گالری

رفقا سلام!
«پیام دادم که بگم دلم نمی‌خواست
ناراحت کنم. بابت حرفی که زدم،
عذرخواهی می‌کنم. امیدوارم منو ببخشی و اجازه
بدی که رفتار اشتباهمو جبران کنم». این پیامو برای کی باید
بدی که رفتار اشتباهمو جبران کنم». این پیامو برای کی باید
پرسستی؟ خواهرت، برادرت، دوستت، مامانت؟ دست به که عذرخواهی
کردن سخته ولی نشونه ضعف نیست. ادمای محترم و شجاع، مسئولیت
اشتباهشونو می‌پذیرن و بابتش معذرت می‌خوان. خب چه فرصتی بهتر از
امروز که روز جهانی آشتیه؟
شماره پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

عکس از: guardian

ملاقات پاییز و زمستان

نوجوان موفق

گپی با یک نوجوان باستانی‌کار که به تازگی در مسابقات ورزش زورخانه‌ای نوجوانان کشور مدال طلا به دست آورده است

زورخانه آموزشگاه مرام پهلوانی است

الهه توانا | روزنامه نگار

مرشد، ضرب می‌گیرد و با صدای گرمش ریتم ضرب را همراهی می‌کند. از در کوتاه زورخانه، پهلوانی با سر خمیده به نشانه فروتنی وارد می‌شود. مرشد زنگ بالای سرش را به صدا درمی‌آورد و همه برای سلامتی پهلوان پیش کسوت صلوات می‌فرستند. ورزشکاران از بزرگ به کوچک، یکی یکی وارد گود می‌شوند. «میان‌دار» حرکات ورزشی را رهبری می‌کند و نمایشی زیبا و هماهنگ شروع می‌شود. اگر چنین صحنه‌ای را فقط در فیلم‌ها و سریال‌ها دیده‌اید، گفت‌وگوی امروز جوانه را از دست ندهید. «محمدرضا شعبانی» باستانی‌کار ۱۶ ساله اهل کازرون، از پنج سال پیش تاکنون بیشتر روزهایش را در زورخانه گذرانده است. او که دو مدال طلا و دو نقره کشوری در کارنامه‌اش دارد و در مسابقات ورزش‌های زورخانه‌ای نوجوانان، تابستان امسال هم در رشته «سنگ» مدال طلا به دست آورده است، گفتنی‌هایی درباره این ورزش دارد.

۱ چطور سر از زورخانه درآوردی؟

۱۱ ساله که بودم، یکی از اقوام‌مان زورخانه‌ای تأسیس کرد و به من پیشنهاد داد سری به آن جا بزنم. تا قبل از آن هیچ تصوری از ورزش زورخانه‌ای نداشتم و حتی اسمش را هم نشنیده بودم. همه چیز این ورزش برایم عجیب بود؛ نمی‌فهمیدم چطور ورزشکارها می‌شویم، می‌گوییم «سلامتی بزرگ‌هایی که حق‌شان را دادند» به کوچک‌ترهاء ورزش باستانی، دورِ رشته تیمی و انفرادی دارد و در همه گروه‌های سنی با تفاوت‌های جزئی مسابقات برگزار می‌کند. مثلا در شاخه «میل» از رشته‌های انفرادی، میل سنگین مخصوص بزرگ‌سالان است و رده‌های نونهال و نوجوان با میل‌های سبک ۵۰۰ و ۷۰۰ گرمی کار می‌کنند. سنگ، کباده و چرخ، دیگر شاخه‌های رشته انفرادی هستند.

۲ تمرین‌های ورزش زورخانه‌ای به چه صورت است؟

در زمان‌های قدیم مردم از صبح تا بعدازظهر سر کار بودند و بعد از نماز شب به زورخانه می‌رفتند. برای همین از همان موقع زمان ورزش زورخانه‌ای ساعت ۸ تا ۱۰ شب است. این دروقتِ زمان ماست، یعنی همان بخشی که می‌رویم توی گود. غیر از این زمان سه جلسه در هفته، سه ماه قبل از مسابقات روزی ۵ ساعت تمرین می‌کنیم. تمرینی بسیار سخت که مثل همه ورزش‌های حرفه‌ای دیگر آسیب‌ها و سختی‌های خودش را دارد اما وقتی در مسابقات استوان را به‌عنوان برنده می‌خوانند و روی سکو می‌روید، همه سختی‌ها فراموش می‌شود. تمرینات ورزش زورخانه‌ای معلوم‌الحال نیست و قسمت مرام پهلوانی آن در زندگی شخصی به کار می‌آید. مرام پهلوانی به شما یاد می‌دهد که با ادب و پاکدامن باشید، کار خیر انجام دهید و از نیازمندان دستگیری کنید. خب البته بعضی‌ها از کار من مرام پهلوانی را فقط تا وقتی در زور خانه هستند، رعایت می‌کنند و بیرون از گود همه چیز را از یاد می‌برند اما اصل ورزش پهلوانی آن است که بیرون از زورخانه هم طوری رفتار کنی که هر کس تو را ببیند، یاد گرفته‌ای.

