گالری

رفقا سلام!

ما بعد از ۲۸ روز برگشتیم.
دلمون حسابی برات تنگ شده بود.
چه کارها کردین این مدت؟ تعطیلات بهتون خوش گذشت؟ تو این هوای خوب و روزهای قشنگ، چی خوندی؟ چی دیدی؟ اگه از ما می‌پرسین، می‌گیم «نوشتن». پس اگه خیلی می‌جسبه؟ اگه از ما می‌پرسین، می‌گیم «نوشتن». پس اگه دست به قلم و اهل کلمه‌این، برامون بنویسین: ستون‌های «پیشنهاد» و «آثار شما» مثل همیشه مشتاق خوندن مطالب شماست.

شماره پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۶۴۰۰

عکس: @tarafian_gir

قورباغه سبز روی گل پامچال از خواب زمستانی بیدار شده است

اطلاعات عمومی

اسرار «رویا»

سری به دنیای خواب می‌زنیم تا از اسرارش سر درآوریم

دنیای خواب و رویا، خیلی وسیع و کنجکاوی برانگیز است. اگر تا حالا سرکی در این عالم کشیده‌ باشید حتما به چیزهای جالبی برخورده‌اید درباره آن که چرا و چطور خوابید می‌بینیم و مغز و بدن‌مان موقع رویا «رویا» می‌خوانید.

دیدن چه چیزهایی را تجربه می‌کند. در اطلاعات عمومی این هفته دانستنی‌های کمتر شنیده‌شده‌ای درباره خواب دیدن و نقاط پنهان

وقتی می‌دانیم که خوابیم!

تا حالا برای تان پیش آمده است که در خواب، وقتی در حال رویا دیدن هستید، به‌آن لحظه آگاه باشید؟ یعنی بدانید چیزی که در حال تجربه کردنش هستید، رویاست؟ به این وضعیت «رویای شفاف / lucid dream» گفته می‌شود که خواب بیننده طی آن می‌تواند نحوه فرتاش در رویا را تاحدودی کنترل کند. البته این موقعیت بسیار نادر است و همه آن را تجربه نمی‌کنند.

وقتی اشتباهی فکر می‌کنیم بیدار ایم!

یک موقعیت عجیب دیگر در رویا که البته از قبلی رایج‌تر است، «رویای بیداری کاذب / False awakening» نامیده می‌شود؛ موقعیتی که فرد فکر می‌کند بیدار شده ولی درواقع هنوز خواب است و رویای بیدار شدن می‌بیند. فرد در بیداری کاذب، کارهایی مانند دوش گرفتن، مسواک زدن و صبحانه خوردن را انجام می‌دهد در حالی که هنوز خواب است و وقتی بیدار می‌شود، می‌فهمد که همه آن کارها در رویا انجام داده است. به‌طور معکوس اتفاق بیفتد، حتی گاهی تا ۱۰ بار که خواب بیننده نمی‌تواند تشخیص دهد که‌آیا قبلا بیدار شده است یا نه.

وقتی در خواب سقوط می‌کنیم

این رویا آن‌چه موقعیت عجیبی است ولی رواج زیادی دارد و خیلی هم تجربه‌اش کرده‌اند؛ سقوط کردن در خواب. رویای افتادن بین همه افراد در همه گروه‌های سنی مشترک است؛ بعضی از کارشناسان خواب می‌گویند این رویا می‌تواند نمادی از بی‌ثباتی باشد که فرد در زندگی‌ می‌تواند احساس کند.

وقتی در خواب تحت تعقیب قرار می‌گیریم

رویای تحت تعقیب قرار گرفتن، یکی از خواب‌های معمولی و تکراری است که در طول زندگی بارها و بارها تجربه‌اش می‌کنیم. گفته می‌شود دلیل دیدن این رویا احتمالا آن است که شخص خواب‌بیننده در عالم واقعیت میل است از چیزی یا کسی اجتناب کند؛ بعضی از کارشناسان خواب هم می‌گویند این رویا احتمالا از خطری قریب‌الوقوع خبر می‌دهد.

