گالری

رفقا سلام!
«جوانه با یکی از صمیمی‌ترین دوستای مدرسه‌ام قهرم. دلمون می‌خواد آشتی کنیم ولی هیچ‌کدوم نمی‌تونیم یا پیش بذاریم. نظرت؟» اول این که باید بگردین چرا با هم قهر کردین و دلیل اختلاف‌تون چی بوده. با خودتون روراست باشین تا بتونین این اختلاف رو بین خودتون حل کنید. برای هم توضیح بدین و به لبخند بزنین. این جوری ناخودآگاه چشمه‌اتون می‌خنده و آشتی، آشتی می‌کنین.
شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۰۶۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

قرقاول مونال هیمالیا در میان برف‌ها

عکس از: theguardian.com

اطلاعات عمومی

دروازه‌بان‌ها دنیا را مثل ما نمی‌بینند!

دارید یک مسابقه فوتبال تماشا می‌کنید یا دروزشگاه نشسته‌اید و منتظرید دروازه تیم حریف باز شود، اما در عرض چند ثانیه یک ضد حمله شروع می‌شود و گل! چه کسی مقصر است؟ دروازه‌بان! مسابقه حساسی است و کار به ضربات پنالتی می‌کشد. نفس‌ها در سینه حبس می‌شود و لرزه می‌کنید که دروازه‌بان تیم محبوب‌تان پنالتی را بگیرد تا نفس‌ها دوباز هم مقعر کیست؟ دروازه‌بان! البته ماجرا به این سادگی نیست. بیشتر ما از حساسیت‌های این پست با خبریم اما از این که دروازه‌بان‌ها چطور دروازه هفت‌نوبیه متری را مدیریت می‌کنند، اطلاعات زیادی نداریم. مطالعه تازه‌ای نشان می‌دهد دروازه‌بان‌ها دنیا را به شکل متفاوت می‌بینند و درک می‌کنند. می‌توانید در اطلاعات عمومی امروز درباره این موضوع بخوانید.

هزار ان تصمیم بسیار سریع!

فیلد دروازه‌بان سابق لیگ برتر انگلیس یک بار گفته بود برای این که بتوانید در محوطه جریمه خوب کار کنید باید بتوانید خارج از چهارچوب فکر کنید. جالب است! محققان می‌گویند مغز دروازه‌بان‌ها می‌تواند سیگنال‌های حواس مختلف را با سرعت بیشتری ترکیب کند و همین زیربنای توانایی‌های خاص آن‌ها در زمین فوتبال است. دروازه‌بانی تخصصی‌ترین پست در فوتبال است و دروازه‌بان‌ها برخلاف بقیه بازیکنان باید هزاران تصمیم بسیار سریع را بر اساس اطلاعات ناقص محدود یا ناقص بگیرند و همین موضوع کار شان را حسابی سخت می‌کند. آن‌ها باید تصمیم بگیرند در هنگام برخورد با توپ، آن را بگیرند یا دفع کنند. آن هم وقتی توپ‌ها با سرعت زیادی به سمت‌شان می‌آید و زمان زیادی برای تصمیم‌گیری ندارند.

تخمین زدن مثل برق‌وباد!

دربست دروازه‌بانی، دروازه‌بان باید خیلی سریع مسیر توپ را تجزیه و تحلیل کند و زودتر از توپ به آن جا برسد. در واقع باید پرواز توپ را دیابی کند و بداند توپ قرار است کجا روی زمین فرود بیاید. محققان دانشگاه شهر دورلین برای این کار به بیشتر از کار دروازه‌بان غیر دروازه‌بان‌ها و افراد غیر بازیکن همین وسال را برای انجام یک سری آزمایش به کار گرفتند. محققان می‌خواستند بدانند آن‌ها چه تفاوت‌هایی در تشخیص صداها و جلوه‌های جدا از هم دارند. در واقع محققان با این کار می‌خواستند دریچه اتصال زمانی داوطلبان را تخمین بزنند. دریچه اتصال آن بازه زمانی است که در آن سیگنال‌های حسی مختلف در مغز با هم ترکیب می‌شوند. نتیجه این شد که دروازه‌بان‌ها نسبت به بازیکنان دیگر و افراد غیر فوتبالی دریچه‌ای باریک‌تر دارند. این دریچه زمانی کوتاه باعث می‌شود دروازه‌بان‌ها تخمین سریع‌تری از سیگنال‌های مختلفی که دریافت می‌کنند، داشته باشند. همچنین آن‌ها به جداسازی این سیگنال‌های حسی علاقه بیشتری داشتند.

