



ماهنامه فرهنگی - اجتماعی - مهر و آبان - سال ۱۳۹۹ - قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

جنگ دیروز جهاد امروز

آینده ساز شویم

مهران؛ بچه‌های دیروز

مجروح سلامت؛

جان‌بازی نوجوانان

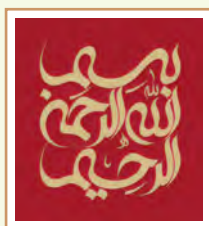
ما ملت‌الناجیهین

امیر المؤمنین امام علی علیه السلام:

«عاجزترین مردم کسی است که از به دست آوردن دوست، ناتوان باشد و از او عاجزتر کسی است که دوستانِ به دست آورده را ترک گوید.»

نهج البلاغه - حکمت دوازدهم





من چهره جوانِ شما را شاداب و پرنشاط دوست دارم

و بر چهره شما عزیزان، لبخند را ترجیح می‌دهم. با همین نشاط است که ایمان و پایه‌های اعتقادی مستحکم شما خواهد توانست سال‌های متمادی شما جوانان را به سمت آرمان‌ها حرکت بدهد.

۱۳۹۷/۵/۵
رهبر انقلاب | **فارسا**





ماهنامه فرهنگی و اجتماعی
شماره ۱۸۰-۱۷۹ مهر و آبان ماه سال ۱۳۹۹
قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

صاحب امتیاز: بنیاد شهید و امور ایثارگران
مدیر مسئول و سردبیر: رحیم نریمانی
ناظر تولید: سیده فاطمه رضایی
مدیر اجرایی: خدیجه اکبری
مجری طرح: وب مهرآز

گرافیک:
صفحه آرا و تصویر گر:
سیده زینب اسکندریان
عکس:
حمیده حیدری

امور فنی: آتلیه نشرشاهد
ناظر فنی چاپ: علیرضا قاسمی
تلفن تحریریه: ۸۸۳۰۸۰۸۶
امور مشترکین: محمدرضا اصغری
تلفن امور مشترکین: ۸۸۸۲۳۵۸۴
دورنگار امور مشترکین: ۸۸۳۰۸۳۴۸



نشانی الکترونیکی:

mag.navideshahed.com

ناشر: انتشارات شاهد
تهران - خیابان طالقانی
خیابان ملک الشعراء بهار شمالی - شماره ۵
تلفن: ۸۸۸۳۵۱۰۸

صندوق پستی: تهران ۱۵۷۱۵/۱۹۴

چاپ: چاپخانه سازمان فرهنگی سیاحتی کوثر

* مجله برای نوجوانان ۱۱ تا ۱۶ سال منتشر می شود.
* مجله در تلخیص و ویرایش مطالب رسیده آزاد است.

* مطالب رسیده باز گردانده نمی شود
* نقل مطالب مجله با ذکر مأخذ مجاز است

فهرست

سرمقاله	۵
اخبار	۶
تقویم	۸
گزارش	۱۰
نامه به بهشت	۱۲
مهارت	۱۴
گزارش	۱۶
دلفستنی	۱۸
قهرمانان کوچک	۲۰
جنگ ادبی	۲۲
اینفوگرافی	۲۴
چرتکه	۲۶
همسایه ها	۲۸
زنگ هنر	۳۲
سینما	۳۴
قهرمان	۳۶
سلامت	۳۸
کتابخوان	۴۰
علمی	۴۲
گزارش	۴۴
پیشنهاد	۴۶
سرگرمی	۴۸
توصیه شهید	۵۰

جنگ دیروز جهاد امروز

چهل سال پیش همین موقع‌ها جنگ شروع شد. بچه‌هایی که قرار بود از اول مهر سرکلاس و درسشان بروند توی استان‌های مختلف کشور به جای کلاس درس آواره کوه و بیابان شدند. ما از همان نسلیم که کلاس‌هایمان زیر چادر بر گزار شد، زیر حمله هوایی و موشکی گاه و بی‌گاه. روزهای سختی بودند، شرایط سختی که لازم بود طاقت بیاوریم و پیش برویم.

از زمستان پارسال ویروس کرونا شرایطی را برای جهان پیش آورد که خیلی از فعالیت‌ها تعطیل شدند، بزرگ‌ترها یا بیکار شدند و یا شکل کار کردنشان تغییر کرد، کودکان و نوجوانان هم در زمینه درس و مدرسه با شیوه جدیدی مواجه شدند و مجبور شدند از طریق گوشی موبایل، تبلت و رایانه کلاس‌های مجازی را تجربه کنند. تجربه جدیدی که می‌تواند خاطره شما برای انتقال به نسل‌های بعدی باشد، همانطور که نسل ما از جنگ و موشک و هواپیما و در عین حال درس خواندن در آن شرایط امروز برای شما خاطره تعریف می‌کند نسل شما هم در آینده‌ای نه چندان دور از تلاش و جهاد برای فراگرفتن علم در روزگار فراگیری ویروسی خواهد گفت که بسیاری از فعالیت‌ها را تعطیل کرد و شکل درس خواندن و مدرسه رفتن را تغییر داد.

این روزها شیرینی و تلخی خودش را دارد. ممکن است بسیاری از ما از این همه در خانه ماندن افسرده، ناراحت یا خشمگین شویم. از اینکه هیچ زمانی برای پایان این روزها تعیین نشده و ممکن است چند ماه آینده هم همین وضعیت برقرار باشد. ممکن است سال را همینطور به سر ببریم، تنها راه چاره کنار آمدن با شرایط است. اینکه بتوانیم این روزها را مدیریت کنیم و بتوانیم از وقت فراوان در خانه ماندن بهترین استفاده را بکنیم.

هر دوره و روزگاری بالاخره برای خودش دشواری‌ها و سختی‌هایی دارد، کسی از آن عبور می‌کند که با آرامش و خونسردی بتواند دوام بیاورد تا بیست یا سی سال دیگر برای فرزندان و بچه‌های نسل بعد با خنده از روزگار سخت همه‌گیری کرونا بگوید و به نابآوری بچه‌ها و نوجوانان فردا بخندد.

جهاد ادامه دارد...





❖ گردآورنده: سید مالک اسکندریان



یک المپیک نوجوانانه

هشت سال پیش بود که دومین دوره المپیک آسیایی نوجوانان برگزار شد و بعد از آن این مسابقات تعطیل شد تا حالا پس از هشت سال خبر از برگزاری سومین دوره المپیک نوجوانان در سال ۲۰۲۱ منتشر شود. شورای المپیک آسیا اعلام کرد که این مسابقات طی روزهای ۲۰ تا ۲۸ نوامبر ۲۰۲۱ (۲۹ آبان تا ۷ آذرماه ۱۴۰۰) به میزبانی چین در شهر شانتو برگزار خواهد شد. در این مسابقات رشته‌های شنا، شیرجه و واترپلو، بدمینتون، بسکتبال سه نفره، والیبال ساحلی، دراگون بوت، فوتبال، ژیمناستیک، گلف، هندبال، صخره‌نوردی، راگبی، موج سواری، تنیس روی میز، تکواندو و ووشو حضور خواهند داشت. پیش از این دو دوره بازی‌های جوانان آسیا ابتدا سال ۲۰۱۱ در سنگاپور و ۲۰۱۳ در نانجینگ چین برگزار شد و پیش بینی می‌زبان حضور نزدیک به ۵۰۰۰ ورزشکار در این پیکارهاست.



اینترنت ویژه کودکان و نوجوانان راه اندازی می‌شود

کلاس‌های آنلاین سال جدید تحصیلی باعث شده تا شورای فرهنگی اجتماعی زنان بعد از بررسی آسیب‌های کلاس‌های آنلاین دانش آموزان، بر راه‌اندازی شبکه ملی اطلاعات و اینترنت ویژه کودکان و نوجوانان تاکید کند.

جلسه ۸۷۶ شورای فرهنگی، اجتماعی زنان و خانواده شورای عالی انقلاب فرهنگی که به شکل مجازی برگزار می‌شد دستور اولش بررسی به ریاست کبری خزعلی رئیس شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده به صورت مجازی برگزار می‌شد دستور اولش بررسی آسیب‌ها و مشکلات ناشی از برگزاری کلاس‌های آنلاین درسی و دسترسی کودکان و نوجوانان به اینترنت با توجه به اخبار منتشر شده و اعتراضات مادران پیرامون ولنگاری در فضای مجازی، اختصاص داشت. اعضا شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده بر استفاده بیشتر و کامل‌تر از ظرفیت رسانه ملی برای آموزش دروس توسط اساتید با تجربه و متخصص، به منظور تأمین امنیت اخلاقی دانش آموزان و حذف هزینه‌های مادی تحمیلی بر خانواده‌ها در شرایط فعلی اقتصادی، تأکید کردند.

چهارشنبه‌وار ه فرهنگی شهری



فره‌ها از دوران کرونا می‌گویند

۳

اولین دوره جشنواره فرهنگی هنری «فره» توسط ماهنامه «قلک» و همکاری موسسات فرهنگی و اقتصادی، با محوریت موضوعی «کودکان و دوران کرونایی» در دو بخش هنری و ادبی برگزار می‌شود. کاظمی دینان دبیر این جشنواره می‌گوید: حدود یک سال از شیوع ویروس کرونا در جهان می‌گذرد. در این مدت تغییرات وسیعی در سبک زندگی بشر ایجاد شده و این تغییرات وسیع گذشته از آثار مخرب و زیان‌بارش، جنبه‌های مثبتی نیز به همراه داشته است که نباید از آن غافل ماند. با نگاهی به محیط اطرافمان می‌توان به وضوح مشاهده کرد، کودکان یکی از اقشاری هستند که از این تغییرات تأثیرات فراوانی متحمل شده‌اند. تصمیم بر آن شد تا برخی از وجوه زندگی کودکان در دوران مواجهه و شیوع ویروس کرونا را در قالب فعالیت‌های ادبی و هنری به رقابت بگذاریم.

جشنواره فرهنگی هنری «فره» در دو بخش هنری: عکاسی، نقاشی و ادبی برگزار خواهد شد و داوری این دوره جشنواره را فریدون عموزاده خلیلی، معصومه یزدانی، علی خانجانی، علیرضا کریمی صارمی، زهرا موسوی و هدی حدادی بر عهده دارند. داوری و اهدای جوایز به برگزیدگان این دوره پس از انتخاب هیئت داوران بر اساس رده‌بندی سنی مندرج در فراخوان صورت خواهد گرفت که شامل تندیس، لوح سپاس و جوایز نقدی خواهد بود. علاقه‌مندان می‌توانند برای کسب اطلاعات بیشتر به پایگاه اینترنتی این جشنواره به نشانی www.capf.ir مراجعه کنند.



افسردگی و ۶۶ مشکل دنباله‌اش

تحقیقات موسسه کارولینسکا سوئد نشان می‌دهد کودکان و نوجوانان افسرده بیشتر در معرض خطر مرگ زودهنگام و ابتلا به طیف وسیعی از بیماری‌ها در سنین بالاتر هستند. این یک مطالعه گسترده روی ۱,۵ میلیون کودک و نوجوان سوئدی بوده که از سنین پایین تا حدود ۳۱ سالگی مورد بررسی قرار گرفته بودند. از این جمعیت حدود ۳۷ هزار نفر در بین سن ۵ تا ۱۹ سالگی مبتلا به افسردگی تشخیص داده شده بودند. این مطالعه نشان داد که کودکان و نوجوانان مبتلا به افسردگی با ریسک بالا ابتلا به ۶۶ بیماری از ۶۹ بیماری پزشکی، از جمله اختلالات خواب، دیابت نوع ۲، هپاتیت ویروسی و بیماری‌های کلیه و کبد، روبرو هستند.

همچنین در مقایسه با افراد فاقد افسردگی، آنها با ریسک بالاتر صدمات ناشی از خودآزاری، و تقریباً ۶ برابر بیشتر با خطر مرگ زودهنگام مواجه هستند. این یافته‌ها تفاوت‌هایی بین زنان و مردان را هم نشان داد. به عنوان مثال، زنان مبتلا به افسردگی زودهنگام، بیشتر با احتمال ابتلا به عفونت ادراری، تنفسی و گوارشی مواجه بودند. از طرف دیگر، مردان بیشتر دچار چاقی، مشکلات غده تیروئید، بیماری سلولک و آگزما بودند.





رویدادهای

فصل پاییز

گردآورنده: علی علیزاده ✨



هفتم مهر: روز آتش نشانی و ایمنی

حتما شما هم بارها و بارها در مدرسه‌تان رزمایش ایمنی و آتش‌نشانی برگزار شده، باید بدانید که هفتم مهر روز آتش‌نشانی و خدمات ایمنی است. روزی برای بزرگداشت قهرمانانی که به استقبال خطر می‌روند تا کسانی را از دل خطر نجات بدهند. آن‌هم حوادث مختلفی که گاه جان آنها را به خطر می‌اندازد که فاجعه‌بارترین آنها حادثه پلاسکو بود که به خاطر آتش‌سوزی و انفجار یک مجتمع تجاری در ۵ سال پیش جان ۱۶ آتش‌نشان شجاع را گرفت. فقط در تهران تا حالا ۶۰ آتش‌نشان به شهادت رسیده‌اند که ۱۸ نفر آنها در جریان دفاع مقدس بوده و بقیه این عزیزان در جریان مأموریت و خدمت جانشان را فدای ایمنی و آرامش هم‌وطنانشان کرده‌اند.

سیزده مهر: روز نیروی انتظامی

لباس آنها سبز تیره است. فرقی نمی‌کند امنیت شهرها را به آنها بسپارند یا امنیت مرزها را. آنها از کوچه و خیابان تا دورترین مرزها و حتی امنیت فضای مجازی را به عهده دارند تا به آنها لقب نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران را بدهند. ارگان انتظامی که به شکل اختصار ناجا هم خوانده می‌شوند. سیزدهم مهر با هفته ناجا همزمان است، قهرمانان امنیت و اقتدار و آرامش. ۲۹ سال پیش از ادغام سه نیروی ژاندارمری، شهربانی و کمیته انقلاب، نیروی انتظامی تشکیل شد و در ۴۲ سال اخیر بیشتر از ۱۳ هزار شهید تقدیم امنیت و آسایش کشور شده است. هر سال به طور متوسط ۱۴۰ نفر از نیروهای انتظامی کشور در درگیری با قاچاقچیان و اشراک به شهادت می‌رسند.

بیست و چهارم مهر: روز عصای سفید

نایبانیان در سراسر جهان یک روز مخصوص به خودشان دارند که به اسم روز عصای سفید شناخته می‌شود. بر اساس آماری که سازمان بهداشت جهانی اعلام کرده بیش از ۴۶ میلیون نابینا در سراسر جهان وجود دارد و تعداد افراد کم بینا چند برابر این عدد است. به همین خاطر برای احترام و رعایت حقوق آنها یک روز در تقویم به نام آنها در نظر گرفته شده است. با وجود اینکه نابینایی یک محدودیت سخت و دشوار است اما نابیناهای موفقی در جهان و ایران وجود دارند که بر اساس آماری که رئیس بهزیستی کشور اعلام کرده ۸۰۰ نابینا با مدرک فوق لیسانس و ۴۷۰۰ نابینای لیسانس در کشور داریم که در حال تلاش و کوشش برای دانش و کار و زندگی هستند.

هشتم آبان: روز نوجوان و بسیج دانش آموزی

قصه محمد حسین فهمیده یا حسین فهمیده را تا به حال در کتاب‌های درسی و فیلم‌ها و مستندها خوانده‌اید. نوجوان سیزده ساله‌ای که با درک درست از جنگ، پنج روز قبل از شروع رسمی جنگ و با شنیدن اوضاع وخیم خوزستان خودش را از کرج به خرمشهر رسانده بود. در جریان مقاومت یک ماهه و دلیرانه خرمشهر خوش درخشیده بود و با وجود اینکه یکبار مجروح شده و به بیمارستان ماهشهر اعزام شده بود اما دوباره خودش را به خرمشهر رسانده بود. او و هم‌رزمش محمد رضا شمس در محاصره تانک‌ها و نیروهای دشمن گرفتار می‌آیند و حسین اتفاقی را رقم می‌زند که تا همیشه در تاریخ ماندگار می‌شود، بستن نارنجک و رفتن زیر تانک و به آغوش شهادت رفتن.

هشتم تا سیزدهم آبان: هفته وحدت

اهل تسنن یازدهم ربیع الاول را تولد حضرت رسول (ص) می‌دانند و شیعه تولد پیامبر را ۱۷ ربیع الاول می‌داند. امسال این دو تاریخ از هفتم تا ۱۳ مهر واقع شده و از سال‌های ابتدای انقلاب تلاش شد تا بین مذاهب مختلف اسلامی یک دوستی و وحدت شکل بگیرد. به همین خاطر از چهل سال پیش فاصله این دو روایت از تولد پیامبر بین شیعه و سنی به عنوان هفته وحدت معرفی شده است. هفته‌ای برای یادآوری اینکه با وجود اختلافات اندک اما ما هنوز و همچنان یک خدا، یک پیامبر و یک قبله مشترک داریم. با انبوهی از اشتراکات مبنایی و اندکی اختلاف‌ها.

سیزدهم آبان: روز دانش آموز

یک جوهرهایی امسال روز سیزده آبان روز شلوغی از نظر مناسبت تقویمی است. از طرف میلاد پر برکت پیامبر اعظم و از طرف دیگر روز دانش آموز و تسخیر لانه جاسوسی آمریکا. اتفاقات مهم سیزده آبان به سه سال ۴۳، ۵۷ و ۵۸ بر می‌گردد. حادثه اول مربوط به دستگیری امام در قم و بعد از آن آغاز تبعید ایشان بود، سال‌ها بعد و در سال ۵۷ بود که دانش‌آموزان مدارس را تعطیل کردند و به سمت دانشگاه تهران یعنی سیاسی‌ترین نقطه انقلاب رفتند. تا ساعت ۱۱ همه چیز با شعار و اعتراض پیش رفت که نیروهای نظامی سعی کردند اول با گاز اشک‌آور جمعیت را متفرق کنند و بعد از اینکه نتوانستند به سمت جمعیت شلیک کردند. در اولین سالگرد این فاجعه اما انقلاب پیروز شده بود و گروهی از دانشجویان که به دانشجویان پیرو خط امام مشهور شدند سفارت آمریکا را با هدف فشار به این کشور برای استرداد شاه تسخیر کردند.



مجروح سلامت؛

جان بازی نوجوانان

گرددآورنده: سجاد شهبازی



جانباز محمدحسن علی عسکر



محمدحسن به بیمارستان شهدای کارگر یزد منتقل شد و بعد از ۲۷ روز درمان سنگین و سخت از بیمارستان مرخص شد. روزی که محمدحسن به خانه آمد با اینکه پای چپش همراهش نبود اما در میان دود اسپند و صلوات مردم و مسئولانی که به استقبال او آمده بودند مانند یک قهرمان به خانه برگشت در حالی که چفیه‌ای منقش به تصویر سردار شهید قاسم سلیمانی به گردنش انداخته بودند. جالب است بدانید که عموی محمدحسن در دوران دفاع مقدس و در ۱۳ سالگی به شهادت رسیده و پدر این نوجوان فداکار می‌گوید: برادر بنده روزی برای دفاع از اسلام در جنگ سخت در حالی که ۱۳ سال داشت به شهادت رسید و امروز محمد حسن ۱۳ ساله من نیز در جنگی دیگر تلاش می‌کرده که از دیدگاه مردمی به درجه جانبازی نائل شده است اما این امر در عزم ما برای ادامه این مسیر تأثیری ندارد.

فرماندار اردستان هم که برای استقبال و عیادت از این نوجوان به منزل آنها آمده بود می‌گوید: مقرر شده تا با توجه به وضعیت خانواده و وجود بیماری والدۀ ایشان و مستأجر بودن این خانواده مجموعه خیران شهرستان یک واحد مسکونی به این خانواده مدافع سلامت اهدا کند که به زودی این اتفاق انجام خواهد شد.

محمدحسن به شدت فوتبالی و طرفدار دروازه بان تیم ملی یعنی علیرضا بیرانوند است. بیرانوند با شنیدن این فداکاری قول داده به شکل مجازی با او ارتباط تصویری برقرار کند. حالا نام و نشان محمدحسن در شهر زواره و شهرستان اردستان که نه در بسیاری از شهرهای ایران پیچیده به شکلی که بسیاری از مسئولان شهر از او دیدار و دلجویی کرده‌اند و مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان به او لقب چهره جوان و مدافع سلامت داده است.

محمدحسن و خبر فداکاری‌اش به عنوان مدافع سلامت ادامه راه عموی شهیدش و همه‌ی شهدای نوجوانی است که بدون توجه به سن و سال در هر زمینه و جبهه‌ای حضور پیدا کرده‌اند. محمدحسن این روزها با فراموش کردن آن حادثه تلخ در حال گذراندن روزهای مدرسه به شکل مجازی است و امیدوار به اینکه هنوز جهاد در این آب و خاک ادامه دارد و همه‌ی گروه‌های سنی از نوجوان و جوان تا بزرگسال و سالمند منتظر لحظه‌هایی برای نشان دادن روحیه‌ی ایثار و فداکاری ایرانی هستند.



نام کوچک او اختلاف کوچکی با هم‌نام شهیدش در ۴۰ سال پیش دارد، اگر چهل سال پیش محمدحسین فهمیده جاننش را برای وطنش داد حالا و در سال ۱۳۹۹ بعد از چهل سال از آن اتفاق بزرگ نوجوانی هم‌سن و سال او در نقطه‌ای دیگر اتفاقی را شکل داد که نشان می‌دهد هنوز ایثار و فداکاری در این کشور ماندگار و ابدی است.

داستان محمدحسن علی‌عسگر از زمانی شروع شد که گسترش ویروس کرونا در کشورمان بیداد می‌کرد. گروه‌های جهادی هم پای کار آمدند و سعی کردند که با ضدعفونی معابر شهرها و روستاها از گسترش بیشتر همه‌گیری کرونا جلوگیری کنند. حسین علی‌عسگر کشاورز رفسنجانی که در شهرستان اردستان ساکن هستند هم با تراکتورش با گروه‌های جهادی همراهی می‌کرد. در یکی از شب‌هایی که قرار بود معابر را ضدعفونی کنند پسر ۱۳ ساله‌اش محمدحسن هم برای کمک به پدر با او همراه شد.

آنها از گروه‌های خودجوش مردمی بودند که مثل بسیج مردم در دوران دفاع مقدس حالا برای دفاع از سلامت همشهریان و هم وطنانشان پای کار آمده بودند. روایت پدر از آن شب یک جمله کوتاه و تلخ است: زمانی که با پسر خود در یکی از شب‌ها همراه با گروه‌های جهادی مشغول ضد عفونی معابر شهر زواره بودیم محمد حسن با سرنگون شدن از بالای تراکتور و برخورد با «گاردن» تراکتور دچار مصدومیت از ناحیه پا شد.

همین حادثه باعث شد تا محمدحسن به بیمارستانی در اردستان بستری شود اما شدت جراحت به حدی بود که مجبور شدند او را به بیمارستان آیت الله کاشانی در اصفهان انتقال بدهند. عمل پیوند پای او بی‌نتیجه بود و با وجود تلاش کادر درمانی پای چپ او در نهایت قطع شد. بعد از قطع پا و با وجود عفونت شدید

دلتنوشته های شما

نامه ای به پدر بزرگ

سلام به پدر بزرگ مهربان و دوست داشتنی خودم. من سید محمدعلی نوهی کوچک شما هستم. امسال کلاس ششم هستم و خوب درس می خوانم. خیلی دلم برایتان تنگ شده، خواستم نامه ای بنویسم و شما را از احوال خودم و بقیه اقوام باخبر کنم. هر چند شما حال و روز ما را بهتر می دانید. اول درباره ی مادر بزرگ می گویم. او همیشه از شما حرف می زند و درباره ی خوبی ها و اخلاق و رفتار شما برایمان تعریف می کند. راستی همه می گویند که من شبیه شما هستم من هم خیلی خوشحال می شوم. بابا بزرگ همه ی نوه های بزرگ شدند و برای خودشان یک شغل مناسب و خوبی انتخاب کردند. مهدی مهندس برق شده، زهرا دختر عمه پزشک شده و میلاد هم تازه سربازیش را تمام کرده. بابا بزرگ اینجا همه خوب هستند ولی مادر بزرگ با گذشت سی سال از شهادت شما هنوز دلتنگی می کند و اشک می ریزد. بابا جونم می دانم که شما جایگاه خوبی دارید و با دیگر دوستان شهیدتان در بهشت زندگی می کنید از آنجا برای ما دعا کن برای پدرم و من با پدرم او را به دکتر می بریم نگران نباشید خیلی مواظبش هستیم. در کنکور آینده. مادر بزرگ گاهی اوقات اینقدر دلم برای شما تنگ می شود که دوست دارم بال بگیرم و پیام پیش شما و دیگر دوستانم. بابا بزرگ عزیزم مادر بزرگ گاهی اوقات اینقدر دلم برای شما تنگ می شود که دوست دارم بال بگیرم و پیام پیش شما و دیگر دوستانم. دلم می خورم بزرگداشت شما را بر گزار می کنیم و عده ای از دوستان قدیمی شما هم در مراسم حضور پیدا می کنند. برایم دعا کن که توی درس هایم و زندگی موفق شوم. اینجا همه سلام می رسانند شما هم به دوستان عزیزت سلام برسان. خیلی خیلی دوست دارم

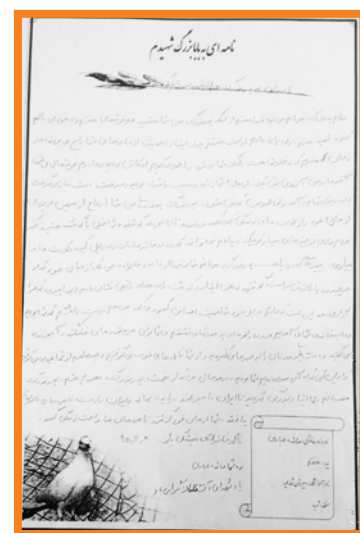
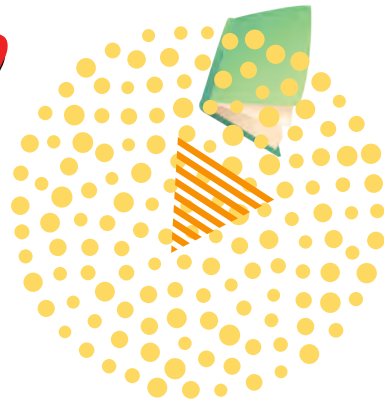
سید محمدعلی طاهری بندرعباس



پدر بزرگ مهربانم شهید محمود اتابکی

سلام پدر بزرگ مهربانم. من نوه شما هستم و از اینکه پدر بزرگ من شما هستید هم خوشحال هستم و به خودم می‌بالم که نوه شهید هستم؛ ولی برای مادرم ناراحت هستم چون ایشان همیشه از جای خالی شما رنج می‌برند، هر زمان مادرم که دختر شما هست دلتنگ می‌شود با خود می‌گویم ای کاش بودید و مادرم خوشحال می‌شد؛ آخر مادر من آرزوی حتی یکبار دیدن شما را دارد و دوست داشت بودید و هر هفته دست ما را می‌گرفت و به دیدن شما می‌آمد ولی افسوس که نمی‌شود. پدر بزرگ بخشنده‌ی من شما با دفاع از میهن عزیزمان از جان خود و از لذت‌های زندگی خود که همسر و فرزندان بودند گذشتید، شما خیلی با گذشت هستید که اکثر مردم عادی از چیزهای بسیار کوچک دنیا هم نمی‌توانند بگذرند به خاطر مادیات و به دلیل کینه و کدورت‌ها و بسیاری چیزهایی که در دنیا هست. پدر بزرگ مهربانم شما نه تنها از خانه و خانواده خود بلکه از جان خود که از هر چیز در دنیا با ارزش‌تر است گذشتید و معنی ایثار و گذشت را به معنای واقعی نشان دادید؛ تنها چیزی که مرا آزار می‌دهد این است که مادرم به دلیل نبود شما همیشه احساس کمبود می‌کند. من هم دوست داشتم که شما بودید و ما به خانه‌ی شما می‌آمدیم و روی زانوهای شما می‌نشستم و شما برای من قصه‌های قشنگ و آموزنده می‌گفتید و عیدها هم از شما عیدی می‌گرفتیم و اولین کسی که به آن سر می‌زدیم شما بودید، در هر حال من که از نعمت پدر بزرگ محروم هستم. پدر بزرگ مهربانم شما ایثار بزرگی کردید تا ایران ما سربلند و پاینده بماند و ایران ما دست نامردمان و نامحرمان نیافتد. شما از جان خود گذشتید تا مردمان ما راحت زندگی کنند. نام و خاطراتان همیشگی باد.

نوه شما مائده طهماسبی کلاس هفتم



خانم لیلا نادعلیپور کارشناس ارشد روانشناسی:

کنترل خشم

وقتی آمیرمی چسبانیم

گرددآورنده: زهرا امامی

“

خودم هم نفهمیدم چی شد؟ یک دفعه از کوره در رفتم؟ نباید این کار را می کردم؟ و معمولاً دوره نوجوانی به دلیل ورود به مرحله بلوغ، نوجوان با چالش‌های بسیاری روبرو است که باید این مرحله را با دانش و آگاهی به سلامت طی کند. یکی از مهارت‌هایی که نوجوان باید به آن مجهز شود مهارت کنترل خشم است چرا که اگر شخص نتواند خود را هنگام عصبانیت کنترل کند از او شخصیتی تهاجمی، غیرقابل کنترل و لجباز برای دیگران تصویر می‌شود که این اصلاً تصویر زیبایی نیست. بنابراین لازم است روش‌هایی را بیاموزید که شما بتوانید این مرحله را مدیریت کنید. به همین دلیل در این شماره به سراغ خانم لیلا نادعلیپور کارشناس ارشد روانشناسی، دبیر باسابقه آموزش پرورش و استاد دانشگاه رفته‌ایم تا ما را راهنمایی کند.



❓ واقعا خشم را می‌شود کنترل کرد؟ وقتی ما در لحظه دچار هیجان و احساسات می‌شویم؟

بله کنترل خشم یکی از مهارت‌هایی است که هر فردی در هر سنی که باشد باید در زندگی بیاموزد حالا اگر در نوجوانی بتواند این مهارت را کسب کند قطعاً در موفقیت وی در زندگی بسیار تأثیرگذار است و حتی مسیر رشد وی را هموار می‌کند. در قدم اول باید بدانیم که خشم، مثل استرس، احساس و هیجانی کاملاً طبیعی است. یک واکنش که از حد معمول خارج می‌شود و ما را در کنترل خودش قرار می‌دهد. یک واکنش که باعث تخریب است. که اغلب شخص بعد از بروز آن دچار پشیمانی می‌شود. چرا که باعث ناراحتی اطرافیان شما می‌شود.

❓ خشم هنجار است یا ناهنجاری؟

در وجود همه ما این احساس به صورت غریزی وجود دارد و یک امر طبیعی است اما مشکل وقتی پیش می‌آید که نتوانیم این احساس را مدیریت کنیم و اگر کنترل نشود ممکن است که اتفاقات ناخوشایندی رخ دهد.

❓ خشم در برخورد فیزیکی خودش را نشان می‌دهد؟

الزاماً خشم در زد و خورد خلاصه نمی‌شود، دشنام، فحش و کلام زشت هم یک نوع خشم است.

❓ ممکن است خشم ارثی نیز باشد؟

به هر حال هر شخصی در یک خانواده‌ای رشد یافته که از خصوصیات اخلاقی آنها الگو گرفته. کسی که در خانواده‌ای بزرگ شده که جار و جنجال زیادی در آن بوده زودتر عصبانی می‌شود و این عوامل بر خلق و خوی او موثر است.

❓ آسیب‌های خشم چیست؟

خشم کنترل نشده علاوه بر اینکه به دیگران آسیب می‌رساند، فشار زیادی ایجاد می‌کند که بر بدن هم تأثیرات مخربی دارد. سردرد، طیش قلب، فشار خون، درد معده و ایجاد استرس که خود استرس باعث مشکلات بسیاری می‌شود از عوارض خشم است. یک زمانی هم

شخص خشم خود را سرکوب می‌کند در این جور موارد گرچه آسیب بیرونی ندارد اما باقی ماندن احساس منفی در شخص خودش آسیب‌هایی به دنبال دارد.

❓ چکار باید کرد؟

بدن ما به ما می‌گوید که ما عصبانی هستیم و اگر ما به موقع تشخیص دهیم چه اتفاقی در حال رخ دادن است و عوامل را شناسایی کنیم به راحتی می‌توان این شرایط را مدیریت کرد. موقعیت‌ها و عوامل خشم را اگر تشخیص دهیم و این آگاهی را داشته باشیم که نتیجه یک لحظه عصبانیت چه عاقبتی دارد بهتر می‌توانیم خودمان را مدیریت کنیم و اجازه ندهیم این عوامل ما را تحریک کنند.

❓ کاربردی‌تر توضیح می‌دهید چکار کنیم؟

استراحت و خواب کافی، وقتی شما استراحت کافی داشته باشید ذهن آرامی دارید و این ذهن آرام کمک بسیار خوبی است.

انجام ورزش و فعالیت بدنی و تمرینات تنفسی تغذیه سالم

تمرکز بر افکار مثبت

از موقعیت‌های تنش زا دوری کنید.

یاد بگیرید ببخشید و فراموش کنید.

مراقب کلام و بیان خود باشید چه بسا برخی حوادث بزرگ ریشه در یک سوءتفاهم کلامی داشته.

اجازه ندهید دیگران شما را تحت تأثیر خود قرار دهند و شما را تهیج کنند.

گفتگو درباره مشکل با مشاور، والدین و دوستانی که قابل اعتماد هستند و توانایی حل مساله را دارند.

از والدین خود بخواهید که در این شرایط شما را درک کنند. اگر نیاز به تنهایی دارید بیان کنید که شما را تنها بگذارند، اگر نیاز به حمایت آنها دارید بگویید که به پشتیبانی آنها نیاز دارید و حتماً شما را درک می‌کنند.

❓ حرف آخر؟

وقت شما برای کارهای مهمی است که آینده شما را رقم می‌زند پس اجازه ندهید با خشم و عصبانیت این لحظات زیبا و خوش هدر رود. برای خودتان ارزش قائل شوید و خود را قوی کنید.

آینده ساز شویم!

گردآورنده: سجاد عرب زاد

خانم نوجوان! آقای نوجوان! قهرمان آینده! شمایی که قرار است با امیدواری، تلاش و پشتکار خودت، سبب حال و روز خوش مادر سال ۱۴۲۰ بشوی، با ما در رویداد «از بیست» همراه شو. صدای ما را از سال ۱۴۲۰ می شنوید! بله درست شنیدید! سال یک هزار و چهارصد و بیست هجری شمسی. چشم تان درست خوانده و گوش تان هم درست شنیده است، پس لطفاً به هیچ گیرنده‌ای دست نزنید. در این سالی که صدای ما را از آن می شنوید، یعنی سال ۱۴۲۰، ایران، کشور عزیزمان، بر روی مرتفع ترین قله‌های پیشرفت و ترقی ایستاده است؛ اینجا حال همه‌ی ما خیلی خوب است، خبرهای خوش فراوانند و چشم همه‌ی دنیا به حال خوب ما و دستاوردهای بزرگ ماست. حتماً دارید از خودتان می پرسید که چه کسی و چطور ما را در این سال به چنین جایگاهی می رساند؟ خوب جوابش حداقل برای خود ما خیلی واضح و روشن است. همه‌ی این اتفاقات خوب را شما رقم زده‌اید؛ بله! خود خود شما که قهرمان آینده‌ی این مرز و بوم هستید و آینده سازان کشور عزیزمان ایران. رویداد بزرگ و نوجوانانه «از بیست» قرار است نقشه‌ی راه تو باشد. مسیر رسیدن به قله‌های پیشرفت را نشانت بدهد و راه پیش رو را برای روشن کند «از ۲۰» قرار است همراه تو باشد و بگوید که چگونه می توان این مسیر و گردنه‌هایش را با موفقیت پشت سر گذاشت. پس برای یک شروع قدرتمند و رسیدن به یک نقشه‌ی راه درست و حسابی، در کنار ما باش و همراه ما شو...

جریان چیه؟

سایت از بیست، چند وقتی که کار خودش رو شروع کرده، یک رویداد بزرگ نوجوانانه که در واقع هم محلی برای معرفی توانمندی‌های نوجوانان ایرانی است و هم محلی برای مسابقه و نشان دادن توانایی‌های شما. برای ورود به این سایت و بعد از ثبت‌نام باید در رویدادها شرکت کنید و امتیاز بگیرید. هرچند ممکنه تا الان خیلی‌ها در بالای جدول امتیازها باشند اما جای نگرانی نیست و شما می‌توانید با استفاده از تلاش و هنر تان یا امتیازهایی بگیرید که برای خرید با تخفیف فرهنگی استفاده کنید یا اینکه اینقدر سمج و پیگیر باشید که بتوانید به مراحل فینال راه پیدا کنید و یکی از برندگان نهایی جایزه‌های بزرگی مثل لپ‌تاپ، گوشی هوشمند، تبلت، دوربین عکاسی و ساعت هوشمند باشید.

از ۲۰ در واقع با هدف پر کردن مفید اوقات فراغت نوجوانان طراحی شده و می‌شود در آن زمان مفیدی را گذرانند و تجربه‌های نوجوانانی از سراسر کشور را هم تماشا کنید. یک تجربه جدید و جمعی که ارزش وقت گذراندن در آن را دارد.

یکی از بخش‌های جذاب سایت هم بخش جمعی و گروهی مسابقه است. شما علاوه بر شرکت انفرادی در مسابقه، می‌توانید به شکل گروهی مثلاً گروهی از بچه‌های یک مدرسه یا انجمن یا اعضای یک مسجد در رقابت‌های از ۲۰ شرکت کنید.

از زبان دبیر

آرمیتا رضایی نژاد دختر شهید داریوش رضایی نژاد دبیر این رویداد نوجوانانه است که به گفته خودش یکی از بزرگترین رویدادهای نوجوانانه در کشور است. مسابقه‌ای که با تلاش ستاد از بیست و مشارکت تشکلهای فرهنگی و تربیتی کشور اجرا خواهد شد.

دبیر رویداد در مورد دلایل شکل گیری می‌گوید: مقام معظم رهبری همواره در فرمایشات خود به نوجوانان، آن‌ها را به قوی شدن توصیه می‌کنند و در همین راستا یکی از آرمان‌های بزرگ ما در بزرگترین رویداد نوجوانانه کشور، توجه به نوجوانان برای رسیدن به ایرانی قوی در سال ۱۴۲۰ است.

او و دوستان همکارش در این رویداد از کمک کارشناسان و روانشناسان حوزه کودک و نوجوان هم استفاده کرده‌اند و عنوان می‌کنند که تنها مسابقه‌ای برای نوجوانان است که در طراحی آن نیز نوجوانان مشارکت جدی داشته‌اند.

مسابقه‌ای که در جریان آن چند مأموریت ویژه و طلایی طراحی شده که هدف آن معرفی شاخصه‌های اخلاقی یک الگوی برجسته اسلامی است.

این رویداد برای نوجوانان دختر و پسر ۱۲ تا ۱۷ ساله کشور طراحی شد و دختر شهید داریوش رضایی نژاد در مورد آن می‌گوید: در این طرح، فردی خیالی از سال ۱۴۲۰ به دوره نوجوانی در سال ۱۳۹۹ برمی‌گردد و در طول رویداد با قالب‌های مختلف، نوجوان مخاطب را برای آینده‌ای روشن مهیا می‌کند. خلاصه کردن مطلب و پاسخ به سؤال‌ها، تولید نما آوا، تولید موشن گرافیکی، تولید فیلم کوتاه و کلیپ، عکاسی از برخی مأموریت‌های تعریف شده در این رویداد است. پس از پایان هر مرحله، نوجوان با توجه به امتیازی که کسب می‌کند، از کدهای تخفیف برخوردار می‌شود که قابلیت خرید و استفاده از خدمات سایت‌های معتبر و جذاب مخصوص نوجوان را خواهد داشت. علاوه بر این، در مرحله آخر نیز، آثار به صورت کیفی بررسی و از طریق داوری تخصصی نمره گذاری خواهند شد و جوایز ویژه‌ای چون گوشی، تبلت، ساعت هوشمند اهدا خواهد شد و علاوه بر این به افراد منتخب و برگزیده جوایز فوق‌العاده ویژه‌ای نیز تعلق خواهد گرفت.

در بخش گروهی هم بیست تشکل و گروه برتر که اعضای معرفی شده توسط آن‌ها نیز در مجموع، بیشترین امتیاز را کسب کرده باشند برنده جوایز نقدی خواهند شد و تشکلهای می‌توانند با مجموع امتیازهای اعضایشان از جوایز غیر نقدی تشکلی رویداد نیز بهره‌مند شوند.



آینده به خودروهای برقی تعلق دارد



عیب خودروهای برقی

یکی از بزرگترین عیب‌های خودروهای برقی مسافت طی شده با این نوع از خودرو است. تا ۱۰ سال پیش نهایت مسافتی که می‌شد با این خودرو طی کرد ۲۰۰ کیلومتر با هربار شارژ کامل بود. مثلاً فکر کنید که اگر شما می‌خواستید از تهران به آبادان سفر کنید باید ۵ بار در مسیر برای شارژ باطری توقف می‌کردید. هربار زمان توقف برای شارژ کامل باطری هم خودش مسئله‌ای بود. اوایل چند ساعت زمان برای شارژ کامل باطری خودرو برقی لازم بود.

هر دوی این ایرادها به تازگی در حال برطرف شدن هستند. شرکت تسلا به عنوان پیشتاز تولید خودرو برقی به تکنولوژی موتور رسید که می‌تواند با هربار شارژ تا ۸۰۰ کیلومتر پیمایش را داشته باشد و در یکی از تازه‌ترین اخبار علمی باطری‌هایی ساخته شده‌اند که تنها ۵ دقیقه زمان برای شارژ کامل نیاز دارند.

با این پیشرفت سریع به نظر می‌رسد به زودی خودروهای برقی بیشتری در خیابان‌ها شاهد باشیم.

گردآورنده: محمد حسینی نصر

از پرریز به جاده



شاید فکر کنید که خودروهای برقی پدیده تازه و چند ده ساله‌ای در حوزه تکنولوژی خودرو باشند اما بهتر است بدانید که اولین ماشین‌های دنیا خودروهای برقی بودند و بعد خودروهای با سوخت فسیلی مثل بنزین به کار افتادند. اولین خودروهای برقی کاربردی در دهه ۱۸۸۰ معرفی شدند. خودروهای برقی در اواخر قرن ۱۹ و اوایل قرن ۲۰ متداول بودند تا این که تولید این گونه خودروها با پیشرفت موتورهای درون‌سوز و به خصوص استارت الکتریکی خودرو و تولید انبوه خودروهای بنزینی ارزان، دچار افت شدید شد. دور دست خودروهای بنزینی افتاده بود و یک قرن تمام خودروهای برقی یا به فراموشی سپرده شدند و یا تولید و استفاده از آنها به صفره نبود. اما با گران شدن سوخت و مشخص شدن تاثیر منفی سوخت‌های فسیلی روی محیط زیست نزدیک به دو دهه است که رقابت برای تولید خودروهای برقی بین شرکت‌های مختلف شدت گرفته است.

با برنامه‌ها و دستورالعمل‌های حفاظتی از محیط زیست در آینده نزدیک بازار بیشتر در اختیار خودروهای هیبریدی و برقی خواهد بود. اگر علاقه‌مند به فعالیت و کار در حوزه خودرو هستید بدانید که آینده در اختیار خودروهای برقی و هیبریدی است.



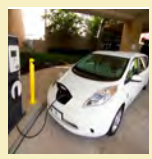
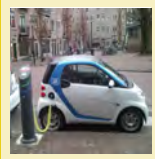


فرق هیبرید و برقی

خودرو هیبریدی در واقع یک خودروی دو موتور و ترکیبی از موتور الکتریکی و بنزینی در کنار هم است اما ماشین‌های برقی یا EV خودروهایی هستند که تنها با موتور برقی کار می‌کنند و موتور الکتریکی خودرو انرژی خود را از باتری دریافت می‌کند. باتری تمام انرژی موتور و بقیه تجهیزات ماشین را تامین می‌کند. قیمت ماشین‌های برقی نسبتاً پایین است و علاوه بر اینکه هیچ گونه آلودگی تولید نمی‌کنند و هیچ سر و صدایی هم از این خودروها به گوش نمی‌رسد.

عیب خودروهای برقی

در میان برندهای خودروساز برقی همچون رنو، نیسان، جک، هیوندای و... شرکت تسلا، پرچمدار تولید ماشین‌های برقی شناخته می‌شود. اولین خودروی این کمپانی سال ۲۰۰۸ با توان طی کردن مسافت ۳۲۰ کیلومتر با یک شارژ کامل تولید شد که یک رودستر با شتاب باورنکردنی صفر تا صد معادل ۳٫۷ ثانیه عملاً قابل رقابت با خودروهای اسپرت بود. این شرکت در ادامه شروع به تولید انواع خودرو مانند سدان با پیمایش ۴۸۰ کیلومتر، مدل ۳ با پیمایش ۸۳۰ کیلومتر، شاسی بلند با شتاب تنها ۴٫۷ ثانیه تا سرعت ۱۰۰ کیلومتر در ساعت و خودرو نسبتاً ارزان مدل Y کرد که هر کدام انقلابی در دنیای خودروهای برقی بودند. تا نوبت به آخرین خودرو این شرکت یعنی سایبر تراک تسلا برسد. خودرویی با ظاهر فضایی و جذاب برای آینده که یک وانت قدرتمند که می‌تواند در کمتر از ۳ ثانیه به سرعت ۱۰۰ کیلومتر بر ساعت برسد و امکان حمل ۱٫۵ تن بار و کشیدن محموله ۶٫۵ تنی را داشته باشد. تسلا این خودرو را در سه مدل متنوع با قابلیت‌های پیمایش ۴۰۰، ۴۸۰ و ۸۰۰ کیلومتر ارائه کرده است و قیمت پایه این وانت برقی نیز حدوداً برابر با ۴۰ هزار دلار است. این خودرو سرعت مناسبی هم دارد به شکلی که بسته به مدل از ۱۸۰ تا ۲۱۰ کیلومتر در ساعت می‌تواند سرعت داشته باشد.



مزیت خودروهای برقی

حفاظت از محیط زیست

گازهای گلخانه‌ای بالای جان کره زمین شده‌اند و گرمایش یکی از مشکلات دنیای ما است. حذف سوخت بنزینی و دیزلی و استفاده از منابع طبیعی مثل خودروهای خورشیدی و برقی می‌تواند به حفظ محیط زیست کمک کند.

کاهش هزینه سوخت

اول بنزین از برق ارزان‌تر بود همین شد که خودروهای بنزینی و دیزلی باب شدند. اما حالا همه چیز برعکس شده و هزینه شارژ وسایل برقی ارزان‌تر از سوخت‌های فسیلی است. محدودیتی هم برای مقدار استفاده از این سوخت پاک تقریباً وجود ندارد.

کاهش بیماری‌ها

به هوای آلوده کلانشهرهای دنیا نگاه کنید. بخشی از این آلودگی به خودروها تعلق دارد. با حذف سوخت فسیلی قطعا بسیاری از بیماری‌های تنفسی و قلبی که ناشی از آلودگی هوا هستند کاهش خواهد یافت و شهروندان هوای پاک‌تری را تنفس می‌کنند.

کاهش هزینه‌ها

خودروهای بنزینی و دیزلی با مشکل قطعات و استهلاک بالای آن مواجه هستند. اما موتور و سیستم خودروهای برقی به شکلی است که قطعات آن عمر طولانی‌تری دارند و علاوه بر مقاومت بیشتر شما هزینه کمتری برای نگهداری ماشین برقی خواهید داشت.

یک خودروی تمام و کمال

صرفه‌جویی در زمان نگهداری و تعمیر، رانندگی راحت و بی‌صدای، تجهیزات بیشتر، ایمنی بالا، تکنولوژی جدید، افزایش رانندگی و عمر خودرو، عدم انتشار گازهای زیان‌آور، توانایی بازیابی انرژی و جلوگیری از هدر رفت منابع طبیعی؛ بیشتر از این چه می‌خواهید؟

قهرمانان نوجوان

جنگ و صلح

❖ گردآورنده: جواد حسینی نصر

جنگ اتفاق بسیار تلخ و زشتی است که زندگی تمام مردم کشورهای درگیر جنگ را دستخوش تغییر می‌کند. شاید به جرات بتوانیم بگوییم کودکان و نوجوانان بیشترین آسیب را از جنگ می‌بینند. کودکان همیشه نماد معصومیت و صلح و مهربانی هستند برای همین اگر اتفاقی برای این گروه بیفتد افکار عمومی جریحه‌دار می‌شود. اتفاقاتی که در تاریخ ثبت می‌شوند تا به دنیا بگویند کودکان قربانیان معصوم جنگی هستند که خود هیچ تقصیری در رخ دادن آن ندارند. در این شماره، شما را با چند نوجوان آشنا می‌کنیم که آسیب جنگ و ترور آنها را چهره‌ای جهانی کرده است.

نماد مظلومیت کودکان فلسطینی

رژیم صهیونیستی همیشه به کشتن کودکان و زنان غیر نظامی و بی‌دفاع متهم بوده است. از میان ده‌ها زن و کودک اما یک کودک تبدیل به نماد شهادت و مقاومت شده است. محمد الدوره نوجوان ۱۲ ساله‌ای بود که به همراه پدرش جمال که نجاری اهل نوار غزه بود در حال برگشتن به خانه بودند. پاییز خنک فلسطین در روز ۹ مهر ماه ۲۰ سال پیش مصادف با ۳۰ سپتامبر ۲۰۰۰ همزمان بود با دومین روز انتفاضه دوم و قیام مردم فلسطین. در مسیر این پدر و پسر درگیری شدیدی جریان داشت و آن دو در میان شلیک گلوله صهیونیست‌ها مجبور شدند پشت مانعی سنگر بگیرند.

تنها شانس آنها فیلمبرداری طلال ابو رحمان از شبکه دوم فرانسه بود که پناه گرفتن پدر و پسر بی‌پناه فلسطینی را ثبت کرده بود. آنها ۴۰ دقیقه در مقابل تیراندازی سنگین سنگر گرفتند تا در نهایت محمد که پشت پدرش پناه گرفته بود تیر خورد و همانجا به شهادت رسید. شهادت محمد موج خشم و اعتراض مردم فلسطین را تشدید کرد. نوجوانی که نماد انتفاضه فلسطین شناخته می‌شود و باعث شد انتفاضه فلسطینی‌ها تا ۵ سال ادامه پیدا کند. صهیونیست‌ها تلاش کردند تا فیلم شهادت و بی‌پناهی محمد و پدرش را جعلی اعلام کنند اما دادگاهی در فرانسه فیلم را تایید کرد و کارشناسان مختلف واقعی بودن این جنایت را تایید کردند. محمد الدوره همچنان و بعد از ۲۰ سال نماد نوجوانان بی‌گناه و به شهادت رسیده فلسطینی است.



ساداکو و درناهای کاغذی

ساداکو ساساکی دختر دوازده ساله، سرزنده و شاد ژاپنی اهل هیروشیما، عضو ذخیره تیم دوومیدانی مدرسه بود و خودش را آماده می کرد تا به عنوان عضو اصلی تیم در مسابقات دوومیدانی شرکت کند. او هیچ وقت راه نمی رفت، می دوید چست و چابک. اما یک روز آنقدر سرش گیج رفت که روی زمین افتاد و بیهوش شد. وقتی در بیمارستان به هوش آمد به مادرش اطلاع دادند که او به یک بیماری به نام لوسمی یا سرطان خون ناشی از تشعشعات اتمی، مبتلا شده است. مادرش به خاطرات دیروزهایش پرت شد به دو سالگی ساداکو که جنگنده های آمریکایی شهرشان را بمباران کردند، خانه شان با محل انفجار فاصله چندانی نداشت، شدت انفجار به قدری بود که ساداکو از پنجره به بیرون پرتاب شد آنقدر که فکر کرد دخترکش مرده اما ساداکو زنده بود و تا ده سال بعد هم شاد و پرانرژی زندگی می کرد اما حالا دکترها می گفتند حال ساداکو خوب نیست.

یک روز، یکی از دوستان نزدیک او به نام «چی زو کوهاماموتو» که برای ملاقاتش به بیمارستان رفته بود، برای او افسانه هزار درنا کاغذی را تعریف کرد؛ افسانه ای ژاپنی که بر اساس آن، اگر شخص بیماری هزار درنا کاغذی بسازد، خداوند آرزویش را برآورده می کند و بیماری اش را شفا می دهد. ساداکو این افسانه را به فال نیک گرفت و شروع به ساختن درناهای کاغذی کرد و آنها را به سقف اتاقش در بیمارستان آویخت. ساداکو مدام ضعیف تر می شد و درد به او امان نمی داد اما با این وجود ساختن درناها را تا آخرین روزهای زندگی ادامه داد و توانست ۶۴۴ درنا را با دست خود بسازد. در پایان، ساداکو ۱۲ ساله در ۲۵ اکتبر ۱۹۵۵ در حالی که خانواده اش به دور او حلقه زده بودند، به خواب ابدی فرو رفت. او توانسته بود ۶۴۴ درنا بسازد.

همکلاسی هایش ۳۵۶ درنا کاغذی دیگر ساختند تا تعدادشان به همراه درناهای ساداکو به هزار رسید. بعد، همه آنها را به همراه ساداکو به خاک سپردند. بعد از مراسم تدفین، همکلاسی های ساداکو، نامه هایش را گردآوردند و آنها را در کتابی با عنوان «کوکیشی» که نام عروسک چوبی ساداکو بود، به چاپ رساندند. این کتاب به سرعت در ژاپن و سپس در سراسر جهان منتشر شد و همه مردم از داستان ساداکو و هزار درنا کاغذی اش آگاه شدند. امروز با توجه به علاقه ساداکو به ایجاد صلح در دنیا، درناهای کاغذی ساداکو به عنوان نماد بین المللی صلح در دنیا شناخته می شوند. امروز مجسمه ساداکو با بازوانی گشوده، با یک درنا طلایی در دست، بر روی تپه ای در پارک صلح هیروشیما ایستاده است.

ملاله دختری از جنس صلح

دختر نوجوانی بود با آرزوهای بزرگ و برای رسیدن به آرزوهایش با ساختن یک وبلاگ کارش را آغاز کرد. گزارش از مشکلات مردم منطقه، موانعی که بر سر راه زنان و دختران زادگاهش و سختی های زندگی مردم منتشر می کرد. خیلی ها با نوشته های ملاله یوسف زی آگاه شده بودند و گروهک تروریستی طالبان متوجه شده بودند که این دختر نوجوان چه نفوذی پیدا کرده است. به همین خاطر او را خطری برای منطقه می دانستند و بارها او را تهدید کردند اما ملاله در تصمیم خود مصمم بود و بی ترس کارش را ادامه می داد. او تحصیل را حق همه کودکان و دختران می دانست و طالبان می دانستند سواد یعنی نور، یعنی آگاهی و نور و آگاهی دشمن ظلمات ذهن و منش و سیره طالبان بود. بالاخره در سال ۲۰۱۲ ملاله را در راه بازگشت از مدرسه ترور کردند. ترور این دختر نوجوان دنیا را تکان داد و به خواست خدا و با تلاش پزشکان ملاله زنده ماند. ملاله بیشتر از پیش زندگی خود را صرف کارهای بشردوستانه و صلح و سواد برای کودکان و زنان کرد. او جوایز بین المللی زیادی دریافت کرده اما مهمترین جایزه ی او جایزه صلح نوبل است که تا کنون جوانترین فردی است که این جایزه را دریافت کرده است. او جایزه ۵۰ هزار دلاری خود را به دانش آموزان غزه بخشید تا ۶۵ باب مکتب در فلسطین احداث شود.

در تقویم دنیا ۱۲ ژوئن، روز جهانی ملاله یوسفزی نامگذاری شده است، دختری مسلمان که مورد خشونت گروه های جنگ طلب قرار گرفت اما او همچنان برای صلح جهانی تلاش می کند.

شهر آزاد

شاعر: عزت اله الوندی

یک نفر پشت کاج ها گم بود
دور از چشم های مردم بود
عصر ها وقت رفتن خورشید
کوله بارش پر از تبسم بود
گاه گاهی سری به ما می زد
مثل گنجشک های حیاط
بر لب او شکوفه ی لبخند؛
مثل مردی که پهن کرده بساط

پدرم گفت: اهل اهواز است
روزگاری ست بی کس و تنهاست
سال ها توی جبهه جنگیده
چند سالی ست ساکن این جاست
یک شب از آسمان بلا بارید
و شکستند نخل های بلند
زن و فرزند کوچک او هم
توی این حمله شهید شدند.

مادرم گفت: کار او انگار
توی این معدن بغل دستی ست
هاشم آقا کنار این مردم
سرخوش است و هنوز تنها نیست
دو سه سال است رفته از این جا
یاد گارش میان باغچه است
یک گل با طراوت و خوش رنگ
می کشم با امید بر آن دست

چند روزی ست نامه ی او را
پست چی دست مادرم داده
نامه یی پر محبت و پر مهر
چون خودش بی تکلف و ساده
توی نامه نوشته است: این جا
گرم گرم است مثل دست شما
منتی بر حقیر بگذارید
چند روزی سفر کنید این جا

خانه ام در خور محبتان
نیست، جدّا، حقیر شرمنده ست
گرچه این خانه کوچک است، اما
لااقل از امید آکنده ست
حال ما راهی سفر هستیم
با اتوبوس می رویم اهواز
تا طلوع ستاره های امید
از افق های شب شود آغاز

می نویسم: «بهار» یعنی باز
آسمان می شود سفید و سیاه
باز رگبار می زند هاشور
روی گلبرگ های سبز نگاه
ما رسیدیم، رود کارون را
می توان دید در میانه ی شهر
باز باران ترانه می خواند
می شود باز هم ترانه ی شهر

مثل گلبرگ های فروردین
گونه هایش پر از نم شبنم
ایستاده کنار نرگس ها
در هیاهوی این همه آدم
می نشینیم توی ماشینش
می رود او به سمت خرمشهر
چهره اش شادمان و چشمانش
با غم و کینه و بدی ها قهر

میهمان همیشگی حالا
می شود میزبان مهمانان
شهر با آسمان پر ابرش
شده انگار غرق در باران
شهر اهواز خیس باران است
با سرود همیشه ی کارون
در صدای پرنده ها جاری ست
داستان جزیره ی مجنون

داستانی که مثل اروند است
موج دارد غریو و مد دارد
آسمانش همیشه ابری نیست
حال خوب و هوای بد دارد
هاشم آقا نوشت: خرمشهر
روی شیشه بخار معنا شد
اشک هایش روان شد و بارید
شکل عکس قدیم بابا شد

توی آن عکس شاد و خوش حال اند
پدر و دوستان هم رزمش
گوشه یی روی عکس حک شده است
«شهر ما: بعد جنگ و خون و عطش»
از میان نوشته ها انگار
قطره ها حرف می زند با تو
آسمان صاف و ابرها دورند
من بگویم بقیه را یا تو؟

هاشم آقا نوشت: خرمشهر
ما به لنجی بزرگ بر خوردیم
گفت: این جا کنار ساحل رود
شهر پژمرد و ما نیز مردیم
سایه ها شهر را درو کردند
ماه پشت غبار پنهان شد
آسمان از ستاره خالی ماند
باز انگار فصل طوفان شد

زوزه ی گرگ روی ماه افتاد
زخم برداشت صورت مهتاب
قهر مانان به شهر برگشتند
زیر فانوس هایی از شب تاب
هاشم آقا گریست، بابا هم
آسمان با ستاره ها گل داد
مادرم شعر آشنایی خواند
شعر «ممد نبود... شهر آزاد...»



داستانک

بچه‌های مرکز استعدادهای درخشان شهید بهشتی ایلام با کمک و راهنمایی معلم دلسوزشان مهدی حسینی نژاد اولین گزیده داستانک دانش آموزی کشور را منتشر کردند. مجموعه‌ای خواندنی با عنوان نیمکتی برای دو نفر و نصفی که حاوی داستانک‌های خواندنی‌ای هستند. این بهانه خوبی است که از شماره بعد ما هم مهمان داستانک‌های شما از سراسر ایران باشیم.

سرباز (با الهام از یک شعر)

سربازها شلخته‌اند. هر وقت از عملیات بر می‌گردند یکی کلاهش را جا گذاشته، یکی دستش را، یکی پایش را، اما از همه شلخته‌تر سربازی است که خودش جا مانده است. دعا کنید بیاید چون امشب پدر می‌شود، همسر و بچه‌اش منتظرند.

احمد رضامقصودی نژاد

صدایش به جایی نمی‌رسید

حاضر بود دستانش را ببوسد حاضر بود هر کاری بکند؛ به شدت التماس می‌کرد اما هر کاری می‌کرد فایده نداشت. زمانی دستانش را گرفت که دیگر فایده‌ای نداشت. داستان و دهان حرمه را در روز قیامت بسته‌اند تا صدایش به هیچ جایی نرسد.

محمد مبین چراغی

با اتمام وجود دیدن

نه چشمی برای دیدن، نه دستی برای جنگیدن و نه چشمی برای اینکه دنبال دست‌هایش بگردد، نه دستی برای اینکه عرق شرمش را پاک کند و نه رویی برای رو در رویی، نه چشمی برای گریه کردن و نه دستی برای نوازش، نه چشمی برای آخرین بار دیدن... او با تمام وجود داشت می‌دید برادرش را ... «السلام علیک یا ابوالفضل العباس».

رضا گل محمدی

احساس

آه، کاش کمی بزرگتر بودم! آن وقت حتی اگر حرکت نمی‌کردم دیده می‌شدم. با اینکه بیشتر از همه حرکت و تلاش می‌کنم، اما هیچ کس به من توجهی ندارد و به من احترام نمی‌گذارد. این صدای ثانیه شماری بود که از بی‌توجهی دلش گرفته بود...

حامد رشیدپور

سبحان الله

نمازم که تمام شد آنها را توی دستانم گرفتم. خیلی با هم رفیق بودند، هر کدامشان چیزی می‌گفت یکی از آنها می‌گفت، خدا بزرگ است. دیگری می‌گفت، خدایا شکر! دیگری می‌گفت خدا از آن چیزی که من و تو فکر می‌کنیم بزرگ‌تر است. دست روی سر تک‌تک‌شان کشیدم، تا اینکه به چندتای آخر رسیدم: «سبحان الله، سبحان الله، سبحان الله»!

سیدعلیر ضاعبداللهی

ورود ممنوع

امروز خیلی ناراحت بودم، امروز روز عجیبی بود. قصه از اول صبح شروع شد که استکان چای از دستم افتاد و دست و پاهایم سوختند. مادرم سریع بلند شد خواست بیاید زخمم را پانسمان کند که ناگهان پایش به کتری خورد و سوخت اما اصلا کاری به پای خودش که بیشتر از پای من سوخته بود نداشت.

شاید به قول معلممان نگاه به لبخند مادر بلیط وارد شدن به نمایشگاه خوشبختی است؛ اما فکر می‌کنم روی در نمایشگاه نوشته شده است: «ورود کودکان فلسطینی ممنوع»

نوید قاضی زاده

ساعت شش

می‌چرخید و می‌دوید، گوهر ارزشمندی در خود داشت و آن را می‌چرخاند، هرچه بیشتر تلاش می‌کرد گوهرش ناب‌تر و ارزشمندتر می‌شد.

دشمنان این دونده‌ی قهار در صدد بودند تا آن را متوقف کنند اما صاحبانش چنین اجازه‌ای نمی‌دادند او همچنان به کارش ادامه می‌داد.

ساعت ریفیوژها برای خوشحال کردن مرض صعب‌العلاجی تلاش می‌کردند.

محمد صدرا باصره

حماسه دانش آموزان

آبان با دو مناسبت روز دانش آموز و روز نوجوان همراه است. دو گروهی که در واقع یکی هستند، همه‌ی دانش آموزان نوجوان هستند و همه‌ی نوجوانان دانش آموز. به همین بهانه نگاهی کرده‌ایم به آمار حضور دانش آموزان و نوجوانان در دوران جنگ. با این توضیح که بیش از ۸۰ درصد شهدای ۸ سال جنگ تحمیلی را نوجوانان و جوانان زیر ۳۰ سال تشکیل می‌دهند.

تعداد کل شهدای جنگ تحمیلی:

۲۲۶ هزار و ۶۰۰ نفر

نحوه شهادت:

۱۵۵ هزار و ۸۱ نفر از این تعداد در درگیری

مستقیم با دشمن

۱۶۱۵۴ نفر در حملات دشمن به شهرها

۱۱۸۱۴ نفر در حوادث متفرقه

۹۸۸۹ به عنوان سایر موارد

سن شهادت:

۷۰۵۴ نفر ۱۴ ساله و کمتر
۶۵۵۷۵ نفر بین ۱۵ تا ۱۹ ساله
۸۷۱۰۶ نفر بین ۲۰ تا ۲۳ ساله
۲۲۷۰۳ نفر بین ۲۴ تا ۲۹ سال
۳۰۸۱۷ نفر ۳۰ ساله و بالاتر

درصدها:

۴۴ درصد شهدا از ۱۶ تا ۲۰ سال
۳۰ درصد از ۲۱ تا ۲۶ سال
۸ درصد ۲۶ تا ۳۰ سال
۱۸ درصد بالای ۳۰ سال

بر اساس شغل

دانش آموز: ۳۲۲۷۵ نفر
شغل آزاد: ۳۱۶۷۴ نفر
دولتی: ۲۶۲۹۳ نفر
دانشجو: ۲۶۰۸ نفر
روحانی: ۲۷۴۲ نفر
بیکار: ۶۱۲۸ نفر
بسیج ویژه: ۲۳۲۹ نفر
خانه دار: ۳۱۳۶ نفر
کودک: ۲۹۰۶ نفر

پس انداز کنید و اثر مرکب جایزه بگیرید

گردآورنده: امیره حسینی

در علم اقتصاد می‌خوانیم منابع محدود و نیازهای بشر نامحدود است. تمام جدال‌ها و جنگ‌ها برای کسب این منابع محدود است. همه به دنبال این منابع هستند تا در صورتی که بتوانند آنها را به دست بیاورند. به این منابع دارایی یا ثروت می‌گویند. برای اینکه بتوانیم به رفاه برسیم باید با علم آن آشنا شویم. در کشور ما برای آشنایی با علم اقتصاد باید در دانشگاه رشته‌های اقتصاد و مالی را یاد بگیریم. اما در جهان از سن پایین، تربیت اقتصادی را آغاز می‌کنند که در کشورهای پیشرفته قدمتی صد ساله دارد. بنابراین ما در این صفحه می‌خواهیم شما را با دانش مالی آشنا کنیم تا آینده بهتری برای خود رقم بزنید. هدف ما توانمندسازی شماست و خوشحال می‌شویم تجربیات خود را در این زمینه با ما به اشتراک بگذارید.



زبان دنیای اقتصاد

شما وارد دنیایی می شوید که باید با زبان این دنیا نیز آشنایی داشته باشید. باید با واژگان متداول این دنیا آشنایی داشته باشید تا بتوانید رفتار مناسبی داشته باشید. شما باید با مفاهیمی چون بازار، عرضه، تقاضا، هزینه، بودجه، سرمایه گذاری، پس انداز و... آشنا شوید. ما به مرور شما را با زبان این دنیا آشنا می کنیم.

بازار کجاست؟ هر جایی که فروشنده و خریداری حضور داشته باشند و کالا یا خدمتی را مبادله کنند به آن مکان بازار می گویند.

پول؟ برای مبادله کالا و خدمت به پول که همان داشته مالی شما است نیاز دارید.

هزینه: آنچه که شما برای به دست آوردن چیزی از دست می دهید، هزینه می گویند. گاهی این هزینه دیده می شود و گاه پنهان است. به طور مثال شما برای اینکه لذت داشتن یک کامپیوتر درجه یک را داشته باشید باید یک هزینه ای در قبال آن پرداخت کنید. ممکن است شما با این هزینه که کرده اید نتوانید دوچرخه بخرید اما یک کامپیوتر خوب در اختیار دارید. ممکن است در قبال هزینه سود عایدتان شود یا نشود.

کم کم در شماره های آینده ما شما را با مفاهیم بیشتری آشنا می کنیم. اما درس اول پس انداز و سرمایه گذاری است.

از همین امروز پس انداز کنید.

پس انداز چیست؟ چرا باید پس انداز کنید؟

اول باید به این سوال جواب دهیم چرا پس انداز؟ ما برای اینکه مایحتاج خود را تامین کنیم باید پول داشته باشیم و پول در جایی صرف می شود که نیازهای اولیه خانواده است. اما شما به وسیله ای مانند تلفن همراه نیاز دارید که در اولویت های بعدی خانواده است. بنابراین شما برای تهیه آن برنامه ریزی می کنید و هر وقت که پولی بدست آوردید بخشی از آن را کنار می گذارید تا بتوانید تلفن همراه را تهیه کنید. در واقع شما از پس انداز خود برای خرید تلفن همراه استفاده کرده اید.

برای روز مبادا و آینده باید پس انداز کرد، چرا که ممکن است یک حادثه غیر مترقبه مانند بیماری، تصادف و... پیش بیاید و شما به پول نیاز پیدا کنید بنابراین باید برای روز مبادا مبلغی را در جایی امن سرمایه گذاری کنید. به این کار پس انداز یا بودجه اضطراری می گویند.

بودجه اضطراری: پولی است که برای مخارج ناشی از

اتفاقات غیر مترقبه از قبیل بیماری، تصادف و مانند این ها پس انداز می کنیم. در بودجه کلان کشورها هم معمولاً بودجه اضطراری پیش بینی می شود که اکثر کشورها در بودجه امسال خود بودجه اضطراری مقابله با کرونا را لحاظ کرده اند.

اما پس انداز بخشی از درآمد است که به منظور تامین نیازها در آینده خرج نمی شود. برای اینکه پس انداز اتفاق بیفتد ما باید در هزینه های خود صرفه جویی کنیم.

هر چه زودتر باید پس انداز را شروع کنید. چون زمان بیشتری برای پس انداز بیشتر دارید و در زمان بیشتر مبلغ بیشتری پس انداز می کنید. با پول بیشتر می توانید سرمایه گذاری کنید و سود کسب کنید.

دنیا و پس انداز

براساس مطالعات انجام شده، در سی سال اخیر پس انداز جهانی به طور بی سابقه ای در حال افزایش بوده و افراد تمایل بسیاری به پس انداز دارند. متأسفانه در کشور ما، بدترین آمار پس انداز را داریم که شاید مشکلات اقتصادی ناشی از تحریم ها بی تقصیر نباشد.

بیشترین نرخ پس انداز متعلق به دو کشور چین و هند است و جایگاه ما در رده های پایین جدول است. اگر می خواهید خاص باشید، پس انداز را شروع کنید تا بتوانید با پس انداز خود یک سرمایه گذاری مفید داشته باشید.

اما سرمایه گذاری چیست؟

اگر شما با پس انداز خود کاری انجام دهید برای کسب بازدهی و سود، سرمایه گذاری اتفاق افتاده است. و ممکن است در این کار به سود برسید یا ضرر کنید.

چقدر باید پس انداز کرد؟

کارشناسان توصیه می کنند که بین ۱۵ تا ۲۰ درصد از درآمد خود را پس انداز کنید. حق با شماست ممکن است از یک سری لذت های کوچک محروم شوید اما بعد که حسابتان پر پول شد می توانید لذت های بیشتری را ببرید.

پس انداز یا سرمایه گذاری؟

در قدم اول شما باید یک مقداری پول داشته باشید که سرمایه گذاری کنید. آن مقدار پول از پس اندازهای اندک شما کسب می شود.

اگر اهل ریسک باشید تمام پس انداز خود را سرمایه گذاری می کنید ولی اگر نگران ضرر و زیان باشید با سود پس انداز خود سرمایه گذاری می کنید و مجدد از سود کسب شده کار خود را توسعه می دهید. به این اتفاق اثر مرکب می گویند. آهسته و پیوسته با برنامه به هدف رسیدن.

سرمایه گذاری مجدد: سرمایه گذاری سود کسب شده از پول اولیه. اثر مرکب: سرمایه گذاری مجدد اصل پول و سود حاصل از آن برای بیش از یک دوره.

تکلیف: پس انداز را از همین الان شروع کنید. بعداً نتایج مثبتش را می بینید.

افغانستان؛

همسایه همزبان هم‌مدل

سیدهاشم علوی ✨

اولین چیزی که با شنیدن نام افغانستان ممکن است به ذهن شما برسد؛ جنگ و ناامنی شاید باشد. درست است که افغانستان همسایه شرقی ما و یکی از سه کشور فارسی زبان جهان چهار دهه درگیر جنگ و اختلافات داخلی بوده اما لازم است این کشور همزبان و هم دین و با بیشترین اشتراکات فرهنگی با کشور خودمان را بهتر و بیشتر بشناسیم. کشوری که به شکل امروزی و مستقل سابقه یک یا دو قرنی دارد و به مدت هزاران سال بخشی از ایران بزرگ در سلسله‌های تاریخی بوده است. این شماره نگاهی داریم به این کشور همسایه و همزبان در شرق کشورمان.



آنچه که باید بدانید:

تاریخ

از قدیم و به خاطر قرار گرفتن افغانستان در سر راه معروف و باستانی ابریشم این کشور اهمیت خاصی داشته و سابقه تمدنی آن ۲ تا ۳ هزار سال شهرنشینی را نشان می‌دهد. تاریخ سیاسی دولت مدرن افغانستان با سلسله درانی در قرن ۱۸ میلادی آغاز شد.

پایتخت آن در سال ۱۷۷۶ توسط تیمور شاه درانی از قندهار به کابل منتقل شد و بخشی از قلمرو آن به امپراتوری‌های همسایه در سال ۱۸۹۳ واگذار شد. در اواخر قرن نوزدهم میلادی، افغانستان به یک دولت واسطه در «بازی بزرگ» بین امپراتوری بریتانیا و امپراتوری روسیه تبدیل شد. در سال ۱۹۱۹، پس از جنگ سوم افغان و انگلیس و امضای معاهده راولپندی، این کشور دوباره کنترل امور خارجه خود را از بریتانیا پس گرفت و استقلال خود را توسط امان‌الله شاه اعلام نمود.

از دهه ۱۹۷۰ به این طرف این کشور بیشتر از ۵۰ سال روی آرامش به خود ندیده، کودتا، جنگ، اشغال نظامی توسط دو ابر قدرت یعنی شوروی و آمریکا از تجربه‌های ناخوشایند این کشور است.

جغرافیا

افغانستان به هیچ دریایی راه ندارد اما مرزهای مشترک با ایران در غرب، پاکستان در جنوب و شرق، تاجیکستان و ازبکستان و ترکمنستان در شمال و چین در شمال شرقی دارد. بیشترین مرز افغانستان ۲۴۳۰ کیلومتر با پاکستان و کمترین مرز ۷۶ کیلومتر با چین در یک باریکه در شمال شرقی این کشور است.

افغانستان با ۶۵۲/۲۳۰ کیلومتر مربع مساحت، چهل و یکمین کشور وسیع دنیا است و جمعیت آن حدود ۳۸/۸ میلیون نفر است که آن را در رتبه سی و هفتم کشورهای دنیا قرار می‌دهد. فارسی دری و پشتو زبان‌های رسمی این کشور و اسلام دین رسمی آن است.

افغانستان سه منطقه جغرافیایی دارد: دشت‌های شمالی که برای کشاورزی مناسب هستند، فلات جنوب غربی که بیابانی و نیمه خشک است و ارتفاعات مرکزی با رشته کوه هندوکش که این دو منطقه را از هم جدا می‌کند.

محیط زیست

محیط زیست این کشور به خاطر قاجاق چوب و کشتار حیوانات برای استفاده از پوست آنها به شدت در معرض خطر است. ۷۰ درصد جنگل‌های این کشور از بین رفته و جانورانی مانند پلنگ برفی، بزهای کوهی، سمور، آهو، قوچ و دیگر حیوانات در این کشور هم در معرض انقراض هستند.

حیات جانوری این کشور شبیه مناطق زیر گرمسیری است. پستاندارانی چون گرگ، روباه، کفتار راهراه، شغال، آهو و چندین گربه‌سان وحشی از جمله پلنگ و پلنگ برفی در افغانستان حضور دارند اما ببرها در این کشور منقرض شده‌اند. چندین گونه از بز کوهی مثل مارخور و گوسفندهای وحشی اورپال و غرم در هندوکش و پامیر دیده می‌شوند و خرس قهوه‌ای هم در مناطق کوهستانی و جنگلی حضور دارد.

پرندگان شکاری مثل کرکس و عقاب و پرندگان دیگری چون بلدرچین، کبک، قرقاول، پلیکان، و درنا نیز در این کشور حضور دارند. در رودخانه‌ها و دریاچه‌ها و تالاب‌های افغانستان انواع مختلفی از ماهی‌های آب شیرین زندگی می‌کنند.

دیدنی‌های افغانستان

افغانستان علاوه بر مناظر طبیعی دیدنی، آثار باستانی و اماکن قدیمی فراوانی دارد که مهمترین آنها عبارتند از:

پارک ملی بند امیر



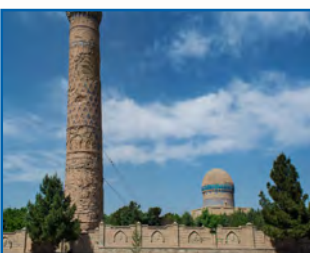
بند امیر به مجموعه‌ای هفت دریاچه در بلندی‌های هندوکش در ولایت بامیان گفته می‌شود که با سدهای طبیعی از یکدیگر جدا شده‌اند. آب این دریاچه‌ها توسط چشمه‌ها تأمین می‌گردد. این منطقه نخستین پارک ملی افغانستان نیز به‌شمار می‌رود.

قصر دارالامان



ساخت این بنا در دوره امان‌الله خان توسط مهندسان آلمانی در سال ۱۳۰۴ قمری آغاز شد. ساختمانی با ۱۵۰ اتاق که تا ۳۰ سال پیش مورد استفاده بود.

مجتمع مصلاي هرات



مصلاي هرات که توسط ملکه گوهرشاد در اواخر قرن پانزدهم میلادی طرح ریزی و تحت نظارت وی ساخته شد، زمانی بزرگ‌ترین افتخار هرات به‌شمار می‌رفت.

همسایه‌ها

باغ بابر

این باغ که در اوایل قرن شانزدهم توسط بابر، حاکم مغول ساخته شد که محل مقبره او نیز هست. عبدالرحمان خان بخش عمده‌ای از باغ را در اواخر قرن بیستم احیا کرد.



ارگ هرات

ارگ هرات در بالای شهر هرات قرار دارد. ارگ هرات از قدیمی‌ترین بناهای هرات است که گفته می‌شود روی پایه‌های قلعه ساخته شده توسط اسکندر، بنا شده است. تا سال ۲۰۰۵ ارگ هرات، پادگان نظامی و زندان بود ولی پس از آن به بخش جهانگردی اهدا و تبدیل به یکی از مکان‌های دیدنی افغانستان شد.



آرامگاه نادرشاه

نادر شاه در سال ۱۹۳۳ ترور شد و مقبره یادبود وی به عنوان یکی از جاهای دیدنی افغانستان در شرق کابل و تپه مرنجان واقع بنا شد. مقبره از سنگ مرمر سیاه ساخته شده است که ستون‌های یادبود و گنبدی فلزی دارد.



مقبره گوهر شاد

مقبره گوهر شاد در یک پارک کوچک قرار گرفته که در حال حاضر در حال اصلاح مجدد و گسترده است. درب سنگ قبر گوهر شاد به طور معمول قفل است، اما سرایداری می‌تواند آن را برای شما باز کند. داخل مقبره به زیبایی با رنگ آبی و قرمز تزئین شده است.



مسجد جام هرات و مقبره جامی

مسجد جام هرات توسط غوریان بنا شد و بعداً توسط چندین حاکم دیگر تجدید بنا شده است. حاکمان گوناگونی که بر هرات مسلط بودند تیموریان، صفویان، مغول‌ها و ازبک‌ها؛ همه به نوعی بر ساختار این مسجد تأثیر گذاشته‌اند.



سایت بودای بامیان

دو مجسمه بزرگ بودا یکی به نام واروکانا با ارتفاع ۵۳ متر و دیگری شکایامونی با ارتفاع ۳۵ متر در این سایت قرار دارند که تعدادی مجسمه کوتاه‌تر آنها را احاطه کرده‌اند. متأسفانه در سال ۲۰۰۱ تعداد زیادی از میراث تاریخی و فرهنگی افغانستان در بمباران‌های طالبان نابود شدند.



مسجد کبود مزار شریف



یکی از زیباترین مساجد افغانستان را باید مسجد کبود مزار شریف دانست. در این مسجد کاشی‌های آبی غوغا می‌کنند. درباره هویت این مسجد داستان‌های بسیاری نقل شده است. بعضی معتقدند که مزار حضرت علی (ع) در این منطقه قرار گرفته است. هر چند که درستی این باور از نظر بیشتر مسلمانان رد شده و مزار این حضرت در شهر نجف است، اما مزین شدن مسجد کبود با نام علی (ع)، سبب شده است که این مسجد از نگاه خیلی‌ها ارزش بالایی داشته باشد.

احمد شاه مسعود؛

شیر دره پنجشیر



یکی از چهره‌های مبارز افغانستان که ممکن است چهره یا اسم او را در رسانه‌های مختلف تا حالا شنیده باشید؛ احمد شاه مسعود است. کسی که کمتر از ۵۰ سال عمر کرد ولی در همین مدت اتفاقات زیادی را تجربه کرد و زندگی پرفراز و نشیبی را از سر گذراند.

متولد ۱۳۳۲ در دره پنجشیر و در خانواده‌ای نظامی. پدر احمد سرهنگ دوست محمد خان در دوره سلطنت ظاهر شاه بود. پدر بزرگش هم از بزرگان پنجشیر و از مبارزان دوران استقلال افغانستان از استعمار انگلیس به شمار می‌آمد. زندگی نظامی خانواده باعث شد تا این خانواده از ولایتی به ولایت دیگر مهاجرت کنند و مسعود از کابل تا هرات و شهرهای دیگر افغانستان را تجربه کرد. دوست داشت مانند پدر در دانشکده افسری درس بخواند اما پدر که دل خوشی از نظامی‌گری نداشت او را روانه دانشکده مهندسی کرد. در همین دانشکده بود که در سال ۱۳۵۲ رسماً به عضویت نهضت اسلامی افغانستان در آمد. آنها برنامه داشتند که علیه حکومت پادشاهی قیام کنند و مسعود مسئول ناحیه پنجشیر شد اما قیام ناکام ماند و بسیاری از اعضا اعدام شدند. احمد شاه مسعود به پاکستان گریخت و مخفیانه زندگی می‌کرد. قدرت گرفتن کمونیست‌های مورد حمایت شوروی در افغانستان باعث شد تا رهبری گروه کوچکی از مجاهدان در نورستان و کنر را به عهده بگیرد و در سال ۵۸ به پنجشیر رفت و اولین دسته‌های منظم چریکی را در زادگاهش ایجاد کرد. شوروی افغانستان را اشغال کرده بود و گروه‌های مجاهدین اسلامی در مقابل این اشغالگر جدید تشکیل شده بودند. احمد شاه مسعود در دره پنجشیر چند سال تمام مقابل نیروهای شوروی جنگید و تنها در سه سال و تا سال ۶۱ سه تهاجم گسترده برای شکست دادن او شکست خورد. بعد از آن یک توافق آتش‌بس بین دو طرف منعقد شد اما او ۶ حمله دیگر را هم دفع کرد و نشان داد که به مدت ۹ سال پنجشیر یک دژ تسخیر نشدنی است.

در مهرماه ۱۳۶۹ آخرین سربازهای شوروی از خاک افغانستان خارج شدند و لازم بود که نیروهای مجاهدین علیه حکومت کمونیستی و دست‌نشانده شوروی متحد شوند. احمد شاه مسعود یکی از فرماندهان نظامی و محوری این اتفاق بود. دو سال طول کشید تا مجاهدین توانستند کابل را فتح کنند و دولت مجاهدین را تشکیل بدهند. در دولت جدید احمد شاه مسعود وزیر دفاع حکومت انتقالی شد. اما اختلافات گروه‌های مختلف از همان روز فتح کابل رخ داد و بعد از تشکیل دولت جدید احمد شاه مسعود از وزارت کناره‌گیری کرد. مجاهدین سه سال جنگیدند و در این دوره احمد شاه مسعود تلاش زیادی برای ایجاد وحدت کرد که بیفایده بود و در همین اختلاف‌ها و غفلت‌ها بود که طالبان آرام و خزنه پیش آمدند تا کابل را اشغال کردند.

احمد شاه مسعود و نیروهایش دوباره به پنجشیر پناه بردند و تنها نیروی مقاوم در مقابل خشونت و وحشت طالبان نیروهای احمد شاه مسعود بود که سال‌ها شمال افغانستان را حفظ کردند. طالبان و نیروهای خارجی عرب و پاکستانی در اختیارش دوبار برای تسخیر

پنجشیر حمله کردند ولی هر دوبار شکست خوردند. سنگین‌ترین جنگ هم در سال ۷۹ به مدت یکماه شکل گرفت که باز هم شیر پنجشیر شکست نخورد. او که به صاحب آمر معروف بود در یک پیش‌بینی از آینده در سفری به اروپا و در پارلمان اروپا گفت: «پیام من به آقای بوش این است که جنگ افغانستان و وجود پایگاه‌های تروریستی تنها به افغانستان محدود نمانده بلکه دیر یا زود این خطرات گریبانگیر امریکا و تعداد بیشتری از کشورها در منطقه و جهان خواهد شد».

فرمانده مقاومت در برابر هر نیروی متجاوز خارجی و داخلی به عنوان دشمن شماره یک طالبان شناخته می‌شد به همین خاطر باید از سر راه برداشته می‌شد. دو خبرنگار عرب در ۱۸ شهریور ۱۳۸۰ به بهانه گفتگو به پنجشیر و مقر احمد شاه مسعود رفتند. آنها تروریست‌هایی در پوشش خبرنگار بودند و موفق شدند نقشه خود را عملی کنند. مسعود به شهادت رسید و دقیقاً دو روز بعد بود که حادثه ۱۱ سپتامبر به وقوع پیوست. در افغانستان به او لقب قهرمان ملی داده‌اند و سالروز ترور او در افغانستان «روز شهید» و تعطیل رسمی اعلام شد.

چاپ دستی؛ تجربه چاپ در خانه

❖ گردآورنده: امیره حسینی

»

چاپ دستی به مجموعه روش‌های ایجاد و تکثیر آثار هنری با استفاده از واسطه چاپ گفته می‌شود که در آن عوامل انسانی بسیار زیادی است و بیشتر مراحل اجرایی آن مانند طراحی و آماده‌سازی واسطه چاپ و همچنین عملیات پس از آن به وسیله دست انجام می‌شود. چاپ دستی زبان بصری ویژه‌ای است که از طریق آن هنرمندان چاپگر نقاشان و طراحان گرافیک به ایجاد و آثار خود در تعداد محدود می‌پردازند از انواع چاپ دستی می‌توان به چاپ قلمکاری و چاپ باتیک اشاره کرد. چینی‌ها در سده‌های اولیه میلادی اساسی‌ترین نقش را در پیدایش و پیشرفت چاپ ایفا کردند. اختراع کاغذ در سال ۱۰۵ میلادی توسط تسای لون گامی بزرگ در راه ترویج فرهنگ مکتوب بود. انگیزه اصلی چینی‌ها در تکثیر تصاویر و نوشته‌ها ترویج آیین بودا و انتشار متون مذهبی بوده است.



چاپ روی پارچه

طریقه تهیه شابلون برای این منظور: شما به یک کاغذ معمولی یا کاغذ پوستی، مداد، مقوا یا طلق یا کاغذ کالک ضخیم، کاتر و کاربن نیاز دارید.

مرحله اول طراحی: ابتدا طرح مورد نظر را از روی کتاب‌ها یا مجلات انتخاب کرده و بر روی کاغذ کشیده و یا کپی کنید. باید توجه داشته باشید شرایط طرح انتخابی باید به صورتی باشد که پس از برش قسمت‌هایی از آن و رنگ‌های رنگ آمیزی بخش‌های خالی شده شکل مورد نظر را دریافت کند. در ضمن تناسب اندازه طرح با محل معین شده برای چاپ را نیز به خاطر داشته باشد. البته شابلون‌های آماده با تنوع زیاد در بازار وجود دارد.

مرحله دوم: با کاتر قسمت‌هایی که می‌خواهیم چاپ کنیم رو با استفاده از کاتر خالی می‌کنیم حالا شابلون ما آماده است.

وسایل مورد نیاز:

تیشرت شال یا پارچه
طرح مورد نظر که اون رو بصورت شابلون درآوردیم
یک تیکه ابر
طلق
پلت
چسب M5
قلم مو

اجرا:

تیشرت یا شال مورد نظر را بر روی میز قرار داده (زیر محل چاپ طلقی بگذارید تا رنگ به لایه دیگر تیشرت منتقل و باعث خرابی کار نشود) سپس کاغذی که بر روی آن طرح کشیده شده است را بر روی محلی که قرار است چاپ روی آن اجرا شود بگذاریم با چسب کاغذی شابلون را فیکس کنید تا تکان نخورد و طرح جابه جا نشود. سپس ابر را آغشته به رنگ اکریلیک کرده (چند قطره چسب M5 می‌توانیم به رنگ اضافه کنیم) و با ضربه به روی کار منتقل می‌کنیم بعد از ۲۴ ساعت رنگ ثابت شده و یک پاچه روی چاپ می‌گذاریم و روی کار را اتو می‌کشیم تا کار تثبیت شود.

در ایران ریشه چاپ دستی به عیدی سازی و چاپ قلمکاری بازمی‌گردد نگاهی گذرا به آثار هنرمندان بزرگی که در این قلمرو کار کرده‌اند اهمیت این عرصه هنری را به همه ثابت کرده است. چاپ عنوان یکی از شاخه‌های پر کاربرد و پرفرمدار هنر، قرن‌هاست که وجود دارد.

امروزه هم اپلیکیشن‌هایی مانند ادوبی فوتوشاپ و ادوبی ایلوستریتور هم به هنرمندان و طراحان اجازه می‌دهند که انواع تکنیک‌های چاپ دستی را به راحتی پیاده کنند؛ با وجود این، بسیاری از هنرمندان همواره چاپ دستی به صورت سنتی را ترجیح می‌دهند. چاپ دستی یکی از تکنیک‌های بسیار جالب برای رنگ آمیزی است که نه تنها برای دیوار بلکه بر روی کف لوازم دکوراسیونی مانند گلدان، قاب عکس، میز، صندلی و هر سطحی که بخواهید شکل مورد نظر را بر روی آن کپی کنید مورد استفاده قرار می‌گیرد. مزیت این تکنیک این است که به شما اجازه می‌دهد که طرح یا بافت رنگی را به طور دقیق بر روی یک و یا چند سطح و برای هر چند وقت یک بار که بخواهید چاپ کنید. این کار به دو صورت انجام می‌شود؛ در برخی مدل‌ها تنها با یک شابلون و در برخی دیگر چندین شابلون برای یک طرح به کار می‌رود. در این روش طرح دارای عمق شده و در آن از رنگ‌های گوناگون استفاده می‌شود.



مهران؛ بچه‌های دیروز

گردآورنده: مهدی محمدی

سی و سومین جشنواره فیلم کودک و نوجوان امسال در شرایطی و در حالی به پایان رسید که به دلیل شرایط کرونایی کشور و جهان مثل خیلی از رویدادهای سینمایی دیگر به شکل آنلاین برگزار شد. جدا از بخش‌های مختلف که برگزیدگان و تندیس‌های خود را داشتند یکی از بخش‌های جشنواره جایزه ویژه شهید بهنام محمدی بود که به فیلم مهران به کارگردانی رقیه توکلی رسید.





شناسنامه فیلم:

کارگردان: رقیه توکلی

تهیه کننده: محمدپیرهادی

مدیر تولید: مسعود یزدی

نویسنده فیلمنامه: فرشاد رضایی و رقیه توکلی

تدوین: سعید سلمان روغنی

صدا بردار و صدا گذار: طاهر پیشوایی

طراح لباس: نگار السادات مرتضوی زاده

طراح صحنه: سجاد دهقان

فیلمبردار: حامد بقایان

موسیقی: علی مزیدی و حسین فروتن

بازیگران:

سجاد اسماعیلی، باسط رضایی، امیر رضاویری، محمد مهدی میرحسینی، معصومه قاسمی پور، شیما میرعربشاهی، حمید حاجی محمدزاده، ملیکا معصومیان، مریم نیک آیین، اختر السادات اولیایی، فاطمه مجیبیان

دستیار اول کارگردان و برنامه ریز: جمال دهقان، گریم: ساقی شاهمرادی، عکاس و مجری طرح: محمد هادی آخوندی، منشی صحنه: مجید عظیمی نیا، طراح پوستر: سعید طامهری.

مهران داستان خانواده‌ای را روایت می‌کند که در دوران جنگ از شهر مهران در غرب کشور آواره می‌شوند و به عنوان جنگ‌زده به یزد شهری کویری و مرکزی پناه می‌برند. آنها در یزد مهمان خانواده‌ای می‌شوند که بر حسب اتفاق نام پسر آنها مهران است. روایتی از دوران جنگ‌زدگی خانواده‌ای که پدر آنها رزمنده است و تلخ و شیرین زندگی آوارگی و در غربت زمان جنگ را تجربه می‌کنند.

رقیه توکلی کارگردان این کار در سال ۹۵ به ایده و سوژه کار رسیده و در نشست خبری فیلم در پاسخ به این سؤال که برای کودک و نوجوان امروز که جنگ و فضای دهه ۶۰ را تجربه نکرده است، چطور این فضا را ترسیم کرده، اظهار کرد: «درست است که کودک و نوجوان امروز فضا را ندیده است، اما ما می‌توانیم از طریق سینما آن حس و حال را به بچه‌های امروز نشان دهیم و غیرمستقیم روی آن کار کنیم. بچه‌های امروز بسیار متفاوت هستند و می‌توانند از طریق سینما مرام و مسلک نوجوانان دهه ۶۰ را ببینند. تلاش کردم در «مهران» به نوجوانان پیردازم و مشتاقم که ببینم نوجوان امروز چه واکنشی نسبت به آن نشان می‌دهند. فیلم در عین جدی بودن طنز خاصی دارد که فضای سرگرم کننده‌ای را برای نوجوانان ایجاد می‌کند».

توکلی که به شکل آنلاین در این نشست شرکت کرده بود در مورد فیلم گفت: «دلم می‌خواست در آنجا حضور داشته باشم زیرا امشب اولین اکران فیلم «مهران» بود. اما به خاطر ویروس کرونا نتوانستم که در کنارشان باشم. همیشه دلم می‌خواست فیلم هایم را در یزد بسازم، به این که فیلم دفاع مقدسی یا مخصوص کودکان باشد فکر نمی‌کردم، فقط هدفم نشان دادن شهر یزد بود. واقعیتی وجود دارد؛ این است که یزد در زمان جنگ شهر ایمنی بوده است و مهاجران زیادی به این شهر آمده‌اند و حالا نیز همان مهاجران در یزد مانده‌اند. در زمان جنگ مردم شهر من مهمان‌نواز بودند و به مردم جنگ‌زده کمک می‌کردند. سعی کردم سادگی و صمیمیتی که در خانه‌ها و خانواده‌های ایرانی وجود دارد به تصویر بکشم و فکر می‌کنم در این زمینه درست عمل کرده‌ام. اصلاً به دنبال این نبودم که برجسبی به فیلم‌هایم بزنم تا کمک سازمان‌های مختلف را جذب کنم و کاملاً دلی به سراغ این موضوع رفتم».

فیلم مهران در واقع تلاشی برای نشان دادن شرایط زندگی جنگ‌زدگان در شهرهای مختلف است و مهران در کوچه‌های کاهگلی و فضای سنتی یزد به خوبی توانسته بخشی از آن روزها را به نسل امروز انتقال بدهد. مهران به احتمال زیاد به جشنواره فجر امسال هم راه خواهد یافت و امکان تماشای آنلاین آن فراهم است.



سه روایت نوجوانانه

گردآورنده: مجتبی نظری

آنها قهرمانان نوجوان و ابدی این کشور هستند. کسانی که با وجود سن کم اما اتفاقاتی را شکل دادند که برای همیشه تاریخ این کشور قابلیت نوشتن، گفتن و روایت کردن را دارند.

صدقه و دعا



حمیدرضا نوجوانی بود که از تهران و یک خانواده معمولی به جبهه اعزام شد. متولد دی ماه ۱۳۴۷ که بالاخره راضی شد پدرش ابوطالب و مادرش صدیقه خانم را راضی کند. مستقیم از سر درس و کلاس سوم دبیرستان به عنوان بسیجی به جبهه رفت. مادرش آخرین دیدار را اینطور روایت می کند که با لبخند به حمیدرضا گفتیم: «برایت هر روز صدقه می اندازم و برایت دعایم کنم که بر گردی!» اما سید حمیدرضا در جواب مادر این گونه می گوید: «من هم از مادرم فاطمه زهرا (س) می خواهم تا شهید شوم...»

و در آخر دعا بر صدقه غلبه کرد و سید حمیدرضا سیاهپوش در چهارم دی ۱۳۶۵ و ۹ روز قبل از تولد هجده سالگی در عملیات کربلای ۴ و در جزیره ام الرصاص به شهادت رسید. پیکر سید نوجوان در منطقه ماند و ۱۱ سال بعد و در سال ۱۳۷۶ در جریان تفحص پیدا شد. او در گلزار شهدای قزوین به خاک سپرده شده است.

رویای صادق



صادق صادق زاده نصرآبادی متولد سال ۱۳۴۹ در مشگین شهر از بچه های فعال این شهر در کانون پرورش فکری و کتابخوانی شاید به خاطر عضویت برادرش در بسیج و حضور برادر بزرگتر در جنگ بیشتر تشویق شد که اعزام شود.

خانه آنها محل رفت و آمد رزمندگان بود و یکی از دوستان برادرش یعنی شهید بنی هاشم هم در جبهه به شهادت رسید. تلاش های او برای راضی کردن پدر و مادر به نتیجه نمی رسید تا یک اتفاق به کمک او می آید. مادرش می گوید: یک روز گفت خواب دیده ام در خواب کسی به من گفت به زودی از دنیا خواهم رفت و ادامه داد: «اگر نگذارید به جبهه بروم و همین جا از دنیا رفته چه جوابی خواهید داد؟» برای همین پدرش اجازه داد به جبهه اعزام شود. خودش می دانست شهید خواهد شد، می گفت: «باید بروم، سید مرا به جبهه دعوت کرده» دوستانش بعدها می گفتند، صادق می گفت امروز هم گذشت و شهید نشدم به دوستانش گفته بود ۲۵ روز بعد، شهید خواهد شد. همین طور هم شد. او در ۱۵ سالگی در سال ۱۳۶۴ و در فاصله شهادت رسید.

سفر مخفیانه به خط



روایت امیر هم مانند همسن و سالانش خواندنی و شنیدنی است. وقتی اواسط سال ۶۳ و در حالی که دانش آموز سال دوم دبیرستان در رشته تجربی بود هوای جبهه به سرش افتاد. پدرش نوروز کارگر و مادرش فاطمه خانه دار بود. خودش در روایتی از اعزامش به جبهه نقل کرده بود: «اواسط سال ۱۳۶۳ بود که حال و هوای جنگ به کله ما افتاد، چون سنان کم بود تصمیم گرفتیم تا شناسنامه هایمان را دستکاری کنیم. اما به دلیل اینکه جتنه هایمان خیلی کوچک بود این کار شدنی نبود. با این حال فکر دیگری به سرمان زد. خودمان را در یکی از کابین های قطار مخفی کردیم. مسئول قطار متوجه ما شد اما با اصرار ما رو به رو شد و بالاخره کوتاه آمد و ما را برد. یک روز فرمانده ما را دید و گفت می خواهید برید جلوتر ما هم گفتیم بله و ما را سوار اتوبوسی کرد و هنگامی که رسیدیم دیدیم تهرانییم و پدر و مادرمان برای برگرداندن ما به آنجا آمده بودند.»

اما این پایان کار نبود و اینبار به غرب رفت و در سی امین روز از فروردین ۱۳۶۴ در عباس آباد بانه و درگیری با گروه های ضد انقلاب به شهادت رسید در حالی که ۱۷ ساله بود.

یک دردسر روزگار بلوغ

کنار آمدن با جوش‌های جوانی

گرددآورنده: علی خزایی



صبح یک روز زیبا که قرار است در یک مهمانی مهم شرکت کنی، وقتی از خواب خوش بیدار شدی و خودت را در آینه نگاه می‌کنی تا با یک لبخند روزت را آغاز کنی یک جوش قرمز روی دماغت همه چیز را به هم می‌ریزد. تبریک می‌گوییم شما جدی جدی وارد جرگه نوجوانان شده‌ای. به شما حق می‌دهیم که از این دانه‌های ریز و درشت که سیمای تو را دستخوش نازیبایی کرده ناراحت و دلخور باشی اما به راحتی می‌توانی این دوره را به سلامت پشت سر بگذرانی.

از نظر سنی جوش اغلب در سنین بلوغ رخ می‌دهد، زیرا در این هنگام فعالیت غدد چربی بیشتر از سایر گروه‌های سنی است، ولی به طور کلی احتمال وقوع جوش در همه سنین وجود دارد.

جوش‌ها چگونه به وجود می‌آیند؟

در دوران بلوغ، به علت افزایش ترشح هورمون‌های جنسی، غدد چربی بزرگ می‌شوند و شروع به تولید و ترشح چربی می‌کنند. این غدد ترشحات خود را از طریق مجاری چربی به سطح پوست می‌ریزند. ناهماهنگی هورمونی و میکروبی و التهابی موجب بسته شدن مجرا و تخریب جداره غده‌های چربی می‌شود. از به هم پیوستگی سلول‌های صدمه دیده، پلاک یا لخته تولید می‌شود که علت بسته شدن مجاری و منافذ پوستی هستند.

باکتری‌های موجود در آن ناحیه نیز از چربی‌های مسدود شده تغذیه می‌کنند و با ایجاد التهاب بیشتر، منافذ پوست را تنگ‌تر می‌کنند. انسداد این مجاری باعث تجمع چربی شده و در نتیجه آن رشد باکتری‌های موجود در مجاری، که رشد باکتری‌ها هم چربی ذخیره شده را تخمیر کرده و همین امر فرآیند التهاب را فعال کرده و ابتدا در سطح پوست دانه‌های قرمز و در پی آن جوش چرکی ایجاد می‌شود.

چرا جوش می‌زنیم؟

متهم ردیف اول هورمون‌ها (تستوسترون، تیروئید) هستند که در دوره بلوغ فعالیت‌شان بیشتر می‌شود.

استرس و مشکلات باعث مشکلات پوستی می‌شود. اگر امروز یک دانه جوش روی گونه دارید و فردا امتحان ریاضی دارید، استرس باعث افزایش جوش‌های صورت شما می‌شود. پس تا بتوانید استرس خود را کنترل کنید. سومین عامل آب و هوای گرم و تعریق زیاد است که با رعایت بهداشت و کمتر در معرض گرما قرار گرفتن قابل حل است.

چهارمین عامل خود شما هستید و دست‌های بی‌قراری که هی جوش‌ها را دستکاری می‌کنید، این‌قدر پوست را تحریک نکنید.

سایر عوامل:

- * تعدادی از داروهای درمانی (کورتون، داروهای ضد تشنج، داروهای ضد افسردگی، مقادیر زیاد ویتامین‌ها)
- * استفاده از لوازم آرایشی که چربی زیاد دارند.
- * تغذیه ناسالم نیز در افزایش جوش تاثیر دارد.

چه باید کرد؟

- * راهکاری بهداشتی: اولین گام رعایت همیشگی بهداشت است. مرتب حمام کنید و پوست خود را با صابون و آب گرم بشویید.
- لازم به ذکر است که با پوست خود مهربان باشید و با صابون زیر و به صورت خشن پوست را نشویید. بهتر است از صابون‌های ضد باکتری استفاده کنید. داروخانه‌ها برای صابون مناسب شما راهنمایی می‌کنند.
- راهکار تغذیه‌ای: نوشیدن آب فراوان، استفاده از میوه و سبزیجات و پرهیز از غذاهای چرب، فست فود و شیرینی‌جات

سایر راهکارها:

- * ورزش و پیاده‌روی در هوای پاک
- * استفاده از کرم مرطوب کننده و ضد آفتاب بدون چربی
- * اگر احساس کردید جوش‌های شما بیشتر از حد معمول هستند و غیر عادی به نظر می‌رسند از درمان‌های خودسر پرهیزید و حتما به پزشک مراجعه کنید.





یار مهربان

گرده‌آورنده: حنا حاجی‌شاه

روز کتاب و کتابخوانی به هفته آخر آبان هر سال مוקول می‌شود. بهانه‌ای برای اینکه نگاهی داشته باشیم به چند کتاب برای نوجوانان یا درباره نوجوانان در سال‌های دفاع مقدس. سال‌هایی که حماسه امروز به قلم در حال روایت شدن نه تنها برای نسل امروز که نسل‌های بعد از این خواهد بود.

پای که جا ماند



قهرمان کتاب ۱۴ ساله بوده که به جبهه رفته و در ۱۶ سالگی و در آخرین روزهای جنگ در جزیره مجنون به اسارت در می‌آید. زمانی که اسیر شد یک پایش تقریباً قطع شده و در دوران اسارت علاوه بر سختی‌های اسارت با این مشکل قطع پا هم مواجه بوده است.

سید ناصر حسینی‌پور در این دوران تجربه‌های عجیب و تلخی را پشت سر گذاشته و در همان دوران اسارت تصمیم می‌گیرد خاطراتش را بنویسد. برای همین در ۲۳ صفحه به صورت رمزی خاطراتش را روی حاشیه روزنامه و کتاب‌های ارسالی نوشت، آنها را در عصایش جاسازی و بعد از آزادی از روی کدهایی که یادداشت کرده بود، آنها را روایت کرد.

کتاب در سال ۱۳۹۱ به عنوان کتاب سال دفاع مقدس انتخاب شد و تا حالا به ترکی استانبولی و عربی هم ترجمه شده است. کتاب «پایی که جا ماند» توسط انتشارات سوره مهر به چاپ رسیده است.

بچه‌های کارون



احمد دهقان یکی از شناخته شده‌ترین نویسندگان دفاع مقدس است. او در کتاب بچه‌های کارون تلاش کرده تا آزادسازی خرمشهر را برای نوجوانان بنویسد.