وقتی به خواب کب می‌زنیم

گاهی گلایه می‌کنیم که چرا رویاهای‌مان را فراموش می‌کنیم، کارشناسان می‌گویند برای کب زدن به فرایند خواب می‌شود رویاها را به‌خاطر آورد. اگر تیک الگوی خواب مناسب برای خودتان تعیین کنید، بعد از بیدار شدن به‌احتمال بیشتری رویای‌تان را به‌یاد خواهید آورد. علاوه بر این، خواب خوب و کافی در شب، یادآوری رویاها را تقویت می‌کند. بیشتر مردم در طول ۴ تا ۶ ساعت خواب‌شان رویا می‌بینند. با بهبود خواب، دوره REM (مرحله خواب همراه با حرکات سریع چشم که بیشتر رویاها در آن اتفاق می‌افتد) طولانی‌تر می‌شود و رویاهای جالب‌تر و واضح‌تری می‌بینیم. ازطرف دیگر بیدار شدن با زنگ هشدار، یادآوری رویا را سخت‌تر و حتی غیرممکن می‌کند.

منبع: facts.net

مسیر

گفتار درمانی؛ شغلی پر از تنوع و حس خوب

آشنایی با شغل گفتار درمانی در گفت‌وگو با کارشناس این حرفه

الهه توانا | روزنامه نگار

من کی‌ام؟

امیر ملایی هستم، ۲۹ ساله، اهل بیرجند و آسیب‌شناس گفتار و زبان (speech and language pathologist) شما شغل من را با عنوان «گفتار درمانگر» می‌شناسید که اسم کوتاه‌تر و آسان‌تری است اما واژه دقیقی نیست چون همه کارهایی را که در تخصص من هست، توضیح نمی‌دهد.

یک گفتار درمانگر دقیقا چه کار می‌کند؟

کار من توان‌بخشی است و خلاف آن‌چه از کلمه «گفتار درمانی» برمی‌آید، خبری از درمان و پیشگیری در آن نیست؛ به‌علاوه فقط به «گفتار» هم محدود نمی‌شود. شاید بدانید که گفتار درمانی تنها مرتبط با بچه‌ها نیست و ما از هر سن و سالی مراجع داریم. حیطه کاری‌مان هم خیلی وسیع است؛ عقب‌ماندگی ذهنی، کم‌شنوایی یا ناشنوایی، سندروم داون، اوتیسم، بیش‌فعالی، لکنت، اختلالات یادگیری (اختلال خواندن، نوشتن، ریاضیات)، اختلالات تولید زبان مثل اختلال تلفظی، اختلالات بلع (در نوزادها و در بزرگ سالانی که به‌دلایلی مثل سکته عملکرد دهانی- حلقی‌شان دچار مشکل شده است) و مشکلات صوت و حنجره که این مورد آخر از حوزه‌های مورد علاقه من است؛ یعنی کار با کسانی که کاربر حرفه‌ای صوت هستند مثل خواننده‌ها، معلم‌ها، گویندگان رادیو، مداح‌ها و... که به هر دلیلی حنجره‌شان دچار مشکل می‌شود و من به آن‌ها کمک می‌کنم به شرایط عادی برگردند. روال کار ما معمولا این‌طور است که ابتدا یک پزشک متخصص، بیمار را معاینه می‌کند؛ بعد او را به ما ارجاع می‌دهد و ما یک سری تمرین و توصیه غذایی، کار توان‌بخشی را انجام می‌دهیم.

شما چطور می‌توانید همکار من شوید؟

خب شما در دبیرستان، رشته تجربی می‌خوانید و در کنکور، گفتار درمانی را انتخاب می‌کنید که در رده دوم رشته‌های پرطرفدار قرار دارد، رده اول متعلق به گروه پزشکی، دندان‌پزشکی و داروسازی است که بالاترین رتبه را برای قبولی می‌خواهند و بیشترین طرفدار را دارند. بعد از آن دام‌پزشکی و رشته‌های گروه توان‌بخشی مثل فیزیوتراپی، کاردرمانی، بینایی‌سنجی و گفتار درمانی قرار دارد که با رتبه‌های چهاررقمی خوب می‌شود در این رشته‌ها وارد دانشگاه دولتی شد. در رشته گفتار درمانی، بعد از دوره کارشناسی می‌توانید مستقیما وارد بازار کار شوید و پروانه کلینیک و شماره نظام‌پزشکی بگیرید و اگر دوست داشته باشید می‌توانید تحصیلات‌تان را تا مقطع دکتری ادامه بدهید. بعد از دانش‌آموختگی می‌توانید در بهزیستی، ادارات مرتبط یا وزارت بهداشت و درمان و هلال احمر مشغول کار شوید و همچنین کلینیک خصوصی خودتان را داشته باشید. بعضی از درمانگرها در قالب هم‌ویزیت (ویزیت خانگی) هم کار می‌کنند و به کسانی که نمی‌توانند یا نمی‌خواهند از خانه بیرون بیایند، خدمات می‌دهند.

این رشته برای چه کسانی مناسب‌تر است؟

اگر از کمک کردن به دیگران لذت می‌برید و نسبت به معلولیت، حساسیت و رقت قلب زیادی ندارید، کار در رشته گفتار درمانی می‌تواند برای‌تان جالب باشد. زمان کاری در شغل ما خلاف رشته‌هایی مثل پرستاری، هوشبری، علوم‌آزمایشگاهی و... ثابت و منظم است. خب از خون و صحنه‌های ناراحت کننده هم که خبری نیست. شما باید مدت‌زمان مشخصی در ماه کار کنید اما روز و ساعتش دست خودتان است. در تعطیلات رسمی هم تعطیل هستید اما خب وقتی کار نکنید، حقوقی هم در کار نخواهد بود مگر آن‌که در استخدام جایی باشید که احتمالش کم است. درواقع گفتار درمانی به نوعی کار آزاد محسوب می‌شود یعنی شما باید به بازار کار مسلط باشید و بتوانید با دیگران وارد رقابت شوید.

کار من توان‌بخشی است و خلاف آن‌چه از کلمه «گفتار درمانی» برمی‌آید، خبری از درمان و پیشگیری در آن نیست؛ به‌علاوه فقط به «گفتار» هم محدود نمی‌شود. شاید بدانید که گفتار درمانی تنها مرتبط با بچه‌ها نیست و ما از هر سن و سالی مراجع داریم

سخنی‌ها و شیرینی‌های شغل من چیست؟

تعداد دانشجویان دانش آموخته گفتار درمانی از تعداد جایگاه‌های شغلی این رشته در کشور ما بیشتر است و می‌شود گفت سخت‌ترین بخش کار ما، وجه اقتصادی است اما تجربه خوشایند کمک کردن به دیگران، شیرینی دلچسبی است که زحمت و سختی را از یاد‌مان می‌برد. از آن‌جایی که ما با دارو سر و کار نداریم، به نتیجه رسیدن تلاش‌های‌مان، زمان زیادی می‌برد اما وقتی به‌ثمر می‌رسد، بسیار لذت‌بخش است. مدتی پیش والدین کودک پنج ساله‌ای به من مراجعه کردند که تأخیر در رشد گفتار داشت و نمی‌توانست صحبت کند. آن کودک حالا کامل صحبت می‌کند و این تجربه برای من با هیچ چیز دیگری قابل مقایسه نیست.

کلاس زبان

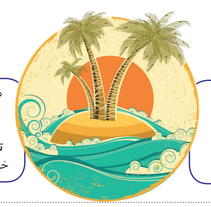
شبیه ولی متفاوت

فاطمه قاسمی | مترجم

این جا با هم زبان تمرین می‌کنیم. به ما بگویید یاد گرفتن چه چیزهایی در زبان انگلیسی برای تان سخت‌تر یا راه‌آسان‌تر کردنش را با هم پیدا کنید.

Isle (/aɪl/)
جزیره

مثال:
The Australian seas are rife with uninhabited isles.
ترجمه: دریاهای استرالیا پر از جزایر خالی از سکنه است.



Aisle (/aɪl/)
راهرو

مثال:
You'll find the shampoo and the soap in the fourth aisle.
ترجمه: شامپو و صابون را در راهروی چهارم پیدا خواهید کرد.

سینما تو گراف

آشنایی با ژانرهای سینمایی

دوژانر کمدی و ترسناک را که از پرطرفدارترین سبک‌های فیلم در جهان هستند، بشناسید

نجات شکوندی | روزنامه نگار

خب خب، سال نو مبارک. در این قسمت هم قصد داریم به روال سال گذشته به معرفی برخی از ژانرهای مهم سینما بپردازیم. همان‌طور که گفتیم ژانر، واژه‌ای است فرانسوی (Genre) به معنای گونه و نوع. کلیت فیلم و چارچوبی که داستان فیلم براساس و حول محور آن می‌چرخد و با سبک فرق می‌کند. در این قسمت به معرفی دو ژانر معروف و تأثیرگذار سینما، یعنی کمدی و ترسناک و زیرشاخه‌های آن‌ها می‌پردازیم.

کمدی (Comedy)

کمدی همان گونه که از اسمش مشخص می‌شود، برای سرگرمی و خنده ساخته شده است. در این ژانر که از قدیمی‌ترین گونه‌های سینما است، فیلم‌ساز با میالغه در موقعیت، زبان و شخصیت‌ها سعی می‌کند کمبودها، اشتباهات و سرخوردگی‌های زندگی را به گونه‌ای خنده‌دار نشان دهد. در کمدی اغلب پایان خوش است. کمدی‌ها معمولا در دو قالب کلی ارائه می‌شوند: کمدی کلامی و کمدی‌های موقعیتی. گاهی هم این دو سبک با هم ترکیب می‌شوند. در ادامه چند سبک کمدی را بررسی می‌کنیم.