ترکیب اطلاعات شنیداری و تصویری

دروازه‌بان بودن یک کار چندحسی است، یعنی هم به اطلاعات تصویری نیاز دارد و هم به اطلاعات شنیداری. در بعضی موارد آن‌ها به هیچ‌وجه نمی‌توانند توپ را ببینند. بنابراین فقط باید از تصور ضربه‌زدن توپ استفاده کنند تا بهترین حدس خود را دربه‌ر چایی که توپ می‌تواند وارد دروازه شود، داشته باشند. دانشمندان می‌گویند کم پیش می‌آید که دروازه‌بان‌ها اطلاعات‌شان را با هم ترکیب کنند و بیشتر با حسی پیش می‌روند که در سریع‌ترین زمان، با این کار می‌خواستند دریچه اتصال زمانی داوطلبان را تخمین بزنند. دریچه اتصال آن بازه زمانی است که در آن سیگنال‌های حسی مختلف در مغز با هم ترکیب می‌شوند. نتیجه این شد که دروازه‌بان‌ها نسبت به بازیکنان دیگر و افراد غیر فوتبالی دریچه‌ای باریک‌تر دارند. این دریچه زمانی کوتاه باعث می‌شود دروازه‌بان‌ها تخمین سریع‌تری از سیگنال‌های مختلفی که دریافت می‌کنند، داشته باشند. همچنین آن‌ها به جداسازی این سیگنال‌های حسی علاقه بیشتری داشتند.

ترکیب اطلاعات شنیداری و تصویری

دروازه‌بان بودن یک کار چندحسی است، یعنی هم به اطلاعات تصویری نیاز دارد و هم به اطلاعات شنیداری. در بعضی موارد آن‌ها به هیچ‌وجه نمی‌توانند توپ را ببینند. بنابراین فقط باید از تصور ضربه‌زدن توپ استفاده کنند تا بهترین حدس خود را دربه‌ر چایی که توپ می‌تواند وارد دروازه شود، داشته باشند. دانشمندان می‌گویند کم پیش می‌آید که دروازه‌بان‌ها اطلاعات‌شان را با هم ترکیب کنند و بیشتر با حسی پیش می‌روند که در سریع‌ترین زمان، با این کار می‌خواستند دریچه اتصال زمانی داوطلبان را تخمین بزنند. دریچه اتصال آن بازه زمانی است که در آن سیگنال‌های حسی مختلف در مغز با هم ترکیب می‌شوند. نتیجه این شد که دروازه‌بان‌ها نسبت به بازیکنان دیگر و افراد غیر فوتبالی دریچه‌ای باریک‌تر دارند. این دریچه زمانی کوتاه باعث می‌شود دروازه‌بان‌ها تخمین سریع‌تری از سیگنال‌های مختلفی که دریافت می‌کنند، داشته باشند. همچنین آن‌ها به جداسازی این سیگنال‌های حسی علاقه بیشتری داشتند.

تخمین زدن مثل برق‌وباد!

دربست دروازه‌بانی، دروازه‌بان باید خیلی سریع مسیر توپ را تجزیه و تحلیل کند و زودتر از توپ به آن جا برسد. در واقع باید پرواز توپ را دیابی کند و بداند توپ قرار است کجا روی زمین فرود بیاید. محققان دانشگاه شهر دورلین برای این کار به بیشتر از کار دروازه‌بان غیر دروازه‌بان‌ها و افراد غیر بازیکن همین وسال را برای انجام یک سری آزمایش به کار گرفتند. محققان می‌خواستند بدانند آن‌ها چه تفاوت‌هایی در تشخیص صداها و جلوه‌های جدا از هم دارند. در واقع محققان با این کار می‌خواستند دریچه اتصال زمانی داوطلبان را تخمین بزنند. دریچه اتصال آن بازه زمانی است که در آن سیگنال‌های حسی مختلف در مغز با هم ترکیب می‌شوند. نتیجه این شد که دروازه‌بان‌ها نسبت به بازیکنان دیگر و افراد غیر فوتبالی دریچه‌ای باریک‌تر دارند. این دریچه زمانی کوتاه باعث می‌شود دروازه‌بان‌ها تخمین سریع‌تری از سیگنال‌های مختلفی که دریافت می‌کنند، داشته باشند. همچنین آن‌ها به جداسازی این سیگنال‌های حسی علاقه بیشتری داشتند.

