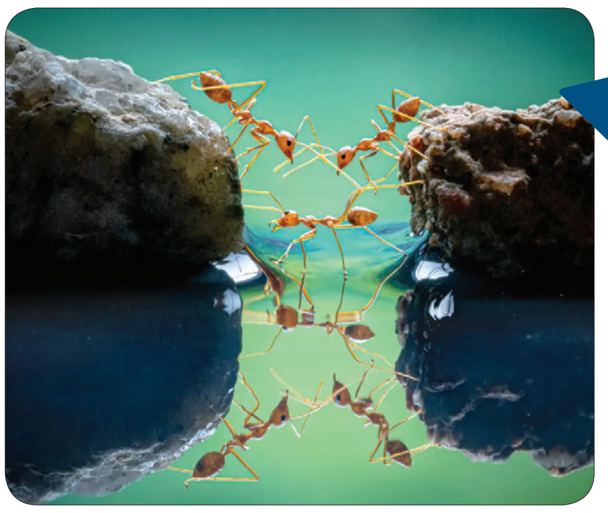
گالری

رفقا سلام!
شونزدهمین جشنواره ملی موسیقی جوان، فراخوان داده و از نوجوان‌های ۱۵ تا ۱۸ساله دعوت کرده که خودشون رو در این مسابقه محک بزنن. شرکت‌کنندگان می‌تونن در بخش‌های موسیقی نواحی ایران، آهنگ سازی، پیانو، ویولن و موسیقی کلاسیک و دستگاهی طبق ضوابط جشنواره، ویدئویی از خودشون ارسال کنن. تا هفتم مهرماه وقت دارین، پس زودتر به سایت جشنواره https://nfym.ir سر بزنین.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰


عکس از: guardian

عبور مورچه‌های قرمز از آب

اطلاعات عمومی

سکوت مطلق همان چیزی است که آرزویش را داریم؟

تجربه بودن در ساکت‌ترین اتاق جهان تصور ما را از سکوت مطلق تغییر داده است

وقتی از سروصدای بچه همسایه و ناله دزدگیر خودروها و عربده ابزارآلات ساختمانی کلافه می‌شویم، آرزو می‌کنیم کاش می‌توانستیم مدتی را در سکوت مطلق سپری کنیم تا آرامش به زندگی‌مان برگردد اما تحقیقات می‌گوید سکوت مطلق نه‌تنها آرامش‌بخش نیست بلکه می‌تواند استرس‌زا و باعث توهم باشد. در اطلاعات عمومی این هفته، قرار است به صدای سکوت گوش بدهیم.

شنیدن صدای بدن در سکوت

در آزمایشگاه «اورفیلد» مینه‌سوتا، ساکت‌ترین اتاق دنیا ساخته شده است. طراحی این اتاق به گونه‌ای است که تا حد امکان از نویز جلوگیری و صدا را به‌جای بازتاب دادن جذب می‌کند. دیواره‌ها با سازه‌های گوه‌ای شکل و کف متشکل از مواد مشبک، باعث شده‌اند این اتاق کاملا بدون پژواک و سطح صدا در آن حدود ۹- دسی‌بل باشد. ما به‌طور متوسط، اتاقی با سطح صدای ۳۰ دسی‌بل را ساکت تصور می‌کنیم. برای این که این عددها برای‌تان قابل فهم‌تر باشد، بد نیست بدانید صدای محیطی در یک فضای آرام –شامل آب جاری در دوردست، خش‌خش درختان و آواز پرندگان– حدود ۴۰ دسی‌بل و صدای تنفس ما تقریبا ۱۰ دسی‌بل است. در اتاق اورفیلد که هیچ صدای محیطی وجود ندارد، توجه انسان به صدای عملکرد اندام‌های درونی‌اش جلب می‌شود؛ صدای نفس کشیدن، ضربان قلب، حرکت خون در رگ‌ها، ساییده شدن استخوان‌ها به یکدیگر، به‌هم خوردن اندام‌ها و صداهای آزاردهنده دیگری که به‌طور عادی خوش‌شانسیم که آن‌ها را نمی‌شنویم.

پر کردن سکوت با توهم شنیداری

تجربه قرار گرفتن در سکوت مطلق آن‌قدر آزاردهنده است که بالاترین رکورد تحمل کردن آن تا امروز ۴۵ دقیقه بوده است. ما به محاصره شدن با صداها عادت داریم و اگر آن‌ها به‌طور کلی از زندگی‌مان حذف شوند، مغز شروع می‌کند به پر کردن محیط با توهم صدا که در صورت طولانی‌تر شدن این شرایط، می‌تواند به حالت تهوع و حمله عصبی منجر شود. نبود صدا، به این معنی است که هیچ پژواکی برای جهت‌یابی هم وجود ندارد. وقتی محرک‌های بیرونی غایب باشند، هماهنگی و تعادل از بین می‌رود و بیشتر مردم حداکثر می‌توانند ۳۰ دقیقه در وضعیت سکوت مطلق دوام بیاورند. پس اتاق اورفیلد به چه دردی می‌خورد وقتی سکوت مطلق این‌قدر آزاردهنده است؟ اتاق سکوت برای انجام آزمایش‌های علمی و صنعتی کاربرد دارد؛ چیزهایی مثل آزمایش کردن قطعات رایانه‌ای، لوازم پزشکی و سمعک. از این اتاق در مرحله‌ای از آموزش دادن فضانوردان هم استفاده می‌شود. ناسا برای آن که فضانوردان را برای مقابله با کمبود صدا آماده کند، به چنین اتاق‌هایی نیاز دارد. دفعه بعدی که آرزوی سکوت مطلق به سرتان زد، یادتان خواهد آمد که چنین چیزی چقدر غیرقابل تحمل است و در به کار بردن کلمه «مطلق» احتیاط خواهید کرد.

منبع: knowledgenuts.com

کلاس زبان

هم معنی

I appreciate that
ممنونم/جبران می‌کنم

مثال:
Thank you so much for your help, I appreciate that.
ترجمه: برای کمکت خیلی ممنونم، جبران می‌کنم.

I owe you one
جبران می‌کنم

مثال:
Can I borrow your car? I will owe you one!
ترجمه: می‌توانم خودروی تو را قرض بگیرم؟ جبران می‌کنم.

نوجوان موفق

دنیای عروسک‌ها، دنیای قصه و خلاقیت است

گفت‌وگو با نوجوانی که در عروسک‌گردانی و عروسک‌سازی حرف‌هایی برای گفتن دارد

زینب شفیع‌نادری | خبرنگار افتخاری جوانه

دوران کودکی ما با عشق به عروسک‌ها سپری شد؛ چه عروسک‌های توی کمدمان که شعر می‌خواندند، بالا و پایین می‌پریدند و شب‌ها توی بغل‌مان می‌خوابیدند؛ چه شخصیت‌های عروسکی فیلم‌ها و کارتون‌ها که از تماشای‌شان کیف می‌کردیم و به خیال‌پردازی‌های‌مان پروبال می‌دادند. این هفته با «حسام حیدری‌خواه» به یاد بچگی‌ها سری می‌زنیم به دنیای عروسک‌ها. حسام، ۱۴ ساله است و ساکن قم. عروسک‌های نمایشی می‌سازد و در عروسک‌گردانی و صداپیشگی هم دستی بر آتش دارد. با حسام از طریق صفحه اینستاگرامش که در آن عروسک‌هایش را به نمایش می‌گذارد، آشنا می‌شوم. در ادامه، گفت‌وگوی من با این عروسک‌ساز نوجوان را می‌خوانید.

■ عروسک‌سازی را کی و چطور شروع کردی؟

من از بچگی نقاشی کردن را خیلی دوست داشتم، این علاقه کم‌کم به سمت درست کردن کاردستی و بعد هم عروسک‌سازی پیش رفت. سال ۱۳۹۴ وارد کانون پرورش فکری شدم و در کلاس‌های هنری مختلف مثل قصه‌گویی، نقاشی و نمایش شرکت کردم. سال ۹۸ هم برای تئاتر گروهی «خروس‌زری» در حوزه طراحی لباس و طراحی صحنه در استان رتبه آوردم.

■ برای ساخت عروسک‌ها از چه مواد اولیه‌ای استفاده می‌کنی و چقدر هزینه دارد؟

هزینه ساخت عروسک‌ها به نوع آن‌ها بستگی دارد. مثلا برای عروسک‌های «ماپت» تلویزیونی –عروسک‌هایی که تنه ندارند و عروسک‌گردان آن‌ها را مثل دستکش توی دستش می‌کند، مثل «جناب‌خان»– از اسفنج تخته‌ای ۳.۲ سانتی‌متری استفاده می‌شود و عروسک‌های «ماپتِ» حجمی مثل «کلاه‌قرمزی» از اسفنج حجمی و روکش سیلیکونی ساخته می‌شوند. هر عروسک براساس یک داستان طراحی می‌شود و هزینه ساختش بسیار بالاست؛ چیزی بین ۴ تا ۱۵ میلیون تومان.

■ از تجربه عروسک‌گردانی‌ات تعریف کن

عروسک‌گردانی، خستگی بسیار زیادی دارد و به‌خصوص به ستون فقرات فشار وارد می‌کند. تنها چیزی که باعث می‌شود این کار را ادامه دهم، عشق به آن است. یادم می‌آید سال پیش اجرایی برای جشن الفبا در یک مدرسه داشتم و یکی از عروسک‌ها را که دستش شل شده بود، اشتباهی سر صحنه بردم. دست عروسک وسط اجرا کنده شد ولی خب در مجموع اجرای خوبی از آب درآمد.

■ بین تمام عروسک‌هایی که هدایت یا ساخت آن‌ها را بر عهده داشتی، کدام‌ها محبوب‌ترین‌اند؟

از بین عروسک‌هایی که ساختم، «آلبالو» برایم محبوب‌تر است و اجراهای زیادی با آن داشتم. از عروسک‌هایی هم که هدایت‌شان برعهده من بوده است، می‌توانم به «آقای خسته» اشاره کنم که خیلی خوب با آن کنار آمده‌ام. عروسک‌سازی و عروسک‌گردانی، پرسه زدن بین قصه‌ها و تجربه کردن است، نه صرفا یک جور کاردستی. این رشته، دقت و هوش لازم دارد.

■ تو تجربه بازیگری هم داشته‌ای، به‌نظرت عروسک‌گردانی در پشت صحنه کار سخت‌تری است یا اجرا روی صحنه؟

عروسک‌گردانی سخت‌تر است چون بازیگر می‌تواند با حالت‌های مختلف صورت و بالا و پایین کردن صدا، احساساتش را به مخاطب منتقل کند و این کار در مقایسه با انتقال دادن احساسات به‌وسیله یک عروسک بی‌جان، کار راحت‌تری است.

■ نوجوانان علاقه‌مند به عروسک‌سازی چطور می‌توانند وارد این رشته شوند؟

از همه چیز مهم‌تر گذراندن کلاس‌های آموزشی است تا سبک عروسک مورد علاقه‌شان را مشخص کنند و از استادهای متخصص راهنمایی بگیرند. نوجوان‌ها باید اراده و امید داشته باشند و از خلاقیت‌شان بهره کافی ببرند. تلاش و پشتکار خیلی موثر است چون بعد از این که راه افتادند و روی صحنه اجرا کردند، تمام خستگی‌ها فراموش می‌شود.

> از همه چیز مهم‌تر گذراندن کلاس‌های آموزشی است تا سبک عروسک مورد علاقه‌شان را مشخص کنند

بدانیم

چطور فریب اخبار نادرست را نخوریم؟

اخبار جعلی (Fake news) به اخبار و گزارش‌های اشتباهی گفته می‌شود که در انواع رسانه‌ها منتشر می‌شوند و هدف‌شان فریب دادن است. اخبار جعلی امروزه مانند ویروس همه‌جا هستند با این حال درصد قابل توجهی از مردم، توانایی خودشان را در تشخیص دروغ از حقیقت، بیش از حد واقعی ارزیابی می‌کنند و به‌راحتی فریب می‌خورند. آن‌ها این اخبار و اطلاعات نادرست را کورکورانه با دیگران به‌اشتراک می‌گذارند و باعث گسترش تصاعدی‌اش می‌شوند؛ به این ترتیب، ویروس به‌سرعت فراگیر می‌شود.

چرا به گسترش اخبار غلط دامن می‌زنیم؟

تحقیقات نشان می‌دهد بیشتر مردم تمایل به اشتراک‌گذاری اطلاعات نادرست ندارند پس چرا ما به انتشار ویروس اخبار جعلی دامن می‌زنیم؟ ماجرا بر سر انگیزه‌های جانبدارانه نیست. دلیل شکست خوردن ما در تشخیص اخبار واقعی از اخبار نادرست، «تفکر تنبل» است. مردم در مواجهه با اطلاعات به احساسات و شهود خود تکیه می‌کنند و به اندازه کافی درباره آن‌چه می‌بینند و می‌خوانند، تأمل نمی‌کنند. از طرف دیگر سیل ورود اطلاعات به ذهن ما در فضای مجازی، دلیل دیگری است که حواس‌پرتی و بی‌دقتی ما در مواجهه با اخبار را تشدید می‌کند اما این‌ها تنها دلایل موجود نیست. شبکه‌های اجتماعی همان‌طور که از اسم‌شان مشخص است، فضایی برای تعاملات اجتماعی هستند. ما دوست داریم با دیگران ارتباط برقرار کنیم و صرف رفتار انتشار مطلبی با دیگران ممکن است از سنجیدن درستی آن مطلب اهمیت بیشتری برای ما داشته باشد. خب با این حال خبر خوب آن است که ما محکوم به فریب اخبار دروغ خوردن نیستیم و می‌توانیم مهارت شناسایی آن‌ها را در خود تقویت کنیم.

چطور اخبار غلط را شناسایی کنیم؟

اخبار نادرست، طیف دارند؛ از اخبار پوچ و غیرقابل باور که به‌راحتی تشخیص داده می‌شوند تا انواع ظریف‌تر و پیچیده‌تر که حاوی اطلاعات غلط و گمراه‌کننده‌اند که اشتباه بودن‌شان آشکار نیست. پس چطور آن‌ها را شناسایی کنیم؟

> [•••]
> ما دوست داریم با دیگران ارتباط برقرار کنیم و صرف رفتار انتشار مطلبی با دیگران ممکن است از سنجیدن درستی آن مطلب اهمیت بیشتری برای ما داشته باشد

۱ نشانه‌ها را جدی بگیرید. اخبار نادرست، معمولا احساسات ما را نشانه می‌گیرند. آن‌ها اغراق‌آمیزند. ادعاهای بزرگ و جسورانه‌ای را مطرح می‌کنند. «خیلی خوب» یا «خیلی بد»، مغرضانه و جهت‌دارند و در برخورد اول معمولا واکنش ما به آن‌ها چشم‌های گشاد شده و دهان باز است. اگر با چنین اخباری مواجه شدید، در پذیرفتن آن‌ها حساسیت بیشتری به خرج بدهید.

۲ دنبال منبع بگردید. مطلبی که به‌دست شما رسیده، از کجا آمده است؟ کلیدواژه‌های آن را گوگل کنید تا ببینید به منبع معتبری می‌رسید یا خیر. یعنی یک خبرگزاری شناخته شده یا وب‌سایتی که نویسندگان آن مشخص شده‌اند و در قسمت «درباره ما» اطلاعات واضحی درباره اهداف و تاریخچه آن وجود دارد.

۳ دنبال سابقه نویسنده بگردید. اسمش را جست‌وجو کنید تا بفهمید دیگر چه مطالبی و برای چه رسانه‌هایی نوشته است. اگر مطلب دیگری به قلم او وجود ندارد یا اسمش را در منابع غیرقابل اعتماد پیدا کردید، درستی حرف‌هایش تردیدآمیز است.