کمدی اسلپ‌استیک| اسلپ‌استیک که به کمدی بزن‌وبکوب هم ترجمه می‌شود، گونه‌ای کمدی است که در آن تحرک بدنی نقش اصلی را بازی می‌کند و فیلم‌ها پر از صحنه‌های حرکت و جنجال و زدوخورد و سروصدا و مسخره‌بازی است. استاد مسلم این سبک را چارلی چاپلین، بزرگ است.

کمدی اسکروبال| این کمدی محصول دهه ۳۰ قرن بیستم میلادی در آمریکای غرق در رکود اقتصادی است که به انتقاد علیه طبقه ثروتمند می‌پردازد و در پایان هم معمولا با ازدواج دختر ثروتمند و پسر فقیر تمام می‌شد. شاید بد نباشد برای درک بهتر این سبک، سری به فیلم «مدرسه راک» بزنید.

کمدی درام| شاید ابتدا به‌نظر برسد که خنده و گریه دو احساس متضاد و دو قطب مخالف هستند اما برخی از آثار سینمایی قادرند توجه مخاطب را به یک آمیزه بزرگ از داستان سرایی مهیج و هیستریک با چاشنی درام معطوف کنند. باور ندارید؟ فیلم «احمق و احمق‌تر» را ببینید.

کمدی سیاه| در زمان جنگ جهانی دوم و دوران جنگ سرد مردم میل و غریزی به تماشای فیلم‌های کمدی نداشتند؛ این مسئله باعث به‌وجود آمدن شکل دیگری از فیلم‌های کمدی شد که بیشتر تلخ بود تا خنده‌دار. شاید فیلم‌به «بالانگاه‌نکن» مثال بدی نباشد.

ترسناک (Horror)

وحشت یا ترسناک ژانری است که از راه‌های مختلف، ترس را به همراه هیجان حاکی از درد و رنج به مانشان می‌دهد. در این فیلم‌ها ترس اغلب با استفاده از وحشت از ناشناخته‌ها و کابوس‌ها به بیننده القا می‌شود. استفاده از نورهای پرکنتراست، فضاهای مرموز و مه‌آلود و همچنین نورپردازی با مایه‌های تیره از ویژگی‌های این گونه است. در ادامه چند سبک از این ژانر پرطرفدار را بررسی می‌کنیم.

ترسناک ماوراءالطبیعه| این ژانر بر شخصیت‌هایی تمرکز دارد که موجودات زنده نیستند. در این فیلم‌ها معمولا ارواح بینندگان را می‌ترسانند و بدون نیاز به حضور فیزیکی، ترس ایجاد می‌کنند. مثل جابه‌جایی ناگهانی مبل‌ها در سری فیلم‌های «احضار».

ترسناک سلاخی| سلاخی یا «اسلشر» گونه‌ای از فیلم‌های ترسناک است که در آن‌ها قاتل معمولا دچار مشکلات روانی است و یک یا چند قربانی را با وسیله‌ای نوک‌تیز مانند چاقو به قتل می‌رساند.

ترسناک خون‌آشام| این ژانر معروف که از ادبیات انگلستان وارد سینما شده است، به گونه‌ای از انسان‌ها اشاره دارد که دارای قدرت ماورایی هستند و از خون انسان تغذیه می‌کنند. می‌گوییدند، فیلم «سفر به ماوراء» را ببینید.

ترسناک کمدی| احتمالا سرگرم‌کننده‌ترین گونه در بین تمام فیلم‌های ترسناک این ژانر باشد چون همان‌قدر که بیننده را به سمت وحشت می‌برد، او را هم می‌خنداند. برای تجربه این دوگانه جذاب به تماشای فیلم «شاون مردگان» بنشینید.

منبع: lafilm.edu

بدانیم

با ترس از حرف‌زدن در کلاس حضوری چه کنیم؟

بازشدن مدرسه‌ها بعد از خانه‌نشینی طولانی‌مدت، برای چالش‌های تازه‌ای رقم زده که ما به‌بودن در خلوت خودمان عادت کرده‌بودیم. حالا دوباره در جمع هستیم. شما ساکت‌اید و حرف نمی‌زنید؟ حرف زدن در برابر دیگران، می‌تواند برای همه‌اضطراب‌آور باشد. در ادامه چند نکته ساده را با هم تمرین می‌کنیم تا برای حرف‌زدن در موقعیت‌های عمومی، اعتماد به‌نفس بیشتری داشته‌باشیم.

۱ نبود راحتی را بپذیرید اما تسلیم نشوید

اشکالی ندارد که در بعضی از موقعیت‌ها احساس اضطراب، ترس و خجالت کنید. وقتی با چالش‌هایی مثل بیرون رفتن از منطقه امن خود مواجه می‌شوید، بیشترین رشد را خواهید داشت. به همه موقعیت‌هایی فکر کنید که برای دست‌یابی به چیزی تلاش کرده‌اید؛ دویدن یک مسافت طولانی در مسابقه دو یا اداگرفتن یک دستور غذای جدید، به‌دست آوردن مهارت در نوازندگی و... . بعد از تجربه کردن این تلاش‌ها پر از تحت و سخت، چه احساسی داشته‌اید؟ رسیدن به هدف، نه‌تنها اعتماد به‌نفس ما را افزایش می‌دهد بلکه احساس خوشایندی هم در پی دارد. بنابراین در موقعیت‌های دشواری قرار می‌گیرید که در آن‌ها احساس راحتی ندارید، به‌جای اجتناب آن‌ها را به‌عنوان چالش شخصی در نظر بگیرید.

۲ به صداهای آزاردهنده گوش ندهید

وقتی با چالشی روبه‌رو می‌شوید، ممکن است صدای آزاردهنده‌ای بشنوید که مدام‌زمزمه می‌کند «تو به‌اندازه کافی خوب/باهوش نیستی». گاهی این صداها از باورهای عمیق شما ناشی می‌شود که معتقدید از دیگران پایین‌تر هستید. گاهی ممکن است صدای والدین، معلم‌ها یا سایر بزرگ‌سال‌های بیش‌ازحد انتقادگر باشد که قبلا از شما ایراد گرفته‌اند. صرف‌نظر از منشأ این صداها، مهم این است که یاد بگیرید چگونه به آن‌ها گوش بدهید. می‌توانید با صداهای آزاردهنده مقابله کنید: «من به‌اندازه کافی توانمند هستم و می‌توانم برای تان توانمندتر شدن تلاش کنم».

۳ خودتان را قوی کنید

منظور از قوی کردن آن است که توانایی انجام دادن بهترین خودتان را به‌دست بیاورید. در موقعیت‌هایی که اعتماد به‌نفس‌تان را متزلزل می‌کند، از آموزه نقاش معروف «ون سان وگ» استفاده کنید: «اگر صدایی از درون خودتان می‌شنوید که می‌گوید "تو نمی‌توانی نقاشی کنی"، شروع به نقاشی کنید تا آن صدا خاموش شود، نتیجه مهم نیست». خب صدای درون‌تان می‌گوید: «در حضور دیگران، سؤال نپرس تا اطهارنظرنکنی؟» سعی کنید آن چرا که در ذهن دارید بیان کنید تا آن صدا به‌امور خاموش شود.

۴ خودتان را رام کنید

شما خودتان را در موقعیت‌های اجتماعی قرار می‌دهید، سعی می‌کنید با صداهای آزاردهنده مقابله کنید، به‌احساس خوشایند ناشی از موفقیت فکر می‌کنید ولی همان‌گونه که می‌دانید، همچنان با حرف‌زدن در جمع، راحت نباشید. قدری استرس برای آماده کردن شما برای چنین موقعیت‌هایی لازم است اما اگر میزان این استرس آن‌قدری است که کارتان را مختل می‌کند، تکنیک تمرینات تنفسی را یاد بگیرید. تمرینات تنفسی برای آرام کردن ذهن و بدن به‌کار می‌رود. به‌مدت ۴ ثانیه از طریق بینی نفس بکشید، ۴ ثانیه نفس‌تان را نگه دارید و ۴ ثانیه از طریق دهان نفس‌تان را بیرون بدهید. این تمرین را آن‌قدر تکرار کنید که احساس شل شدن در بدن‌تان ایجاد شود.

