



ایتالیایی ها با داستان حرف می زنند!

فاطمه قاسمی | مترجم



ایتالیایی ها به خوش صحبتی آن هم با حرکات زیاد دست شهرت دارند. آن ها همزمان با حرف زدن از ایما و اشاراتی جالب استفاده می کنند که در میان بقیه کشورها کمتر دیده می شود. مثلاً یکی از حرکات پرتکرار آن ها موقع غذا خوردن، قرار دادن انگشت اشاره روی لب به معنی «خوشمزه بودن غذا» است. با توجه به تنوع غذاهای سنتی آن ها مثل انواع دسر ها، پیتزا ها و پاستاهای خوشمزه که برای ما ایرانی ها تقریباً شناخته شده است، استفاده زیاد از این حرکت، چندان دور از ذهن نیست. گفته شده که مردم ایتالیا به دلیل ناآرامی در زمان هایی که به اشغال کشور های دیگر درآمده بودند، برای این که صدای شان شنیده نشود از حرکات دست برای گفت و گو استفاده می کردند و به مرور این کار تبدیل به ویژگی منحصر به فرد هر ایتالیایی شد. به تازگی «نیویورک تایمز» این عادت ایتالیایی ها را تجزیه و تحلیل و ۲۵۰ نوع حرکت دست را شناسایی کرده است. سروصدای زیاد در خیابان های ایتالیا هم از آن مواردی است که توجه هر غریبه ای را جلب می کند. شهر پر از آدم هایی است که همه با هم و بی وقفه با صدای بلند صحبت می کنند، آواز می خوانند و دست شان را از روی بوق بر نمی دارند!



منبع: lifeinitaly

شوخی

اولین واکنش رفقای آدم به خرید



آیدو: اجرا، سبازری مرادی

بدانیم

بازتاب



عکس از: steve biro

میدانیم

نکاتی برای ارتباط و همراهی با افراد نابینا



محدثه مشجری | کارشناس ارشد روان شناسی تربیتی

در تقویم جهانی، ماه اکتبر (همین ماه جاری) دو مناسبت مهم وجود دارد؛ روز جهانی بینایی که مصادف است با دومین پنج شنبه اکتبر و روز جهانی نابینا یان (عصای سفید) که پانزدهم این ماه است. این دو بهانه ای شد تا کمی در این باره با هم حرف بزنیم. تا حالا شده فرد نابینایی در خیابان ببینی و ندانی چطور می شود به او کمک کرد؟ در این ستون چند نکته ساده و مهم، برای همراهی و کمک به یک فرد نابینا در جامعه را با هم مرور می کنیم. قبل از هر چیز باید بدانی که هر فرد با فرد دیگر متفاوت است و ممکن است کاری که برای یک نفر کمک کننده است، برای دیگری کمک محسوب نشود. میزان دید افراد نابینا و کم بینا هم متفاوت است و لزوماً نمی شود به یک شیوه به همه کمک کرد. پس چه کار کنیم؟

