگی این افکار را دارم که گزارش اصلی و نهایی که در صحن علنی شورای عالی انقلاب فرهنگی در حضور رئیس جمهور وقت ارائه شد برای گرفتن اجازه مدیریت یکپارچه و داشتن یک تشکیلات برای سازمان روش کار شد و موبیه را ارائه کردم. معاون آموزش ابتدایی به بیان نکات مهم در جهت جلب گرفتن مجوز از برنامه‌ریزان و مدیران ارشد اجرایی کشور و چرایی اینکه چرا کودکان مورد توجه خاص هستند و نیاز به تشکیلات داشتند پرداخت و ادامه داد: در تقسیم بندی که به صورت رسمی سازمان پویسکو در بحث آموزش انجام داده و در سال ۲۰۱۱ هم مصوب شده، دوره پیش از دبستان از صفر تا سه سال و سه تا شش سال جزو دوره های تعریف شده است.

حکیم زاده با بیان اینکه هیچ شاخصی به اندازه پوشش پیش دبستانی تبیین کننده تفاوت توسعه انسانی کشورها نیست گفت: تأثیر پوشش پیش دبستانی خیلی بارز است و هرچه‌قدر این پوشش بالاتر باشد، نرخ توسعه انسانی کشورها بالاتر است و شاخص‌های بهتری دارد. وی افزود: بر اساس دستاوردهای علمی و پژوهش‌ها، اسکن‌های مغزی نشان داده که بیشترین ارتباطات سیناپسی مغز در ۵ سال اول زندگی شکل می‌گیرد که تحت عنوان سرمایه اولیه مغزی به آن اشاره می‌شود و بعد از آن اگر شرایط وجود داشته باشد توسعه پیدا می‌کند. معاون آموزش ابتدایی با بیان اینکه توجه به سرمایه گذاری روی تربیت اوان کودکی به عنوان یک سرمایه‌گذاری بسیار مهم در دستور کار

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی و هنری راه روشن

مدیر روابط عمومی: سید علی ساداتی نژاد

مدیر بازرگانی: فاطمه بصیرتی

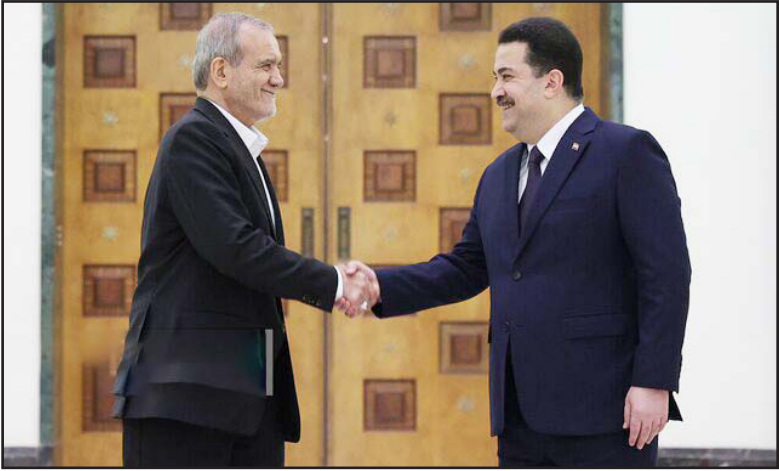
خبرنگاران: شیوا قزوینه ، فاطمه بصیرتی

طراح و صفحه آرایی : علی دشتی منفرد ، حمید رضا کلیایی

آدرس: کاشان-بلوار باهنر-کوی شهید متقی- پلاک ۵۴- مجتمع راه روشن

بازارگانی: ۰۹۱۶۹۳۳۳۶۱

## استقبال داخلی از یک سفر خارجی



که سفر رئیس جمهور به عراق و حضور در اقلیم کردستان پیام بسیار مهم و روشنی را برای عرصه بین الملل داشت که جمهوری اسلامی ایران به دنبال ایجاد ارتباط با همه کشورهای دنیا با اولویت همسایگان و کشورهای مستقل است.

این نماینده ادوار مجلس افزود: از نگاه بنده امروز آقای پزشکيان ظرفيت بالايی برای ترميم ديپلماسی خارجی کشور دارد. در مقابل ۲ کشور «ایران و عراق» می‌گشاید، به عراق می‌گفته عباس مقتدایی نایب رئیس کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی قرا است که که

این کمیسیون ابعاد سفر رئیس جمهور

به عراق را مورد بررسی قرار دهد. \* علی مطهری نایب رئیس مجلس دهم از پیشنهاد

رئیس‌جمهوری اسلامی ایران به کشورهای اسلامی برای تشکیل اتحادیه کشورهای اسلامی، استقبال کرد و در حساب کاربری خود در شبکه اجتماعی ایکس نوشت: این پیشنهاد باید توسط وزارت امور خارجه از طریق سازمان همکاری اسلامی پیگیری شود. اگر چنین اتحادیه‌ای وجود داشت

امروز اثری از رژیم صهیونیستی نبود.

\* محمود عباس‌زاده مشکینی با اشاره به دستاوردهای سفر رئیس جمهور به عراق در داخل و بین‌المللی، معتقد است

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

عراق را بیش از پیش به هم نزدیک خواهد

سر دبیر: