

رفقا سلام!
سلام و هزار تا سلام به رفقای گل جوانه! اسفند و ماه مبارک رمضان همزمان شده‌اندکنه به این بهانه از زیر خونه تکونی و کمک به مامان و بابا در برین اصلا خونه تکونی تو خونه شما شروع شده یا نه؟! از اتفاقات بامزه این روزا واسمون نویسن.

شماره تلگرام: ۰۹۳۵۳۳۳۸۹۱
تلفن تحریریه: ۰۹۳۰۰۵۱۳۷۰۰

اطلاعات عمومی

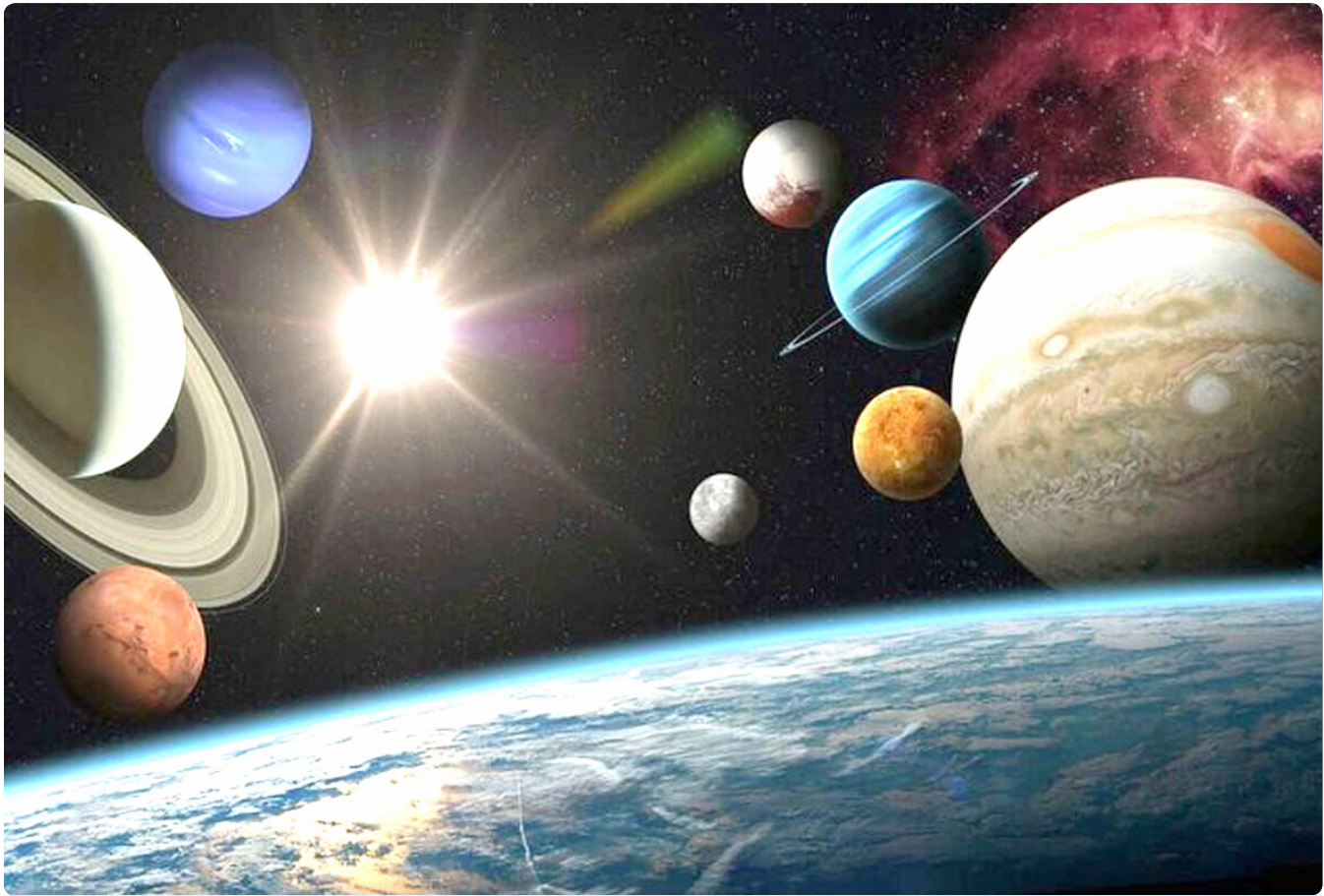
گالری

کوهی شبیه یک کیک خوشمزه!



عکس از: theguardian.com

دانستنی‌هایی شگفت‌انگیز و نجومی از فضا!



انتصاری– کهکشانش آن قدر بزرگ و پر رمز و راز است که حالا حالا باید درباره آن یخ‌انیم تا بتوانیم جواب خیلی از «چراها»یمان را پیدا کنیم. البته اگر اهل نجوم و گشت‌وگذار در عالم ستاره و سیاره‌ها باشید دانستنی‌های زیادی به دست می‌آورید که ممکن است هر کدام از آن‌ها دوباره یک چر در ذه‌ن تان ایجاد کند. این خاصیت نجوم است. حالا بیاید چند نکته جدید در باره نجوم یاد بگیریم.

۱ یک سیاره سر کش به دور هیچ ستاره‌ای نمی‌چرخد!

CFBDSIR 2149–0403، سیاره‌ای بزرگ و چندین برابر مشتری است. اما یک نکته غیرعادی درباره آن وجود دارد؛ این که مدار مشخصی ندارد و به دور هیچ ستاره‌ای نمی‌چرخد. این سیاره در سال ۲۰۱۲ / ۱۳۹۰ کشف و سیاره «سر کش» نامیده شد. ممکن

است که این سیاره، بخشی از یک سامانه ستاره‌ای بوده باشد که در یک بر خود بزرگ از منظومه خود به بیرون پرت شده است. شاید هم این جسم، یک کوتوله قهوه‌ای یا ستاره‌ای نارس باشد.

۲ زهره طولانی‌ترین شبانه‌روز را دارد!

در بین تمام سیارات منظومه شمسی، طول روزها در زهره بیشتر است. یک شبانه‌روز در زهره ۲۴۴ روز زمینی طول می‌کشد. فکر نکنم دوست داشته باشید در زهره زندگی کنید چون حتما حوصله‌تان سر می‌رود و تار سیدن به شب تحمل‌تان تمام می‌شود. همچنین با وجود آن که عطارد نزدیک به همین دلیل صوت نمی‌تواند در خلأ منتشر شوددر

کلاس زبان

Empathy	Sympathy
همدلی، توانایی درک احساسات دیگران	همدردی، احساس نگرانی یا دلسوزی
مثال: She showed great empathy towards her friend who was going through a tough time. ترجمه: او پس از شنیدن درباره تصادف، همدردی سختی قرار داشت، نشان داد	مثال: He expressed his sympathy after hearing about the accident. ترجمه: او پس از شنیدن دربار هتصادف، همدردی خود را ابراز کرد.

مسیر

تغییر آینده انسان‌ها با گفتار، مانگرها

رشته‌ای از علوم توان بخشی که با صبر، عشق و ارتباط مؤثر، صدای خاموش بیماران را دوباره به زندگی

باز می‌گرداند

اكرم انتصاری روزنامه‌نگار

اگر دنبال رشته‌ای هستی که تیرگیبی از علم، احساس و انسانیت باشد، گفتار درمانی یکی از بهترین انتخاب‌هاست. گفتار درمانگرها با کار و تلاش زیاد کمک می‌کنند کودکان و بزرگسالانی که نمی‌توانند درست حرف بزنند یا بی‌لغند دوباره لیخند بزنند و صدایشان شنیده شود. البته در این رشته باید آدم صبوری باشی. اگر می‌خواهید این رشته را بهتر بشناسید، مسیر این هفته را بخوانید.



در رشته گفتار درمانی چه خبر است؟ گفتار درمانی یکی از شاخه‌های مهم علوم توان بخشی است که برای درمان کودکان و بزرگسالان مبتلا به اختلال در گفتار، زبان و بلع به کار می‌رود. کودکانی که دچار اوتیسم، سندروم داون یا شکاف کام هستند، برای درمان نزد گفتاردرمانگر مراجعه می‌کنند. و برخلاف برخی رشته‌های تجربی در باره بزرگسالان نیز افرادی که به دمانس (آلزایمر)، سکته مغزی، پارکینسون یا آسیب‌های مغزی دچار می‌شوند به گفتاردرمانگر نیاز دارند تا مشکلات گفتار و بلعشان برطرف شود. پس بارشته مهمی دانشگاه‌های این رشته چه‌خبر است؟

گفتاردرمانی به درد چه کسانی می‌خورد؟ گفتاردرمانی به صبر زیادی نیاز دارد، چون در مان بیمار ان معمولاً طولانی است و نمی‌توان سریع نتیجه گرفت. مثلاً در مان لکنت در کودکان مبتلا به اوتیسم یا سندروم داون ممکن است ماه‌ها زمان ببرد. برای موفقیت در این رشته باید صبور، اجتماعی و علاقه‌مند به ارتباط با افراد باشید.

دانش‌آموخته این رشته چه توانایی‌هایی دارد؟ گفتاردرمانگر باید در درجه اول توانایی هدملی بالایی دارد. اگر این ویژگی‌ها را نداشته باشید نمی‌توانید در این زمینه موفق شوید. دومین ویژگی مهمی که یک متخصص گفتار درمانی باید داشته باشد انعطاف پذیر بودن است. در این رشته دامنه بیمار ان مراجعه‌کننده بسیار وسیع است پس متخصص باید توانایی بسط علمی داشته باشد یعنی تواند در عین حال که با بیمار جدید مواجه می‌شود درص جدیدی راه انداخ کند. ارتباط خوب، کودک درون فعال، تفکر استراتژیک و داشتن خلاقیت نیز لازمه موفقیت در این رشته است.

این رشته چه چالش‌هاوشیرینی‌هایی دارد؟ از زیباترین جنبه‌های این رشته، تأثیر عمیق در زندگی بیماران است. گفتار در مانگر تمام آنچه که ما از کیهان می‌توانیم ببینیم و محاسبه کنیم، کمتر از ۵ درصد از آن چیزی است که واقعاً وجود دارد. حدود ۹۵ درصد بقیه جهان برای مانا شناخته و همچون یک راز است که ما نمی‌دانیم.

چطور آن را آشکار کنیم. وقتی ستاره شناسان در حال بررسی ستارگان نزدیک مرگزاره شیری بودند، دریافتند آن دسته از ستارگان که در لبه‌های بیرونی قرار دارند با سرعت بیشتری حرکت می‌کنند اما از کهکشان خارج نمی‌شوند. آنچه که می‌بینیم نمی‌تواند پتانولید یک میدان گرانشی قوی همه چیز را نگه‌دارد، بنابراین باید دیگری وجود دارد. این ماده «ماده تاریک» است که حدود ۲۷ درصد جهان را تشکیل می‌دهد. این ماده در کهکشان‌ها و خوشه‌های کهکشانی با ایجاد گرانش مانع از واپاشی آن‌ها می‌شود.

دور دنیا

کوتور؛ تاریخی و پرمنظره در اروپا



یکی از شهرهای کمتر شناخته‌شده اما واقعاً رویایی و زیبا در جهان، کوتور در مونتئگرواست. این شهر کوچک ساحلی در جنوب شرقی اروپا، در انتهای یک خلیج عمیق و طولانی قرار گرفته است.

کوتور در میان دیوارهای قرون وسطایی عظیمی محصور شده که از قرن ۹ تا ۱۹ میلادی ساخته شده‌اند. این دیوارها مثل نواری سنگی شهر را درآغوش گرفته‌اند و از بالای تپه‌های اطراف، منظره‌ای خیره‌کننده از خانه‌های سنگی نارنجی-قرمز، سقف‌های کاشی‌دار و کلیساهای گنبدی ایجاد می‌کنند که همه در پس‌زمینه آب‌های نیلگون خلیج و کوه‌های تندو پوشیده از سبزه قرار دارند. وقتی از دروازه اصلی وارد شهر می‌شویم، گویی قدم به یک قلعه افسانه‌ای گذاشته‌ایم؛ کوچک‌های باربیک و سنگ‌فرش شده، میدان‌های کوچک با فواره‌های قدیمی، با لکن‌های پر از گل شمعدانی و صدای زنگ کلیساها که در هوا می‌پیچد.

یکی از رویایی‌ترین بخش‌های کوتور، بالا رفتن از دیوارهای شهر با حدود ۱۳۵۰ پله است. مسیر معودرپیچ‌وخم است و گاهی از کنار کلیساهای عمیق و مخروبه درختان زیتون باستانی می‌گذرد. وقتی به بالای دیوار می‌رسیم، خلیج کوتور مثل یک دریاچه آرام‌یزر با گسترده می‌شود؛ آب آن چنان صاف است که کوه‌ها و آسمان در آن

[...]

در کوتور کوه‌های بلند باپیش از ۱۷۰۰ متر مستقیم از آب‌سیر پرمی‌آورند، گاهی آبرها پایین می‌آیند و شهر را در می‌سفید غوطه‌ور می‌کنند

می‌کنند؛ منظره‌ای که شبیه به یک نقاشی فانتزی است. در فصل بهار و تابستان، آب خلیج برای شنا عالی است و ساحل‌های کوچک سنگی در اطراف شهر آرامش بی‌ظیری دارند. جزیره مصنوعی Our Lady of the Rocks در نزدیکی، با کلیسای باروک سفیدروی مخره یکی از نمادهای عکاسی شده خلیج است. هنوز هنوز از هجوم توریستی تپان در امان مانده و شهری است برای کسانی که به دنبال زیبایی عمیق، بدون فیلتر و بدون تصفیه‌های طولانی هستند. شهری که انگار زمان در آن کندتری می‌گذرد و هر گوشه‌اش داستانی از گفتن دارد.

کارگاه



چطور، مانت، شروع کنی؟

نوشتن زمان یک ماجراجویی هیجان‌انگیز است که به تو کمک می‌کند دنیای خود را بسازی. نگران نباش، همه نویسنده‌های بزرگ از یک نقطه شروع کرده‌اند. زمان نویس بیشتر از آدم‌های معمولی زندگی می‌کند چون نیاز به سوژه‌های دست‌اول و دقیق دارد. پس باید دقیق‌تر ببینی، هدفمندتر گوش کنی و در کل، بیشتر زندگی کنی. می‌شود بدون یادگیری اصول و قواعد نویسنده‌گی هم به نوشتن زمان فکر کرد اما این کار مثل اختراع دوباره چرخ است. پس بیایید قدم‌های اول را با هم برداریم.

قدم اول: جرقه داستان

هر زمانی بایک ایده بزرگ شروع می‌شود. این ایده می‌تواند یک سوال باشد، یک شخصیت عجیب، یا یک موقعیت غیرعادی. به‌چشمی‌...؟! این بهترین شروع است. مثال: چه می‌شاد اگر یک دانش‌آموز معمولی ناگهان می‌فهمد می‌تواند زمان را متوقف کند؟ چه می‌شاد اگر یک کلبه قدیمی به یک دنیای مخفی باز شود؟ جالبش این کار بزمان بر بودن در مان و نیاز به شگشکار زیاد است! اما حس رضایت از ادامه‌دهی قرار دارند. از نوزاد تازه متولدشده تا یک فرد ۹۰ ساله‌ای که پس از سکه‌مغزی داستان کیست؟ اسمش چیست؟ چند سال دارد؟ چه شکلی است؟ چه می‌خواهد؟ (هدفش در داستان چیست؟ مثلاً نجات دنیا، پیدا کردن یک شیء گمشده، یا فقط دوست پیدا کردن.)

قدم دوم: ساختن دنیایو شخصیت‌ها داستان‌های خوب، دنیایی باورپذیر و شخصیت‌هایی واقعی دارند (مثلاً در دنیای تو جادو هست یا خیر؟ اگر هست، چطور کار می‌کنند؟ چه چیزی مانعش می‌شود؟ (این مشکل اصلی داستان توست یا همان ضد قهرمان یا قهرمان. شخصیت‌هایت را کامل کن. حتی اگر قرار نیست در داستان استفاده کنی، بدان که قهرمان‌ات چه چیزی می‌ترسد یا چه غذایی را دوست دارد! داستان در کجا اتفاق می‌افتد؟ (مدرسه، سیاره‌ای دور، یک شهر زیرزمینی؟) قوانین این دنیا چیست؟ (مثلاً در دنیای تو جادو هست یا خیر؟ اگر هست، چطور کار می‌کنند؟)

قدم سوم: طرح کلی داستان

وقتی پیش‌نویس اول تمام شد، تازه کار اصلی شروع می‌شود! چند روز، یا حتی یک هفته از زمان دور بمان. این کار باعث می‌شود وقتی دوباره برمی‌گردی، توانی اشتباهات را با چشم‌یک خواننده ببینی، نه عمل نکنند. شهرشان را ویران می‌کنی. آن‌ها فکر می‌کنند و به این نتیجه می‌رسند تنها راه نجات شهر این است که جادویشان را به سوداگر روپا بدهد. جودی نمی‌خواهد شهر و افراد آن حمله‌ای ببیند اما از طرفی دوست‌ندار درها هایش را از دست بدهد. اگر می‌خواهید بدانید چه اتفاقی برای جودی و سوداگر روپا می‌افتد، داستان کوتا و جذاب «سوداگر روپا» را مطالعه کنید.

بدانیم

ماه رمضان را چطور بگذرانم؟!

می‌شود که می‌تواند تا نیم ساعت ادامه داشته باشد. برای عملکرد صحیح، چرت‌زدن را ۳۰ دقیقه‌ای کمتر نگه‌دار.

۵. انرژی‌ات را ذخیره کن

وقتی روزه می‌گیری به دلیل کمبود غذا و آب، انرژی کافی نداری. از کار زیاد خودداری کن و در هوای گرم بیرون نمان. در مدرسه بین کلاس‌ها یک چرت کوتاه بزن تا بدنت کم‌آب نشود. ورزش سبک اشکالی ندارد، اما تمام تلاش خود را بکن که انرژی زیادی مصرف نکنی. نباید با ورزش کردن با معده خالی به خودت آسیب بزنی.

۶. وسوسه‌ها دوری کن

وسوسه‌ها محرک‌های زیادی وجود دارد که باعث می‌شود به غذا فکر کنیم. همچنین باید سعی کنی در اینترنت و فضای مجازی زیاد عکس غذاها و خوراکی‌های خوشمزه را نگاه نکنی تا رنگ و شکل غذاها وسوسه‌ات نکند. در عوض می‌توانی پیشنهاد پخت یک افطاری خوشمزه را بدیهی و خودت هم به مادر یا پدرت کمک کنی تا افطاری آماده شود. این طور متوجه گذشت زمان هم نمی‌شوی.

۷. یک افطاری مشارکتی بده

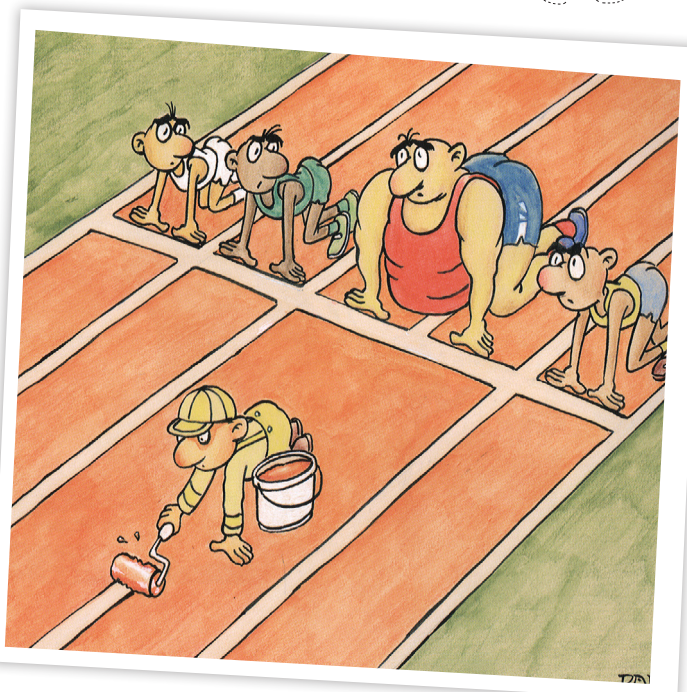
با دوستان یا نامه یک افطاری مشارکتی را بپنجیدن. این افطاری می‌تواند در پارک یا خانه یکی از شماها باشد. بر برای این افطاری تقسیم کار کنید.

یک نفر بنبر و سبزی بیاورد، یک نفر پیراشکی درست کند، یک نفر خرم‌به بیاورد، و بقیه هم می‌توانند مسئول تغذیات سبک‌وزیر انداز شوند. حتی می‌توانید با دادن تونگ یک افطاری آماده مثل سوپ، آش یا شله‌خیزد و با هم افطار کنید. عکس هم فراموش نشود.



wiki H

بدون شرح



انرژی از: damircroatia

پیشنهاد

سوداگر روپا

نویسنده: کارامی

مترجم: حسین ابراهیمی (الوند)

تصویرگر: آماندا هاروی

انتشارات: قلمرو

عفت‌بنی روزنامه نگار

اگر کسی به شما بگوید حاضر است روپاهای تان را به قیمت یک فتنجان طلا از شما بخر، چه می‌کنی؟ آیا روپاهایتان را به او می‌فروشی؟

در داستان این کتاب مرد غریبه‌ای وارد شهر می‌شود و این پیشنهاد را به مردم می‌دهد. همه استقبال می‌کنند و با معامله می‌کنند جز دختر بچهای به نام جودی.

