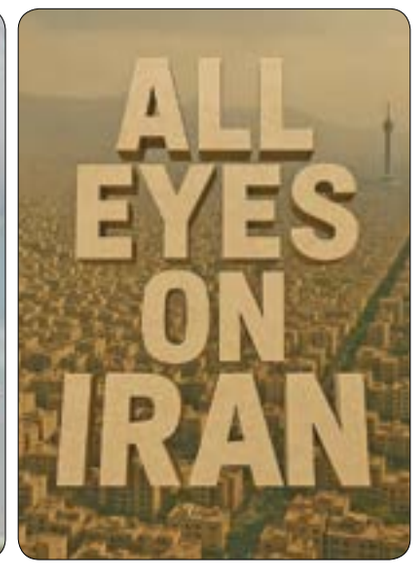


داده تصویری

اصول مدیریت گروه‌های خانوادگی و دوستانه

این روزها و در شرایط پر تنش و اضطراب، برخی ترس‌ها و استرس‌ها از راه گروه‌های شبکه‌های اجتماعی و در فضای مجازی شکل می‌گیرد. هر چند اگر اینترنت یاری کند، این گروه‌ها راه بسیار خوبی برای باخبر شدن از احوال یکدیگر است، ولی ممکن است ناخواسته تبدیل به عامل تخریب روان خودمان و دیگران شوند. در این زمان مدیریت فضای روانی در گروه‌ها یک مهارت است.

سکوت در برابر شایعه یعنی تایید آن. با ادبیاتی محترمانه از دیگران بخواهیم که مطالب بدون منبع موثق را پخش نکنند.

فرق نظر، تحلیل و خبر را توضیح دهیم. سواد رسانه‌ای یعنی درباره منبع معتبر و روش‌های راستی‌آزمایی بدانیم و به دیگران هم آموزش دهیم.

لازم نیست هر پستی را که از هر راهی به دست‌مان رسید، برای تمام دوستان و فامیل فوروارد کنیم. تا وقتی خبری رسمی نشده آن را در گروه‌ها نفرستیم.

سعی کنیم هیجان‌زده نشویم و تحلیل‌های به قول معروف «آبدوغ خیاری» از خود در نیاوریم! بهتر است خبرهای امیدوار کننده را بیشتر منتشر کنیم.

بمباران خبری ذهن را فرسوده می‌کند. اگر نت یاری کرد، چند ساعتی از گوشی دور شویم تا روان خود و دیگران را ترمیم کنیم.

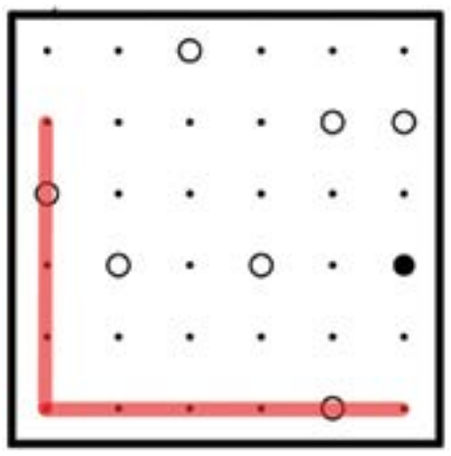
این شرایط تمام خواهد شد و دوستی‌ها باقی خواهد ماند. طوری نشود که بعد از آرام شدن اوضاع شرمنده حرف‌ها و بحث‌هایمان شویم.

کیدوکو

برای کودکان

کوچولوهای باهوش، شکل‌های داخل جدول را باید طوری بکشید که در هر ردیف و ستون، شکل تکراری نباشد.

نقطه بازی



نقطه‌های کوچک را طوری به هم وصل کنید که در انتها، دو سر خط به هم برسد. با رعایت این قانون: خط باید در نقطه‌های سیاه بزرگ بشکند و از روی نقطه‌های سفید، صاف عبور کند. مانند خط نمونه قرمز.

