

## راهنمای کاربردی برای بازی کودکان

والدین به راحتی و با کمترین هزینه می توانند از طریق بازی وظایف خود را در قبال کودکان انجام دهند. هر چند نمی توان برای هر کودک و والدینی یک نسخه واحد پیچید و مسیر بازی و سرگرمی را مشخص کرد اما گاهی رعایت چند اصل کلی می تواند برای خانواده ها راهگشا باشد.

**۱** برای کودکان ۱ تا ۳ سال: حدود ۲ تا ساعت در روز بازی با کیفیت بالا که شامل تعامل رودررو، بازی های حرکتی، گفتگو و واکنش به نیازهای عاطفی کودک باشد، توصیه می شود.

**۲** برای کودکان ۳ تا ۶ سال: روزانه حداقل یک ساعت بازی فعال با مشارکت والدین می تواند تأثیر مثبتی بر رشد اجتماعی، احساسی و شناختی کودک داشته باشد.

**۳** برای کودکان مدرسه ای: بازی مشترک به اندازه گذشته حیاتی نیست، اما ۳۰ دقیقه تا یک ساعت تعامل روزانه با کیفیت (بازی، گفتگو یا فعالیت های مشترک) برای حفظ رابطه و حمایت روانی مفید است.

**چند نکته برای والدین**

■ **اول:** کیفیت ارتباط مهم تر از کمیت آن است. حتی ۲۰ دقیقه بازی بدون حواس پرتی (مثلا بدون موبایل) می تواند اثر بسیار مثبتی بر کودک داشته باشد.

■ **دوم:** کودکان هر قدر از سن نوزادی فاصله می گیرند، بازی های کودکانه جای خود را به بازی های فکری و بالغانه می دهد. کودکان در سن کمتر بازی های جسمانی بیشتری انجام می دهند.



## آگهی مناقصه عمومی

### موسسه مسکن سازان بنیاد تعاون آجا

در نظر دارد اجرای دستمزدی کلیه عملیات ساختمانی باقیمانده بعد از اجرای گچ و خاک در بخش های ابنیه، تاسیسات مکانیکی و برقی به متراژ تقریبی ۲۰۰۰۰ مترمربع زیربنا جهت ۱۲۸ واحد مسکونی در ۱۶ بلوک پروژه نهضت ملی مسکن غدیر پرنر را به صورت قرارداد متر مربع زیربنا و به مدت ۱۱ ماه شمسی از طریق مناقصه عمومی (یک مرحله ای) با سپرده شرکت در مناقصه به مبلغ ۸/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به صورت ضمانت نامه بانکی، به شرکت های دارای صلاحیت از سازمان برنامه و بودجه واگذار نماید.

لذا متقاضیان می توانند از تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۱۶ تا ۱۴۰۴/۰۲/۲۰ جهت خرید اسناد مناقصه با ارائه فیش واریزی به مبلغ ۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال به حساب ۰۹۹۱۰۱۲۲۴۰۸۰۱-۱۲۰۴ نزد بانک سپه به نام موسسه مسکن سازان بنیاد تعاون ارتش به آدرس این موسسه واقع در تهران، انتهای اتوبان شهید خرازی، بلوار پژوهش، موسسه مسکن سازان بتاجا ـ تماس ۰۲۱۹۱۰۲۲۳۳۳ داخلی ۱۷۱ از ساعت ۸:۰۰ الی ۱۶:۰۰ مراجعه و نسبت به ارائه پیشنهادات حداکثر تا ساعت ۱۲:۰۰ روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۵ اقدام نمایند.

## آگهی مناقصه عمومی دومرحله ای

### شرکت سرمایه گذاری شهر

## فراخوان خرید اقلام مورد نیاز شهرداری تهران

**شرکت سرمایه گذاری شهر وابسته به شهرداری تهران** در نظر دارد خرید دیزل ژنراتورهای مورد نیاز اداره کل پشتیبانی شهرداری تهران به شماره **۰۰۴۱۰۵۷۸۰۰۰۰۱۱** جهت شهرداری تهران را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس **www.setadiran.ir** انجام خواهد شد. متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه، نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.

