گالری

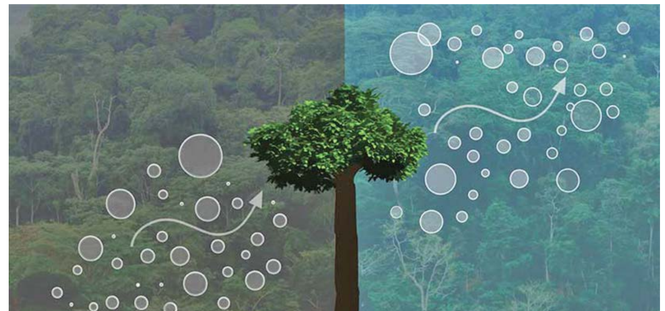
رفقا سلام!
رفقای جوانه سلام علیکم! حالتون چطوره؟
بالاخره فروردین ماه داره تموم می شه و باید از همین تریبون به همه متولدان عزیز اردیبهشتی سلام کنیم و یگیم رفقا تولدتون مبارک. با وارد شدن به دومین ماه سال، مدرسه جدی‌تر می شه و سرتون شلوغ‌تر. امیدواریم روزهای آینده واستون خوب و خوش رقم بخوره و بتونید خودتون رو برای پایان سال تحصیلی آماده کنین.
شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۰۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

قارچ کلاهک شیری

عکس از: theguardian.com

اطلاعات عمومی

اکسیژن سازی به سبک درخت‌ها



این را تقریبا همه می‌دانیم که درخت‌ها علاوه بر این که شهر و محله و جاده‌ها را زیبا می کنند، اکسیژن‌ساز هایِ خفتی هم هستند. می دانیم که درخت‌ها با فرایند فتوسنتز اکسیژن را تولید می کنند اما به نظرتان هر درخت چقدر اکسیژن تولید می کند و آن مقدار برای چند نفر کافی است؟ در اطلاعات عمومیِ این هفته سیر تا پیازِ این موضوع را آورده‌ایم تا هر وقت درختی دیدید بیشتر هوای آن را داشته باشید، چون واقعا زندگی ماروی کره زمین بدون درخت‌ها ترسناک خواهد بود.

● یک درخت چقدر اکسیژن تولید می کند؟

مقدار اکسیژن‌سازی به عوامل زیادی مانند گونه، سن، سلامت و محیط اطراف درخت بستگی دارد و پاسخ متخصصان به این سوال متفاوت است اما معمی که نمی درست وحسابی به آن جواب بدهیم. جوزمین با بقیه سیاره‌ها متفاوت است که بخشی از آب و اکنش‌های بیوشیمیایی زمین برمی گردد. درختان و پلانکتون‌ها نقش مهمی در این واکنش‌ها دارند. بنیان در فصل سبز، اکسیژن می گوید یک درخت بزرگ‌سال و بالغ در سه ماه از سال به قدری اکسیژن تولید می کند که برای مصرف سالانه ۱۰ نفر کافی است. مایک مک آلپینی پژوهشگر نظرش متفاوت است و می گوید یک درخت بالغ سالانه ۴۸ پوند (حدود ۲۲ کیلو) کربن دی‌اکسید را جذب کرده به اندازه‌ای اکسیژن تولید می کند که برای مصرف دو انسان کافی است. طبق یک تحقیق در دانشگاه ایلینویز شهر اوربانا شامپین می شود درخت‌ها در ابعاد بزرگ‌تر کاری می کنند که کارستان. هر هکتار جنگل که حدود ۱۰۰ اصله درخت دارد حدود ۸.۵ تا ۸.۵ تن اکسیژن تولید می کند که این معادل مصرف اکسیژن ۱۰ نفر طی یک سال است. از طرفی این اعداد درباره گونه‌های مختلف گیاهی متفاوت است و امکان دارد اکسیژن‌سازی بعضی درخت‌ها بیشتر از این حرف‌ها باشد.