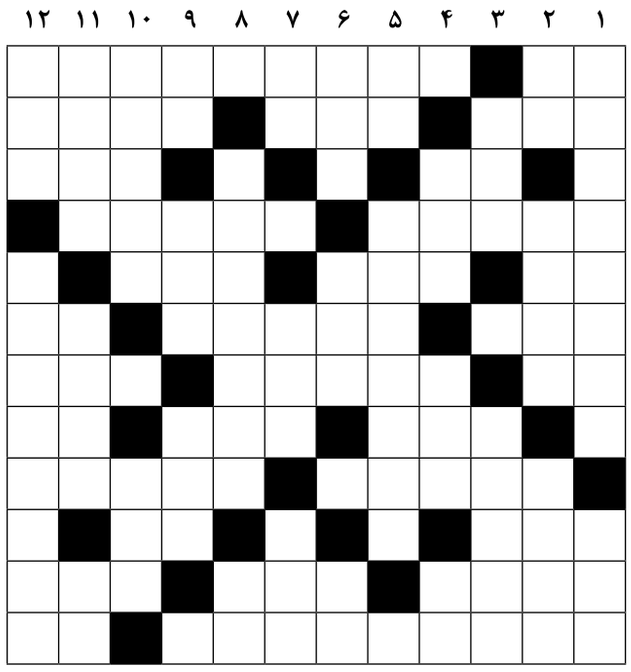
معمای شطرنج

نوبت حرکت مهره سفید است، با یک حرکت سیاه را مات کنید.

جدول سخت | ۱۳۹۰

افقی: ۱-آب عربی-آهنگ‌ساز بزرگ روس ۲-لقب ناصرخسرو-خوراک ساز-سوغات گجرات ۳-تنبل-ماه فوتبالی ۴-نویسنده اثر چرندوپرند-یاقوت ۵-تنیس بین‌المللی زنان-یک ساعت-نماد سبکی ۶-شهر صنعتی آلمان-پوست دباغی شده-زائوتر سان ۷-رنج-شاه تیر سقف-دون ۸-کاشف واکسن آبله-پایان-ویتامین جدول ۹-تبدیل گاز به ماده جامد-فعال انگلیسی ۱۰-نوعی کشتی-خدای درویش ۱۱-ماسک-جزایر بزرگ و کوچک جنوبی-سنگریزه ۱۲-اثری با بازی تام هنکس-مادر ورزش‌ها

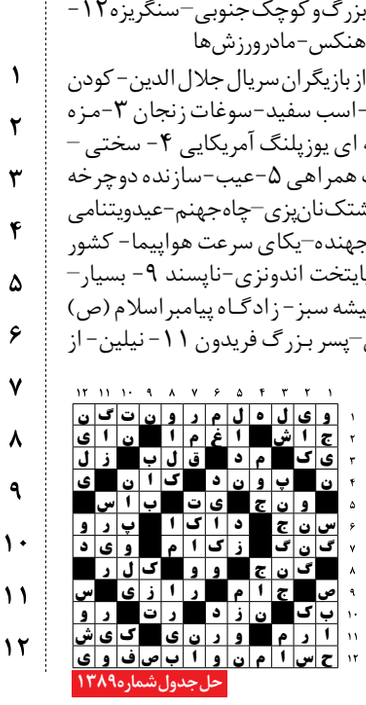
عمودی: ۱-از بازیگران سریال جلال الدین-کودن ۲-کدو تنبل-اسب سفید-سوغات زنجان ۳-مزه حقیقت-گونه ای یوزپلنگ آمریکایی ۴-سختی-عمارت-حرف همراهی ۵-عیب-سازنده دوچرخه تکمیلی ۶-بالشتک نان‌پزی-چاه جهنم-عیدویتنامی ها ۷-حشره جهنده-یکای سرعت هواپیما-کشور آفریقایی ۸-پایتخت اندونزی-ناپسند ۹-بسیار-از درختان همیشه سبز-زادگاه پیامبر اسلام (ص) ۱۰-بلدرچین-پسر بزرگ فریدون ۱۱-نیلین-از ورزش های زمستانی-از شبه‌فلزات ۱۲-چراگاه ایلات-از تیم های فوتبال اسپانیا