منبع: digiato

کلاس زبان

هم معنی

alone
تنها (شرایط فیزیکی بدون حضور دیگران)

مثال:
We can discuss your proposal when we're alone.
ترجمه: وقتی تنها بودیم می‌توانیم درباره پیشنهادت گفت‌وگو کنیم.

lonely
احساس تنهایی (معمولا همراه با ناراحتی)

مثال:
My mother gets lonely now that all the kids have left home.
ترجمه: مادرم حالا که همه بچه‌ها خانه را ترک کرده‌اند، احساس تنهایی می‌کند.

مسیر

پر دل و جرئت‌ها به هوشبری بیایند!

آشنایی با چالش‌های رشته هوشبری یکی از رشته‌های کاربردی علوم پزشکی و پراسترس در اتاق عمل

اکرم انتصاری | روزنامه نگار

من کی‌ام؟

من مژگان دبیربان هستم. ۲۹ ساله‌ام و کارشناس هوشبری. الان هم در بیمارستان در دوره تمدید طرح به عنوان کارشناس بیهوشی در بالین مشغول به کار هستم.

در رشته هوشبری چه خبر است؟

هوشبری در مقطع کارشناسی پیوسته شاخه‌ای از علم پیراپزشکی است و دانش‌آموختگان این رشته با وسایل، تجهیزات و داروهای بیهوشی و کاربردهای آن آشنا می‌شوند. کار اصلی هوشبر آرام کردن درد بیمار حین و بعد از عمل جراحی است. دوره کارشناسی هوشبری ۴ ساله است و دانشجویان این رشته باید ۱۳۴ واحد درسی را برای گرفتن مدرک کارشناسی هوشبری بگذرانند که ۳۴ واحد آن مربوط به واحد درس‌های کارآموزی و عملی است. آرامش و امنیت روانی در رشته هوشبری متوسط است، بازار کار به نسبت خوب است و زمان کمی طول می‌کشد تا وارد بازار کار شوید. سختی کار تان متوسط است و شانس قبولی زیر ۲۰۰ نفر در دانشگاه‌های برتر کشور را دارید و می‌توانید به بورسیه تحصیلی هم فکر کنید.

بعد از دانش‌آموختگی چه چیزی در انتظار شماست؟

دانش‌آموختگان رشته هوشبری مانند دانش‌آموختگان پزشکی و بعضی رشته‌های پیراپزشکی بعد از پایان تحصیل باید طرح دو ساله هوشبری در مناطق محروم را بگذرانند که درباره آقایان به عنوان دوره خدمت سربازی و اجباری و غیر قابل خرید است. این دانش‌آموختگان می‌توانند در هر جایی که به بیهوشی بیمار نیاز است مشغول کار شوند، پس می‌شود گفت محیط کاری ما بیمارستان‌ها، مراکز درمانی، کلینیک‌ها، درمانگاه‌های دولتی و خصوصی است. با وجود این که همه تیم‌های پزشکی در اتاق عمل به دستیار هوشبری نیاز دارند می‌توان گفت این رشته از بازار کار نسبتا خوبی برخوردار است.

رشته هوشبری به درد چه کسانی می‌خورد؟

این رشته برای کسانی که رویای پزشک شدن دارند، اما رتبه مناسب را نمی‌آورند خوب است، اما یکی از بزرگ‌ترین عیب‌های این رشته، اضطراب بالای آن است. هوشبران پایه‌پای سایر پرسنل اتاق عمل باید مراقب وضع بیمار باشند و این سرعت و تسلط فرد را می‌طلبد. برای همین کسانی باید به سراغ رشته هوشبری بروند که می‌توانند هوش و سرعت خوبی در انجام کارها داشته و با اعتماد به‌نفس باشند. دانشجویان رشته هوشبری باید از روابط عمومی خوبی برخوردار باشند تا بتوانند با بیمار خوب ارتباط بگیرند و او را از روند بیهوشی باخبر کنند. همچنین باید طاقت‌شان زیاد باشد و تحمل دیدن صحنه‌های ناخوشایند و خون‌ریزی را هم داشته باشند.