● رنگ رخساره خبر می دهد از اکسیژن‌سازی!

راه‌های زیادی وجود دارد که با آن می شود اکسیژن‌سازی یک درخت را حدس زد. درختان بزرگ‌تر با درختانی که برگ‌های بیشتری دارند مانند گیاهان همیشه سبز، اکسیژن بیشتری تولید می کنند. در درختان صنوبر، افرا و اش چند نمونه از این درختان هستند و درخت کاج کمترین اکسیژن را تولید می کند. درخت هایی مانند بلوط و آسپن که آن را به درخت توس هم می شناسند و بومی مناطق سرد سیبر است در میانه بیشترین و کمترین سطح تولید اکسیژن قرار دارند. ما هر بار نفس می کشیم دی‌اکسید کربن را از بدن مان خارج می کنیم، درختان آن را جذب و در طول فتوسنتز آن را برای رشد برگ‌ها، شاخه‌ها و موارد دیگر استفاده می کنند. علاوه بر این، زمان هم می تواند به ما بگوید یک درخت چقدر اکسیژن تولید می کند. بیشتر درختان فقط در ماه‌های تابستان و بهار گار تولید می کنند، زیرا در آن زمان است که برگ دارند اما گیاهان همیشه سبز و گیاهانی با ساقه سبز وجود دارند که می توانند در ماه‌های سرد نیز اکسیژن تولید کنند. همچنین درختان بالغ نسبت به درختان کم‌سن‌وسال‌تر اکسیژن بیشتری به طبیعت تحویل می‌دهند.

● درختان چطور اکسیژن تولید می کنند؟

حالا که فهمیدیم درخت‌ها چقدر در تولید اکسیژن به ما و زمین کمک می کنند نوبت این است که بگوییم گیاهان و درختان چطور با فتوسنتز می‌توانند اکسیژن را به اکسیژن تبدیل می کنند. فتوسنتز زمانی شروع می شود که نور توسط کلروفیل و رنگدانه‌های جانبی جذب شود. درختان در این فرایند نور خورشید را گرفته و با کمک آن گاز دی اکسید کربن را کنار مولکول‌های آب قرار می‌دهند که یکی از مواد حاصل آن اکسیژن است. با این که در فتوسنتز اکسیژن تولید می شود اما هدف اصلی این فرایند نیست و تولید اکسیژن یکی از محصولات جانبی فتوسنتز به حساب می‌آید. هدف فتوسنتز که یک کلمه یونانی است و در آن فتوه به معنای نور و سنتز به معنای در کنار هم قرار دادن است، تولید غذا برای گیاهان و درختان است.

توجوان موفق

شکست واقعا مقدمه پیروزی بود

گفت‌وگو با یک دانش‌آموز ۱۴ ساله که ۷ سال است در رشته کاراته کار می کند و در این رشته‌ورزشی مدال‌های زیادی آورده است

اکرم انتصاری | روزنامه نگار

● در سال‌هایی که این ورزش حرفه‌ای را دنبال می کنی چه تجربه‌هایی به دست آوردی؟

در این سال‌ها در مسابقات زیادی شرکت کردم و تجربه‌های زیادی به‌دست آوردم. مثلا این که شکست مقدمه پیروزی است و قرار نیست همیشه در مسابقه‌ها پیروز شوم و مقام بیاورم. می توانم تجربه‌هایی که از باخت‌هایم به‌دست آوردم برای برد بعدی استفاده کنم. قبل از این فکر می کردم این حرف‌ها شعار است اما در ورزش همه این‌ها به من ثابت شد.