۳ رشته‌ورزشی ات چه چیزهایی به تو یاد داده است؟

زورخانه یک جنبه ورزشی دارد و یک جنبه پهلوانی. بخش ورزشی اش مثل دیگر رشته‌ها شامل افزایش توان و قدرت بدنی و مدال‌آوری است و قسمت مرام پهلوانی اش در زندگی شخصی به کار می‌آید. مرام پهلوانی به شما یاد می‌دهد که با ادب و پاکدامن باشید، کار خیر انجام دهید و از نیازمندان دستگیری کنید. خب البته بعضی‌ها از کار من مرام پهلوانی را فقط تصور نادرستی وجود دارد مبنی بر این که

کلاس زبان

شبه‌ولی متفاوت

cheap (/tʃi:p/)
ارزان

مثال:
Your jacket looks cheap.
ترجمه: ژاکت تو ارزان به نظر می‌رسد.

cheep (/tʃi:p/)
جیک‌جیک

مثال:
We heard the birds cheeping in the garden.
ترجمه: صدای جیک‌جیک پرنده‌ها را در باغ شنیدیم.

اطلاعات عمومی

مخترعان نوجوان

معرفی چند نوجوان که برای حل کردن مشکلات کوچک در محیط اطراف‌شان دست به اختراع زده‌اند

عفت زینلی | روزنامه نگار

تا حالا فکر کرده‌اید چطور می‌شود بدون قطع کردن در خنان، کاغذ تولید کرد؟ هیچ‌وقت برای تان سوال پیش آمده که اگر کسی دست نداشته باشد، چطور باید از رایانه استفاده کند؟ یا به این موضوع فکر کرده بودید که چطور می‌شود زباله‌های کف اقیانوس را جمع‌آوری کرد؟ خب دوستان شما به این سوالات فکر و راه‌حل‌های خوبی برای آن‌ها پیدا کرده‌اند. در اطلاعات عمومی این هفته با مخترعان نوجوان خلاق و عاشق محیط‌زیست آشنا می‌شویم. مخترعانی که وقتی هم‌سن‌وسال شما بودند به‌زندگی در دنیایی بهتر فکر می‌کردند، شاید درست مثل خود شما.

دستگاهی برای تشخیص سرب در آب

«گیتانجالی راو» نوجوانی اهل ایالت «میشیگان» آمریکا وقتی ۱۲ ساله بود، با مشکلی در محل زندگی‌اش مواجه شد. سال ۲۰۱۶ ساکنان یکی از شهرهای این ایالت، به دلیل سرب موجود در آب، مسمom شدند. پدر و مادر گیتانجالی، نوارهای تست مصمومی خریدند تا کیفیت آب را بررسی کنند اما بیشتر اوقات نتیجه درست نبود. برای همین گیتانجالی تصمیم گرفت دستگاهی برای تشخیص فلزات سنگین در آب بسازد.

روباتی که کف اقیانوس به‌دنبال زباله می‌گردد

«آنا دو» نوجوانی است عاشق پیاده‌روی در ساحل. آنا وقتی ۱۲ ساله بود، در یکی از پیاده‌روی‌هایش متوجه شد زباله‌های زیادی در ساحل «بوستون» وجود دارد. او سعی کرد آن‌ها را جمع کند اما نتوانست از پس آن همه زباله بربیاید بنابراین تصمیم گرفت دستگاهی بسازد که زباله‌های کف اقیانوس را پیدا و جمع کند. او به آزمایشگاه علمی «یونگ» دعوت شد تا روی بهبود دستگاهش کار کند.