در این رشته چه چالش‌ها و درد سرهایی دارید؟

دستیاران بیهوشی زیر نظر متخصص بیهوشی کار می‌کنند؛ باید تابع نظرات متخصص بیهوشی باشند و بدون دستور او کاری انجام ندهند. در صورتی که برای بیمار از لحاظ بیهوشی اتفاقی بیفتد در درجه اول متخصص بیهوشی و بعد هم کارشناس بیهوشی باید پاسخگو باشد. کارشناسان بیهوشی متناسب با حجم کار و اضطرابی که متحمل می‌شوند در مقایسه با سایر رشته‌های پزشکی حقوق کمی دریافت می‌کنند، پس کارشناسی هوشبری یکی از پراسترس‌ترین شغل‌هاست.

چطور می‌توان در رشته هوشبری به مقاطع بالاتر تحصیلی و موفقیت رسید؟

قبل‌تر تحصیل در رشته هوشبری در مقطع کارشناسی ارشد امکان نداشت و دانشجویان رشته هوشبری برای تحصیل در مقاطع بالاتر می‌توانستند برخی زیرشاخه‌های رشته‌های علوم پزشکی شامل مهندسی پزشکی (بیوالکتریک)، مهندسی پزشکی (زیست مواد)، اپیدمیولوژی، آمار زیستی، آموزش بهداشت، پرستاری مراقبت‌های ویژه، تانو کنولوژی پزشکی و... را انتخاب کنند. اما اکنون چند سالی است که کارشناسی ارشد آموزش بیهوشی به موادی که نام بردم، اضافه شده است. دانش‌آموخته‌ها می‌توانند با گرفتن مدرک کارشناسی ارشد به تدریس در دانشگاه بپردازند و حتی اگر خواستار استادی نباشند می‌توانند در بالین کار کنند، اما برای گرفتن مدرک دکترا باید رشته‌ای به جز بیهوشی را در نظر بگیرند، زیرا متخصص بیهوشی باشند و بدون دستور متخصص بیهوشی نمی‌توانند کاری انجام دهند.

[...]
کسانی باید به سراغ رشته هوشبری بروند که می‌توانند هوش و سرعت خوبی در انجام کارها داشته و با اعتماد به‌نفس باشند. همچنین باید طاقت‌شان زیاد باشد و تحمل دیدن صحنه‌های ناخوشایند و خون‌ریزی را هم داشته باشند

[...]
همه ساکنان میاکیجیما مجبورند به دلیل گازهای آتشفشان صورت‌شان را با ماسک‌های مجهز بپوشانند!

سفرنامه

یک جزیره پر از آدم‌های ماسک‌دار!

جزیره میاکیجما یکی از آلوده‌ترین مناطق دنیاست. همه ساکنان این جزیره همیشه ماسک‌های مجهزی که صورت‌شان را کامل می‌پوشاند، می‌زنند و آن‌ها را شبیه به موجودات فرازمینی می‌کنند.

جزیره میاکیجما در فاصله ۱۶۰ کیلومتری توکیو قرار گرفته و آتشفشان معروفی به همین نام دارد که فعالیت‌های دلیل آلودگی شهر است. از آن جایی که شهر در دامنه‌های این کوه بنا شده، همیشه ابری از دی‌اکسید گوگرد آن را فرا گرفته تا حدی که گاهی پرواز به سمت این جزیره را هم غیرممکن کرده است. بر اساس مطالعاتی که روی میاکیجما انجام شده، این آتشفشان هر ۲۰ سال یک بار فوران و گاهی روزانه حدود ۴۲ هزار تن گاز دی‌اکسید کربن در هوا منتشر می‌کند. در سال ۲۰۰۰ اهالی این جزیره یکی از بدترین سال‌ها را تجربه کردند که دیگر حتی ماسک‌های ضدگاز هم پاسخگوی این حجم از آلودگی نبود و مجبور به ترک شهر شدند. فوران عجیب کوه در این سال منجر به ۱۷ هزار زلزله و باعث شد که ورود به جزیره به مدت حدود ۵ سال ممنوع شود.

جالب است بدانید که با وجود این شدت آلودگی، گردشگران به این جزیره سفر می‌کنند تا هم ظاهر اهالی جزیره را با ماسک ببینند و هم فعالیت‌های آتشفشانی این کوه عجیب را تماشا کنند. از طرفی این فعالیت‌های آتشفشانی منجر به تشکیل ساختمان‌های مخروبه و بناهای ذوب شده زیادی شده که تماشای آن‌ها برای ماجراجویان جذاب است. البته گردشگران لازم است پیش از ورود به شهر درباره گاز سمی دی‌اکسید گوگرد و عوارض آن مطالعه کنند و گواهی سلامت ریه و دستگاه تنفسی از پزشک همراه داشته باشند.

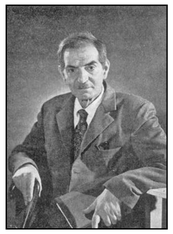
بدون شرح

اثری از: SilvanoMello

کارگاه

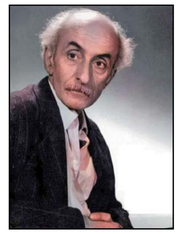
شعر محلی در کارنامه شاعران فارسی

زبان فارسی به شعر گره خورده است و اگر به تاریخ ادبیات ایران نگاه کنیم شاعران سرشناسی مانند فردوسی، حافظ، مولانا، سعدی و... را در این فهرست پیدا می‌کنیم. شعر بعضی وقت‌ها زبان حال ماست و بیشتر ما در منطقه و شهر خودمان یک سری اشعار محلی داریم و معمولا آن‌ها را از زبان مادربزرگ و پدربزرگ یا بزرگ‌ترهایمان می‌شنویم. شاید بعضی وقت‌ها معنی این اشعار را نفهمیم، اما امروز می‌خواهیم پرونده اشعار محلی را باز کنیم و درباره این اشعار، شاعران و معنی و مفهوم آن‌ها برای نوجوان‌ها بیشتر بگوییم.



شهریار؛ حیدربابا و کوه کودکی

شعرهای محلی و ترکی محمدحسین بهجت تبریزی یا همان شهریار همان‌قدر محبوب و معروف است که شعرهای فارسی‌اش. در فارسی اشعار زیادی از او را شنیده‌ایم. «علی ای همای رحمت تو چه آیتی خدا را» که به ما سوادآفتدی همه سایه همای را» و «آمدی جانم به قربانت ولی حالا چرا» بی‌وفا حالا که من افتاده‌ام از پا چرا را شاید از شهریار شنیده باشید. این شاعر اهل تبریز است و به همین دلیل تسلط خوبی روی زبان ترکی داشته. «حیدربابا یه سلام» یکی از شعرهای معروف شهریار به زبان ترکی است. او در این شعر که مردم آن را به حیدربابا می‌شناسند با توصیف کوهی به همین نام درباره طبیعت و مردمان و فرهنگ روستای خشکبات گفته است که کودکی‌اش را آن جا گذرانده.



نیما یوشیج؛ اهل مازندرانم!

«تو را من چشم در راهم / شباهنگام...» این یکی از معروف‌ترین اشعار علی اسفندیاری است که برای شاعری لقب «نیما یوشیج» را انتخاب کرده است. او اهل روستای یوش از توابع شهرستان نور در استان مازندران است و زبان محلی مازندرانی‌ها یعنی مازنی را خوب می‌شناخته. شعرهای محلی او به زبان مازنی در کتابی به نام «روجا» که یک اسم محلی است، چاپ شده. «روجا» شامل ۴۵۴ قطعه از اشعار مازندرانی (طبری) نیما به همراه آوانگاری و ترجمه فارسی است. برای مثال در اشعار او در این کتاب چیکاه به معنی یک نوع ماهی دریای شمال، خاخور به معنی خواهر، داروگ به معنی قورباغه درختی که از باران خبر می‌دهد، سماییک نوع رقص، کلیکه به معنی سوختن و کلا به معنای کوزه است.

ملک‌الشعرای بهار؛ مار مخی؟!

خیلی‌ها ملک‌الشعرای بهار را با «ای کوه سپیدپای در بند / ای گنبد گیتی ای دماوند» که در وصف قله باشکوه دماوند سروده، می‌شناسند. ملک‌الشعرا که لقب بهار را برای سرودن اشعارش انتخاب کرده بود، اشعار محلی هم دارد. او متولد مشهد و طبیعی است که اشعار محلی را با لهجه مشهدی گفته باشد. این یکی از شعرهای مشهدی اوست که زنده‌یاد محمدرضا شجریان آن را خوانده و در آلبوم خراسان منتشر شده است: «از لقای قجری ر در هم و پشکسته مکن وا ز / در های بسلامت به روم بسته مکن وا ز / گـر مار مخی، ها، نمخی نه، دو کلیمه / ای بار مُور مثل همه بار خسته مکن وا ز» شاعر مختصر و مفید می‌گوید اگر مار می‌خواهید یا نه، دریک کلمه آن را بگویید و خلاص!

بدانیم

چرخه گرسنگی عاطفی!

برای بیشترمان پیش آمده است که با کت چیپس را برداشتیم و همه آن را دریک چشم به‌هم‌زدن خوردیم، متنفانه از روی گرسنگی. به این حالت گرسنگی عاطفی یا احساسی می‌گویند. این حالت بیشتر وقتی به سراغمان می‌آید که کسل هستیم، دارم خودمان را برای امتحان مهمی آماده می‌کنیم و مضطربیم. شاید بعد از چیپس به سراغ کلوچه‌ها برویم و هر خوراکی را که اطرافمان است یکی بعد از دیگری بخوریم. در کل این که چه چیزی باعث رفتار احساسی خوردن می‌شود به ما کمک می‌کند تا بتوانیم جلوی این اتفاق را بگیریم. سایت تخصصی kidshealth راه‌حل را به ما نشان می‌دهد.

فرق گرسنگی فیزیکی و عاطفی چیه؟

محققان می‌گویند همه ما تا حدودی احساسی خوار هستیم، اما برای بعضی آدم‌ها خوردن احساسی می‌تواند یک مشکل واقعی باعث افزایش وزن یا چرخه‌های بی‌خوری شود. بهتر است تفاوت بین گرسنگی فیزیکی و صرفا احساسی را بدانیم تا دفعه بعد که دل‌مان بیش‌مان وعده می‌خواهد بفهمیم چه نوع گرسنگی دارد و فقط رامان را هدایت می‌کند. در گرسنگی عاطفی، احساس نیاز فوری یا اجباری به خوردن دارید که می‌تواند باعث شود خوراکی خاصی مانند پیتزا یا بستنی هوس کنید، بیشتر از آن چه که همیشه می‌خورید بخورید و وقتی تمام می‌شود هم ممکن است احساس گناه داشته باشید.

سوالاتی که باید از خودت بپرسی

سوال اصلی که باید از خودتان بپرسید، این است که آیا فرار غذایی شما ناشی از یک موقعیت با خلق و خوی خاص است؟ سوال‌های بعدی می‌تواند این‌ها باشد:

درباره چیزی مانند مدرسه، موقعیت اجتماعی یا چیزی که در خانه می‌گذرد استرس دارم یا غمگین، مضطرب یا عصبی هستم؟

اتفاق مهمی در زندگی من رخ داده است که به سختی می‌توانم با آن کنار بیایم؟

بیشتر از حد معمول غذا می‌خورم؟

در ساعات غیر معمول غذا می‌خورم، مثل آخر شب؟

افراد دیگری در خانواده من هستند که از غذا برای آرام کردن احساسات خود استفاده می‌کنند؟