بدون شرح

اثری از: MirsaidGaziyev

اثر شما

زائد

اشکان محمودی | خبرنگار افتخاری جوانه

پاس داد. بازی شروع شد. توپ و بازیکنان به تکاپو افتادند. توپ سر گردان بود، مثل کفش‌ها، آسفالت داغ و ناهموار بود. کفش‌ها ساییده می‌شدند. کفش‌ها داغ می‌کردند. از شورشان چیزی کم نمی‌شد. بازی از دروازه شروع شد. پاس اول. بعد از آن سانتر به میان زمین. مهاجم صاحب موقعیت شد. همه این‌ها در زمین ۲۵ متری! مهاجم جلو رفت. آخرین دفاع را رد کرد. تک‌به‌تک شد. شوت زد. توپ اوت بود اما کفش نگذاشت. توپ به زائده گوشه کفش گیر کرد. رفت. رفت. از خط رد شد. گل! کفش، گل زده بود. کفش داشت بال درمی‌آورد. شادی‌اش ادامه‌دار نبود. بازی مجدد آغاز شد. کفش انرژی گرفته بود. ذوق داشت. کفش تشخیص نمی‌داد. بوی زمین چمن بود؟ یا نه. بوی آسفالت داغ؟ تشخیص نمی‌داد. صدای تشویق طرفدار ان بود؟ یا نه. صدای همهمه ترافیک؟ کفش مست شده بود. دیگر وظیفه‌اش دویدن نبود. وظیفه‌اش پرواز بود. جهش بود. دوباره توپ به مهاجم رسید. این بار مهاجم نقشی نداشت. کفش، پا به توپ شد. استارت زد. رو به جلو. هر قدم پر ابر یش پله‌ای به آینده روشن بود. گل دوم! بازی تمام شد. کفش، مصدوم شده بود. حسابی خسته بود. مهاجم به سمت خانه رفت. با کفش. هر دو خسته بودند. به خانه رسیدند. مهاجم کفش را به گوشه‌ای پرت کرد. روی تخت و لو شد. ۱۰ دقیقه گذشت. مهاجم برگشت. کفش‌ها را برداشت. هر لنگه را از یک‌جا. پشت پنجره رفت. پنجره را باز کرد. دو لنگه را به هم گره زد. آن‌ها را سمت ماشین حمل زباله پرتاب کرد. جایی در عمق تاریکی. کفش زائده نداشت. کفش پاره بود. آن زائده، انگشت پای مهاجم بود. کفش، خودش زائد بود. کفش از اول هیچ کاره بود.

بگو نگو

یادش بخیر دستشویی در کلاس آنلاین!

دانیال دایی داوودایتا | طنزپرداز

به سوال داشتم از دانشمندان عزیز: چرا مامانم خاطرات بچگی منو به خصوص فوش‌هایی که پلشت‌بازی در آورد‌م فراموش نمی‌کنه و جلوی فامیل میگه؟

البته دانشمند نیستم، فقط می‌توانم همدردی کنم. راستش بابای من ۷۰ ساله، مادرش بزرگ ۹۰ سال. به‌بار مهمونی بودیم، یه‌چیکی از فامیل‌ها هر چی شور خورد به‌بابا گفت: «بچه‌من هم وقتی به‌بیشترشیرینی خورد از دماغش هم می‌ریزد بیرون». این خاطره‌رو گفتم حساب کار بیا دستت.

چرا زبون آلمانی به‌جوریه که انگار همه‌اش دارن درباره میچ و سیچ صحبت می‌کنن؟

من حتی نمی‌دونم چرا زبان فارسی به‌جوریه انگار همه‌اش دارم درباره گوجه‌سبز و آش‌شله‌صحبت می‌کنیم؟ بفرما. همین الانم اسمشون اومد.

نمی‌دونم چرا دوست ندارم بخوابم اما وقتی می‌خوابم دوست ندارم بیدار بشم. دوست ندارم برم بیرون اما وقتی میرم دوست ندارم برگردم. غذا نمی‌خورم اما وقتی می‌خورم دوست ندارم تموم بشه.

ماشاءا... سوال هم می‌کنی، دیگه دوست نداری تمومه‌بشه.

چطور می‌شه همزمان هم خجالتی بود هم پررو؟

خودمم ۱۰ دقیقه اول آشنایی با کسی معذبم و خجالت می‌کشم، فقط می‌تونیم همدردی کنیم. راستش بابای من ۷۰ ساله، مادرش بزرگ ۹۰ سال. به‌بار مهمونی بودیم، یه‌چیکی از فامیل‌ها هر چی شور خورد به‌بابا گفت: «بچه‌من هم وقتی به‌بیشترشیرینی خورد از دماغش هم می‌ریزد بیرون». این خاطره‌رو گفتم حساب کار بیا دستت.

یه‌گچی شد، شد؟ تو چیب ویشرت بهاره‌امریکه ۱۰ تومنی پیدا کردم.

۱۰ تومن بازی‌رو شل بازی ۲۰ تومن که‌داری ماست‌بخری‌امام‌باغ‌باباشی‌پاستیل‌بخری. منتهی تاریخ مصرف‌اون‌پاستیل هم‌بایدرد نخورده‌باشه. چون‌قیمت‌محصولات‌جدید‌خیلی بیشترازاین‌حرف‌هاست.

