

اتیکت

والا خودمم نمی‌دونم برای چی بهت زنگ زدم؟

تلفن جواب دادن گاهی واقعا‌مود خاصی می‌خواهد؛ یعنی انگار تبدیل می‌شود به یک کار اعصاب خرد کن که آدم حاضر است به جایش تک‌تک گل‌های روی فرش را بشمارد ولی با تلفن صحبت نکند. بعضی‌ها اصولا حرفی برای گفتن ندارند، فقط به ساعت نگاه کرده و دیده‌اند در فرصتی که فلان جا علاف شده‌اند بهتر است زنگی بزنند و آساری بگیرند که خب این خودش با اساس تلفن زدن متناقض است چرا که طرف خودش حرفی ندارد، از قضا اگر شما هم بی‌حوصله باشید و نخواهید حرف بزنید یک مکالمه کسالت‌بار خواهید داشت که بعد از هر جمله‌اش این است «خب کاری نداری»، به امید شنیدن نه و پایان این بازی کثیف. اگر قرار است به کسی زنگ بزنیم یعنی تنها راه ارتباطی مان صداست پس خیابان‌های شلوغ و پاساژ‌های پر از همه‌همه و مهمانی و مکان‌های مشابیه دیگر مناسب تماس تلفنی نیستند. یک جای خلوت هم برای حنجره شما مناسب است هم برای گوش کسی که آن طرف خط صدای تان را می‌شنود. تماس تلفنی شبیه معماست یا چی؟ چرا باید وقتی تماس گرفتیم و طرف حالا به هر دلیلی صدای مان را نشناخته یا شمار همان را ذخیره نداشته است، برایش معما طرح کنیم؟ «من همونیم که سه سال پیش تو تریای مدرسه با هم باقالی خوردیم»، «من همونیم که اول حرف اسمم نون داره و متولد شیش شیش هستم.» حالا طرف همه این راهنمایی‌های هوشمندانه و خلاقانه شمارا هم که نفهمد می‌شود یک موجود بی‌معرفت و بی‌وفا که شمارا از یاد رده است، خب این که شد معما و محاکمه! شمار زنگ زده و دیدید برای یک کار دیگر. وقتی با کسی تماس می‌گیریم یعنی می‌خواهیم فقط با او صحبت کنیم، این وسط پاسخ دادن به سوال‌های مامان و غلط‌گیری از املای خواهر کوچک‌ه و جواب دادن ایفون خانه مودیانه نیست، طرف مدام باید بپرسد الان با منی؟ و شما احتمالا می‌گویید الان یا الان؟

عجایب

بفرمایید پیتزای تمام‌نشدنی!

فاطمه قاسمی | مترجم

حتما می‌دانید که حدود دو ماه پیش آتش‌سوزی شدیدی در استرالیا رخ داد که همچنان ادامه دارد. در این آتش‌سوزی بیش از یک میلیارد حیوان قربانی آتش شدند. حالا رستورانی در استرالیا به نفع آتش‌نشنان و برای کمک به خاموش کردن جنگل‌های این کشور، پیتزایی ۱۰۳ متری با عرض ۴۰ سانتی‌متر پخته و پول زیادی جمع کرده است. مواد استفاده‌شده در این پیتزا چیزی نبود جز سس گوجه‌فرنگی، پنیر موزارلا، پونه کوهی، ریحان و روغن زیتون اما با استقبال شدید مردم مواجه شد. پخت این پیتزا چهار ساعت طول کشید و معادل ۴ هزار قطعه پیتزا بود.



فنجان قهوه‌ای برای شنا کردن

این روزها بازار کوردشکنی در خوردنی و نوشیدنی داغ‌داغ است. شش ماه پیش ساکنان «چینچینا»ی کلمبیا رکورد بزرگ‌ترین فنجان قهوه جهان با گنجایش نگهداری ۲۰ تن نوشیدنی را شکستند و این رکورد را در کتاب گینس ثبت کردند.

برای ثبت این رکورد ۵۰ نفر به مدت یک ماه تلاش کردند. چینچینا منطقه‌ای کوهستانی است که به «قلب قهوه کلمبیا» مشهور است. هدف برگزارکنندگان این رویداد، جلب توجه مردم جهان به اهمیت کشت قهوه در این منطقه بود. قهوه محبوب‌ترین نوشیدنی گرم دنیاس از جای است.