**ولاعد زمانی:**

■ **تاریخ انتشار فراخوان:** ۱۴۰۴/۰۲/۱۴  
■ **مهلت دریافت اسناد فراخوان:** ۱۴۰۴/۰۲/۱۵ ساعت ۱۹:۰۰ عصر  
■ **مهلت ارسال پیشنهادات:** ۱۴۰۴/۰۲/۲۵ ساعت ۱۹:۰۰ صبح  
■ **زمان بازگشایی پاکت ها:** ۱۴۰۴/۰۲/۲۷ ساعت ۱۴:۰۰

**اطلاعات تماس و آدرس شرکت سرمایه گذاری شهر:**

تهران ـ خیابان حضرت ولی عصر (عج) ـ بالاتر از خیابان زرتشت ـ کوچه میرهادی ـ پلاک ۷ ـ تلفن: ۴۷۷۱۶۰۰

**شرکت سرمایه گذاری شهر**



### هشدار پلیس به حجاج درباره خرید ارز

سردار حسین رحیمی، رئیس پلیس امنیت اقتصادی فرجا: زائرانی که قصد تشرّف به حج دارند، ارز مورد نیاز خود را صرفا از صرافی های مجاز و معتبر تهیه و از خرید ارز از دلالتان و منابع غیررسمی خودداری کنند؛ چرا که همراه داشتن ارز تقلبی در کشور مقصد می تواند عواقب قضایی جدی در پی داشته باشد.



**وام ضروری بانزشتگان ۵۰ میلیون شد**  
حجت الله میرزایی، مدیرعامل صندوق بانزشتستگی کشوری: امسال سقف تسهیلات قرض الحسنه ضروری از ۳۰ به ۵۰ میلیون تومان افزایش یافته و زمینه پرداخت حدود ۳۰۰ هزار فقره وام ضروری به بانزشتگان با اعتبار ۱۹ هزار میلیارد تومان فراهم شده است.

# افزایش ازدواج در ۵۰+

جزئیات آمار ثبت احوال از سال ۱۴۰۳ نشان می دهد تمایل به ازدواج در افراد بالای ۵۰ سال افزایش یافته است

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| <p><b>ازدواج در سن بالا، مردان بیشتر از زنان</b></p> <p>براساس آمار مرکز رصد جمعیت کشور، در سال ۱۴۰۳ تعداد ۳۲ هزار و ۱۹۶ مورد ازدواج در گروه سنی بالای ۵۰ سال در کشور به ثبت رسیده که از این تعداد ۲۲ هزار و ۶۶۹ واقعه ازدواج مردان بالای ۵۰ سال است. همچنین در این مدت ۹ هزار و ۵۲۷ مورد واقعه ازدواج برای زنان بالای ۵۰ سال در کشور به ثبت رسیده است. طبق این اعلام، این ازدواج ها با افراد در گروه های سنی مختلف صورت گرفته است.</p> | <p><b>فهیمة طباطبائی</b></p> <p>گزارش روزنامه نگار</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|

## یک آمار خوب و ۲ آمار بد

اگر بخواهیم آمار ۲ سال ۱۴۰۲ و ۱۴۰۳ را بدون احتساب اسفند ۱۴۰۳ در نظر بگیریم، می بینیم که ازدواج، فرزندآوری و طلاق هر سه اندکی کاهش داشته اند که اولی و دومی بد و سومی خوب است. در حوزه ازدواج با کاهش آمار ۴۵ هزار مردی، در طلاق شاهد کاهش ۲۸ هزار واقعه و در تولد شاهد کاهش ۱۵۶ هزار نوزاد هستیم که تأکید داریم بدون احتساب اسفند ۱۴۰۳ است که باید دید با ثبت این وقایع در یک ماه آخر سال گذشته، چقدر آمارها تغییر می کند.

## آمار در سال ۱۴۰۲ چگونه بود؟

مقایسه آمار ازدواج، طلاق و ولادت در ۱۱ ماه ابتدایی سال ۱۴۰۳ با کل سال ۱۴۰۲ نشان می دهد که تغییر نامحسوسی در این وقایع حیاتی وجود ندارد و در صورت اعلام نهایی ۱۲ ماه سال ۱۴۰۳، شاهد تغییرات فاحش نخواهیم بود.

| ازدواج  | طلاق    | ولادت     | فوت     |
|---------|---------|-----------|---------|
| ۴۸۱,۳۹۴ | ۲۰۲,۱۸۳ | ۱,۰۵۷,۹۴۸ | ۴۴۲,۲۱۳ |



## آگهی اطلاعیه

**بدینوسیله اعلام می دارد دفتر شرکت توسعه خدمات زیربنایی پارس در شهر اصفهان به آدرس ذیل می باشد .**  
**اصفهان : شهر جدید بهارستان -خیابان آزادی جنوبی**  
**خیابان عسکری -مسکری پنج- پلاک ۷۰**  
**کد پستی: ۳۵۸۷۵-۸۱۴۵۱**

## ازدواج ساده

## مهربانے مفضل

#ازدواج\_آسان

$$۱۲۰۰=۳۰\times ۲۰$$

## بطری نیم لیتری

## سهام مشارکت هر شهروند



## با مصرف بهینه امروز

## از کم آبی فردا جلوگیری کنیم



**به پویش ۲۰ در ۳۰ بیوندید**



تک آب و فاضلاب تهران ۲۰۰۹