۴ دنبال عکس بگردید. اگر یک مطلب با عکسی همراه شده است و ادعاهایی درباره آن دارد، عکس را روی سیستم‌تان ذخیره و در قسمت «جست‌وجوی عکس» گوگل آن را آپلود کنید. آیا اطلاعاتی که درباره این عکس نمایش داده می‌شود، با آن‌چه در خبر آمده است، مطابقت دارد؟

منابع: scientificamerican.com
commonsensemedia.org

برگ سبز و سند کمپانی خودرو لیفان 820 به شماره انتظامی ۳۶ایران ۵۶۷س۴۸
و شماره موتور LF489Q170490691 و شماره شاسی NAKNH462XHB104012 بنام حسن طاهر نیا بایگی مفقود و فاقد اعتبار است
ف/۱۴۰۱۸۳۸۷۴

برگ سبز سواری پژو ۲۰۶ آریان مدل ۱۳۸۵ نقره ای متالیک به شماره انتظامی ۳۲-۶۳۱ط۱۸ و شماره موتور ۱۳۳۸۵۰۵۸۷۹ و شماره شاسی ۱۸۹۰۴۹۸۸ به نام سیما هاشمی مرغزار مفقود شده وفاقد اعتبار است.
ش/۱۴۰۱۸۳۸۴۸

برگ سبز وکارت اتومبیل سواری تیبا ۲ هاچ بک مدل ۱۴۰۰ به رنگ سفید به شماره پلاک ایران ۲۰-۹۶۳د۷۹ وشماره موتور M15/9229346 و شماره شاسی NAS821100M1322710 به نام حامد گودرزی مفقود شده وفاقد اعتبار است.
ش/۱۴۰۱۸۳۸۴۰

برگ سبز وکارت سواری هاچ بک به شماره انتظامی 59د613_42
شماره شاسی NAAR03FE5NJ496175
شماره موتور 178B0097020 به نام محمود مندو ستی
مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد
و/۱۴۰۱۸۳۸۴۴

برگ سبز و سند کمپانی کامیون کشنده ایویکو ام پی ۴۴۰ ای ۳۷ اچ تی
به نام سید مرتضی هاشمی نژاد به شماره موتور ۵۰۰۰۳۸ و شماره شاسی ۰۴۲۹۶۷ و شماره انتظامی ۲۸۵ ع ۲۷ ایران ۲۶ مفقود و فاقد اعتبار است.
و/۱۴۰۱۸۳۸۸۵

برگ سبز پژو ۴۰۵GLX مدل ۱۳۸۹
شماره انتظامی ۲۶-۴۲۷ ص ۱۷
شماره موتور 12489207236 شماره شاسی NAAM01CA4BR542713 به نام سینا دولخانی بوانلو مفقود و فاقد اعتبار می باشد.
ا/۱۴۰۱۸۳۸۴۶

اینجانب سیداصغرحسینی گرمسیر مالک خودرو سمند EF7 مدل ۹۴ به شماره انتظامی ۲۳۱ج۱۹ ایران ۶۴
به شماره شاسی NAACJ1JE7FF512265 و شماره موتور 147H0148735 به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز تقاضای رونوشت المثنی سند اسناد مذکور را نموده است. لذا چنانچه هر کس ادعایی 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 تقاضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.
ف/۱۴۰۱۸۳۷۸۳

سند کمپانی خودرو جک S5 مدل ۹۹ مشکی
شماره انتظامی ایران ۷۴- ۶۸۷ ه ۷۴
شماره موتور HFC4GA31DL0001254
شماره شاسی NAKSH7327LB179437
مفقود و فاقد اعتبار است
ف/۱۴۰۱۸۳۸۶۶

برگ سبز خودروی پراید مدل ۱۳۷۳
به شماره انتظامی ۳۶ایران ۵۱۶ ط ۸۸
وشماره موتور 00774569 و شماره شاسی S1442273102524 بنام آقای مسلم اصغری
مفقود وفاقد اعتبار می باشد.
پ/۱۴۰۱۸۳۷۰۴

اینجانب مصطفی تنها مالک خودروپژو۲۰۶مدل ۸۱
مشکی به شماره انتظامی ۴۵ایران ۷۷۳ص۶۸
به شماره 81610345
به شماره موتور 10FSE33845178
به علت فقدان اسناد فروش(برگ سبز-سندکمپانی-کارت خودرو) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی 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 و مقررات اقدام خواهد شد.
ف/۱۴۰۱۸۳۸۶۱

برگ سبز و برگ کمپانی پژو ۴۰۵ مدل ۸۸
به شماره انتظامی ۹۲ب۷۶۴ایران ۳۶ و شماره موتور ۱۲۴۸۸۰۱۴۲۴۸ و شماره شاسی NAAM01CA99E827246 به نام غلام محمد حسن نژاد مفقود و فاقد اعتبار است.
ر/۱۴۰۱۸۳۸۳۴

سند کمپانی و برگ سبز و کارت موتور سیکلت
هوندا ۱۲۵ به شماره انتظامی ۷۶۳۶۵۷۲۶ وشماره موتور ۷۳۰۱۰۷۰۴ و شماره شاسی ۸۷۵۴۴۳۸
مفقود وفاقد اعتبار است
ف/۱۴۰۱۸۳۸۵۲

برگ سبز و سند کمپانی خودرو جک S5 به شماره انتظامی ۳۶ایران ۸۵۵ه۹۷
و شماره موتور HSC4GA31DH0003283 و شماره شاسی NAKSH732XHB135098 بنام نوید اسدالهی
مفقود و فاقد اعتبار است
ف/۱۴۰۱۸۳۸۵۰

پروانه ساختمانی به شماره ۴۱۲۶۸ به تاریخ ۱۳۹۹/۱۲/۰۵ صادره از شهرداری نیشابور به نام مسعود قرونه به شماره ملی ۱۰۵۰۳۶۱۱۷۲ مفقود شده واز درجه اعتبار ساقط است.
ش/۱۴۰۱۸۳۸۹۷

کلیه مدارک خودرو آردی بنام علی ظریف طرزجائی یزد
به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۱۲۳ ج ۴۵
و شماره موتور ۲۲۳۶۸۲۲۰۲۷۵
و شماره شاسی ۸۲۱۲۱۱۰۰۶
مفقود و فاقد اعتبار می باشد
پ/۱۴۰۱۸۳۸۹۶

برگ سبز هایما S5 سفید ۱۴۰۱ به نام علیرضا بهمدی
شماره انتظامی 172ق97 ایران 36 و شماره موتور GN15TF17000871A و شماره شاسی NAAD6C347NY071313 مفقود و فاقد اعتبار است.
ر/۱۴۰۱۸۳۸۵۹

برگ سبز و سند کمپانی خودرو دوو اسپرو به شماره انتظامی ۷۴ایران ۲۷۵م۲۶
به شماره موتور ۲۵۱۱۶۵۹۵ وشماره شاسی ۸۷۶۵۳۴ بنام امیر محمد معتمدی پور مفقود و فاقداعتبار است
ف/۱۴۰۱۸۳۶۴۴

برگ سبز موتورسیکلت تکتاز به نام عبدالواسط شامی
به شماره انتظامی ۷۷۳-۳۳۵۹۵
و شماره موتور 0124NEJ028628
و شماره تنه NEJ***125G9402486
مفقود و فاقد اعتبار می باشد.
پ/۱۴۰۱۸۳۹۰۰

صفحه آرایی
واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان سفارش می پذیرد
☎ ۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

کارت خودرو وپلاک خودرو دوو سی یلو مدل ۸۱
نوک مدادی به شماره انتظامی ۷۴ایران ۱۴۸ص ۸۶
به شماره موتور 006223H
به شماره شاسی IR81165045157 بنام محمد ابراهیم یگانه سرقایه مفقودوفاقد اعتبار است
ف/۱۴۰۱۸۳۷۲۵

سینما توگراف

چرا به ژانرهای سینمایی مختلف نیاز داریم؟

مروری بر نقش و کارکرد انواع ژانر سینمایی در زندگی روزمره

چرا فیلم می‌بینیم؟ برای سرگرم شدن؟ گذران وقت؟ لذت بردن؟ خب البته علاقه به فیلم و سینما برای هر کس معنی و دلیل منحصربه‌فردی دارد اما دلیل ما برای تماشای فیلم‌ها چیزی بیشتر از یک ترجیح و انتخاب شخصی است؛ سینما بر روان و بدن ما تأثیر می‌گذارد حتی اگر به آن آگاه نباشیم. شاید بشود گفت عشق ما به سینما در واقع ریشه در همین تأثیر پنهان دارد. ژانرهای مختلف هم شکل گرفته‌اند تا به نیازهای مختلف ما پاسخ بدهند. چطور؟ با ادامه این مطلب همراه باشید.

ژانر کمدی
ابزاری برای مقابله با استرس‌های روزمره

تحقیقات متعدد ثابت کرده‌اند که خنده می‌تواند به عملکرد بهتر سیستم ایمنی بدن کمک کند و هورمون‌های استرس را کاهش دهد. یک مطالعه در دانشگاه «مریلند» نشان داد که خندیدن هنگام تماشای فیلم کمدی باعث گشاد شدن رگ‌های خونی می‌شود؛ به این دلیل که وقتی می‌خندیم، بافت‌هایی که پوشش رگ‌های خونی را تشکیل می‌دهند، منبسط می‌شوند و فضا را برای افزایش جریان خون باز می‌کنند. دکتر «مایکل میلر»، مدیر مرکز پیشگیری از بیماری‌های قلب‌وعروق دانشگاه مریلند، می‌گوید: «وقتی به فیلم‌ها می‌خندید، فشار خون خود را به اندازه انجام تمرین‌های فیزیکی کاهش می‌دهید.» خنده هنگام تماشای فیلم‌های کمدی می‌تواند اضطراب، پرخاشگری و ترس را کاهش دهد. تماشاگران پس از دیدن یک فیلم طنز می‌توانند با درگیری عاطفی کمتر و دیدگاهی خلاقانه، به پیدا کردن راه‌حل برای مشکلات‌شان فکر کنند.

ژانر وحشت
اضافه کردن چاشنی هیجان به زندگی

افرادی که مجذوب فیلم‌های ترسناک می‌شوند، با علاقه‌مندان به فعالیت‌های ماجراجویانه مثل غواصی، صخره‌نوردی و اسکی‌بازی وجه اشتراک دارند؛ آن‌ها در مواجهه با ترس و وحشت، بیشتر احساس زنده بودن می‌کنند. ژانر وحشت به تماشاگران این فرصت را می‌دهد که اتفاق‌ها و موقعیت‌هایی را تجربه کنند که در زندگی عادی امکانش را ندارند. دکتر «جورج باکریس»، متخصص بیماری‌های فشار خون، می‌گوید فیلم‌های ترسناک از نظر فیزیولوژیکی هم بر بدن تأثیر می‌گذارند؛ ضربان قلب را افزایش می‌دهند، باعث افزایش ترشح «آدرنالین» و «کورتیزول» –معروف به هورمون استرس– می‌شوند. این ژانر امکان تجربه کردن ترس و هیجان را به مخاطبانش می‌دهد بدون آن که خطری واقعی آن‌ها را تهدید کند، با این حال میزان تأثیرگذاری‌اش آن‌قدر زیاد است که استاد آزمایشگاه اعصاب دانشگاه «راکفلر» در نیویورک می‌گوید اگر خاطره و تجربه ناخوشایندی دارید تا زمانی که از اثر هیجانی آن کم نشده، بهتر است از تماشای فیلم‌های ژانر وحشت اجتناب کنید.

ژانر درام و تراژدی
راهی برای کمتر درد کشیدن

محققان دانشگاه «آکسفورد» می‌گویند برای علاقه ما به درام‌های غم‌بار توضیحی پیدا کرده‌اند. آن‌ها در آزمایش‌های‌شان متوجه شده‌اند که تماشای این فیلم‌ها باعث افزایش احساس تعلق گروهی و افزایش تحمل درد می‌شود.

«رابین دانبار»، یکی از نویسندگان این مطالعه و استاد روان‌شناسی تکاملی دانشگاه آکسفورد می‌گوید: «فشار عاطفی که از تراژدی دریافت می‌کنید، سیستم ترشح «اندورفین» –مسکن طبیعی که در بدن تولید می‌شود– را تحریک می‌کند.» محققان این آزمایش، شرکت‌کنندگان را به دو گروه تقسیم کردند، گروه اول را پای فیلم مستند نشاندند و به گروه دوم، فیلمی غم‌انگیز نشان دادند. در نهایت با گرفتن آزمون‌هایی از شرکت‌کنندگان متوجه شدند که آستانه درد در گروه دوم افزایش پیدا کرده، خلق‌وخوی‌شان مثبت‌تر شده است و با دیگران احساس تعلق و همدردی بیشتری نشان می‌دهند.

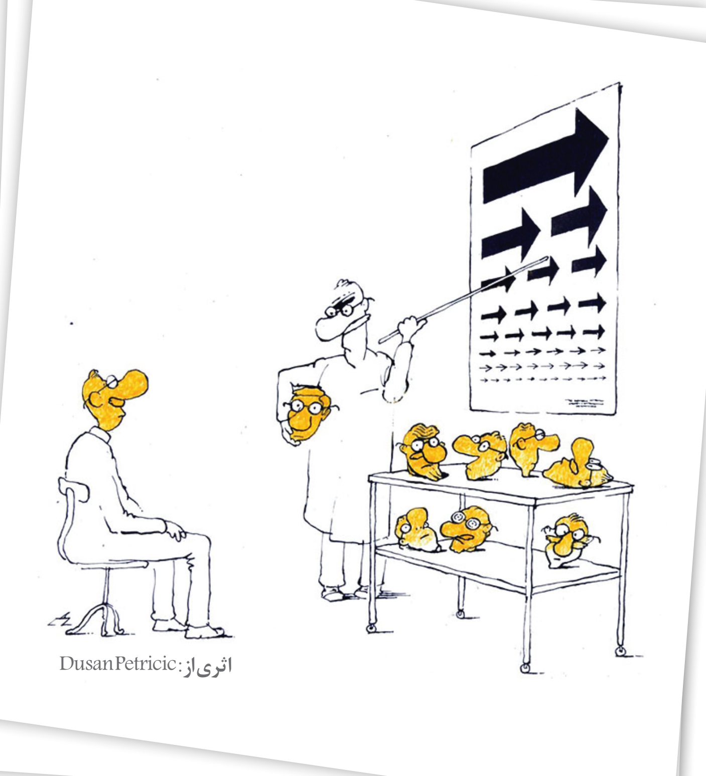
منابع: chicagotribune.com
theguardian.com

