گالری

رفقا سلام!
«جوانه» با توضیح بده چطور کتابی رو که من پیدا نمی‌کنم ماماتم در عرض سه سوت از همون جایی که من گشتم، پیدا می‌کنه؟ دوست عزیز جوانه این اولین باری هست که حرفی تدارم بزنم، چون این موضوع ۹۹۹ بار برای خود من اتفاق افتاده و همیشه فکر می‌کنم ماماتن ها یه قدرت جادویی دارن که ما ازش خبر دار نیستیم!
شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۰۳۹۴۰۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

همای نوجوان

عکس از: محمد سلامی

اطلاعات عمومی

چرا یک قدم مانده به موفقیت، شکست می‌خوریم؟!

شاید برای شما هم پیش آمده باشد، وقتی فکر می‌کنید یک قدم تا موفقیت فاصله دارید همه چیز به هم می‌ریزد و شکست می‌خورید. این سوال پژوهشگران هم بوده است، به همین دلیل سعی کردند با مطالعه و پژوهش‌هایی که انجام می‌دهند جوابش را پیدا کنند. در نهایت آن‌ها فهمیدند که انتظار پاداش بزرگ ممکن است با سیگنال‌های مغزی که ما را برای انجام کار بزرگ آماده می‌کند، تداخل پیدا کند و در نهایت آن چیزی که انتظار داریم، اتفاق نمی‌افتد. اما چرا و چگونه؟!

● **جایزه بزرگ عملکرد را ضعیف می‌کند**

«حقیقتن تحت فشار» وضعیتی است که در مواقع بسیار حساس و مهم زندگی ایجاد می‌شود، مانند ورزشکاری که در مسابقات قهرمانی شرکت کرده یا بازیگری که قرار است مقابل کارگردانی مشهور نقش بازی کند. اکنون مطالعه‌ای نشان می‌دهد که انتظار پاداش بزرگ ممکن است همه چیز را به هم بزند. محققان در مطالعه‌ای که در مجله «نورون» منتشر شد، سه میمون را بر سر یک کردند که برای رسیدن به جایزه، یعنی نوشیدن آب، وظایف خاصی را انجام می‌دادند. زمانی که جایزه حجم متوسط تا زیاد آب بود، آن‌ها بهترین عملکرد را داشتند، اما وقتی پای جایزه بسیار بزرگ در میان بود، عملکرد ضعیفی داشتند و در وضعیت «خفقان تحت فشار» قرار می‌گرفتند.

● **تمرکز زیادی هم در دسرساز است**

دانشمندان در طول این آزمایش، از طریق اختلال در آمادگی حرکتی برمی‌گردد. بخش‌هایی از مغز «منطقه ای پهنه» دارند که مشخص می‌کند یک فعالیت با موفقیت مداوم همراه است یا نه. انداز ه یک پاداش تعیین می‌کند که آیا مغز به این منطقه پهنه می‌رسد یا نه. استیون چیس، یکی از نویسندگان ارشد و استاد مهندسی پزشکی در دانشگاه کارنگی ملون، به لایوساینس گفت: «انتظار پاداش مغز را به منطقه پهنه سوق می‌دهد، اما وقتی پاداش بیش از حد بزرگ می‌شود از قابلیت مغز خارج می‌شود.» این نتایج را می‌توان به انسان‌ها بسط داد، زیرا پردازش پاداش در بسیاری از جنبه‌های زندگی انسان و همچنین در شرایط روانی نقش اساسی دارد. چیس تاکید می‌کند که اعتیاد و وسواس از عمده موارد مربوط به سیستم پاداش در مغز ند. اکنون محققان امیدوارند که بتوانند با ایجاد منطقه پهنه در مغز به افراد کمک کنند تا بهترین عملکرد را داشته باشند.

منبع: livescience

کلاس زبان

عبارت‌های کاربردی

Put up with
تحمل کردن

مثال:
I can't put up with my neighbour' snoise any longer
ترجمه: دیگر نمی‌توانم سر و صدای همسایه‌ام را تحمل کنم.

Put up to
تشویق به انجام کاری کردن

مثال:
His friends put him up to swimming in the river
ترجمه: دوستانش تشویق کردند که در رودخانه شنا کند.

مسیر

فرصت تماشای آسمان با علم نجوم

منجم آماتور کیست و در این شاخه از نجوم چطور می‌شود از آسمان شب سر درآورد و از آن لذت برد؟

اکرم انتصاری | روزنامه نگار

«نجوم تنها شاخه‌ای از علم است که برای افرادی که رشته تخصصی‌شان نیست اما آن را دنبال می‌کنند، انجمن آماتوری دارد و آن انجمن در ایران و جهان به رسمیت شناخته می‌شود. افرادی در این شاخه داریم که از راه دیگری کسب درآمد می‌کنند اما به دلیل علاقه به نجوم وقت و هزینه زیادی صرف این قضیه می‌کنند. در همین مشهد «حسین نصری» تنها عکاس نجومی است که ۴ بار شفق قطبی را در ایران ثبت کرده اما شغل اصلی‌اش مربوط به صنعت ساختمان است، این‌ها را فاضل اطمینان کارشناس رصدی و منجم آماتور می‌گوید. او از کودکی تا حالا که ۲۵ ساله است به نجوم علاقه داشته و ۵ سال است که آن را جدی دنبال می‌کند. با او دربار ه نجوم آماتوری که خیلی‌هایتان به آن علاقه دارید، گفت‌وگو کردیم.

● **منجم آماتور کیست و اصلا نجوم چه تاثیری روی زندگی‌ما دارد؟**

منجم آماتور به کسی گفته می‌شود که تخصص اصلی‌اش نجوم نیست ولی یکی از علاقه‌مندی‌ها و حاشیه‌های جدی زندگی‌اش که شاید به متن هم سرایت کرده باشد، نجوم است. در سال‌های گذشته دولت‌ها هزینه‌های سنگینی روی کار بر د نجوم و کیهان‌شناسی دارند انجام می‌دهند؛ آمریکا در ناسا، روسیه و چین در سازمان‌های فضایی خودشان. همچنین صدها نهادهای جدیدی دارد احداث می‌شود برای تلسکوپ چیمزوب حدود ۱۰ میلیارد دلار توسط دولت‌ها هزینه شد. این‌ها نشانه اهمیت موضوع جست‌وجوی حیات در سیارات فراخور شیدی است. البته یک بخش آن، مطالعه و کشف اجزای دیگر کیهان مانند ستاره‌ها است و بخش دیگری که جزو وظایف جیمزوب طراحی شده، دیدن عقبه هستی است، یعنی این تلسکوپ در جایی قرار گرفته است که می‌تواند حدود ۱۳ میلیارد سال گذشته را ببیند. عملا یک بخش نجوم دسترسی به گذشته خودمان است.

● **از تفاوت نجوم آماتوری و دانشگاهی بگویید. چطور بفهمیم کدام به درمان می‌خورد؟**

برای تحصیل در رشته نجوم معمولا باید کارشناسی را در یکی از رشته‌های علوم پایه مثل فیزیک خواند و برای کارشناسی ارشد گرایش نجوم و اختر فیزیک را انتخاب کرد. برای ر ده سنی نوجوان پیشنهاد من این است که در جمع‌های نجوم آماتوری شهر تان قرار بگیرید و شدت علاقه تان را بسنجید. خیلی منتظر این نباشید که بخواهید کلاس خاصی شرکت کنید یا محیطی فراهم شود. از هر فرصتی برای محک زدن علاقه‌تان استفاده کنید.

نشانه‌های علاقه به نجوم عبان است؛ لذت بردن از تماشای ماه، داستان موقعیت سیارهها و ستاره‌ها و خیره شدن به آسمان شب، دور شدن از شهر و رفتن به جایی که آسمان کم‌غبار تر است و پر داخت هزینه زمانی. من در مباحث تئوری و عملی تقریبا متوازن پیش رفتم. توصیه‌ام این است که اگر کسی می‌خواهد یادگیری علم نجوم را شروع کند همزمان کار با تلسکوپ را یاد بگیرد، در کارگاه‌های رصدی شرکت کند و حتما این جذابیت را از دست ندهد. همین رصد هلال ماه نو، چون یک برنامه چالشی است تمرینی برای تبدیل شدن به یک رصدگر خبره به حساب می‌آید.

● **چطور می‌توانیم در نجوم آماتوری، توانمند شویم؟**

اولین شرط، علاقه‌مندی به کیهان است. علاقه‌ای که برای مطالعه در زمینه نجوم، کشش ایجاد کند. می‌توانید صورت فلکی سیارهها و موقعیت‌شان را در آسمان یاد بگیرید و اگر یک جا با خانواده یا دوستان نشستید، می‌توانید آسمان را برایشان توضیح دهید. این اتفاق خیلی جذاب است و به یک نوجوان خیلی اعتماد به‌نفس می‌دهد. حتی پس از خبر تر شدن می‌توانید تورهای رصدی بر گزار کنید! اگر در ابتدای مسیر، کار با ابزار را بلد نیستید می‌توانید در یوتیوب، ویدئوهای مربوط به آن را ببینید و دوستانی از جنس خودتان پیدا کنید. حتی اگر تلسکوپ ندارید به مراکزی مانند انگلریوم در مشهد بروید که تلسکوپ دارند، با اعضای انجمن ارتباط برقرار کنید، رصد بروید و این فرصت را از خودتان دریغ نکنید.

● **در طول این سال‌ها، جذاب‌ترین تصویری که در آسمان شب دیدید، چه بوده است؟**

جذاب‌ترین آسمانی که تجربه کرده‌ام، کوپر سه قلعه است که در یک سری آمار ها، پنجمین آسمان تاریک دنیا محسوب می‌شود و یکی از چهار گزینه احداث رصدخانه ملی در ایران بوده است.

البته اولین تجربه من در صد آسمان را داکان بود که باعث شد نجوم را حرفه‌ای‌تر دنبال کنم. تنها رفته بودم ا‌داکان و دیدم یکی، دو نفر ا‌ز بچه‌های دانشگاه فردوسی با تلسکوپ مشغول رصد هستند. من هم با آن‌ها مشغول رصد شدم و از همان موقع نجوم برای من جدی‌تر شد.

● **چه اتفاقات جذاب نجومی در راه است که می‌توانیم آن را تماشا کنیم؟**

امشب آخرین ایرماه با BlueMoon امسال را در آسمان داریم و فرصت خوبی برای تماشای طلوع ماه است. در این حالت ماه در مدار بیضی‌شکل خودش به دور زمین، در نزدیک‌ترین حالت به زمین قرار می‌گیرد. البته قرار نیست ماه آبی شود، این فقط یک اصطلاح است و تنها قرار شده کنید؛ «در مسیر رو، پرواز می‌کند پرستو، گویی جریان دارد». در کار یک‌نجوم با معنای دوگانه و گاهی دور از ذهن اما با مزه یک جمله و تعبیر ا استفاده می‌کنیم تا چیزی شبیه یک لحظه از زندگی، یا گاهی نگاه‌مان به زندگی را توصیف کنیم؛ هر چند کار یک‌نجوم می‌تواند شاعرانه، عاشقانه، صرفا سرگرم کننده، سیاسی و حتی اجتماعی باشد. هایکوهای ژاپنی هم تا حدی همان کار کرد را در فرم دیگری دارند، یعنی ثبت یک لحظه از زندگی، یا توصیفی از زندگی یا روایتی از نگاه‌مان به زندگی، هر دو کوتاه هستند و شاعرانه. اما هایکو گستره کار بردی کار یک‌نجوم را ندارد.

● **چطور کار یک‌نجوم را بنویسیم؟**

بهترین راه نوشتن کار یک‌نجوم این است که اهل خواندنش باشید اما قبل از آن باید چند نکته را مد نظر قرار دهید:

۱ زاویه دید متفاوت: باید تمرین کنید دنیا را از زاویه دیدی که خاص خودتان است، ببینید تا حرف تازه‌ای داشته باشید، در دنیای کار یک‌نجوم حرف تازه و خاص، خریدار بیشتری دارد تا فرم خوب نوشتن.

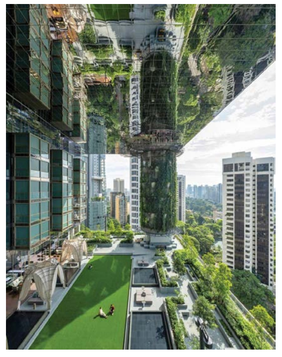
۲ خلاقیت: خلاقیت چیزی نیست که با کار یک‌نجوم به دست بیاید؛ می‌شود خلاقیت را با کار یک‌نجوم توسعه داد اما نمی‌شود چرقه اولیه‌اش را با این فرم ادبی ایجاد کرد، بلکه مقدمه کار یک‌نجوم‌نویسی داشتن خلاقیت است. فیلم خوب دیدن، پیاده‌روی از مسیرهای مختلف، استفاده مدیریت شده از شبکه‌های اجتماعی و حفظ تمرکز، خوب دیدن جامعه، طبیعت و اتفاقات روزمره... می‌توانند خلاقیت ما را تقویت کنند.

۳ طنازی: می‌شود چند جمله قدیمی کار یک‌نجوم را بگذارید جلوی تان و تغییر دهید اما نمی‌شود اسم این کار را تولید انژی‌ها بدانید. طنازی هم مثل خلاقیت تقویت می‌شود اما باید در ذات آدم‌ها باشد. نباید جمله‌ها را به‌زور خنده‌دار کنید.

۴ دغدغه داشتن فرمول کار یک‌نجوم‌نویسی مثل داستان نیست برایش تعریف کرد و آن را آموزش داد. همه چیز از ذوق و دغدغه شما برای آفرینش هنری و البته بیان موضوعی که می‌تواند برای مخاطب مهم یا کاربردی باشد، می‌آید. به این جمله تیزبینانه دقت کنید: «غم، کلکسیون خنده‌ام را به سرقت برد». تیزبینی، طنازی و وجود زاویه دید مناسب در آن وجود دارد اما یک دغدغه مهم هم کار را تکمیل می‌کند، یعنی این که مخاطب بداند غم مثل دزدی است که اگر موجودی مارا برند، تمامش را خالی می‌کند.

دور دنیا

پن سیفیک جنگل عمودی در دل شهر



هتل «پن سیفیک» در سنگاپور با آبشار و جنگل اختصاصی بی‌نظیر خود چشم‌انداز زیبایی که به شهر داده به عنوان «بهترین آسمان خراش جهان» شناخته شده است. این بنا ۲۳ طبقه‌ای با ارتفاع ۱۴۰ متر در سال ۲۰۲۳ افتتاح شد و تا کنون سه جایزه «بهترین ساختمان‌های بلند ۱۰۰ تا ۱۹۹ متر» را دریافت کرده و یک نمونه عالی از «شهرسازی عمودی» است.

شهرسازی عمودی به توسعه عمودی فضاهای شهری مانند آسمان‌خراش‌ها و سازه‌های سطحی گفته می‌شود که استفاده از زمین را به حداکثر می‌رساند.

با خلق هتل پن سیفیک در سنگاپور با استفاده از گل و گیاه در طراحی نمای خود، بهره‌گیری از آب باران برای آبیاری، به کارگیری سیستم بازیافت ضایعات غذایی و همچنین استفاده از پنل‌های خورشیدی، مصرف انرژی را هم به حداقل رسانده است. در طراحی این هتل ۳۴۳ اتاق، چهار محیط جنگلی، ساحلی، باغی و ابری در یک ساختمان شگفت‌انگیز در نظر گرفته شده است. همچنین یک تالاب مصنوعی با صد گونه گیاه استوایی و تراس سرسبز برای اقامت مهمانان طراحی شده است.

در تراس جنگلی، مهمان‌ها وارد یک لابی با سقف بلند و پر از درختان سر به فلک کشیده می‌شوند. آن‌ها می‌توانند در استخرهای زمرد ی شنا کنند و در ساحل پر پیچ و خم شنی پر ا نخل، یعنی تراس ساحلی استراحت کنند. تراس باغی یک باغ آراسته با ایوان، چمن، فوار ه و باغ است و در نهایت تراس ابری با سالن بدون ستون، فضایی برای بر گزاری رویدادها و مهمانی‌های بزرگ است. این معماری تحولی در طراحی ساختمان‌های بسیار بلند پیش از این بوده است؛ طبیعت و امکانات رفاهی را در سطوح مختلف به گونه‌ای تلفیق کرده تا محیطی بسیار پایدار و قابل زیست به وجود آورد. این نوع آسمان خراش‌های جنگلی می‌توانند به عنوان ریه‌های طبیعت در محیط‌های شهری شلوغ عمل کنند. به گفته «هونگ وی فا» معمار این آسمان خراش زیبا، «این هتل را نباید به چشم یک ساختمان بسیار بزرگ ببینید. این هتل در واقع یک محله کوچک است.»

> **[...]**
> **من در مباحث تئوری و عملی تقریبا متوازن پیش رفتم. توصیه‌ام این است که اگر کسی می‌خواهد نجوم را شروع کند، همزمان کار با تلسکوپ را یاد بگیرد، در کارگاه‌های رصدی شرکت کند و حتما این جذابیت را از دست ندهد**

> **[...]**
> **این هتل با ۳۴۳ اتاق، چهار محیط جنگلی، ساحلی، باغی و ابری در نظر گرفته شده است.**

کارگاه

کاریکاتوری شاعرانه از کلمات

در شرایط توفانی باد هم کلاهبرداری می کند

کاریکلماتور قالبی برای بیان دوپهلو و شیرین جملات است که طرفداران زیادی دارد

کار کاریکاتور: سیدمصطفی صابری

سیدمصطفی صابری | روزنامه نگار

«حتی نانوا هم جوش شیرین می‌زند؛ بیچاره فرهاد». این جمله عاشقانه و بامزه یک کاریکلماتور است. ده چهل شمسی بود که جملات بامزه، تامل برانگیز و متفاوت پرویز شاپور، نویسنده، روزنامه‌نگار و شاعر کشورمان توجهات زیادی را جلب کرد و در نهایت هم این احمد شاملوبود که برای این قالب جدید و متفاوت عنوان «کاریکلماتور» را انتخاب کرد که ترکیبی بود از «کاریکاتور» و «کلمات». کاریکلماتورها نوعی شاعرانگی توام با طنازی دارند و سعی می‌کنند توجه مخاطب را به معنای دور کلمات و جمله‌ها ببرند. پرویز شاپور مبتکر و اثرگذارترین فرد در این فرم از نوشتن بود که بعدها امثال سهراب گل‌ها شمی، مهدی فرج‌اللهی (صاحب جمله ابتدای متن) و... آن را تکمیل کردند. در ادامه با این دنیای زیبا بیشتر آشنا می‌شویم.

● **برداشتی زیبا از زندگی**

به این جمله از پرویز شاپور دقت کنید: «اگر بخواهم پرنده را محبوس کنم، قفسی به بزرگی آسمان می‌سازم». حالا به این هایکوی ژاپنی تماشای طلوع ماه است. در این حالت ماه در مدار بیضی‌شکل خودش به دور زمین، در نزدیک‌ترین حالت به زمین قرار می‌گیرد. البته قرار نیست ماه آبی شود، این فقط یک اصطلاح است و تنها قرار شده کنید: «در مسیر رو، پرواز می‌کند پرستو، گویی جریان دارد». در کار یک‌نجوم با معنای دوگانه و گاهی دور از ذهن اما با مزه یک جمله و تعبیر ا استفاده می‌کنیم تا چیزی شبیه یک لحظه از زندگی، یا گاهی نگاه‌مان به زندگی را توصیف کنیم؛ هر چند کار یک‌نجوم می‌تواند شاعرانه، عاشقانه، صرفا سرگرم کننده، سیاسی و حتی اجتماعی باشد. هایکوهای ژاپنی هم تا حدی همان کار کرد را در فرم دیگری دارند، یعنی ثبت یک لحظه از زندگی، یا توصیفی از زندگی یا روایتی از نگاه‌مان به زندگی، هر دو کوتاه هستند و شاعرانه. اما هایکو گستره کار بردی کار یک‌نجوم را ندارد.

● **چطور کار یک‌نجوم بنویسیم؟**

بهترین راه نوشتن کار یک‌نجوم این است که اهل خواندنش باشید اما قبل از آن باید چند نکته را مد نظر قرار دهید:

۱ زاویه دید متفاوت: باید تمرین کنید دنیا را از زاویه دیدی که خاص خودتان است، ببینید تا حرف تازه‌ای داشته باشید، در دنیای کار یک‌نجوم حرف تازه و خاص، خریدار بیشتری دارد تا فرم خوب نوشتن.

۲ خلاقیت: خلاقیت چیزی نیست که با کار یک‌نجوم به دست بیاید؛ می‌شود خلاقیت را با کار یک‌نجوم توسعه داد اما نمی‌شود چرقه اولیه‌اش را با این فرم ادبی ایجاد کرد، بلکه مقدمه کار یک‌نجوم‌نویسی داشتن خلاقیت است. فیلم خوب دیدن، پیاده‌روی از مسیرهای مختلف، استفاده مدیریت شده از شبکه‌های اجتماعی و حفظ تمرکز، خوب دیدن جامعه، طبیعت و اتفاقات روزمره... می‌توانند خلاقیت ما را تقویت کنند.

۳ طنازی: می‌شود چند جمله قدیمی کار یک‌نجوم را بگذارید جلوی تان و تغییر دهید اما نمی‌شود اسم این کار را تولید انژی‌ها بدانید. طنازی هم مثل خلاقیت تقویت می‌شود اما باید در ذات آدم‌ها باشد. نباید جمله‌ها را به‌زور خنده‌دار کنید.

۴ دغدغه داشتن فرمول کار یک‌نجوم‌نویسی مثل داستان نیست برایش تعریف کرد و آن را آموزش داد. همه چیز از ذوق و دغدغه شما برای آفرینش هنری و البته بیان موضوعی که می‌تواند برای مخاطب مهم یا کاربردی باشد، می‌آید. به این جمله تیزبینانه دقت کنید: «غم، کلکسیون خنده‌ام را به سرقت برد». تیزبینی، طنازی و وجود زاویه دید مناسب در آن وجود دارد اما یک دغدغه مهم هم کار را تکمیل می‌کند، یعنی این که مخاطب بداند غم مثل دزدی است که اگر موجودی مارا برند، تمامش را خالی می‌کند.

کمیک استریپ

● **زنگ تفریح برای بعضی بچه‌ها معنی خوردن خوراکی‌های خوشمزه می‌ده!**

● **برای بعضی‌ها هم معنی بازی‌های نوجوانانه داره!**

● **عده‌ای هم معتقدن زنگ تفریح فرصت مناسبیه برای خوندن و نوشتن درس‌ها!**

● **البته بعضی‌ها هم فکر می‌کنن زنگ تفریح وقت استراحته!**

بدون شرح

اثری از: Ricardo Ferreira

پیشنهاد

راز اژدهایی که به خانه ما آمد

نویسنده: الیس مک لرن
مترجم: سید حبیبا... لزگی
انتشارات: موسسه نشر و تحقیقات ذکر (کتاب‌های قاصدک)

عفت زینلی | روزنامه نگار

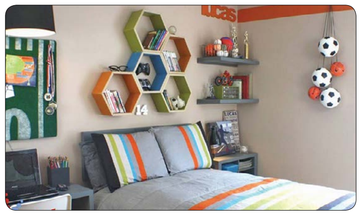
مالین داستان را از زبان جیسون می‌شنویم که یک برادر بزرگ‌تر و یک خواهر کوچک‌تر دارد. یک روز که آن‌ها مشغول بازی در اطراف خانه بودند، خواهر کوچولوی جیسون تخم بزرگی را پیدا می‌کند که حدس می‌زند، تخم اژدهاست. چند روز بعد، اژدها متولد می‌شود. پدر و مادر بچه‌ها تصمیم می‌گیرند از اژدها رانگه دارند و این را ر ا به کسی نگویند. یک بار که اژدها بی‌حال و کم اشتهاست، همه نگران می‌شوند و نمی‌دانند باید چه کار کنند تا این که به پیشنهاد جیسون کلی کتاب امانت می‌گیرند تا علت بی‌حالی و کم اشتهایی اژدها را کشف کنند. اژدها کم کم بزرگ می‌شود و پنهان کردنش در خانه کار سختی است. یک مشکل دیگر هم وجود دارد، اژدها دوست دار د آزادانه پرواز کند اما فضای خانه برای این کار مناسب نیست. خانواده جیسون سعی می‌کنند نقشه‌ای بکشند تا به اژدها کمک کنند تا در آسمان پرواز کند.

تخم اژدها از کجا آمده بود؟ دلیل بی‌حالی و کم اشتهایی اژدها چه بود؟ آیا اژدها می‌توانند آزادانه پرواز کند؟ آیا اژدها می‌تواند کاری کند که مشکل اقتصادی خانواده جیسون برطرف شود؟

با خواندن کتاب «راز اژدهایی که به خانه ما آمد» جواب تمام این سوالات را پیدا خواهید کرد.

بشنو ببین

اتاقت را این جوری تغییر بده!



از اتاق‌تان خسته شدید و دوست دارید دکور آن را عوض کنید؟ می‌دانید که گاهی وقت‌ها می‌شود با یک تغییر مختصر، طرح اتاق‌تان را عوض کنید و از آن لذت ببرید؟

برای این تغییر قبل از همه باید در نظر بگیرید اتاق‌تان شخصی است یا آن را با خواهر یا برادر خود شریک هستید. اگر این طور باشد باید این تغییر را با مشورت هم اجرایی کنید. برای تغییر دکور اتاق‌تان، یک کاغذ بردارید و از علاقه‌مندی‌هایتان بنویسید. اگر عاشق کتاب هستید مدل‌هایی را که مربوط به کتاب است پیدا کنید. اگر دوررزنگار هستید یا عشق فوتبال هستید، اسم چیزهایی را بنویسید که به این حوزه مربوط هستند. با استفاده از چند قفسه و طبقه چوبی و نصب آن به دیوار می‌توانید از فضای اتاق‌تان استفاده مناسب‌تری کنید و ظاهر اتاق‌تان را تغییر دهید. حالا سعی کنید از المان‌های مورد علاقه‌تان در اتاق استفاده کنید. نصب یک تخته وایت بر د جمع و جور روی دیوار هم می‌تواند به رشد خلاقیت‌تان کمک کند. گاهی با اعضای خانواده در اتاق‌تان جمع شوید و با استفاده از همان تخته بازی‌های ساده انجام دهید. سعی کنید فرایند تغییر اتاق‌تان را با مشارکت خانواده جلو ببرید تا هم مزه کار دسته‌جمعی را بچشید، هم تجربه به دست بیاورید و هم خاطرات با مزه با خانواده بسازید.

شماره پیامک زندگی سلام ۲۰۰۰۹۹۹

اصل بر سند ۱۴۰۲ TARATU(R) مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۷۹۱ آب ۵۲ خودرو فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو سواری پراید صبا TDX مدل ۱۳۸۵ سفید شیری نام انتظامی ۱۲ - ۵۱۲ ایران ۵۲ ش موتور ۱۴۵۹۸۲۹ ش شاسی ۱۴۱۲۴۵۸۴۸۵۸۵۶ پلاک ایران ۱۲ - ۵۱۲ ایران ۵۲ مفقود و فاقد اعتبار است

سند کمپانی (آبی‌رنگ) موتورسیکلت آپاچی RTR160 مدل ۱۳۹۵ انتظامی ایران ۸۵۸ - ۷۲۶۴۱ شماره موتور ۱۳۹۵KEM۰۱۸۳۸۸۴۲۹۳ شماره شاسی ۱EMKJ۰۱۸۳۸۸۴۲۹۳ به نام علی کیانوخی ۰۵۳۶۵۷۲۶۲ ۸۸۹۱۳۴۰ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ GLX به شماره انتظامی ۴۵ ایران ۶۲۶۱ ج ۳۷ شماره شاسی ۰۷۳۹۸ ۷۷۳۰۱ شماره موتور ۱۰۷ ۱۴۲۵۷۲۷۷ به نام علی کیانوخی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ GLX به شماره انتظامی ۱۲ - ۵۱۲ ایران ۵۲ ش موتور ۱۴۵۹۸۲۹ ش شاسی ۰۷۳۹۸ ۷۷۳۰۱ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ مدل ۱۳۸۳ به شماره انتظامی ۴۶ - ۶۳۴ ایران ۳۷ ش موتور ۱۰۱۰۴۹۴ ش شاسی ۰۲۸۱۷۴۷۳۱۱۰۷ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و کارت هایچ یک ۱۵۵ DIESEL مدل ۲۰۲۴ به شماره انتظامی ایران ۷۴ - ۲۴۲ ص ۶۸ ش موتور ۲۴۲۷۲۵۲ ش شاسی ۱۶۲۴۲۶۲ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و کارت موتورسیکلت هوندا CG۱۲۵ مدل ۱۳۹۸ پلاک ۷۵۵ - ۱۴۷۹۶ به رنگ قرمز ۰۵۳۶۵۷۲۶۲ ۸۸۹۱۳۴۰ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی پراید صبا TDCI مدل ۱۳۹۴ پلاک ایران ۱۲ - ۷۱۱ ایران ۵۲ به شماره موتور ۱۰۷ MT۱۶۴۲۷۳۱۱۰ ش شاسی ۰۲۳۱۴۶۸۲۳۹ ۳۱۴۱۸۶۲۰۲۳۵ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت هوندا CG۱۲۵ مدل ۱۳۹۸ پلاک ایران ۳۶ - ۷۴۵ ایران ۴۶ به شماره موتور ۱۳۹۸KH۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ش شاسی ۱۳۹۸۱۱۳۳۲۹۱ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی سواری پژو ۴۰۵ GLX مدل ۱۳۸۹ پلاک ایران ۳۶ - ۷۴۵ ایران ۴۶ به شماره موتور ۱۳۸۹۱۱۳۳۲۹۱ ش شاسی ۱۳۸۹۱۱۳۳۲۹۱ مفقود و فاقد اعتبار است

اصل برگ سبز پراید ۱۴۱۱ DLX مدل ۱۳۸۶ به نام انتظامی ۲۱ ایران ۴۶۹ ج ۹۸ شماره موتور ۱۳۸۶۱۸۶۵۰۲۷۱ ش شاسی ۱۳۸۶۱۸۶۵۰۲۷۱ مفقود و فاقد اعتبار است

برای سند زدن خودرو پژو آردی توک مدلی مدل ۱۳۸۵ پلاک ایران ۲۸ - ۶۶۵ ج ۹۸ شماره موتور ۱۳۸۵۱۸۶۵۰۱۳۲۹ ش شاسی ۱۵۴۱۱۵۵۲ مفقود و فاقد اعتبار است

اصل برگ سبز موتورسیکلت هیرمند مدل ۱۳۸۴ به شماره انتظامی ۱۶۳ - ۶۵۷۹ ج به شماره موتور ۳۲۰۲۷۴۶۶ ش شاسی ۱۵۴۱۱۵۵۲ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند مکانیزه پژو پارس مدل ۱۴۰۲ به شماره انتظامی ۱۴ ایران ۶۵۱ ط ۸۵ و شماره موتور ۱۴۰۲NAN۱۱۵۵۰۱۰۱۰۶ ش شاسی ۱۴۵۰۱۰۱۰۶ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی پراید صبا مدل ۱۳۹۰ ش انجن مشکی ماشک مدل ۸۱ ش انتظامی ۲۴ - ۳۲۰ ه ۶۳ ش شاسی ۰۲۸۲۱۴۷ ش موتور ۱۰۷ MT۱۶۴۲۷۳۱۱۰۷ شناسنامه به نام احمد کلانی مفقود و فاقد اعتبار می‌باشد