چرا مدارس‌بار‌یل‌شد؟ من‌تازه‌یاد گرفته‌بودم‌تو‌حالت‌نیمه‌هوشیار‌خواب صبح‌جطوری‌حاضر‌بگم‌که‌صدام‌بیدار باشه‌اما‌همزمان‌بهستم‌بدهم‌تو‌کلاس آنلاین‌لازم‌نبود‌برای‌رفتن‌به‌دستشویی اجازه‌بگیرم.

ای‌با‌باباشکلات‌شو‌ساختوجوانیکی، دنیا نیست. حق‌داری. وقتی‌دستشویی‌آزما‌برای اومدنش‌اجازه‌نمی‌گیره، چرا‌مابرای‌رفتن‌به دستشویی‌باید‌اجازه‌بگیریم؟

صفحه آرایی

واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان
سفارش می‌پذیرد

۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

پذیرش غیرحضوری آگهی
۳۷۰۰۹۹۳۸
۰۹۰۵۷۶۹۳۹۰۰
دفتر شهید دادگر

مسابقات فوتسال جام رمضان
یادواره شادروان حاج جعفر قهرمان
با حمایت کارخانه صنعتی دوام
اهداء جوایز ارزنده به تیم‌های برتر
۰۹۱۵۵۰۱۷۱۰۲ میرزایی
۰۹۱۵۲۰۶۰۵۱۱ سبزواری
محل برگزاری: چاه جفر منطوره
دانشگاه بیناالود طرقبه

برگ سبز خودرو فولکس گل بنام احسان رحیمی
به شماره انتظامی ۳۷۰ ایران ۲۷۳ و ۴۵
و شماره موتور UDH359051
و شماره شاسی IR84521003699
مفقود و فاقد اعتبار میباشد ۱۴۰۱/۰۶/۱۸

برگ سبز و سند کمپانی خودروی وانت دو کابین پارس
خودرو به شماره انتظامی ۲۳-۶۵۲ط۸۸ و ۸۸ شماره موتور ۲۹۱۱۵۵ و شماره شاسی NAPDB4P27E2001627
مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵

برگ سبز و سند کمپانی خودرو پژو ۴۰۵
به شماره انتظامی ایران ۴۶-۱۰۶۲۹ ۹۱ س ۵۲
و شماره موتور ۱۲۴۸۸۱۰۶۲۹ و شماره شاسی NAAM01CA39E107491
مفقود و فاقد اعتبار است. تقاضای رونوشت المثنی اسناد مدکور را نموده است لذا چنانچه هرکس اعدامی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵۸۶

برگ سبز و کارت سربازی کیا مدل ۹۳ نقره‌ای
به شماره انتظامی ۸۱ - ۱۸۰۸ ایران ۱۱
و شماره شاسی M13924681
و شماره موتور G4NAJH001165
بنام آقا ورزی مفقود و اعتبار ندارد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵

برگ سبز و سند کمپانی تیبا مدل ۹۵ سفید
به شماره انتظامی ایران ۶۳-۶۶ج ۹۶
و شماره شاسی NAZPL14ABD3869587
و شماره موتور ۵۶۹۲۹۱ به نام محمد حمامی نژاد
مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵۳۰

برگ سبز و سند کمپانی وانت Z24NB مدل ۱۳۹۴ رنگ آبی
به شماره انتظامی ایران ۶۳-۶۶ج ۹۶
و شماره شاسی NAZPL14ABD3869587
و شماره موتور ۵۶۹۲۹۱ به نام محمد حمامی نژاد
مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵۳۰

برگ سبز و کارت سربازی پیکان ۲۰۶ تیپ ۲ مدل ۸۳ خاکستری متالیک
به شماره انتظامی ۱۵ ایران ۵۶۷ ۵۷
شماره شاسی ۸۳۷۶۹۲
شماره موتور 12016291 و 1015
بنام محاسبات شهرآتوس مفقود و اعتبار ندارد
۱۴۰۱/۰۶/۱۶۲۴

برگ سبز و کارت سربازی پراید ۱۱۱ مدل ۱۳۹۸ سفید
به شماره انتظامی ۹۱ ایران ۱۷۳ و ۲۸
شماره شاسی NAS812100G5841633
شماره موتور 1158311547 بنام عباسعلی کردی
۱۴۰۱/۰۶/۱۶۳۰