تولید برق از حرکت‌وسایل نقلیه

«دالیتا آچاریا»ی ۱۳ ساله علاقه زیادی به تحقیق درباره منابع انرژی ارزان و تجدیدپذیر دارد. لالیتا یک‌بار که به هند سفر کرده بود، بچه‌هایی را دید که بدون برق زندگی می‌کردند و این موضوع باعث شد به فکر ساختن یک دستگاه تولید برق بیفتد. دستگاه او امواج حاصل از عبور وسایل نقلیه را به برق، تبدیل می‌کند. این دستگاه را می‌توان در تقاطع‌ها و بزرگراه‌های شلوغ نصب کرد.

چراغ‌قوه حرارتی برای مواقع قطع برق

«آن‌ماوسینسکی»۱۶ ساله، اهل کاتادا است. «آن» یک روز داشت با دوستش در فیلیپین تلفنی صحبت می‌کرد و دوستش به او گفت چون برق قطع شده است نمی‌تواند تکالیفش را انجام دهد. در این لحظه ایده اختراع چراغ‌قوه حرارتی به ذهن «آن» رسید. این چراغ‌قوه یک باتری ساعتی دارد که با گرمای بدن کار می‌کند، به باتری نیاز ندارد و محیط‌زیست را آلوده نمی‌کند.

موس رایانه برای افرادی که دست ندارند

«سرگلی خلیاون» وقتی دانش‌آموز دبیرستان بود، تصمیم گرفت یک موس رایانه بسازد که دست‌نداشت کمک کند تا مثل بقیه از رایانه استفاده کند. بنابراین موسی اختراع کرد شبیه به کفش که با انگشتان یا کنترل می‌شود. به گفته سرگلی، خودش در طول یک هفته به این موس عادت کرده‌است و حتی می‌تواند با آن بازی‌های رایانه‌ای انجام دهد.

تولید کاغذ از برگ‌های افتاده

یک دانش‌آموز ۱۸ ساله اوکراینی به نام «والنتین فرچک» ثابت کرد که می‌شود از برگ‌های افتاده کاغذ تولید کرد. این اختراع کمک زیادی به محیط‌زیست می‌کند، چون دیگر لازم نیست برای تولید کاغذ درخت قطع شود. هر برگ برای تولید کاغذ، مناسب است اما برگ بلوط از همه بهتر است. او برای این اختراع در المپیاد ۲۰۱۸ آمریکا مدال طلا گرفت.

نگاتیو

فوتوژورنالیسم در خدمت آگاهی

نجات شکوندی | عکاس

لابد شنیده‌اید که می‌گویند: «ارزش یک عکس از هزاران کلمه بیشتر است»، این جمله به‌نظر معروف‌ترین ضرب‌المثل در دنیای عکاسی است، به‌ویژه وقتی پای عکاسی خبری در میان باشد. به‌عنوان یک تعریف کوتاه شاید بتوان فوتوژورنالیسم را بیان یک داستان از طریق عکس دانست؛ پدیده‌ای جهانی که فارغ از محدوده جغرافیا، زبان و فرهنگ به قصه‌گویی عکاسانه می‌پردازد تا زندگی را مستند کند؛ مثل عکس‌هایی که در رسانه‌های خبری می‌بینیم. این عکس‌ها می‌تواند در بر گیرنده عکاسی مستند، عکاسی تبلیغاتی، عکاسی در صحنه، عکاسی ورزشی یا حتی زندگی جاری انسانی و به تصویر کشیدن شیوه معاصر آن باشد. از آن جایی که این مدل عکاسی می‌تواند تأثیر و واقعیتی بر دیدگاه عمومی داشته باشد، با مسئولیت‌های زیادی همراه است. به‌عنوان مثال یکی از اولین آثار در عکاسی خبری که وضعیت مسکن در نیویورک را به تصویر می‌کشید، منجر به بهبود مقررات پارتمان‌ها شد. در عکاسی خبری چند قاعده باید رعایت شود.

■ **شناسایی سوژه**

در عکاسی خبری، استاندارد متفاوتی نسبت به بقیه سبک‌ها وجود دارد. داستانی که گفته می‌شود باید تا حد امکان به حقیقت عینی نزدیک باشد. اگر شخصی به سوژه اصلی یک کار عکاسی خبری تبدیل شود، داستان نام او اهمیت فزاینده‌ای پیدا می‌کند. این کار به عکس مشروعیت می‌بخشد. منظور آن که در سبک‌های دیگر شناسایی فرد اهمیت ندارد اما در این سبک داستان (عکس شما) باید به‌وسیله کپشن به حقیقت عینی نزدیک شود.

