



نه‌تأه‌ا آموزش تحمل گرسنگی و تشنگی است، بلکه صبر و پایداری در برابر تعلقات دنیوی را نیز افزایش می‌دهد. از طرفی آموخته‌های این دوره، مانند انضباط در عبادت، کنترل خشم و همدلی با دیگران، می‌تواند الگویی برای زندگی پس از رمضان نیز باشد. بنابراین باید در نظر داشت که نقش ماه رمضان در تغییر سبک زندگی یعنی حرکت به سوی سبک زندگی اسلامی که در این ماه بسیار چشمگیر است.

ماه مبارک رمضان با ویژگی ها و آثار متعدد خود، فرصتی برای افزایش تقوا و خویش‌ننداری فراهم می‌کند. این امر به نوبه خود، موجب افزایش حس همدلی و معنویت در انسان‌ها می‌شود. درواقع، رمضان می‌تواند این جنبه‌های مثبت را تقویت کند. علاوه براین، روزه‌داری در این ماه، نمادی از تاب‌آوری فردی و اجتماعی است و به تقویت استقامت روحی و جسمی روزه‌داران کمک می‌کند. این تمرین سخت،

ماه رمضان فقط ماه روزه‌گرفتن و تحمل تشنگی و گرسنگی نیست، بلکه رمضان یک سبک زندگی، یک تغییر در ظاهر و باطن رفتار انسان، تغییر اصول رفتاری و اعتقادی در عرصه فردی و اجتماعی و جاری نمودن آن در دیگر ماه‌های سال است. از دیگر مسائل مهم در ماه مبارک رمضان، روزه و تاثیر آن بر سبک زندگی یک فرد مسلمان بوده و منظور از سبک زندگی، جنبه‌های رفتاری و تنظیم برنامه‌های زندگی است.

سبک زندگی سالم در ماه رحمت

درنگ

چالش‌های ازدواج مجدد در دوره سالمندی



ازدواج در دوران سالمندی، هرچند که می‌تواند فوایدی نظیر کاهش تنهایی و افزایش حمایت‌های اجتماعی داشته باشد، اما با چالش‌های خاص خود نیز همراه است. از طرفی احساس تنهایی در طول زندگی، تقریباً در یک‌سوم سالمندان مشاهده می‌شود و یکی از بزرگ‌ترین عوامل اضطراب‌آور در دوره سالمندی، ازدست‌دادن همسر به هر علت است، که به‌عنوان یک امر طبیعی تلقی می‌شود. ازدواج در این دوران بیشتر به‌منظور رهایی از تنهایی و یافتن یک هم‌صحبت است. ازدواج افراد فرستادگان سالمند در این دوره باید با درک درستی از ماهیت و اهداف ازدواج باشد. متأسفانه افراد سالمندی که با فوت همسرشان تنها شده‌اند به‌دلیل برخی باورهای غلط برای ازدواج مجدد از سوی خانواده‌ها تحت فشار هستند. فرزندان معمولاً رویکرد مثبتی به این موضوع ندارند و سالمندان مجبورند برای اثبات وفاداری‌شان به همسر ازدست‌رفته خود تا پایان عمر مجرد بمانند. این موضوع به‌ویژه برای زنان سالمند شدت بیشتری دارد. بااین‌حال اگر این نوع ازدواج‌ها سنجیده، مدتی باشد و حساب‌شده نباشد می‌تواند کارکرد منفی نیز داشته باشد، چراکه در این سن تحمل برخی رفتارها به علت حساسیت بیشتر زن و مرد، سخت می‌شود. در این سن، ازدواج‌هایی موفق خواهند بود که طرفین تا حد امکان هماهنگی، همدلی و نزدیکی دیدگاه‌ها داشته باشند.