- ابتدا از او پرسید «آیا مایل هستید کمک تان کنم؟».
- خودتان را معرفی کنید. البته اگر فرد شمارا می شناسد نیاز به معرفی نیست؛ فقط هنگام نزدیک شدن به او، سلام کنید تا متوجه حضور و موقعیت مکانی شما بشود.
- اگر قصد دارید در طول مسیری فرد را همراهی کنید، از او بخواهید (در صورت تمایل) بازوی شما را بگیرد. در غیر این صورت از عصایش کمک بگیرید.
- قبل از هدایت فرد نابینا، مسیر مدنظرش را به طور کامل از او پرسید تا در پایان مسیر سردرگم نباشد.
- جزئیات را توضیح بدهید. برای مثال نگویید فلان چیز آن جاست، بگویید در سمت راست شماست. چاله ها، بلندی ها، رسیدن به کوچه و خیابان را حتماً اعلام کنید.
- به جای تکان دادن سر و دست، حسن تان را با کلمات بیان کنید.
- با افراد نابینا مثل بقیه رفتار کنید؛ یعنی لحن صحبت تان را مهربان تر، بلندتر و... نکنید. حتی نیاز نیست کلماتی مثل «ببین» و «نگاه کن» را از صحبت تان حذف کنید چون آن ها هم مثل شما از این کلمات استفاده می کنند.
- اگر فرد نابینا درخواست کمک شما را رد کرد به او اصرار نکنید. افراد نابینا در خیلی از کارهایشان می توانند مستقل عمل کنند.
- نکته هایی که تا این جا گفتیم، برای ارتباط و همراهی با افراد نابینا بود. چند نکته ساده دیگر هم وجود دارد که اگر حواس مان به آن ها باشد، محیطی فراهم می شود که افراد نابینا به راحتی در جامعه و در کنار دیگر افراد زندگی کنند. مثلاً:
- ✓ اگر در اتوبوس و مترو سیستم صوتی اعلام ایستگاه ها قطع بود، حتماً درخواست کنید تا وصل شود.
- ✓ اگر در خط زردویژه نابینایان مانعی وجود داشت یا وسیله ای قرار داده شده بود، حتماً پیگیری کنید تا مانع برطرف شود.
- ✓ اگر ماشینی روی خط عابر پیاده توقف کرده بود از او بخواهید تا مسیر را مسدود نکند.

شما گفتین

- «مطلب ستون «بالتازار» در صفحه نوجوان در باره این که «هواپیما چطور به پرواز در می آید؟» به نظرم تکراری بود.
- جوانه:** دوست عزیزم این بالتازار در پاسخ به یکی از سوال های شما نوشته شد و تکراری نبود.
- لطفاً در بخش کلاس زبان، خانم قاسمی در صفحه نوجوان توضیح دهند که چه فرقی است بین say و tell و این که هر کدام را در چه موقعیتی باید به کار ببریم.
- جوانه:** پیامت به دست نویسنده این ستون رسید دوست من. به زودی توضیح این نکته رو در کلاس زبان، می خونی.

خانم گل آسیا

آشنایی با حرفه فوتسال از زبان فرشته کریمی، فوق ستاره فوتسال آسیا



مهدیس مرادیان | روزنامه نگار

من کی ام؟
فرشته کریمی هستم، ۳۰ ساله، عضو تیم ملی فوتسال زنان ایران و یکی از ۱۰ بازیکن برتر فوتسال زنان جهان در سال ۲۰۱۳ به انتخاب سایت «فوتسال پلنت».

چطور وارد این رشته شدم؟

در دوران مدرسه با همه توپ ها فوتسال بازی می کردم. در ۱۵ سالگی بنا به علاقه و استعداد ذاتی ام در فوتسال، وارد این حرفه شدم اما به دلیل کم بودن سنم و این که آن زمان نه تیم ملی فوتسال زنان داشتیم و نه باشگاه های تمرینی به شکل مرسوم کنونی وجود داشت، خانواده نگران این تصمیم و علاقه بودند. به هر حال تمام تلاش ها را برای ورود به این رشته کردم و موفق هم شدم.

یک فوتسالیست خانم باید چه ویژگی هایی داشته باشد؟

برای فوتسال، وضعیت جسمانی و روحیه خاصی نیاز نیست. هر کسی ۳۰ درصد استعداد بازی کردن داشته باشد، با تمرین می تواند تجربیات مورد نیازش را کسب کند و سطحش را بالا ببرد. البته سختی ها کم نیست و باید بتوانید از پیشش بر بیایید. من در اولین اردوی تیم ملی فقط ۱۵ سال داشتم و به دلیل دوری از خانواده، از نظر روحی تحت فشار بودم اما مشکلات به مرور حل شد.

فوتسالیست بودن چه سختی هایی دارد؟

یک فوتسالیست باید همیشه آمادگی جسمانی داشته باشد و مرتب با ورزش، شنا، بدن سازی و فیزیوتراپی بدنش را آماده نگه دارد. تبعیض ها و تفاوت قائل شدن ها بین بازیکنان زن و مرد کمی آدم را دل سرد می کند اما اتحاد بازیکن با هم تیمی هایش همیشه به او احساس قدرت می دهد و این سختی ها را کمتر نگ می کند.