■ **صراحت و سرعت**

فوتوژورنالیسم، بیان داستان‌های واقعی است؛ زمانی که عکاس به‌سادگی و به سرعت آن چه را که در مقابل او اتفاق می‌افتد، بدون هیچ تغییری در وضعیت ثبت می‌کند. ژست آشکار یا اجرای مجدد، چیزی است که باید به دست سینما سپرده شود.

(هر سال در ۲۸ دسامبر، ساکنان شهری در اسپانیا یک گودتای نظامی ساختگی به راه می‌اندازند و به یکدیگر ارز و تخم‌مرغ پرتاب می‌کنند. (Antonio Gibotta

■ **جرئت**

برای به دست آوردن تصاویر منحصر به فرد، عکاس خبر نگار باید دارد دنیایی شود که بیشتر مردم برای ورود به آن ترسیده‌اند. او باید جرئت داشته باشد تا ترس‌های خود غلبه کند، به سوژه‌هایش نزدیک شود، از هیچ پیامدی نترسد و مصمم باشد که یک داستان برجسته بگوید.

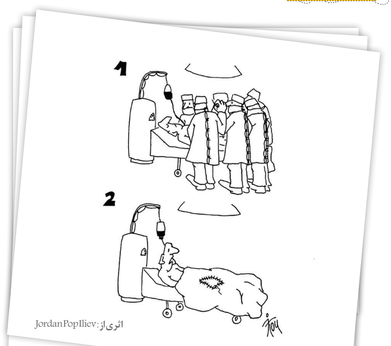
(پناهندگان سعی می‌کنند از یک کمپ برزاد حام یونانی برای رسیدن به مقدونیه خارج شوند. (Vadim Ghirda

■ **ویرایش**

یکی از مهم‌ترین قوانین در عکاسی خبری این است که باید از دستکاری عکس به طور مطلق اجتناب شود. چون تصاویر به‌منظور نمایش صحنه‌های واقعی است، هر گونه دستکاری این هدف را می‌شکند.

(در حالی که مردان یک سه‌چرخه را در محله‌ای در مجاورت یک نیروگاه زغال‌سنگ در شمال استان، شانشی، هل می‌دهند، از پشته‌ها دود بلند می‌شود. (Kevin Frayer

بدون شرح



1

2

اثری از: JordanPopJliev

آثار شما

توشب یلدای منی!

نادیا غفوری | خبرنگار افتخاری جوانه

سلام می‌دوباره به همگی! دوستان من باز آمدم با کلی حرف‌گفتنی. خب، راستش شماتنها کسانی هستید که می‌توانم حرف دلم را بهتان بگویم. شب یلدا که می‌رسد، طبق رسم ایران باستان کوچک‌تر ها به خانه بزرگ‌ترهای فامیل می‌روند ولی متاسفانه خانواده ما به چنین رسمی اعتقاد ندارند و شب یلدا همه می‌آیند خانه کوچک‌ترین عضو فامیل یعنی خانه ما! آخر چرا؟ چرا به رسم ایران باستان بی‌حرمتی می‌کنید؟ خب؛ بزرگانی که این رسم را پایه گذاشتند، به‌رمی‌خورد، نفرین‌تان می‌کنند، بد می‌بینید ها! حالا کو گوش شنوا؟ جالب این جاست هر کسی هم که می‌آید خانه ما فقط آجیل می‌خورد. بابا این همه میوه؟ انار، هندوانه، کلی تنقلات، چرا فقط آجیل؟ راستی چله سرما یلدا هندوانه خور دو وسط این همه میوه زمستانی، هندوانه تابستانی را خواه‌ناخواه می‌خوری که هست، از این که می‌توانم حرف دلم را بهتان بگویم. شب یلدا که کامی‌رسد، طبق رسم ایران باستان کوچک‌ترین عضو فامیل یعنی خانه ما! آخر چرا؟ چرا به رسم ایران باستان بی‌حرمتی می‌کنید؟ خب؛ بزرگانی که این رسم را پایه گذاشتند، به‌رمی‌خورد، نفرین‌تان می‌کنند، بد می‌بینید ها! حالا کو گوش شنوا؟ جالب این جاست هر کسی هم که می‌آید خانه ما فقط آجیل می‌خورد. بابا این همه میوه؟ انار، هندوانه، کلی تنقلات، چرا فقط آجیل؟ راستی گفتم هندوانه، کدام آدم درستی پی برده که در چله سرما باید