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ مدل ۱۳۸۳ به شماره انتظامی ۴۶ - ۶۳۴ ج ۳۷ ش موتور ۱۰۱۰۴۹۴ ش شاسی ۰۲۸۱۷۴۷۳۱۱۰۷ به نام محمد علائه ۰۲۸۱۷۴۷۳۱۱۰۷ ش شاسی ۰۲۸۱۷۴۷۳۱۱۰۷ ریحانی مفقود گردیده و فاقد اعتبار می‌باشد

نامه بلوک سیلندر پژو ۴۰۵ GLX-XU۷ مدل ۹۴ به شماره فاکتور ۱۱۹۸ - ۱۴۰۲ و به شماره موتور ۱۹۷۰۲۲۰ - ۰۰۴ NAAM ۱۰۸۸۴۳۴۰۷۲۸۲۲ به ش شاسی ۱۰۸۸۴۳۴۰۷۲۸۲۲ نام محمدحنه میری مفقود و فاقد اعتبار است

دفترچه راهنمایی و راندگی خطی آشخانه به بنیورد با شماره ۲۰۷۱ ، ۱ و شماره کارتکس ۲۳۸ مفقود و فاقد اعتبار است.

مدرک قارع التحصیلی اینجانب مهدی علی حسینی مالک خودرو سواری پژو ۴۰۵ GLX-XU۷ مدل ۹۵ به رنگ نقره‌ای به شماره انتظامی ۴۳ ایران ۴۹۶ ج ۹۷ به شماره موتور ۱۳۹۷NAM۱۱۶۳۶۰۳۹۶۲ به نشانی خیابان ۱۷ شهید ۰۵۳۶۵۷۲۶۲ ۸۸۹۱۳۴۰ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت پژو ۱۲۵ مدل ۱۳۹۵ پلاک ۷۷۵ - ۶۴۰۸۹ به رنگ مشکی ۰۵۳۶۵۷۲۶۲ ۸۸۹۱۳۴۰ مفقود و فاقد اعتبار است

سند کمپانی و برگ سبز و کارت پژو ۲۰۷ - ۸۲ - ۱ به انتظامی ۱۲ ایران ۵۷۲ ص ۶۵ به نام زینب اردنی دوستی به ش موتور ۱۰۵۲۷۲ ۱۷۷۵ به ش شاسی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی پژو پارس مدل ۱۳۹۰ پلاک ایران ۲۳ - ۱۹۴ ج ۶۷ به شماره موتور ۱۳۹۰KH۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ش شاسی ۱۳۹۰۱۱۲۳۲۹۱ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی پژو ۴۰۵ GLX مدل ۱۳۸۹ پلاک ۷۷۵ - ۶۴۰۸۹ به رنگ مشکی ۰۵۳۶۵۷۲۶۲ ۸۸۹۱۳۴۰ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت هوندا CG۱۲۵ مدل ۱۳۹۸ پلاک ۸۸ - ۱۴۷۹۶ به رنگ قرمز ۰۵۳۶۵۷۲۶۲ ۸۸۹۱۳۴۰ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی تراکتور کشاورزی فورگوسن ۲۵۰ مدل ۱۳۹۴ پلاک ایران ۱۲ - ۷۱۱ ایران ۵۲ به شماره موتور ۱۳۹۴MF۲۵۰۰۲۳۲۵ ش شاسی ۳۱۴۱۸۶۲۰۲۳۵ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی سواری پژو ۴۰۵ GLX مدل ۱۳۸۹ پلاک ایران ۳۶ - ۷۴۵ ایران ۴۶ به شماره موتور ۱۳۸۹۱۱۳۳۲۹۱ ش شاسی ۱۳۸۹۱۱۳۳۲۹۱ نام مبارک فیاض نصر آبادی به کد ملی ۲۱۳۴۲ مفقود و فاقد اعتبار است

اصل برگ سبز و سند کمپانی سواری پژو ۴۰۵ GLX به ش انتظامی ۲۹ ایران ۶۶۴ ج ۹۸ شماره موتور ۱۳۸۹۱۱۳۳۲۹۱ ش شاسی ۱۳۸۹۱۱۳۳۲۹۱ نام مبارک فیاض نصر آبادی به کد ملی ۲۱۳۴۲ مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت هوندا CG۱۲۵ مدل ۱