

رفقا سلام! خوبین؟ خوشین؟
امتحانا تون هم دیگه باید تموم شده باشه والان وقت
خوبیه برای یک نفس عمیق کشیدن تا چندماه دیگه که امتحانات
پایان ترم شروع میشه. توی این چندماه، می تونین کمی برین سراغ
کارهای حال خوب کن تا انرژی تون دوباره برگرده؛ چی بهتر از این که حال
خوبتون رو با بقیه هم شریک بشین؛ پس اگه یه فیلم خوب دیدین یا کتاب جالبی
خوندین برای مادر باره اون بنویسین تا به دوستانتون معرفی کنین. شماره های ما
رو هم که حفظین دیگه، نه؟
شماره پیامک ۰۹۹۹۹۹۹۹۹۹
آیدی و شماره تلگرام @zendegiisalam
۰۹۲۱۵۲۰۳۹۱۵
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

چطور حسودی نکنم؟

PV!

رو پیدا کنه؟ «من ورزشکار خوبی نیستم اما در عوض خیلی خوب نقاشی می کنم»،
«من بلد نیستم با دست هام چیزی بسازم اما سرم پر از ایده های درخشان»؛ این
جمله های یعنی تو خودت رو خوب می شناسی و پذیرفتی که آدم ها
با هم متفاوت اند. هیچ وقت به گروه های کاری موفق
دنیا نگاهی انداختی؟ پویانمایی های فوق العاده
رو گروه های بزرگی می سازن که هر کدومشون
توی یه کاری متخصص اند؛ گروه های موسیقی
محبوب از نوازنده هایی تشکیل شده که هر کدوم
یک ساز رو خوب می نوازند. خب این ها یعنی لازمه
که آدم ها با هم فرق داشته باشن و اگر همه یه وقت هایی
حسودی شون میشه شروع کنن به قوی تر کردن
خودشون.



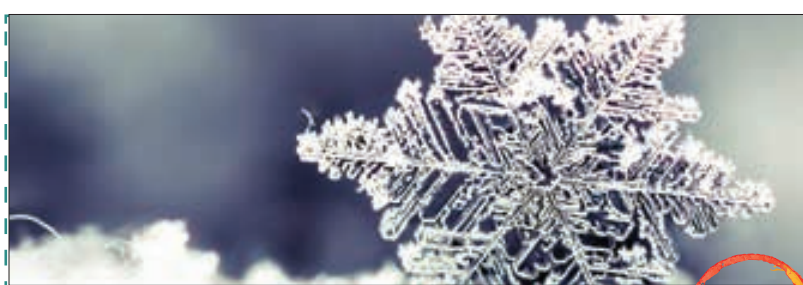
شده تا حالا به کسی حسودی کنی؟ برای من
که پیش اومده، تا یه جایی هم طبیعیه. آدم ها
دلشون می خواد زیبا، موفق، دوست داشتنی و
توانمند باشند و اگه توی هر کدوم از این ها یک نفر
رو بالاتر از خودشون ببینن، احتمال داره حس بدی
پیدا کنن. اما خب این حس گاهی می تونه رابطه آدم رو
با بقیه حتی با بهترین دوست هاش خراب کنه. دنیا پر
از تفاوته؛ پر از استعدادها و ویژگی های مثبت متفاوت؛
هوش، زیبایی، توانایی های فیزیکی، استعداد های
هنری و کلی چیز دیگه. هر آدمی می تونه توی بعضی
از این ها خوب باشه. یکی از راه هایی که می تونه
حسادت آدم رو کاهش بده اینه که بتونه راه خودش

#حال خوب



علیرضا ۱۲ ساله میگه: «حال خوب یعنی بارون! یعنی این که
مثل بارون باشی و بودنت همه رو خوشحال کنه».

تکلیف صادق ذبیح



دریچه

چرا برف سفید است؟

برف، همان آب یخ زده است و همه ما می دانیم آب یخ زده، رنگی ندارد. پس چرا برف
سفید رنگ است؟ هر دانه برف از تعداد زیادی بلور یخ تشکیل شده است، این بلورها
سطوح بسیار زیادی دارند و آن چه باعث می شود برف به رنگ سفید دیده شود، بازتاب
نور از تمامی این سطوح است. برف زمانی تشکیل می شود که بخار آب در اتمسفر زمین
منجمد می شود. با منجمد شدن بخار آب، بلورهای روشن و شفافی به وجود می آید. این
بلورها ابتدا کوچک و سبک هستند بنابراین در اتمسفر به وسیله باد بالا و پایین می روند.
همزمان با این بالا و پایین رفتن ها، بلورهای برف به تدریج ذرات ریز دیگری را که در ابرها
وجود دارند، جذب می کنند. زمانی که بلورهای برف به اندازه کافی بزرگ شدند به صورت
دانه های برف به طرف زمین شناور می شوند. بلورها که در کنار یکدیگر قرار می گیرند
دانه های برف را تشکیل می دهند که به صورت صفحه های نازک و شبیه به یک شش
ضلعی هستند. این شکل و شمایل شش ضلعی باعث بازتاب نور می شود؛ بنابراین بازتاب
نور از تمام سطوح باعث می شود ما دانه های برف را به رنگ سفید ببینیم.

برگر گفته از دایرة المعارف «به من بگو چرا و چگونه؟»، نوشته آکار دی لئوکوم، ترجمه سعید درودی



تجربهای بندناگشتی

مراقب زنجیر دوچرخه جان باشید!

اگر شما هم از آن دوچرخه سوارهایی هستید که برای دوچرخه عزیزشان جان
می دهند، بهتر است به اصلی ترین قسمت دوچرخه یعنی زنجیر چرخ که یکی از
اجزای گران قیمت دوچرخه را تشکیل می دهد، توجه کنید چون کثیفی و گرد و غبار باعث
ایجاد سفتی در زنجیر، درست کار نکردن چرخ ها و قاب دنده زنجیرهای عقبی دوچرخه
می شود. برای این کار، یک برس پلاستیکی لازم دارید که دارای پرزها و اسفنج های زبر است
و این قابلیت را دارد تا تمامی نقاط اطراف زنجیر را تمیز کند. همچنین از مایعات تمیز کننده
روغن (مثل اسپری شست و شوی موتور خودرو) استفاده کنید و بعد از تمیز شدن
زنجیر، آن را دوباره روغن کاری کنید. ابتدا زنجیر را روی کوچک ترین
قاب دنده زنجیر جلوبی و کوچک ترین قاب دنده عقبی ببنداید.
سپس مایع تمیز کننده را به تمام اجزای کشیدو حدود ۳۰ بار پدال بزنید.
در آخر، زنجیر را با فشار ملایم آب بشویید و با یک کهنه تمیز آن را خشک
و دوباره روغن کاری کنید.



خاطرات صدر صد واقعی یک سرخ پوست نیمه وقت

معرفی
کتاب

«خاطرات صدر صد واقعی...» داستان زندگی یک
نوجوان سرخ پوست به اسم «جونیر» است. جونیر
در اقامتگاه سرخ پوستان زندگی می کند؛ جایی
که نه امکانات زیادی در آن وجود دارد و نه فرصتی
برای پیشرفت. جونیر عاشق کاریکاتور است،
کلی سوال توی ذهنش دارد و دوست دارد بهتر



وقتی از زنگ ورزش مدرسه حرف می زنیم...

ایده و اجرا:
مرادی، میرجانیان

کمیک