چرخه را بشکنید

کنترل رفتار عاطفی خوردن شامل یافتن راه‌های دیگری برای مقابله با موقعیت‌ها و احساساتی است که باعث می‌شود به غذا پناه ببرید. به عنوان مثال، آیا شما از کسانی هستید که هر روز وقتی به خانه می‌آیید به طور خودکار به آشپزخانه می‌روید؟ بایستید و از خود بپرسید: «آیا من واقعا گرسنه هستم؟» اگر آیا به صداهای معمولی گرسنگی در گودال شکم خود توجه می‌کنید؟ آیا در تمر کز مشکل دارید؟ اگر این علایم به گرسنگی اشاره دارد، چیزی سبک و سالم برای از بین بردن این احساس را تا وعده بعدی انتخاب کنید. واقعا گرسنه نیستی؟ اگر آردین غذا از آشپزخانه بعد از مدرسه جزئی از کارهای روزمره شما شده است، به این فکر کنید که چرا. به جای این که وقتی به خانه می‌آیید غذا بخورید، چند دقیقه وقت بگذارید و چیزهایی را که در آن روز برای شما اتفاق افتاده، مرور کنید. بپذیرید که آن‌ها چه احساسی در شما ایجاد کرده‌اند: خوشحالی؟ سپاس گزاری؟ یا انگیختگی؟ خشم؟ نگرانی؟ حسادت؟

دقیق‌ترین پیش‌بینی از قهرمان جام ملت‌ها

دانیال دایی داوودابنا | طنزپرداز

جوانه من واقعا با خواب‌هام مشکل دارم، همه‌اش از وسط شروع می‌شه، مثلا یه‌بار دیدم تو فینال جام جهانی هستم، فقط نمی‌دونستم خبرنگارم، فیلم بردارم، بازیکنم یا مربی و داور؟ خودم رو هم که تازه با تعجب می‌پرسه بودین؟

امروز به سوال درباره خواب جواب دادم دیگه از پاسخ به این سوال معذورم. البته جوابی هم برات ندا شتم راستش، الکی بهونه آوردم.

جوانه، بذار اعتراف کنم منم حامی حیوانات هستم؛ تا وقتی که سوسک پرواز نکرده باشه.

باشه گذاشتم اعتراف کنی، اما سوسک حیوان نیست، حشره است. بیبر و خرو کانگورو می‌شن حیوان.

جوانه، دقت کردی آدم‌ روزهای سرد همه‌اش کسله و خوابش میاد؟

آره موافقم، چون زمستون سرده آدم خوابش می‌گیره، البته بهار هم که واقعاً خواب‌آور و دل‌انگیزه. تابستون که آدم بعد از گذشتن سه ماه خواب می‌چسبه. اما در پاییز برگ‌ریز و غم‌انگیز هیچ کاری ندارد خواب نمی‌چسبه.

جوانه یک سوال فلسفی و خاص. چرا خاله من هر وقت سر صبح یا آخر شب زنگ می‌زنه خونه‌مون و همه روز از خواب می‌پرونه تازه با تعجب می‌پرسه بودین؟

امروز به سوال درباره خواب جواب دادم دیگه از پاسخ به این سوال معذورم. البته جوابی هم برات ندا شتم راستش، الکی بهونه آوردم.

جوانه، بذار اعتراف کنم منم حامی حیوانات هستم؛ تا وقتی که سوسک پرواز نکرده باشه.

باشه گذاشتم اعتراف کنی، اما سوسک حیوان نیست، حشره است. بیبر و خرو کانگورو می‌شن حیوان.

جوانه به نظرت حق کدوم تیمه قهرمان جام ملت‌هاشه؟

به نظرم یکی از دو تیمی که تا اینجا می‌رن. یا یکی از ۴ تیمی که تا نیمه نهایی می‌ره. ولی قطعا عربستان قهرمان نمی‌شه. این خط، این نشون.

