

رقعا سلام! «جوانه! چند روز پیش رقیم توند دوستم و فهمیدم خیلی با همسن وسالان خودم فرق دارم. به نظرت مشکل از منده؟» رفیق عزیز جوانه! فرق داشتن با همسن وسالای خودت عیب نیست. بهخصوص وقتی توی این دوره از عمر دارین زندگی می کنین و هر روز در درک و فهم تون از جهان اطراف تون تغییر می کنه و کامل میشه. همیشه یادت بمونه که باید به خودت اعتماد بنفس بدی و افکار ت رو با خواندن کتاب و هم صحبتی با ادمارشد بدی.

شماره پیامک ۳۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۲۳۷۳۴۰۰

اطلاعات عمومی

از مد سریع و مد پایدار چه چیزی باید بدانید؟

اگر به دنبال یک زندگی سبز تر هستید که می تواند روی محیط زیست تاثیر مثبت بگذارد، باید به سراغ کمده لباس تان بروید. چون ان جاعل خریداری شدن انتخاب خرید های سازگار با محیط زیست است. چون فاست فشن (fast fashion) که در ایران با مد سریع شناخته می شود، در آدمه هیجان خرید پوشاک را بالا می برد. نوجوان ها یکی از گروه های هدف اصلی تولید کننده های مد سریع هستند و همین دلیل مایه تاثیرات منفی بر تغییر عادت هایمان در خرید بهر فرهنگ مد پایدار که در مقابل مد سریع است، کمک کنیم.



عکس از: Pexels.com



حفاظت از محیط زیست در سال ۲۰۱۵ بیش از ۱/۵ میلیون تن از زیاله ها در محل دفن، منسوجات بوده اند! علاوه بر این که بخش بزرگی از محیط را باید به دفن این زیاله ها اختصاص داد، بازیافت آن ها هم بسیار پر درد سر و پرهزینه است.

آثار زیست محیطی یکی از از ان ترین و محبوب ترین به دفن آن ها در مد سریع، پلی استر است. تولید منسوجات مصنوعی سالانه به ۳۲ میلیون بشکه نفت نیاز دارد. نفت جزو سوخت های فسیلی است و اکتا به آن یعنی زیاده شدن کار های گلخانه ای و تغییرات آب و هوایی زمین. همچنین این پارچه های پلاستیکی، خطر تولید میکرو پلاستیک ها را بالا می برند. حتی پارچه های شناسایی بر نه های مد سریع، به رسی قیمت هایست. جنس بیشتر پارچه ها در این صنعت، بیشتر از ایاف مصنوعی، پلی استر و مواردی شبیه این است تا پارچه های طبیعی مانند پنبه و ابریشم. هر دیگدر توجه به دوخت جیب ها، دکمه ها و زیپ ها است. در فست فشن درز ها ممکن است به راحتی باز و دکمه ها شل شوند.

● **مد سریع چطور محیط زیست را نابود می کند؟** به مد سریع، مد یک بار مصرف هم می گویند؛ چون در آن مدام تشویق می شوید در روزی دو باره بخرد! اما این مد چه تاثیراتی روی محیط زیست می گذارد؟ تولید زیاله های پر درد سر! طبق گزارش آژانس

تاثیر سبز حیوانات! حیوانات با تولید فست مد به های مختلفی آسیب می بینند. همچنین میکرو پلاستیک ها علاوه بر تهدید حیات دریایی می تواند باعث مست شدن راه گوارش حیوانات شود

کلاس زبان

همه منابع

Out of the blue

یهویی

مثال:

My old roommate called me **out of the blue**.

ترجمه: ما اتفاقی قدیمی ام یهویی با من تماس گرفت.

● **دقیقا مد سریع چیست؟** مد سریع به مصرف کننده ها اجازه می دهد تا به سرعت پوشاک و وسایلی را که مد می شوند، با قیمت ارزان تر بخردند و به مد بعدی این کار را تکرار کنند. تولید کننده ها این لباس ها را در مقیاس انبوه تولید می کنند تا مصرف کننده به دو انداختن لباس قبلی و خرید لباس جدید تشویق شود. شاید همه این اتفاقی ها در کمتر از چند هفته و ما انجام شود. سابقه این اتفاق به آخر قرن بیستم و شروع انقلاب صنعتی بر می گردد. یعنی زمانی که کمده کارخانه های پوشاک و ماشین ها جای خیاط خانه ها و تولید دستی پوشاک را گرفتند. یکی از ساده ترین راه ها برای شناسایی بر نه های مد سریع، به رسی قیمت هایست.

● **خوب ما چی کار کنیم؟** یک ایده هوشمندانه برای پیرو فست فشن نبودن، این است که به دنبال خرید پارچه های بکریم که در تولیدات خود از پارچه های طبیعی استفاده می کنند. بکره دیگر این است که کمتر خرید کنیم، از لباس ها درست طبعی وقتی در فست مد استفاده می شوند، مشکل ساز هستند و برای تولید یک تن لباس رنگ شده به ۲۰۰ تن آب نیاز است. هر زیاله انسان ای این را همیشه یادتان باشد که لباس از آن با نیروی کار ارزان تولید می شود. بیشتر کار گرانی که در تولیدی های مد سریع مشغول به کار هستند، دستمزد کمی دارند و ممکن است محیط کار ایمنی نداشته باشند.

تاثیر سبز حیوانات! حیوانات با تولید فست مد به های مختلفی آسیب می بینند. همچنین میکرو پلاستیک ها علاوه بر تهدید حیات دریایی می تواند باعث مست شدن راه گوارش حیوانات شود

کلاس زبان

همه منابع

Out of the blue

یهویی

مثال:

My old roommate called me **out of the blue**.

ترجمه: ما اتفاقی قدیمی ام یهویی با من تماس گرفت.

مسیر

عمل به این موارد در هر کار ی ثمر دار دوبرای من فعالیت در رشته موسیقی چنین ثمری ای داشته است.

بامداد افشار یکی از آهنگ ساز های جوان کشور است که کار نامه موفق و پر پیمانی هم دار. او ۲۷ ساله است و از کودکی با ساز و موسیقی، قد کشیده است. یکی از تاز ترین ساخته های او موسیقی سریال پوستر شیر است که بسیار شنیده شد و مورد توجه قرار گرفت. او بیشتر فعالیت ها وایدیو سازی های خود را در گروهی به نام «اتاق» پیاده می کند و برای ساخت آهنگ به تجربه بردن علاقه مند است. با این هنرمند جوان که آهنگ ساز فیلم های مغز های کوچک رنگ زده، ملاقات خصوصی بدو... وسرپال های قور باغه، روزی روز گاری مرغ، جوان که آهنگ ساز فیلم های مغز های کوچک رنگ زده، ملاقات خصوصی بدو... خواستیم از ادهای ورود و ماندگار شدن در موسیقی و آهنگ سازی بر ایمان بگویم.

● **موسیقی برای شما از کجا شروع شد؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور به این کار نامه موفق در آهنگ سازی رسیدید؟** می دلم که تعداد و حجم کار بالا در موسیقی اهمیت ندارد و کیفیت مهم تر است. از زمانی که یاد می آید زندگی شخصی و کاری ام همیشه یکی بوده است و این باعث می شد همیشه به موسیقی به جز گانه تر بخی، دست حر فای هم داشته باشم و همیشه در دید موسیقی باشم. یعنی هر وقت راهی ایدمی اوم، همیشه موسیقی در کنارم بوده است. البته صبور بودن، ایستداری به کار و این که بک نفر کلی تغییرات زیادی باید انجام شود تا صنعت مد هم برای محیط زیست و هم برای افرادی که لباس ها می تولید می کنند، بهتر شود. چرخه زندگی یک لباس از مواد خام استفاده شده تا مدت زمان پوشیدن و نحوه دور ریختن آن – کلید ایجاد یک مد مل بهتر است. در واقع صنعت مد باید یاد بگیرد که چطور لباس های کمتر و بادوامتری تولید کند که به راحتی بازیافت شود.

● **خوب ما چی کار کنیم؟** یک ایده هوشمندانه برای پیرو فست فشن نبودن، این است که به دنبال خرید پارچه های بکریم که در تولیدات خود از پارچه های طبیعی استفاده می کنند. بکره دیگر این است که کمتر خرید کنیم، از لباس ها درست طبعی وقتی در فست مد استفاده می شوند، مشکل ساز هستند و برای تولید یک تن لباس رنگ شده به ۲۰۰ تن آب نیاز است. هر زیاله انسان ای این را همیشه یادتان باشد که لباس از آن با نیروی کار ارزان تولید می شود. بیشتر کار گرانی که در تولیدی های مد سریع مشغول به کار هستند، دستمزد کمی دارند و ممکن است محیط کار ایمنی نداشته باشند.

تاثیر سبز حیوانات! حیوانات با تولید فست مد به های مختلفی آسیب می بینند. همچنین میکرو پلاستیک ها علاوه بر تهدید حیات دریایی می تواند باعث مست شدن راه گوارش حیوانات شود

● **خوب ما چی کار کنیم؟** یک ایده هوشمندانه برای پیرو فست فشن نبودن، این است که به دنبال خرید پارچه های بکریم که در تولیدات خود از پارچه های طبیعی استفاده می کنند. بکره دیگر این است که کمتر خرید کنیم، از لباس ها درست طبعی وقتی در فست مد استفاده می شوند، مشکل ساز هستند و برای تولید یک تن لباس رنگ شده به ۲۰۰ تن آب نیاز است. هر زیاله انسان ای این را همیشه یادتان باشد که لباس از آن با نیروی کار ارزان تولید می شود. بیشتر کار گرانی که در تولیدی های مد سریع مشغول به کار هستند، دستمزد کمی دارند و ممکن است محیط کار ایمنی نداشته باشند.

در موسیقی کار و تفریح یکی می شود

گفت و گویا آهنگ ساز سرپال «پوستر شیر» و قلیلم «مغز های کوچک» رنگ زده، که می خواهد با دهه هشتادی و نودی ها البوم بدهد

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.

● **چطور می شود در موسیقی به موفقیت رسید؟** فکر می کنم تاثیر موسیقی برای من از زمان کودکی بوده است. وقتی ۱۰ ساله بودم، پدرم من را کلاس آرف (یکی از بهترین راه های آموزش موسیقی به کودکان) می گذاشت. برادر بزرگترم هم به موسیقی علاقه داشت و تار می زد. من از همان زمان به موسیقی علاقه مند شدم و بعدها گیتار کلاسیک را به عنوان ساز تخصصی ام انتخاب کردم. قبل از آن کنسرت های گروهی حضور یک استاد خوب که معلم هم بود، خیلی کمک کرد که تشویق شدم که این حرفه را به عنوان شغل اصلی پیادو دنبال کنم.



«سه تفنگدار» دهه هشتادی گل کاشتند!

از الینا میرزا ۱۵ ساله که جوان ترین گلزن لیگ بر تر شده تا محمد بیرانوند کهر کورد تاریخی ثبت کرد

دیدی وقتی تیم ملی فوتبال گل می زند یا یک مسابقه مهم را می برد، چقدر خیرش زود منتشر می شود و می تر کاند؟ اخبار موفقیت نوجوان ها معمولا زیاد دیده نمی شود و خبرش را در سبوق و کرنا نمی کنند. در چند روز و چند هفته گذشته سه اتفاقی مهم در دنیای ورزش نوجوان ها اتفاق افتاده است که جوانه خودش را در پرداختن به این موضوع سهیم می داند. نوجوانانی که در کنار درس تلاش کردند تا در یک رشته ورزشی هم به موفقیت برسند و می توانند برای هم سن وسال هایشان انگیزه و الهام بخش باشند. ما امروز از این سه نفر خواهیم گفت.