● یا داوری کدام مسابقه بیشتر از همه خوشحالت می کند؟

از همه مهم‌تر مسابقات لیگ کاراته‌وان بود که همین چند وقت پیش برگزار شد و سطحش خیلی بالا است. جوری که دو دوره که در کاراته‌وان مقام بیاوریم به تیم ملی دعوت می‌شویم. من هیچ‌وقت فکر نمی کردم بتوانم در این مسابقات مقام بیاورم اما در همین آخرین دوره که برگزار شد مقام آوردم. آن روز واقعا یکی از بهترین روزهای زندگی‌ام بود و بهترین تجربه‌ای که به‌دست آوردم. این برد من را یک قدم به تیم ملی نزدیک کرد. البته همه آرزوهای من به ورزش ختم نمی شود. دوست دارم زندگی همدمندی داشته باشم و درس هم برایم خیلی مهم است.

● چطور بین مدرسه و ورزش حرفه‌ای تعادل برقرار می کنی؟

من همیشه به این فکر می کنم باید در درس و ورزش موفق باشم. مثلا در هفته حتی جمعه‌ها هم تمرین دارم و دو سانس یعنی نزدیک ۴ ساعت کاراته تمرین می کنم. مدرسه هم که از ساعت ۶ صبح تا ۲ بعدازظهر است و الان هم با نزدیک شدن امتحانات شرایط سخت می‌شود ولی وقتی می خواهم موفق شوم باید همه این‌ها را بپذیرم و انجام بدهم. برای آینده هم رشته عکاسی را دوست دارم و هم تربیت بدنی. باید ببینم در آینده چه اتفاقی می افتد و در کدام رشته می توانم موفق‌تر باشم.

● توصیه‌ات برای هم‌سن‌وسالانت چیست؟

به هم سن‌وسال‌هایم توصیه می کنم نه کاراته، بلکه هر رشته ورزشی را که دوست دارند، حتما ادامه بدهند، چون ورزش آدم را هدفمند می کند. اگر آن را ادامه بدهی بدن سالم‌تری داری و می توانی روحیه شادی داشته باشی. من روزهای سخت هم در ورزش داشتم و آسیب‌های جدی دیدم که از خیلی چیزها افتادم. مثلا آخرین مسابقه رباط پایم آسیب دید و نتوانستم چند وقت تمرین کنم. خیلی برایم سخت بود که بنشینم و ببینم بقیه دارند پیشرفت می کنند و من نمی توانم هیچ کاری بکنم.

[...]
من همیشه به این فکر می کنم باید در درس و ورزش موفق باشم. مثلا در هفته حتی جمعه‌ها هم تمرین دارم و دو سانس یعنی نزدیک ۴ ساعت کاراته تمرین می کنم، وقتی مبارزه را می بینم فکر می کنم باید کاری بکنم

● در همه این سال‌ها بزرگ‌ترین حامی توجه کسی بود و چه هدفی داری؟

یکی از حامی من مادرم، پدرم و بعد مربی‌ام است. آن‌ها دوست دارند به چیزی که دوست دارم برسم. هدف من در این ورزش، رسیدن به موفقیت است و از کار کردن در آن لذت می برم. می خواهم به بالاترین درجه این رشته ورزشی برسم و دوست دارم هم‌سن و سال‌هایم زندگی هدفمندی داشته باشند و الکی وقت‌شان را هدر ندهند. مثلا من وقت‌هایی که از تلفن همراهم استفاده می کنم بیشتر وقتم را صرف آنالیز کردن مسابقات کاراته خودم می کنم. وقتی که بیکارم فیلم مبارزه بقیه را می بینم و هر کدام از آن‌ها برای من یک کلاس آموزشی است.

کلاس زبان

اصطلاح

Cook someone's goose
کار کسی را خراب کردن

مثال:
He thinks he'll get away with stealing my idea, but I'm going to cook his goose.

ترجمه: اوفکر می کند با سرقت ایده من اتفاقی برایش نمی افتد، اما من آشی برایش می‌پزم که حظ کند!

To tell a cock and bull story
آسمان ریسمان را به هم بافتن

مثال:
Every time I go to hi house, his father tells me cock and bull stories.