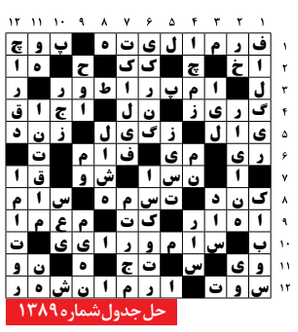
جدول متوسط | ۱۳۹۰

افقی: ۱-تخم مرغ انگلیسی-خودپسند ۲-قله زاگرس-خالص-پادشاه ۳-حرف فاصله رسان-فرزند پسر ۴-نامی دخترانه به معنای زیبا-نغمه ۵-تهی-همراه اصول-رود مرزی ایران ۶-پایتخت اتریش-پیشگفتار-ردیف ۷-برخلاف سفت-پُر-سلامتی ۸-غمگین-دشوار-از خدایان باستان ۹-سازش-باطراوت ۱۰-جنازه-شب روستایی ۱۱-متقاعد-طالع-از ادات تحسین ۱۲-مرضی شایع میان انسان و طیور-از به‌پا کردنی‌ها

عمودی: ۱-کنایه از جاسوسی کردن-ظاهر ساختمان ۲-شکم بند طبی-عنکبوت سمی-به‌شگفت آمدن ۳-آینده-تراشهٔ چوب ۴-خودداری-پای افزار-میوه نیکو ۵-همسر مرد-تندیس زمستانی ۶-هر گلی دارد-سرور-موی مجعد ۷-صفحه اینترنتی-سطل-بوستان ۸-مُسَکن-وسط ۹-چهره شطرنجی-ابزار نجاری-از حبوبات ۱۰-عصاره-همراه کلک ۱۱-زنش-بادیه-ترمز چارپا ۱۲-ذره باردار-سایبان



حل جدول شماره ۱۳۸۹



حل جدول شماره ۱۳۸۹

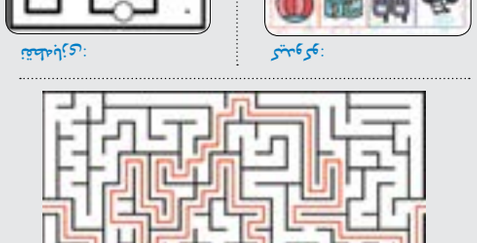
سودوکو ها

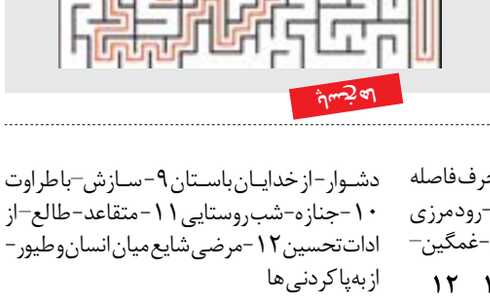
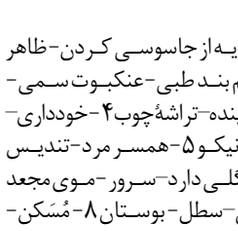
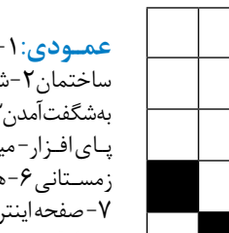
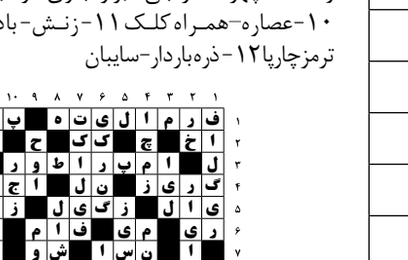
قانون: ارقام ۱ تا ۹ را در خانه‌های خالی بنویسید طوری که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ هیچ رقمی تکراری نباشد.

		۵	۹		۲	۸		
	۹	۳		۸			۲	
		۸		۱				۷
۲	۴		۶				۸	
		۶			۴			۲
۷			۱		۳		۵	
۵				۷				۸
	۱	۴				۷		
۹	۶		۵		۸	۲	۴	۱

	۳						۷	۱
	۷	۱				۹		
۵		۸	۱					
				۹				۷
	۴			۵		۱		
۸			۶				۴	
۳		۲				۸		
	۱			۸	۳		۲	
		۹	۵		۲	۶		۴

حل جداول و معماها





معمای شطرنج