منابع: CNN، euronews



باتالزار

مریم ملی | روزنامه نگار علم

خیلی شانس بیابیم باتغذیه مناسب و نداشتن استرس و کلی ماجرایی دیگر، در نهایت ۱۰۰ سال عمر کنیم ولی این عدد برای درخت‌ها شوقی است. آن هانسل‌های مختلفی را می‌بینند، جنگ‌ها و صلح‌های زیادی را از سر می‌گذرانند و بعضی‌های شان هزاران سال عمر می‌کنند اما چه چیزی باعث این عمر طولانی می‌شود؟ این راز مدت‌هاست ذهن خیلی‌ها را درگیر کرده است. درختان «گینکو بیلوبا» جزو مسن‌ترین جانداران روی سیاره زمین هستند. سابقه وجودشان روی این سیاره به ۲۷۰ میلیون سال می‌رسد و هر کدام شان حدود چند هزار سال عمر می‌کنند. پژوهشگران دانشگاه تگزاس شمالی مدت‌ها روی این گونه درخت کار کرده‌اند تا ببینند چه چیزی باعث می‌شود عمری تا این حد طولانی داشته باشند. عده‌ای فکر می‌کنند اگر به راز عمر این درخت‌ها پی ببریم، می‌توانیم از آن برای طولانی‌تر کردن زندگی انسان‌ها هم استفاده کنیم. تحقیقات نشان داده است که درختان

کمیک

چون رابطه تنگاتنگی با چیزهای چینی داریم



البته برخلاف ظرف چینی، از بقیه محصولات چینی زیاد استفاده می‌کنیم



البته ویروس چینی سراغ ما نمیاد



کالری



صفحه نوجوانان
 روزهای فرد



پیشنهاد

داستان تلاش و امید

اسم کتاب: اقیانوسی در ذهن

نویسنده: کلر وندریول

ناشر: پرتقال

امیرمحمد ملک‌زادگان | خبرنگار افتخاری جوانه

کلر وندریول در «اقیانوسی در ذهن»، داستان پسری به نام جکر را بیان می‌کند که به دلیل از دست دادن مادرش با مشکلاتی روبه‌رو می‌شود. پدر جک که یک فرمانده نظامی نیروی دریایی است و توان نگهداری دائمی از جکر را ندارد، او را در یک مدرسه شبانه‌روزی ثبت‌نام می‌کند. جک در این مدرسه هر روز با مشکلی روبه‌رو می‌شود که او را بیش از پیش از نظر روحی ضعیف می‌کند تا جایی که احساس ناامیدی و شکست مطلق می‌کند اما در همین هنگام با پسری به نام اری آشنا می‌شود. اری که عجیب‌ترین شاگرد مدرسه است، زندگی جکر را درگون می‌کند؛ او با بقیه فرق دارد و با مهارت‌های خاص و رفتارهایش، جکر را با خود همراه می‌کند. اری با خبر می‌شود که برادرش در جنگ کشته شده است اما این خبر را باور نمی‌کند و همراه جک برای پیدا کردن برادرش به سفر می‌رود، سفری که با وجود اتفاقات فراوان برای جک مانند یک دوره آموزشی است. او در این سفر با کمک اری مهارت‌های زیادی کسب می‌کند و به آدم دیگری تبدیل می‌شود و پس از بازگشت توان حل مشکلات خود را پیدا می‌کند. مهم‌ترین ویژگی «اقیانوسی در ذهن»، داستان جذاب و در بعضی مواقع تکراری آن نیست بلکه شیوه نگارش متفاوت کلر وندریول است که کتاب را بسیار جذاب و پر معنا کرده است؛ بخش اول کتاب که مسئولیت بیان ماجرای زندگی جکر را برعهده دارد، با توضیحات خاص، جذاب و مستمر جک از مادرش، محل زندگی او و پدرش همراه است. بخش دوم آن زندگی جک در مدرسه و آشنایی او با اری را بیان می‌کند و با توضیحات و جزئیاتی از مدرسه، زندگی در مدرسه و سفر جک و اری همراه است که علاوه بر سرگرم کردن، ما را در رسیدن به معنای اصلی و برداشت‌های مختلف از کتاب کمک می‌کند. این کتاب را «عطیه الحسینی» ترجمه کرده و مناسب نوجوانان ۱۲ سال به بالاست.



چرا بعضی درخت‌ها هزاران سال عمر می‌کنند؟

«گینکو بیلوبا» چیزی به نام فرایندهایی ندارد، یعنی پیری برای آن‌ها به معنای زوال و ضعف در عملکرد بخش‌های مختلف اتفاق نمی‌افتد. آن‌ها نوعی سیستم محافظ دارند که در برابر تهدیدات ناشی از افزایش سن، حفظ‌شان می‌کند؛ چیزی شبیه سیستم ایمنی بدن انسان. این درختان وقتی سن‌شان زیاد می‌شود، افزایش قطر و قد خود را در تیر از دیگر درختان در بهار شروع می‌کنند و کار خود را ازودتر از دیگر درختان در پاییز خاتمه می‌دهند؛ با این حال هر سال رشد خود را در دلی این ترفند، باعث کمتر به هدر رفتن سوخت و ساز در آن‌ها می‌شود. این درختان در ۷۰۰ سال زندگی‌شان تغییری در فتوسنتز و نحوه تولید برگ و بقیه ویژگی‌های خود ندارند و این یعنی سال‌های مثل ساعت کار می‌کنند و فرسوده نمی‌شوند. برای این که نتیجه دقیق‌تری درباره درخت‌های مسن داشته باشیم، باید انواع درختان کهن سال دیگر هم مورد آزمون قرار بگیرند تا شاید آن روز بتوانیم بگوییم از طول عمر شان واقعا چیست.