ترجمه: هر بار به خانه او می‌روم، پدرش داستان‌های باورنکردنی تعریف می کند.

کارگاه

عکاسی در بهار با چند نکته امتحانی

بهار از آن فصل‌هایی است که جان می‌دهد برای عکس و فیلم گرفتن در طبیعت. در واقع بهار بدون هیچ هزینه‌ای، لوکیشن‌های عالی و زیبایی را خلق می‌کند و تا وقت هست باید از آن استفاده کنیم. برای گرفتن تصاویر زیبا همیشه نیازی به ابزار حرفه‌ای گران‌قیمت ندارید. می توانید با دوربین تلفن همراه‌تان هزار عکس دیدنی و زیبا ثبت کنید به شرط این که خلاقیت داشته‌باشید، قوانین اولیه عکاسی مانند قانون یک سوم، روشن‌نکردن فلاش، زوم نکردن و... را بدانید و آن‌ها را رعایت کنید. خودتان را آماده کنید تا با ترفندهایی که در کارگاه امروز یاد می‌گیرید عکس‌های بهاری در حیه یک بگیرید.

● نور خورشید را جدی بگیر

در فصل بهار خیلی‌ها دوست دارند در طبیعت و فضای آزاد عکس پرتره بگیرند. با توجه به طولانی‌ترشدن روز و تابش ملایم نور خورشید در این ایام می توانید از زمان‌های طلایی استفاده کنید. اصلا یکی از ترفندهای عکاسی در بهار برای عکس‌های پرتره این است که از نور خورشید بیشتر استفاده کنید. برای مثال حتما توجه کنید که خود را محدود به پرتره‌های ضد نور نکنید. گاهی وقت‌ها یک عکس پرتره در حالی که نور خورشید از یک طرف بر سوژه می‌تابد می‌تواند نتایج حیرت‌انگیزی داشته‌باشد. یکی دیگر از نکات عکاسی در فصل بهار این است که از نواحی یک‌دست و پر کننده استفاده کنید تا بتوانید سایه‌های مزاحمی را که روی عکس شما تاثیر خواهند گذاشت، حذف کنید.

● محیط اطراف را کشف کن

یکی از سوژه‌های هیجان‌انگیزی که برای عکاسی در بهار می‌توانید از آن استفاده کنید مناظر طبیعی هستند. در این فصل، طبیعت با رنگ‌بازی می کند و آسمان هم به رنگ آبی شفاف در می‌آید و این موضوع می‌تواند جذابیت عکس را دوچندان کند. یکی از ترفندهای عکاسی در این مناظر، استفاده از زاویه‌های دید غیرمتعارف است. این کار باعث ثبت عکس از زاویه دید جدید می‌شود. ردیف‌های سنگی، صخره‌ها، پوشش‌های سرسبز گیاهان و گل‌های رنگارنگ سوژه‌هایی هستند که می‌توانند قاب شما را زیبا کنند و خلاقیت‌تان را بروز دهند. یک جا نایستادن و کشف محیط اطراف به شما کمک می کند تا زاویه‌های بهتری برای عکاسی پیدا کنید و عکس‌های متفاوتی بگیرید. اگر دوست دارید از مناظر طبیعی از فاصله دور عکس بگیرید بهتر است به جای زوم کردن به سوژه مدنظرتان نزدیک شوید تا کیفیت عکس پایین نیاید.

● ۴ نکته مهم برای عکاسی در بهار

در این بخش می خواهیم چند نکته امتحانی برای عکاسی در بهار را با هم مرور کنیم تا به کمک آن‌ها عکس‌های بهتر و حرفه‌ای‌تری بگیریم.

۱ عکاسی در اوایل صبح به عکاس کمک می کند تا شانس زیادی برای ثبت شبنم، مه و غبار صبحگاهی داشته باشد. حضور این سوژه‌ها در عکس جذابیت آن را دوچندان می کند.