جودی وقتی کوچک‌پدر و مادرش را از دست داده‌و تا قبل از این که مادر بزرگش از دنیا برود، با او زندگی می‌کرده است. او حالا مجبور است با عموزاده‌هایش زندگی کند که همیشه او را اسخر می‌کنند.

مادر بزرگ جودی به او توصیه کرده است که هیچ وقت روپاهایش را نفروشد. جودی که ابتدا وسوسه می‌شود با غریبه‌ای که خود را سوداگر روپا معرفی می‌کند و او را معامله‌شود با یادآوری نصیحت مادر بزرگ پشیمان می‌شود.

افراد شهر با سوداگر روپا معامله کرده‌اند که به ازای یک فتنجان طلا شبی یک روپا به او بدهند. وقتی آن‌ها طلاها را می‌گیرند راهی مرکز خرید می‌شوند و چیزهایی که دوست دارند می‌خرند. بعد از آن، آن‌ها نمی‌توانند ببخشند و روپایی ندارند که آن‌را به سوداگر روپا بدهند. سوداگر روپا آن‌ها را تهدید می‌کند که اگر به تعهداتشان عمل نکنند شهرشان را ویران می‌کند. آن‌ها فکر می‌کنند و به این نتیجه می‌رسند تنها راه نجات شهر این است که جودی روپاهایش را به سوداگر روپا بدهد. جودی نمی‌خواهد شهر و افراد آن حمله‌ای ببیند اما از طرفی دوست‌ندار درها هایش را از دست بدهد. اگر می‌خواهید بدانید چه اتفاقی برای جودی و سوداگر روپا می‌افتد، داستان کوتا و جذاب «سوداگر روپا» را مطالعه کنید.

بگو نگو

هوش مصنوعی را استگو و لبوا توخ توخ!

آق کمال | طنز دواز



یک سلام اسفندی به جوانه‌های گلی که این روزها برای پرسیدن سووز دوق و شوق دارن. امیدوارم که حال خون باشو همیشه شاد و سالم باشین و خوشم و خرم به استقبال سال نو بریم. همچنین چه پیام‌هایی بهمون دادین و یک کمی گل کل کنیم!

۱. فرار سیدن ماه و مضان را به همه نوجوان‌هایی که روزنامه می‌خوانن تبریک می‌گویم و التماس دعا دارم.

به‌به، پیام اول عجب چیزی بود. ما هم تبریک می‌گویم و التماس دعای مخصوص تقسیم کار کنید. یک نفر بنبر و سبزی بیاورد، یک نفر پیراشکی درست کند، یک نفر خرم‌به بیاورد، و بقیه هم می‌توانند مسئول تغذیات سبک‌وزیر انداز شوند. حتی می‌توانید با دادن تونگ یک افطاری آماده مثل سوپ، آش یا شله‌خیزد و با هم افطار کنید. عکس هم فراموش نشود.

۲. به‌به، پیام دوم از آب عجب چیزی بود. ما هم تبریک می‌گویم و التماس دعای مخصوص تقسیم کار کنید. یک نفر بنبر و سبزی بیاورد، یک نفر پیراشکی درست کند، یک نفر خرم‌به بیاورد، و بقیه هم می‌توانند مسئول تغذیات سبک‌وزیر انداز شوند. حتی می‌توانید با دادن تونگ یک افطاری آماده مثل سوپ، آش یا شله‌خیزد و با هم افطار کنید. عکس هم فراموش نشود.

۳. به‌به، پیام دوم از آب عجب چیزی بود. ما هم تبریک می‌گویم و التماس دعای مخصوص تقسیم کار کنید. یک نفر بنبر و سبزی بیاورد، یک نفر پیراشکی درست کند، یک نفر خرم‌به بیاورد، و بقیه هم می‌توانند مسئول تغذیات سبک‌وزیر انداز شوند. حتی می‌توانید با دادن تونگ یک افطاری آماده مثل سوپ، آش یا شله‌خیزد و با هم افطار کنید. عکس هم فراموش نشود.