منبع: iflscience.com

پیرس تا بگم

به خاطر فشار اطرافیان تصمیم به تغییر در پوشش‌م گرفتم؛ چه کنم؟

دختری ۱۴ ساله هستم و حجاب کامل دارم. مدتی است که به دلیل نوع حجاب دیگران تصمیم به تغییر در نوع پوشش‌م گرفته‌ام. آیا این کار را بکنم؟ کمک کنید.



رضا شم‌آبادی | روان‌شناس بالینی کودک و نوجوان

هر کاری که از زمان تولد تا آخرین لحظات عمر انجام می‌دهیم، رفتار نامیده می‌شود. هر رفتار طبق علم روان‌شناسی معطوف به هدف است یعنی برای هدف و معنایی آن را انجام می‌دهیم. مثلا من که دارم این متن را می‌نویسم، رفتاری انجام می‌دهم و شما هم که آن را می‌خوانید در حال انجام رفتاری هستید. هدف من، پاسخ به سوال و کمک به هم‌نوعم است و هدف شما، آگاهی بیشتر و توانمند شدن. حجاب داشتن هم رفتاری است که لازم است معنا و هدف آن را درک کنیم. من چرا حجاب دارم؟ در ادامه موضوعاتی را فهرست می‌کنم تا بتوانید به کمک آن‌ها در این باره و موارد مشابه راحت‌تر تصمیم بگیرید.

۱ کنترل رفتارها

قابل درک است که دوستان، خانواده، جامعه و رسانه بر رفتارهای ما تاثیر می‌گذارند اما در نهایت این خود ما هستیم که باید دست به انتخاب بزنیم و تصمیم بگیریم چه چیزی برای ما مفیدتر است و ما را خشنودتر می‌کند. شاید با توجه به این که در نوجوانی هنوز آن قدر مستقل نشده‌اید، این مسئله سخت و نشدنی به نظر برسد اما در همین سن باید شروع کنیم و به مرور بیشتر و بیشتر بپذیریم که مسئولیت انتخاب‌های مان را شخصا قبول کنیم و بدون این که تحت تاثیر دیگران باشیم، رفتار درست را انتخاب کنیم.

۲ مسئولیت‌پذیری

این عامل که با موضوع بالا ارتباط نزدیکی دارد، به این معنی است که برای هر تصمیمی یادمان باشد به خودمان و دیگران ضرری نرسانیم و عواقب آن تصمیم را هم بررسی کنیم.

۳ ارزش‌ها

در همه انتخاب‌های ما، ارزش‌ها و عقاید نقش مهمی بازی می‌کنند. اطلاعات درست و کامل، به ما در شکل دادن ارزش‌های تردیدناپذیر کمک می‌کنند. پس سعی کنید در مواردی که تصمیم‌گیری برای تان سخت می‌شود بدون توجه به رفتار دیگران، از منابع مختلف و قابل اعتماد، اطلاعات جمع کنید. این طوری مبنای رفتار شما، محکم‌تر می‌شود و با آن چه فکر می‌کنید درست است، سازگارتر خواهد بود.

۴ معنا

برای این که قدرت تصمیم‌گیری بیشتری داشته باشید، برای هر رفتار به این پنج معنای اصلی فکر کنید. این گونه می‌توانید معنای رفتار مدنظرتان را پیدا کنید.
الف) بقا | من این انتخاب را می‌کنم تا از من محافظت بیشتری بکند.
ب) روابط | من این انتخاب را می‌کنم تا روابط بهتری را بتوانم شکل دهم.
پ) آزادی | من این انتخاب را می‌کنم تا بتوانم به واسطه آن مستقل‌تر باشم.
ج) قدرت و توانمندی | من این انتخاب را می‌کنم تا به واسطه آن توانمندی‌های بیشتری به دست بیاورم و روز به روز فرد موثرتری برای خود و جامعه ام باشم.
ه) تفریح و لذت | من این انتخاب را می‌کنم تا بتوانم از زندگی ام لذت بیشتری ببرم.
 باین اوصاف فکر کنید بر مبنای ارزش‌ها و هدف تان در زندگی کدام رفتار به شما کمک بیشتری می‌کند.

شما هم می‌توانید سوالات تان را به شماره‌های بالای صفحه بفرستید تا به کمک کارشناسان به آن‌ها پاسخ بدهیم.

متن و اجرا:
 صابری - مرادی