سفرنامه

خلیج هزار رنگ

«خلیج هالونگ» در ویتنام یکی از پرطرفدارترین جاذبه‌های این کشور است که در فهرست میراث‌های جهانی یونسکو هم به ثبت رسیده است. کمتر کسی شانس سفر به این خلیج هزار رنگ با صدها جزیره صخره‌ای‌اش را دارد. هالونگ شامل تعداد زیادی جزیره است که سنگ‌های آهکی با اندازه و شکل‌های مختلف، بیرون آمده از دل دریا بارزترین ویژگی آن‌هاست. قدمت بیشتر این سنگ آهک‌ها ۵۰۰ میلیون سال است. این خلیج غارهای متعددی دارد که منحصربه‌فردترین آن‌ها، غار «تینِ کونگ گروتو» است که در جزیره‌ای با همین نام در خلیج واقع شده است. هالونگ بیش از هزار و ۵۰۰ کیلومتر مربع وسعت دارد و شامل هزار و ۹۶۰ جزیره است که کمتر از نیمی از آن‌ها براساس شکل ظاهری‌شان نام‌گذاری شده‌اند؛ مثل جزیره «وُی» به معنای فیل که به‌خاطر شباهتش به این حیوان است. جالب است بدانید که دریای سبز و زمردین پیرامون این خلیج در ظاهر بسیار عمیق به‌نظر می‌رسد اما تنها ۱۰ متر عمق دارد و بیشتر از هزار گونه موجود آبزی و گیاهی در آن زندگی می‌کنند. هالونگ به‌معنی محل فرود اژدها در دریاست. طبق افسانه‌های محلی در گذشته‌های دور یک اژدها و فرزندانش برای دفاع از اهالی ویتنام به زمین آمدند و آتش، زمرد و یشم‌هایی که اژدها به سمت دشمنان پرتاب می‌کرد باعث تشکیل صخره‌ها و آب سبز خلیج هالونگ شده است! نکته جالب‌تر درباره هالونگ این است که اگرچه انسان‌ها از حدود ۱۸ هزار سال پیش در این خلیج ساکن بوده‌اند اما همچنان بکر و شگفت‌انگیز است.

بدون شرح


اثری از: DusanPetricic

آثار شما

محاکمه عشق

فاطمه نوروزپناه | خبرنگار افتخاری جوانه

آن روز، روز محاکمه بود؛ محاکمه عشق. عقل قاضی بود و عشق محکوم. قاضی عشق را به دورترین نقطه مغز که فراموشی نام داشت، تبعید کرد. تمامی اعضای بدن از دست عشق کلافه بودند و اعتراض می‌کردند و شکایت‌های خود را پیش عقل می‌بردند. عشق ناامید و افسرده شده بود و حرفی برای گفتن نداشت. زندگی برای عشق به پایان رسیده بود. ناگهان صدایی آشنا از دوردست به گوش رسید. صبر کنید! صبر کنید! من تقاضای عفو و بخشش دارم. عشق کمی مکث کرد، داغی اشک را بر گونه‌های خود حس می‌کرد. اشک در چشمانش موج می‌زد و جلوی دیدش را می‌گرفت.

عشق کمی پلک زد و چشمش به قلب افتاد؛ کسی که بیشتر از همه از عشق ضربه خورده بود. قلب از قاضی خواست تا وکیل عشق شود و از او دفاع کند. قاضی پذیرفت و قلب شروع به دفاع کرد؛ «آهای چشم! مگر تو نبودی که در فراق یار بی‌تاب و هر دقیقه و ثانیه مشتاق دیدنش بودی؟ تو خود مقصری، گناهت را پای عشق ننویس. آهای گوش‌ها؟ مگر شما نبودید که برای شنیدن صدایش بی‌قراری می‌کردید؟ آهای با شما هستم، درست است با شما پاها! مگر شما نبودید که شیفته رفتن به سویش بودید؟ آهای زبان! مگر تو نبودی که نام او ورد دایمی‌ات بود و در شادی و غم نامش را زمزمه می‌کردی؟» اعضای بدن سر تکان دادند و جلسه محاکمه را ترک کردند. تنها قلب و عقل در جلسه ماندند. عقل گفت: «قلب! دیدی که همه از عشق بیزارند و او را دوست نمی‌دارند؟ من در حیرتم که عشق بیشتر از همه تو را آزرده و تو از دست او مصیبت‌های بی‌شماری کشیده‌ای. حالا چرا از او دفاع می‌کنی؟ قلب بعد از کمی مکث گفت: «من بی‌وجود عشق تنها تکه گوشتی هستم که در تمام عمر کاری تکراری انجام می‌دهد. من فقط با وجود عشق قلبی واقعی هستم». عقل چیزی برای گفتن نداشت.

بگونگو

این چه وضع اینترنته؟ ها؟

دانیال دایی داوودابنا | طنزپرداز

❓ نشد یک بار من و بابام مثل فیلم‌ها با هم صحبت کنیم. همین دیروز سر یک موضوع ساده با بابام بحثم شد، گفت: «این خونه یا جای منه، یا جای تو». بعدش صاحبخونه که خونه‌شون مهمون بودیم، پُقی زد زیر خنده و فضا رو خراب کرد.

😊 عیب نداره حالا. یک بار همین سکانس رو تو لوکیشن خودتون بگیرین، بدون کات درست میشه.

❓ می‌خواستم به پسرخاله‌ام که رفته با شلوارک تو آسانسور لاکچری عکس گرفته و زیرش نوشته «هوای پاریس هم گرمه» بگم: «لطفا قبل عکس گرفتن تو پاریس برچسب "خدمات آسانسور برادران جوادی" روبکن»» چون برادران جوادی هیچ شعبه دیگری ندارد.

😊 خب اینا رو به خودش می‌گفتی، چرا جای ما رو تنگ می‌کنی؟

❓ چرا هرچی اینترنت گرون‌تر میشه، سرعتش هم کمتر میشه؟ ما چه‌جوری مستندهای تحقیقی درباره فُک‌های قطب شمال رو ببینیم؟

😊 واقعا حجم مصرف می‌کنین برای چنین چیزی؟ البته ما هم کار ویژه‌ای نمی‌کنیم، نصف حجم تو خونه ما فقط برای این مصرف میشه که هیچ کس حوصله نداره با گوشی اون یکی دیگه کلیپ‌های بامزه رو ببینه.

❓ از هموطنان عزیز می‌خوام قبل از عکس گرفتن لنز گوشی رو تمیز کنن. من همه‌اش فکر می‌کنم تو فضای مِه‌آلود عکس گرفتن.

😊 عه پس عکس‌های من این‌قدر فلسفی و تاره، از چرب بودن گوشیه؟ من فکر کردم خودم خیلی متفکرم.

✓ **دوستان خوب جوانه!**
شما هم می‌توانید آثارتان را از طریق شماره‌های بالای صفحه برای‌مان بفرستید تا با اسم و عکس خودتان چاپ کنیم.

۳۷۰۱۰
پذیرش تلفنی آگهی با پیک رایگان

بخش مرکزی گلبهار دهیاری های روستاهای نوبهار، ۱۲۰۰۰، سلوگرد ۱۲۰۰۰ وقره جنگل ۱۰۰۰۰ مترمربع جمعا به مقدار ۳۴۰۰۰ مترمربع جهت آسفالت که از طریق مناقصه عمومی به شرکت های واجدالشرایط که به صورت قیرتهاتری می باشد که در سامانه تدارکات الکترونیکی به آدرس www.setadiran.ir صورت میگیرد نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضاء الکترونیکی در این سامانه اقدام نمایند.
شماره فراخوان روستای نوبهار: ۲۰۰۱۰۹۷۰۷۸۰۰۰۰۰۱
شماره فراخوان روستای سلوگرد ۲۰۰۱۰۹۷۰۳۳۰۰۰۰۰۱
شماره فراخوان روستای قره جنگل ۲۰۰۱۰۹۶۸۱۰۰۰۰۰۰۱
می باشد و مهلت خرید و دریافت اسناد از سامانه از زمان چاپ این آگهی در ساعت ۸ صبح برای روستاهای نوبهار و قره جنگل در تاریخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۲ و روستای سلوگرد ۱۴۰۱/۰۵/۱۳ می باشد.
د/۱۴۰۱۸۲۹۱۱
دهیاری های روستاهای نوبهار، سلوگرد و قره جنگل

پلاک و برگ سبز خودرو میتسوبیشی تیپ لنسر ال جی رنگ دودی معمولی مدل ۱۹۹۳ میلادی به شماره انتظامی ۱۲-۲۶۴ م ۹۳ به شماره موتور ۰۰۹۶۲۷ و شماره شاسی ۰۰۴۳۹۸ بنام علی ایزدی مفقود شده و فاقد اعتبار است
م/۱۴۰۱۸۳۸۷۹

سند و برگ سبز پراید صبا سفید مدل ۷۷
به شماره انتظامی ۱۲ایران ۳۷۲ن۱۸
شماره موتور 00080175
شماره شاسی S1412277573791
بنام امیر باقریان مفقود و فاقد اعتبار است
ف/۱۴۰۱۸۳۷۷۴

پروانه ساختمانی طرح مسکن مهر، تعاونی مسکن آزاد تلاشگران یاران خراسان
بشماره ۱۰۹۲۴ مورخه ۱۳۸۹/۱۲/۱۳ براساس قرارداد بلند مدت شماره ۸۷۱۳ مورخ ۱۳۸۷/۷/۲۱ با کدنوسازی ۱-۴-۱۴-۲ الی ۱۰ از پلاک های ۱۲و۱۳و ۱۴ فرعی و باقیمانده ۶ فرعی از ۲۳۶ اصلی بخش۷ مشهد مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.
تعاونی تلاشگران مسکن آزاد یاران خراسان
م/۱۴۰۱۸۳۹۱۳

برگ سبز خودرو سواری سایپا ۱۳۲SE مدل ۹۴ رنگ نقره ای متالیک بشماره انتظامی ۳۶- ۷۳۲ و ۷۱ به شماره موتور ۵۴۰۷۸۲۳ به شماره شاسی NAS۴۲۱۱۰۰F۱۱۸۵۵۳۵ بنام فاطمه قره بهادری مفقود شده و فاقد اعتبار است
م/۱۴۰۱۸۳۸۳۷

سند و برگ سبز و کارت موتورسیکلت طرح کلیک ۱۵۰CC همراهان رنگ قهوه ای مدل ۱۴۰۰
به شماره انتظامی ۱۶۹۷۳۸ایران ۷۷۵
و شماره موتور ۱۶۱۰۰۳۵۷ و شماره تنه ۰۱۲۸۸
بنام سید صادق گوهری مفقود و فاقد اعتبار است.
ف/۱۴۰۱۸۳۷۵۰

برگ سبز وسند مالکیت وکارت شناسایی موتور سیکلت آپاچی به شماره انتظامی ایران ۴۳-۸۱۵۲۹ وشماره موتور ۷۲۰۴۱۷۱۰ وشماره شاسی NE۸-۱۶۰R۸۷۰۰۱۳۶
به نام معصومه نصر آبادی مفقود شده وفاقد اعتبار است.
ش/۱۴۰۱۸۳۹۰۶

مجوز حمل سلاح شکاری متعلق به آقای نصرالدین صاحبی سنگری به شماره سلاح ۲۵۳۴ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط گردیده است
م/۱۴۰۱۸۲۱۲۹