طراح: میژن گورانی

جدول ۶۹۵۲

جدول عادی

۱۴۱۵ (ق): (۱) سلور جنسی نر- تمهای دو
کف پرندگان یروابه جنگی (۲) سخن ریز
نوع خیمه. نوع خیمه. نوع خیمه. نوع خیمه.
نوع غذای ماهی (۳) ایرانی (۴) کارگران
قیمت خان کشی. اسب تبریزی (۴) ویژه تر
تخم گیاه. محبت. خار. تارخ، غایب شده
نر نار (۵) یک خیسرو که به دست
فراس (۶) سندر شده از نام های ایران
زمین العابدین (ع) - تهمتن شاهنامه
(۷) رشته ای از دانش کاربردی و فناوری -
ناگوار. معشوق (۸) لقب افراد کم طاقت
روزی به بود میسنودی (منفی) (۹) آماش
نامی دخترانه گشتی زبان (۱۰) یخت
و اوایل - هر واقعی (۱۱) نظم دادن
فرمانی از اعمال جن (۱۲) اجاره بها
ایزاب و وسایل - کتاب هندو (۱۳) حیوان
بارکش از عکاسان شهید دوران دفاع
مقدس (۱۴) جادو نشین - شرح حنده
۱۵- نر. خوراک از اسفنج. جیوت
ویروس موش.

اسب- کباب معروف همدان (۱۰) هدف،
نشانه- نوعی موتور درونسوز- خردمند
(۱۱) دومین رئیس جمهور شهید ایران-
شهری در آذربایجان غربی- خجستگی
(۱۲) از آلات موسیقی غربی- تکانور- سیاره
کیوان (۱۳) رایحه- جریان متناوب برق-
غده سرطانی (۱۴) همسایه اتریش و رومانی
-نقطه نظر (۱۵) حیرت- مشابعت- اکنون.

جدول ویژه

افقی: ۱) نوشیدنی - اصطلاحی در ورزش کشتی - پادشاهی از خوارزمشاهیان (۲)

حل جدول ویژه ۶۹۵۱

[illegible]

(۱) همیشگی - بلند مرتبه - زادگاه حضرت ابراهیم (ع) (۱۲) از پهلوانان ایرانی - ساکنان واسطه - از زنان اساطیری یونان (۱۳) عدم مسافرت - مهاجر تیم فوتبال آرسنال (۱۴) مرکز ایالت جورجیا ای آمریکا - عسای زیر بغل - سینه خیز (۱۵) ایک حرف صحرای - سنگینی - معدوم - داری. **عمودی:** (۱) از راست به چپ - گواهندی - خالص (۲) تابلوی مشهور لئوناردو - داونیچی - تیزر از زانی که به خاطر جانیاتش در فلیپین محکوم و اعدام شد (۳) باورگی - معطل - نوعی حلوا (۴) اولین

اجرای نقاشی) چپاول - مزارع. اوجیل های معتبره) مقابل پله - قابله در فرهنگ گ) در سمت راست اما می ایستد - دعوت شده - حیرت زده (۸) بار یک رنگ پوشیده به بی رنگ رفتار (۱۰) گرم شتاب - ستون - تا تمام (۱۱) تمیز بندری در بوهر - طرح (۱۲) مجموعه داستان نوشته منبرو راوی در - انشام - قرآند (۱۳) کوچک - برادر سلم و تور - سرپرست اوقاف (۱۴) ناحیه ۱۴) از جاده های گردشگری ماکو - تپه سوار - سوار بی همتا - ستاره سپهر.

www.arna-co.com

اعطای نمایندگی در تمام رستورها

آرنا

به مناسبت نوروز

هدیه برای خرید کت و شلوار

۲ میلیون تومان

شرکت پارمیس تجارت آرنا

تولید کننده پوشاک بانوان و آقایان با سابقه درخشان در تامین البسه
فروشگاهی، لباس فرم اداری، مهندسی، خلبانی، تشریفات و بیمارستانی
برای **اعطای نمایندگی** از متقاضیان واجد شرایط در سراسر کشور
دعوت به همکاری می نماید.

شما هم می توانید عضوی از **خانواده بزرگ آرنا** باشید.

تامین لباس فرم سازمان خود را به تجربه و تخصص ما بسپارید
آماده عقد قرارداد با سازمان ها و شرکت های دولتی و خصوصی

برای آگاهی از شرایط نمایندگی با شماره های ۰۹۱۲۲۸۴۱۵۸۱ و ۰۲۱ ۸۸۳۴۹۶۲۷ تماس حاصل فرمایید.

مناقصه عمومی و مرحله ای

خرید ۸ دستگاه دیزل پمپ

شماره مناقصه: PGSOC-LEC-Diesel Pump-TE-02655



PGSOC
Persian Gulf Star Oil Company
شرکت نفت ستاره خلیج فارس
(سهامی عام)