کارت بازرگانی گروه مهندسی آلفا سنت آذرخش
مدیر عامل : حامد عندلیبی
با کدملی ۰۹۰۱۰۳۶۴۹۰
فرزند علی محمد از تاریخ ۱۴۰۰/۱/۱۲
مفقود و فاقد اعتبارست ۱۴۰۰/۱۲/۱۶۲۶

برگ سبز خودرو نیسان وانت
به شماره انتظامی ۳۱۴ ایران ۴۳ و ۴۹
شماره شاسی NAZPL14DTBN295874
شماره موتور 5912233 بنام محسن نوری نژاد
مفقود و فاقد اعتبارست ۱۴۰۱/۰۶/۱۲۹۴

پروانه نظام مهندسی معماری
به شماره 01911001131 اینجانب
محمدطالب نژادمفقود و فاقد اعتبار است.
۱۴۰۱/۰۶/۱۵۱۶

برگ سبز خودرو وانت پراید مدل ۱۴۰۰
به شماره انتظامی ۲۵ ایران ۱۵۱ و ۱۴
و شماره موتور 82NB9A9825
و شماره شاسی NAGP2C31MA525823
ابوالقاسم رعیت زادگسکر فی مفقود و فاقد اعتبار می باشد
۱۴۰۱/۰۶/۱۶۰۴

برگ سبز و سند کمپانی خودروی وانت ۲۰۶ رنگ آبی
به شماره انتظامی ۲۵ ایران ۲۶۳ و ۸۸
و شماره موتور 12491060
و شماره شاسی NAAM01CA59E107491
مفقود و فاقد اعتبار است. تقاضای رونوشت المثنی اسناد مدکور را نموده است لذا چنانچه هرکس اعدامی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵۸۵

برگ سبز و سند کمپانی خودروی وانت ۲۰۶ رنگ سفید
به شماره انتظامی ۲۵ ایران ۲۶۳ و ۸۸
و شماره موتور 12491060
و شماره شاسی NAAM01CA59E107491
مفقود و فاقد اعتبار است. تقاضای رونوشت المثنی اسناد مدکور را نموده است لذا چنانچه هرکس اعدامی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵۸۶

برگ سبز و سند کمپانی خودروی وانت ۲۰۶ رنگ سفید
به شماره انتظامی ۲۵ ایران ۲۶۳ و ۸۸
و شماره موتور 12491060
و شماره شاسی NAAM01CA59E107491
مفقود و فاقد اعتبار است. تقاضای رونوشت المثنی اسناد مدکور را نموده است لذا چنانچه هرکس اعدامی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۵۸۶

برگ سبز خودرو ام‌وی ۳ X MVM مدل ۱۳۹۴ رنگ آبی
به شماره انتظامی ایران ۶۳-۶۶ج ۹۶
و شماره شاسی NAZPL14ABD3869587
و شماره موتور 1158311547 بنام عباسعلی کردی
مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۱۴۰۱/۰۶/۱۶۳۰

برگ سبز و کارت سربازی پژو ۲۰۶ تیپ ۲ مدل ۹۵ خاکستری متالیک
به شماره انتظامی ۱۵ ایران ۵۶۷ ۵۷
شماره شاسی 8576294
شماره موتور 12016291 و 1015
بنام محاسبات شهرآتوس مفقود و اعتبار ندارد
۱۴۰۱/۰۶/۱۶۲۴

برگ سبز و کارت سربازی پژو ۲۰۶ مدل ۹۵ سفید
به شماره انتظامی ۹۱ ایران ۱۷۳ و ۲۸
شماره شاسی NAS812100G5841633
شماره موتور 1158311547 بنام عباسعلی کردی
۱۴۰۱/۰۶/۱۶۳۰

برگ سبز خودرو پونتیاک ژیلی ۷ رنگ نقره‌ای
به شماره انتظامی ۲۵ ایران ۱۵۱ و ۱۴
و شماره موتور 82NB9A9825
و شماره شاسی NAGP2C31MA525823
ابوالقاسم رعیت زادگسکر فی مفقود و فاقد اعتبار می باشد
۱۴۰۱/۰۶/۱۶۰۴

برگ سبز خودرو پونتیاک ژیلی XL7
مالک خودرو پارس یدک دانگ فنگ H30-TU5-A
و شماره شاسی LA173BN049701 و شماره موتور NAAE4CFQXJ103777
به شماره انتظامی ایران ۶۷ - ۶۴۶ و ۶۳
و شماره شاسی NAAM142471 و شماره موتور 1268124718
به علت فقدان اسناد فروش پلمب گردید. سند مالکیت و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی اسناد مدکور را نموده است لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان