



جزیره‌ای افسانه‌ای با هزار گونه جانوری

فاطمه قاسمی | روزنامه نگار



ماداگاسکار برای اغلب مامعادل تصویری از پویانمایی مشهور «ماداگاسکار» است و احتمالا چیز بیشتری از این سرزمین نمی‌دانیم. کشور ماداگاسکار، جزیره‌ای در شرق آفریقا و چهارمین جزیره بزرگ روی زمین است که حدود یک سوم کشور ماست. ۷۵ درصد گونه‌های گیاهی و جانوری ماداگاسکار، بومی این جزیره‌اند و در جاهای دیگر دیده نمی‌شوند. مثلاً «لمورها» حیواناتی شبیه به میمون سانان از جانوران قدیمی، دوست‌داشتنی و مقدس ماداگاسکار و در واقع نماد این جزیره هستند. لمورها، شخصیت بامزه «شاه جولیان» در پویانمایی «ماداگاسکار» را به ذهن ما می‌آورند. بیش از ۶۰ گونه لمور در ماداگاسکار وجود دارند که ۱۷ گونه آن در معرض انقراض هستند. درخت‌های وارونه و هزار ساله «باتوباب» هم یکی از جاذبه‌های گردشگری این جزیره است؛ وقتی برگ‌های باتوباب می‌ریزد، شبیه درختی فرو رفته در زمین می‌شود که ریشه‌هایش رو به آسمان است. حالا که به ماداگاسکار سفر کرده‌ایم، بد نیست کمی از آیین عجیب این مردم برای ادای احترام به مردگان‌شان هم بدانیم. خانواده‌های ثروتمند هر هفت سال یک بار، سفره‌ای پر از غذاهای متنوع و رنگین پهن و وابستگان مردگان را به مراسم «فامادیهانا» دعوت می‌کنند. ادای احترام به مردگان با پایکوبی و دادن هدیه‌هایی به مرده انجام می‌شود. ماداگاسکار ی‌ها بر این باورند که برگزاری این مراسم به حفظ روابط فامیلی میان زنده‌ها هم کمک می‌کند.

منابع: tripadvisor, lastsecond



گفت و گو

گفت و گو با بوکسور نوجوانی که به تازگی استعداد برتر آسیا شناخته شده است

دست‌های قدرتمند و پاهای چابک

صادق جهانی | خبرنگار



هنوز ۱۵ ماهی از ورودش به دنیای بوکس نمی‌گذرد که قدراسپیون بوکس آسیا به دلیل توانایی و به کارگیری تکنیک‌های بدیع‌اش در مشت‌زنی او را به عنوان یکی از استعداد های برتر قاره آسیا در ده سنی نوجوانان معرفی می‌کند. صحبت از «سام صادقی»، بوکسور کرمانشاهی است که از قضا ورودش به دوره نوجوانی مقارن با کسب چنین افتخار بزرگی شده است. در جوانه امروز، سام ۱۲ ساله از علاقه، انتخاب شدنش به عنوان استعداد برتر و اهداف ورزشی‌اش در بوکس می‌گوید.

چطور شد که به این رشته علاقه‌مند شدی؟

واقعیتش اوایل به بوکس علاقه‌ای نداشتم اما وقتی کار آقای «اشکان طاهری»، مربی خوبم را دیدم به بوکس علاقه‌مند شدم. آقای طاهری لطف بزرگی در حق من و نوجوانان دیگر کردند؛ به ما رایگان آموزش می‌دهند و خیلی از من حمایت می‌کنند.

بوکس با چیزی که در سریال‌ها و فیلم‌های سینمایی می‌بینیم چه تفاوتی دارد؟

بوکسی که در فیلم‌های ببینم خیلی آسان است. حرف‌ها یا دو حرکت همدیگر را می‌زنند اما در واقعیت باید زیاد تلاش کرد. همچنین مدت رقابت هم زمان بر و طولانی‌تر است و بوکسور باید خیلی سختی بکشد تا حریفش را شکست دهد.

این ورزش چه روحیات و مهارت‌هایی به تو اضافه کرده است که بیرون از رینگ هم به کارت بیاید؟

من قبل از این که به بوکس روی بیاورم، استرس زیادی داشتم؛ گاهی دست و پایم می‌لرزد و بدنم یخ می‌کرد. ولی از زمانی که بوکس کار می‌کنم برای هیچ چیز استرس ندارم. علاوه بر این، آمادگی دفاعی بدنم هم بیشتر شده است.