شما چطور می توانید فوتسالیست شوید؟

تا جایی که من می دانم خیلی از بازیکنان ملی پوش در شهر خودشان یک مدرسه فوتبال یا فوتسال تاسیس کرده اند و علاقه مندان به این رشته با تهیه یک جفت کفش و یک توپ و مانع می شوند با هزینه ای جزئی کارشان را شروع کنند. به تازگی در مدارس هم تیم های فوتسال تشکیل می شود که بچه ها از این طریق می توانند خودشان را به چالش بکشند و استعدادشان را کشف کنند.

سبز انگشتی

چرا نباید صدف های توی ساحل را جمع کنیم؟



مریم ملی | روزنامه نگار

شما هم وقتی به ساحل دریا می روید از دیدن آن همه صدف و گوش ماهی های متنوع و رنگی ذوقا رده می شوید و به این فکر می افتید که چندتای شان را جمع کنید و به خانه ببرید؟ اگر جواب مثبت است، سبز انگشتی این هفته را حتماً بخوانید.



صدف ها و گوش ماهی های توی ساحل، خانه های یک موجود خیلی کوچک، منزوی و آسیب پذیر به اسم «خرچنگ هرمیت» است.

با کم شدن تعداد صدف های کنار دریا، خرچنگ های کوچک یا خیلی زود شکار می شوند یا از گرما می میرند یا توی آسفال های ساحل گیر می کنند و از بین می روند.

وقتی خرچنگ ها رشد می کنند، دنبال خانه هایی بزرگ تر می گردند و برای همین دایم صدف شان را که شبیه یک خانه اجاره ای است، عوض می کنند.

پس قبل از برداشتن صدف ها یا له کردن شان زیر کفش، یادمان باشد که این ها از روی یک موجود کوچک است که دلش می خواهد یک خانه راحت داشته باشد.

بدن این خرچنگ ها اصلاً تحمل گرما یا آفتاب را ندارد و برای همین توی صدف ها می روند تا از نور و گرما و پرنده ها در امان بمانند.

زمانی که ما صدف های کوچک و بزرگ را از ساحل برمی داریم، خرچنگ های هرمیت بی خانمان می شوند و بعضی های شان توی همان صدف هایی که برداشتیم از ترس یا بی غذایی می میرند.

ویژگی های جالب این حرفه چیست؟

به نظر من این که می توانید در چند ثانیه با یک پاس، گل زیبایی بزنید خیلی جذاب است. برخلاف باور عموم این رشته اصلاً پسرانه نیست. با حمایت خانواده، دختران فوتسالیست می توانند از خودشان شخصیتی بسازند که هم درون زمین برای موفقیت تیم بجنگد و هم بیرون زمین، لطافت های زنانه اش را حفظ کند. ما به عنوان الگو در این ورزش طوری زندگی می کنیم که این موضوع مشهود باشد و از دل نگرانی خانواده هایی که فرزندان شان به این رشته علاقه دارند، کاسته شود. زنان فوتسالیست درون زمین بازیکن هستند و بیرون از آن باید بلد باشند نقش شان را به عنوان مادر یا دختر درست انجام بدهند.

چه آینده ای پیش روی یک خانم فوتسالیست است؟

فوتسال، اعتماد به نفس را بالا می برد. از آن جایی که این ورزش بر پایه کار گروهی است و عوامل فردی در آن چندان اهمیت ندارد، بازیکن با هدف کمک کردن به رشد دیگران تلاش می کند و موفقیت جمعی را موفقیت خودش می داند؛ این جنبه از فوتسال، به رشد شخصیتی افراد کمک می کند. از لحاظ حرفه ای هم وقتی یک بازیکن تازه کار در زمین خودش را خوب نشان بدهد، سال بعد می تواند قرارداد هایی با بار مالی نسبتاً خوب ببندد. البته این را هم بگویم که فوتسال یک حرفه تمام وقت است و نمی شود در کنار آن شغل دیگری داشت. ملی پوش های این حرفه، وضعیت مالی چندان خوبی ندارند اما مطمئن هستم این قبیل مشکلات در آینده رفع خواهد شد.