بیشنهاد

این کتاب را ممنوع کنید

نویسنده: الن گرتز
مترجم: سارا عاشوری
انتشارات: پرتقال
گروه سنی: بالای ۱۲ سال

عفت زینلی | روزنامه نگار

همه چیز از روزی شروع می‌شود که «ایمی آن» وقتی میان قفسه کتاب‌ها می‌گردد تا کتاب محبوبش را پیدا کند تا برای چندمین بار آن را امانت بگیرد، کتاب را پیدا نمی‌کند. «ایمی آن» دختر نوجوانی خجالتی و عاشق مطالعه است. کتابدار به او می‌گوید: «کتاب به پیشنهاد انجمن اولیا از کتابخانه حذف شده است، خانم کتابدار توضیح می‌دهد خیلی از کتاب‌های دیگر هم به همین سرنوشت دچار شده‌اند. او می‌خواهد در انجمن اولیا و مدرسه به آن‌ها بگوید که تصمیم‌شان اشتباه است و نباید درباره کتاب‌ها، سلیقه‌ای تصمیم بگیرند و از این دختر می‌خواهد کمکش کند. او یک متن سخنرانی برای دفاع از کتاب محبوش آماده می‌کند، اما آن قدر خجالتی است که حتی برای صحبت کردن در جلسه داوطلب نمی‌شود. این ماجرا ادامه پیدا می‌کند و کتاب‌های بیشتری از کتابخانه حذف می‌شوند. «ایمی آن» تصمیم می‌گیرد در خلاف همیشه که ساکت و حرف گوش کن بود و اعتراض کند، کاری بکند. دوستانش هم در این راه به او کمک می‌کنند. اگر می‌خواهید بدانید آیا «ایمی آن» و دوستانش موفق می‌شوند یا نه؟ به شما پیشنهاد می‌کنم کتاب جذاب و پرماجرای «این کتاب را ممنوع کنید» را بخوانید.

بکونکو

صفحه آرایی
واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان
سفارش می‌پذیرد
۰۵۱۳۷۰۹۳۹۳۰
layout@khorasannews.com

شماره پیامک
زندگی سلام
۲۰۰۰۹۹۹

برک سبز خودرو سانیا سفید مدل ۱۴۰۰ ش انتظامی ایران ۲۴-۱۴۰ ق ۵۵ ش شاسی NAS۴۱۱۰۰MZ۴۴۴۷۷۷ موتور ۱۴۱۸۹۲۱۴۸ M۱۵/۸۹۲۱۴۸ بنام علی رضا فرخی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

برک سبز خودرو پراید ساینا مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰N۶۰۶۳۶۲ موتور ۱۴۲۰۶۰۶۳۰ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۲۱۹

برک سبز خودرو پراید ۱۳۱ مدل ۱۳۹۹ به شماره انتظامی ۹۱ ایران ۴۳۰ ص ۹۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود شده و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

برک سبز خودرو تیبا ۲ اتومات مدل ۱۴۰۰ به شماره انتظامی ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

برک سبز خودرو پراید سفید به شماره انتظامی ایران ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

برک سبز خودرو پراید مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ۹۱ ایران ۴۳۰ ص ۹۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

برک سبز خودرو پراید سفید مدل ۱۴۰۰ ش انتظامی ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

سند کمپانی پژو ۲۰۶ تیپ ۲ اتوماتیک ۱۳۷۳ مدل ۱۳۹۹ شماره انتظامی ۸۷ ب ۲۵ ایران ۲۶ شماره موتور ۱۴۸۸۰۰۶۲۵۹۱ شماره شاسی ۸۴۸۶۶۳۳۸۲۶۲۵ NAAP۰۲۳۴۸۲۸۳۸۲۶۲۵ بنام مسعود صفائی علی آبادی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۲۶۴

برک سبز خودرو تیبا هاچ‌بک ۱۴۰۰ به شماره انتظامی ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

برک سبز خودرو تیبا ۲ اتومات مدل ۱۴۰۰ ش انتظامی ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹

مجوز حمل اسحله ساچمه زنی تک لول، چخماقی کالیبر ۱۲ به شماره بدنه ۰۷۱۵ و ۹۱۱۳۲۰۴ به نام علی رحمانی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۳۰۱

برک سبز خودرو تیبا ۲ اتومات مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام پرورز رضایی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۲۸۵

برک سبز رنگ پراید سفید مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ۲۶-۲۴۳ ب ۵۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام پرورز رضایی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۲۸۵

برک سبز خودرو پراید ۱۳۱ مدل ۱۳۹۹ به شماره انتظامی ۹۱ ایران ۴۳۰ ص ۹۱ و شماره شاسی NAS۴۱۱۰۰M۷۸۴۱۴۴ موتور ۱۴۱۰۶۰۰۱۱۳ M۱۵/۸۴۱۴۴۴ بنام علی رضا فرخی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۵۱۸۹