مدت زیادی نیست به طور حرفه‌ای ورزش می‌کنی، چرا فدراسیون توراستعداد برتر معرفی کرده است؟

به خاطر تکنیک و سرعت دست‌هایم بود که استعداد برتر قاره آسیا شناخته شدم. منظورم از تکنیک این است که وقتی حریف بر ایم مشت می‌اندازد، من با فنون خاص خودم مشتش را رد می‌کنم. اگر هم با حریف چتری روبه‌رو شوم، کاری می‌کنم دستانش را باز کند که به بدنش مشت بزنم.

کمی درباره تکنیک‌های بوکس برای‌مان توضیح بده.

بوکس در مجموع شش تکنیک دارد و چیزی که در این رشته

سبز انگشتی

مطمئنی

خاموشش کردی؟

مربی ملی | روزنامه نگار

در روزهایی که گذشت، ممکن است برق خانه شما هم قطع شده باشد و لابد شنیده‌اید که همه‌جا حرف از صرفه‌جویی در مصرف برق است. گاهی ما بدون این که بخواهیم و حتی بدانیم در حال مصرف کردن برق هستیم، بطوری؟ مثلاً وقت‌هایی که دوشاخه و سابل برقی را بدون آن که بهشان نیازی داشته باشیم، از برق نمی‌کشیم و آن‌ها هم کلی انرژی مصرف می‌کنند. بیا بیاید این موضوع را کمی دقیق‌تر بررسی کنیم.



✓ تلویزیون خاموش سالانه ۲۲۷ کیلووات برق مصرف می‌کند.

✓ شارژرها وقتی در پریز برق باقی بمانند، حتی وقتی هیچ وسیله الکترونیکی به آن‌ها وصل نباشد، حدود نیم‌وات برق مصرف می‌کنند.

✓ لپ‌تاپ و رایانه خانگی وقتی خاموش می‌شوند اما همچنان به پریز برق متصل هستند تا ۹۶ وات برق مصرف می‌کنند. اگر روی حالت «استندبای» باشند، مصرف‌شان ۱/۵ برابر بیشتر می‌شود.

✓ اسپیکر در حالتی که به پریز متصل باشد، ۱۵ وات برق مصرف می‌کند و در حالت استندبای ۳/۰ وات.

✓ ما با همین کار ساده و کوچک یعنی کشیدن دوشاخه و سابل برقی که از شان استفاده نمی‌کنیم، می‌توانیم هم در کمتر شدن مبلغ قبض برق خانه کمک کنیم و هم جلوی گرم شدن زمین و آسیب رسیدن به محیط زیست را بگیریم.

نکته: برای مقایسه اعداد، خوب است بدانید بیشتر لامپ‌های قدیمی و غیر کم‌مصرفی که در خانه‌ها استفاده می‌شود، ۱۰۰ وات هستند.

گالری



صحنه‌ای نادر از دور هم جمع شدن خانواده جغد‌ها

عکس از: theguardian.com

روزهای زوج

شوخی

برای این کارتون یک دیالوگ بامزه بنویسید
بهترین دیالوگ‌ها هفته بعد همین جا چاپ می‌شوند



newspiccartoon

نرگس عزیزی | روزنامه نگار

بعید است نوجوان باشید و از کتاب‌های داستان ژانر وحشت چیزی نشنیده باشید یا خواننده آن‌ها نباشید. در این مطلب می‌خواهیم به برخی از فوایدی که این کتاب‌ها دارند بپردازیم تا اگر اهل خواندن این سبک کتاب‌ها هستید یا خیالی راحت‌تر از خواندن‌شان لذت ببرید و اگر هم تا به حال سراغ این کتاب‌ها نرفته‌اید، شانس‌ی جدید برای این کتاب‌ها قائل شوید.

کتاب‌هایی باحال و پراز هیجان

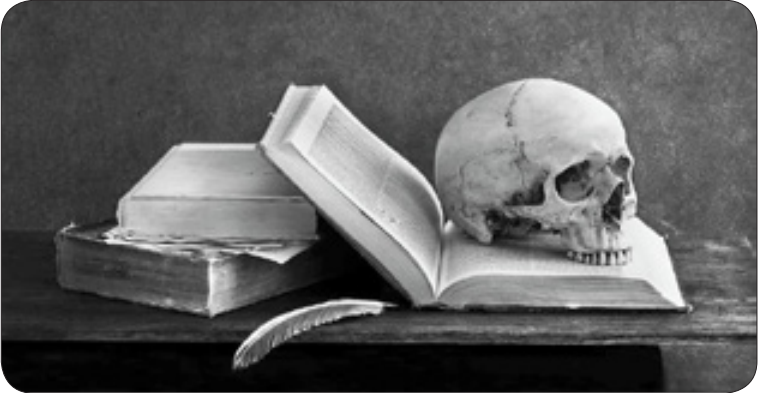
اغلب نوجوانان به دلیل هیجان این کتاب‌هاست که سراغ آن‌ها می‌روند اما خب تا صحبت از هیجان کتاب‌های ژانر وحشت می‌شود، برخی از بزرگ سالان سری تکان می‌دهند و می‌گویند «بله دیگه داستان خشن هیجان هم داره». جالب است بدانید، مطالعات دلیل هیجان بالای این کتاب‌ها را بخش‌های خشن آن‌ها نمی‌دانند. مطالعه‌ای در دانشگاه «آز برگ» آلمان نشان می‌دهد آن چیزی که این کتاب‌ها را جذاب و پرهیجان می‌کند، توصیف‌های خشن نیست بلکه توصیف‌های مربوط به فرار کردن و نجات پیدا کردن است.

وقتی می‌فهمیم در ترسیدن تنها نیستیم

اغلب ما هر چند از چیزهایی می‌ترسیم اما درباره آن‌ها صحبت نمی‌کنیم. این صحبت نکردن در خصوص ترس‌ها باعث شده است درباره این که دیگران با ترس‌های‌شان چه می‌کنند، کمتر چیزی بشنویم. در این بین کتاب‌های ژانر وحشت اما فرصت جدیدی به ما می‌دهند؛ این که بتوانیم از واکنش افراد وقتی می‌ترسند، بخوانیم؛ ببینیم آن‌ها چطور با ترس‌های‌شان کنار می‌آیند و به این ترتیب ایده‌هایی هم درباره این که چطور می‌توانیم با ترس‌های‌مان کنار بیاییم، پیدا کنیم. برای همین هم است که بسیاری از افراد بعد از خواندن کتاب‌های این ژانر می‌گویند احساس می‌کنند شجاعت‌تر شده‌اند چرا که در واقع یاد گرفته‌اند بهتر با ترس‌های‌شان کنار بیایند.

آرام آرام پیش بروید

درست است که کتاب‌های ژانر وحشت جذاب و باحال هستند اما اگر تا به حال مخاطب این کتاب‌ها نبوده‌اید، پیش از این که سراغ‌شان بروید از افراد آشنا با این ژانر مشورت بخواهید. همچنین بهتر است با توجه به دست‌بندی‌های این کتاب‌ها پیش بروید. به عنوان مثال «داستان ترسناک» شامل کتاب‌هایی است که برای آشنا شدن با این ژانر مناسب‌تر است و دسته «ژانر وحشت» شامل کتاب‌هایی است که به خواننده‌های حرفه‌ای‌تر این سبک داستان‌ها پیشنهاد می‌شود.



شما گفتین

مقاله «سایه سیاه» به قلم «یگانه حاجی آبادی» مندرج در صفحه آخر زندگی‌سلام، واقعا عالی بود. با خوندنش به قلم توانای نامبرده‌ی بر دم و پا ادامه نوشتن، مطمئنم آینده خوبی در این عرصه خواهد داشت.

جوانه: حتما همین طوره. همه دوستان دست به قلم ما کارشون درسته.

کمیک صفحه نوجوان خیلی خنده‌دار بود. امیدوارم اینفلوئنسر ها از تون شاکی نشن. خخخ.

جوانه: خوشحالیم که خوشت اومده. شاکی چرا؟ شوخی بود دیگه.

در ستون معرفی شغل در صفحه جوانه، شغل بازاریابی رو هم معرفی کنین. می‌گن توش خیلی پوله، واقعا درسته؟

جوانه: از پیشنهادت ممنونیم دوست عزیز.

واقعا شش ماه از عمر انسان هاپشت چراغ قرمز تلف می‌شه؟ چقدر ترسناک! در صفحه جوانه، نکات امیدوار کننده بزنین لطفا.

جوانه: حتما دوست من البته که نکته‌نا امیدوار کننده‌ای به نظر نمی‌رسه، می‌تونیم با بقیه عمر مون کار مفیدی انجام بدیم.

مطلب «برق تروتمیز چطور تولید می‌شود؟» رو که در صفحه نوجوان چاپ شده، ارسال کنین برای مسئولان شرکت برق که به جای قطع کردن برق، دنبال راه‌حل‌های دیگری باشن. والا، این مطلب چه به دردمای خوره آخه؟

جوانه: دوست عزیزم هدف از نوشتن این طور مطالب بالا بردن آگاهی و اطلاعاته.