● **جوان ترین گلزن لیگ بر تر فوتبال ایران الینا میرزا ۱۵ ساله** الینا میرزا ۱۵ ساله تیم بانوان ملوان بندر انزلی است و در اولین بازی خود در لیگ بر تر زنان در دوازده حریف را باز کرد! این بازی روز شنبه ۲۳ دی ماه بین دو تیم زنان ملوان بندر انزلی و فرا سائیس کران فارس در ورزشگاه شهید دستغیب شیرز انجام شد و با نتیجه ۳ بر ۲ قهرمانی ها به پایان رسید. الینا میرزا اپور با این گلزنی توانست عنوان جوان ترین گلزن لیگ بر تر فوتبال ایران را به دست بیاورد و این رکورد را که قبلا در اختیار کریم انصاری فرد بازیکن تیم ملی فوتبال کشورمان بود، بشکند. انصاری فرد در ۱۶ سال و ۹ ماهگی در لیگ بر تر گلزنی کرده بود. الینا یک دهه هشتادی است و سابقه حضور در اردو های تیم ملی نوجوانان ایران و مسابقات بین المللی کافرا نیز در کارنامه خود دارد. او آیان ماه اسال به باشگاه ملوان پیوست.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **اولین سهمیه المپیک تاریخ اهداف پروازی!** **محمد بیرانوند ۱۵ ساله** به احتمال زیاد تبار و به ایل بزرگ برانوند در لرستان بر می گردد. محمد بیرانوند ۱۵ ساله است و راه بزرگی را رفته. این روز ها که مسابقات اهداف پروازی قهرمانی آسیا به میزبانی کویت در حال برگزاری است، محمد توانسته قدم بزرگی بردارد و در فینال این رقابت ها با یک عملکرد فوق العاده مدال طلای این رقابت ها را کسب کند. او با این مدال اولین سهمیه المپیک تاریخ اهداف پروازی را هم برای کشورمان گرفت و حالا باید خودش را برای شرکت در المپیک آماده کند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.



اثری از: kctglo

پیشنهاد

طلسم آرزو

نویسنده: کریس کافر
مترجم: الهام قیاضی
انتشارات: بر تقال
گروه سنی: ۱۲+ سال

عفت زینلی | روزنامه نگار

الکس و کانر دو قهرمانی هستند که در جشن تولدشان یک هدیه عجیب و جادویی می گیرند. هدیه آن ها کتابی قدیمی است که در آن افسانه ها و قصه هایی مثل سفید پرفی، ششل فرمزی، سیندرلا، جک و لوبلیا، سحر آمیز، اوبولن و... نوشته شده است. الکس و برادرش به طور اتفاقی و ناخواسته وارد دنیای قصه ها می شوند و در آن جا گیر می افتند. الکس و کانر دنبال راهی برای بیرون رفتن از سرزمین قصه ها هستند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

● **کسب برتر آسیا در میکس تنفنگ** **یلدا سلیمانی ۱۷ ساله** متولد اولین شب زمستان سال ۸۵ است و فرزند دوم خانواده. قبل از فعالیت در رشته تنر اندازی، یکب و کیمینگ کار می کرد و وقتی به پیشنهاد استادش رشته تنر اندازی را امتحان می کند در ۱۱ سالگی شروع می شود. یلدا دومره قهرمان استعداد های بر تر کشور شده است و حالا توانسته در ماده تنفنگ میکس به همراه تیمی خود پوریا نوروزیان به مدال برنرر رقابت های قهرمانی آسیا در اندونزی برسد. یلدا در گفت و گوهایی که داشته، گفته است هدف همه ورزشکاران گرفتن سهمیه المپیک و مدال طلای این مسابقات است. این بازیکن تیم ملی می گوید: من در بدترین شرایط همیشه تلاش می کردم. همیشه سعی می کنم در کنار مقام گرفتن به اخلاق هم فکر کنم و می دانم که روحیه اخلاقی همیشه در یاد همه می ماند. الگوی یلدا در تنر اندازی الهه احمدی است و خوشحال است که با تلاش توانسته است در تیم ملی قرار بگیرد و با او در یک خط بااستدو تیر بزند.