۲ در فهرست ترفندهای عکاسی در بهار، یکی از نکات مهم انتخاب بهترین زمان عکس‌برداری است. در هنگام عکاسی از گل‌ها در فصل بهار بهتر است صبح به سراغ ثبت تصویر گل‌ها بروید. یادتان نرود برای عکاسی از شکوفه‌ها بهتر است زاویه دید از پایین داشته باشید.

۳ اگر سوژه خودتان هستید بهتر است در طبیعت لباس‌های بیشتری به عکس بدهید. داشتن اکسسوری هم می‌تواند به زیباتر شدن عکس کمک کند.

۴ در بهار عکاسی را هم‌سطح با سوژه انجام دهید. یعنی هنگام عکاسی با تلفن همراه در طبیعت، گاهی اوقات به جای ایستادن، بنشینید و خودتان را با سوژه هم سطح کنید. عکس‌هایی که از زاویای بالا به پایین گرفته می‌شوند جذابیت زیادی برای مخاطب ندارند و به‌طور معمول سوژه مدنظر در آن‌ها پایین‌تر از خط افق یا خط توازن عکس قرار می گیرد که این موضوع تمرکز عکس را به هم می‌زند.

بدانیم

چطور با خودشیفته‌ها رفتار کنیم؟

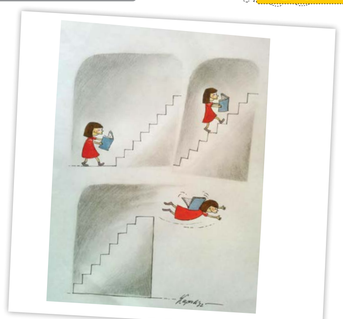
آیا شما هم در میان خانواده و دوستان‌تان آدم‌هایی خودشیفته‌ای دارید که روی اعصاب‌تان راه می‌روند و در عین حال نمی‌شود آن‌ها را کنار بگذارید. عوامل و شرایط مختلفی باعث شکل‌گیری انواع مختلف شخصیت‌های خودشیفته می‌شود و برای مقابله با این افراد، راهکارهای زیادی وجود دارد. اما آن راهکارها چیست؟

فرد خودشیفته را شناسایی کن! باید بدانید بسیاری از آدم‌ها مقداری خودشیفتگی دارند، اما لزوما شخصیتی خودشیفته ندارند. فرد خودشیفته از حد همدلی بی‌بهره است. مهم‌ترین عاملی که نشان می‌دهد قضیه فراتر از توجه بیش‌ازحد به خود است، این است که فرد نمی‌تواند از زاویه دید دیگران به اتفاقات نگاه و احساسات آن‌ها را درک کند.

هم‌ذات‌پنداری کن! اگر این را بدانید که با وجود اعتمادبه‌نفسی که خودشیفته‌ها در ظاهر به نمایش می‌گذارند، در اعماق وجودشان خبری از اعتماد به نفس نیست. خودشیفته در کی از عشق بی‌قیدوشرط ندارد. آن‌ها کاری را برای منفعت خودشان می کنند و هم‌ذات‌پنداری ساده‌تر می‌شود اگر همیشه به خودتان یادآوری کنید این رفتار ناشی از اضطراب درونی فرد از خودش و احساس همیشگی کامل نبودن است.

لبخند بزن! اگر نمی‌توانید از فرد خودشیفته دوری کنید و در عین حال نمی‌توانید به اندازه لازم از آن ما تعریف و تمجید کنید، بهترین گزینه سکوت است. البته سکوت موجب نمی‌شود زن‌تان در چشم فرد خودشیفته بیشتر شود، اما فرد خودشیفته بیشتر شود، اما دست کم حسی از تایید را منتقل می کند. با لبخندزدن و تکان دادن سر، انگ‌کمی توجه به آن‌ها نشان می‌دهید، بدون این که خودتان را بیشتر در گیر کنید.

بدون شرح



اثری از: seyranCaferli

پیشنهاد

ساندویچ قطار

سروده: حسین تولایی
تصویرگر: مرجان بابامرندی
انتشارات: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

عفت زینلی | روزنامه نگار

کتاب ساندویچ قطار شامل ۱۵ شعر سپید از آقای حسین تولایی با موضوع آزاد است. با این که این شعرها وزن مشخصی ندارند و نیازی به داشتن قافیه ندارند اما سرشار از احساس و نگاه‌های شاعرانه‌اند.

شاعر با دقت و متفکرانه به پدیده‌های اطراف نگاه می کند. به عنوان مثال قطار را ساندویچی می بیند که وارد دهان تونل می‌شود، تونلی که دندان‌های سنگی دارد. میکروفون‌ها را کچل‌هایی می بیند که برای بهتر شنیدن سخنان سخنران همدیگر را اهل می‌دهند. در بار را ملحفه‌ای آبی می بیند که پر از ماهی‌های قشنگ است و ساحل کوچولو نزدیک صبح آن را روی خودش می کشد.

با هم شعر «میکروفون‌ها» از این مجموعه را می خوانیم؟

سخنران شروع کرده به حرف زدن
میکروفون‌های کچل
همدیگر را اهل می‌دادند تا جلوتر بایستند
هر مس کله گنده‌تر بود
به دیگران تنه می‌زد
وقتی سخنرانی تمام شد
فقط یک نفر آن را خوب خوب شنیده بود؛
میکروفون کوچکی
که بی‌اشکی
از یقه کت سخنران بالا رفته بود!

بیکونکو

ایموجی اشتباه در گروه مدرسه

دانیال دایی داوودایتا | طنزپرداز

جواله، چرا تی‌شرت سفید رو می‌ندازیم ماشین لباسشویی صورتی تحویل می‌گیریم؛ اما صورتی می‌دیم سفید تحویل نمی‌گیریم؟
عزیزم شما ماشین لباسشویی رو با خم رنگرزی اشتباه گرفتی. مگه در بازار نمی‌شرت صحبت می کنیم که رنگ بندی داشته باشه؟ همون قدر که سایز و تغییر نمی‌ده ممنون باش.

جواله، قبول داری حق بارسا تبدیل مقابل باری‌ز‌یِن نیست؟
نه والا، حقش نبود. بارسا کلی موقعیت داشت یکی زد، اونا ۲ تا موقعیت داشتن ۲ تا زدن.

چرا این روزها همیچ کس زیر بار این که مریض شده نمی ره و همه میگن حساسیت فصلیه؟
چون حساسیت فصلیه.

چرا درس خوندن این روزها این قدر سخت شده؟
شماباگو کی آسون بوده؟ عیب نداره، کم کم به لخلاخی که میان ترم‌ها و رخ‌اب کنیم و گیم‌تو پایان ترم جبران می کنیم نزدیک می‌شیم. واقعا هم‌جبران می کنیم.

جواله فصل ششم نوح ساخته می‌شه؟
حالا بذار همین فصل پنجم تموم بشه و ببینیم بیننده داره.

گوشیم دست داداش کوچیکم بود، اونم تو گروه کلاس یکی ایموجی نامناسب گذاشت و همون چا چند نفر دیدن. چی کار کنم؟
متاسفانه این جور وقت‌ها سخت اینترنت خوب می‌شه. یک راحل خوب در بار و خود دارد. فقط عذر خواهم الان فهمیدم شما این پیام رو قبل از عید دادی و الان به مار سیده، طبیعتا دیگه راحل بالا مده در دنمی خوره.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
زندگی سلام
صفحه آرایی
واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان
سفارش می پذیرد ۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

سند کمپانی موتور سیکلت دلتا مدل ۱۴۰۰ رنگ سفید به شماره انتظامی ۲۷۸-۰۵۴۴۷ شماره شاسی ۱۴۰۰۲۷۸۰۰۰