«بچه‌های کارون» در واقع قصه گروه‌های رزمنده نوجوانی است که خیلی زود با جنگ آشنا شدند و در نهایت نیز به پیروزی‌های بزرگی چون آزادسازی خرمشهر دست یافتند. روایت این کتاب پر است از شیطنت‌هایی که از نشانه‌های این دوران سنی است. این اثر از مقطع اشغال خرمشهر شروع و در مقطع آزادسازی آن به پایان می‌رسد. کتاب را انتشارات سوره مهر منتشر کرده است.

حمله به اچ ۳



عملیات اچ ۳ یکی از جالب‌ترین، عجیب‌ترین و سخت‌ترین عملیات‌های نیروی هوایی ایران در جنگ بود و از جمله بزرگترین عملیات‌های هوایی دنیا هم به شمار می‌رود. عملیاتی پیچیده که نیروی هوایی ارتش ایران توانست پایگاه هوایی الویلد در دورترین و غربی‌ترین نقطه عراق را از بین ببرد.

احمد مهرنیا در این کتاب تلاش کرده تا لحظه به لحظه عملیات معروف به اچ ۳ را بر اساس اسناد و یا نقل و قول‌هایی از طراحان و خلبانان بازمانده از این عملیات را روایت کند و علاوه بر شرح این عملیات ۵ ساعته، تمامی مراحل پیش و پس از انجام این عملیات هوایی را به تصویر کشیده است. آن چیزی که کتاب را جذاب‌تر کرده کمیک‌هایی است به قلم حسن ودود که کتاب خواندنی حمله به اچ ۳ را دیدنی کرده. کتابی که انتشارات سوره مهر برای کودکان و نوجوانان منتشر کرده است.

شقایق‌های کوچک



شقایق‌های کوچک با عنوان فرعی روایت شهدای کم سن و سال به روایت شهدای نوجوان اختصاص دارد. دوران جنگ پر از اتفاقات ویژه و خاص است که قهرمانان آن اغلب نوجوان یا جوان بوده‌اند به همین خاطر زهرا عامری تلاش کرده تا در این کتاب داستان شهدای کم سن و سال بسیجی دوران جنگ را روایت کند. این اثر گرچه شخصیت‌هایی خیالی دارد، اما حوادث و اتفاق‌هایی برگرفته از حقیقت است که نویسنده با ظرافتی خوب، از دل آنها داستانی جذاب خلق کرده است.

ریشه در اعماق



رمانی از ابراهیم حسن‌بیگی است که چاپ نخست آن در سال ۷۲ از سوی انتشارات حوزه هنری منتشر شد، اما چاپ‌های دوم و سوم آن را انتشارات محراب قلم انجام داد و پس از گذشت ۱۰ سال چاپ چهارم آن از سوی انتشارات ملک اعظم مشهد منتشر شد. این کتاب تاکنون جوایز ادبی متعددی از جمله رمان برگزیده بیست سال ادبیات دفاع مقدس، رمان برگزیده بیست سال داستان‌نویسی انقلاب، برگزیده جشنواره معلمان اهل قلم به خود اختصاص داده.





اینترنیٹ هم فضایی خواهد شد

گرددآورنده: راحیل اربابی ✨



اگر چیزی از استارلینک نشنیده باشید باید بدانید که یکی از برنامه های جاه طلبانه برای دنیای اینترنت است که به تازگی با قرار گرفتن حدود ۱۰۰۰ ماهواره در مدار زمین به یک پوشش سراسری و ماهواره ای در کره زمین برای دسترسی سریع، آسان و ارزان اینترنت در جهان در حال نزدیک شدن است.

شرکت اسپیس ایکس شرکتی است که این پروژه را پنج سال پیش آغاز کرد و قرار است تا پایان سال ۲۰۲۱ و یا نهایتاً تا سال ۲۰۲۲ به یک پوشش سراسری در دنیا برسد.

تلاش برای آینده

نسل پنجم شبکه تلفن همراه، پروژه اینترنت رایگان گوگل و اینترنت رایگان فیسبوک با استفاده از پهپادهای خورشیدی از پروژه های آینده هستند اما پروژه اینترنت ماهواره ای استارلینک قدم های بزرگتری برای هدف خود برداشته است.

ایده گوگل استفاده از بالون در ارتفاع بالا در لایه استراتوسفر است که توان تغییر ارتفاع و استفاده از جریان هوایی را داشته باشند و برای همه مناطق جهان اینترنت رایگان فراهم کنند. فیسبوک هم در نظر دارد از پهپادهای خورشیدی از همین طریق و البته در ارتفاعات پایین برای دنیا اینترنت تامین کند.

استارلینک چه می خواهد

آنها قرار است ۲۰ هزار ماهواره در ارتفاع ۵۵۰ کیلومتری از سطح زمین روی مدار استوا قرار دهند. جهت گردش این ماهواره ها به دور زمین هم جهت با گردش خود زمین است. اولین ماهواره در سال ۲۰۱۹ به فضا

فرستاده شد.

به این ترتیب و از حدود یکسال دیگر امکان ارتباط اینترنتی حتی از قطب شمال فراهم خواهد شد. پیش از اسپیس ایکس هم اینترنت فضایی توسط دو شرکت دیگر ارائه می شد اما این حجم از تعداد ماهواره برای یک هدف مشترک در مدار قرار نگرفته بودند.

هدف اسپیس ایکس اتصال اینترنت ماهواره ای به مناطق کم برخوردار کره زمین و همچنین ارائه خدمات با قیمت رقابتی به مناطق شهری است. این شرکت اظهار داشته است که گردش مالی مثبت حاصل از فروش خدمات اینترنت ماهواره ای برای تأمین اعتبار برنامه های مریخ آن ها ضروری است.

هر چند ممکن است این پروژه نتواند اینترنت کاملاً رایگان را تأمین کند اما اینترنت آن ارزان، سریع و با دسترسی بالا خواهد بود. در حال حاضر شریان اصلی اینترنت بین قاره ای با استفاده از یک یا چند کابل فیبر نوری بین قاره آمریکا و اروپا و آمریکا و ژاپن برقرار است؛ اما این ارتباط فیبر نوری در قیاس با ارتباط لیزری که ماهواره های می توانند بین یکدیگر برقرار کنند کندتر است.

از آن سو مثلاً برای متصل کردن یک سرور در آمریکا به یک کاربر در شمال هند، لازم است شما ترافیک اینترنت را از چندین سرور عبور دهید؛ اما با استفاده از استارلینک چنین اتفاقی رخ نخواهد داشت. بلکه سرور اصلی ارائه دهنده اینترنت به شما می تواند با همین اتصال ماهواره ای مستقیماً شما را به سرور هدف وصل کند. یعنی عملاً شریان اینترنت از زمین به فضا منتقل می شود.

اسپیس ایکس برای تکمیل تعداد ماهواره های خود و سرعت بخشیدن به این پروژه سرعت تولید ماهواره خود را افزایش داده و از بهار ۲۰۲۰ به رکورد تولید روزی ۶ ماهواره رسیده است تا بتواند سریع تر به رویای خود در زمینه اینترنت ماهواره ای برسد.



جامی برای کتابخوان‌ها

❖ گردآورنده: سپیده کشاورز

جام باشگاه‌های کتاب‌خوانی کودک و نوجوان برنامه‌ای ملی و بسیار کم‌هزینه برای ترویج کتاب‌خوانی در ایران است که نخستین اجرای آزمایشی خود را در پاییز و زمستان سال ۱۳۹۵ با موفقیت پشت سر گذاشت و به خاطر همین موفقیت در دوره‌های بعدی امکان برگزاری این برنامه به وجود آمد.

به گزارش روابط عمومی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی تاکنون در برگزاری چهار دوره این برنامه ۲۱۹۴۸ باشگاه کتابخوانی با ۳۳۵۰۰۰ عضو تشکیل شده است و پنجمین دوره آن در سال ۱۳۹۹ در حال برگزاری است.

هدف اصلی این طرح هم گیر کردن کتابخوانی و جلب مشارکت مردمی در کتابخوانی است. در طراحی این فعالیت به تجربه های موفق و ناموفق دستگاه های مختلف دولتی و عمومی که گاهی هزینه های سنگینی نیز داشته توجه و تلاش شده است تا کاستی ها برطرف و محاسن آن تقویت شود.

جام باشگاه های کتابخوانی چند مرحله دارد. در مرحله نخست مربیان و معلمان و مروجان کتابخوانی برای تشکیل باشگاه های کتاب خوانی با حضور در کارگاه هایی آموزش می بینند. سپس با کمک آنها گروه های دست کم ۱۲ نفره کودک و نوجوان یک باشگاه کتابخوانی تشکیل می دهند. این باشگاه ها در کتابخانه ها، مراکز کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، مدارس، مساجد، مراکز بهزیستی، مجتمع های مسکونی، کانون های فرهنگی و هنری، سراهای محله، فرهنگسراها و دیگر مراکز تجمع کودکان و نوجوانان در شهرها و روستاها زیر نظر یک هماهنگ کننده بزرگسال به نام تسهیل گر تشکیل می شود.

متقاضیان در دبیرخانه جشنواره ثبت نام می کنند. نام های آنها ثبت شده و امکان بهره مندی از یارانه ۵۰ درصدی معاونت امور فرهنگی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی برای خرید کتاب را از طریق کتابفروشی های شهر شان پیدا می کنند.

بر اساس فهرست، کتاب های مناسب (کتاب های برگزیده فرصت ها و نهادهای مختلف) در اختیار کتابفروشی ها قرار گرفته شده است و اعضای باشگاه های

کتابخوانی می توانند کتاب ها را انتخاب و خریداری کنند. هر عضو دست کم یک کتاب خریداری و به باشگاه ارائه می کند. اعضای باشگاه کتابخانه های کوچک را تاسیس یا تقویت می کنند و کتاب های خریداری شده را با هم مبادله می کنند و با هم می خوانند. درباره ی کتاب های خوانده شده گفتگو و آنها را داوری می کنند و در پایان کتاب برتر را از نگاه خود در باشگاه انتخاب می کنند و سپس در نامه هایی به نویسندگان کتاب های برتر، نظر خود را درباره کتاب های برگزیده می نویسند و کتاب هایی را که پسندیده اند در فیلم های کوتاه موبایلی به دیگران معرفی می کنند.

سپس در مرحله شهرستان کتاب های برگزیده باشگاه ها با حضور نمایندگان آنها داوری دوباره شده و کتاب یا کتاب های برگزیده از نظر کودکان و نوجوانان شهر انتخاب می شوند. همچنین با داوری فیلم ها و برنامه های بچه ها از سوی داوران در هر شهر، بهترین فیلم ها معرفی و بهترین نامه ها به نویسندگان انتخاب و در مراسم پایانی شهرستان از آنان قدردانی و جایزه بچه های شهر به نویسنده برگزیده اهدا می شود.

در زمینه جوایز دولتی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی هر سال کتاب سال جمهوری اسلامی ایران و چند جشنواره مانند جایزه ادبی پروین اعتصامی را برگزار می کند. همچنین کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان جشنواره کتاب کودک و نوجوان را برگزار و علاوه بر آن فهرست کتاب های مناسب را نیز تهیه می کند. در حوزه غیردولتی، شورای کتاب کودک ایران نیز هر ساله ضمن معرفی کتاب های برگزیده خود، فهرست کتاب های مناسب را با درجه بندی عرضه می کند. همچنین فهرست لاک پشت پرنده هر فصل با ارزیابی کتاب های شیوه انتخاب کتاب های برگزیده منتشر شده، فهرستی از کتاب های برگزیده را منتشر و در پایان سال نشان طلایی و نقره ای را به بهترین کتاب های سال اعطا می کند. وزارت آموزش و پرورش هم دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی، فهرستی از کتاب های مناسب را در قالب کتاب نامه های رشد منتشر می کند. در کنار این جوایز و جشنواره ها، جوایز دیگری مانند گوزن زرد (جایزه به انتخاب کودکان و والدین)، جایزه شهید حبیب غنی پور، جایزه کتاب برتر (انجمن فرهنگی ناشران کودک و نوجوان)، جایزه سپیدار (بهترین کتاب زیست محیطی کودک و نوجوان) و ... وجود دارد. همچنین از لیست کتاب های هدهد سفید که پر مخاطب ترین کتاب های نهاد کتاب های عمومی کشور است نیز استفاده شده است. در تهیه این فهرست از تمام فهرست ها و جوایزی که نامبرده شد، بهره گرفته شده و هر کتابی که به فهرست راه یافته است، دستکم در یک فهرست) یا جایزه (نهادهای ادبیات کودک دولتی و غیردولتی حضور داشته است. این فهرست کتاب های چاپ اول هشت سال اخیر را در برمی گیرد.

برای مشاهده این فهرست یا شرکت در جام باشگاه های کتابخوانی می توانید به این آدرس اینترنتی مراجعه کنید: www.bookpromotion.ir

منبع: سایت شبکه ترویج کتابخوانی ایران

پیشنهاد

“

در این دو صفحه سعی داریم در هر شماره بسته پیشنهادی جذاب و متنوعی برای شما آماده کنیم، کجا بروید؟ چه فیلمی ببینید؟ چه کتابی بخوانید؟ بازی های جدید کدامند؟ با نرم افزارهای کاربردی شما را آشنا کنیم و... کلی برنامه های جذاب که اوقات فراغت شما را می تواند به بهترین شکل پر کند، این صفحات را از دست ندهید.

”

گردشگری

فیلم

کتاب

بازی

پیشنهاد گردشگری



استان تهران



زیارت در کاشان



کاشان یکی از زیارتی ترین شهرهای استان اصفهان است که با وجود وسعت کمی که دارد، امامزاده ها، بقعه ها و زیارتگاه های متعددی را در گوشه و کنار خود جای داده است. بعضی از این امامزاده ها در شهرهای کوچک اطراف کاشان قرار دارند که آب و هوای خوب این شهرها، آنها را تبدیل به یک مقصد گردشگری زیارتی و سیاحتی کرده است. اگر گذارتان به کاشان افتاد، فراموش نکنید که حتما سری هم به این امامزاده ها بزنید.

امامزاده شاهزاده محمد و آقا علی عباس: این آرامگاه در نوش آباد بیدگل کاشان قرار دارد که ایشان را فرزند زید و نواده امام حسن مجتبی (ع) معرفی کرده اند. گنبد این امامزاده آن با کاشی های فیروزه ای به صورت مخروطی تزئین شده و روی دماغه در بزرگ ورودی بقعه، نام سازنده آن با این مضمون چنین نقل شده است: صفر علی بیدگلی ۱۲۷۰ هـ

امامزاده شاهزاده عیسی و یحیی: بنای این امامزاده در نزدیکی مسجد ابیانه قرار دارد و براساس زیارت نامه آن، مدفن دو امامزاده یعنی شاهزاده عیسی و شاهزاده یحیی است. محققان معتقدند که به احتمال زیاد بنای این امامزاده متعلق به قرن ششم هجری قمری است و در اواخر دوران صفویه توسط باتویی خیر خواه تعمیر شده است.

امامزاده شاهزاده هادی: شاهزاده هادی از اولاد امام زین العابدین (ع) است و آرامگاه او را باید بین آران و بیدگل ببینید.

امامزاده شاه عباس: این آرامگاه در غرب دو گنبدان و در لیشر واقع شده و بنایی چهار گوش با گنبدی بزرگ است.

پیشنهاد
ویژه



برای فردا

کار و آینده ممکنه هنوز دغدغه ذهنی شما نباشه اما در چشم به هم زدن تبدیل به یکی از اساسی ترین موارد چند سال آینده شما خواهد شد. پس بهتر است از همین الان به فکر آن روز باشید. باشگاه کارآفرینی نوجوان یکی از اتفاقاتی است که شما را برای دنیای یک دهه آینده آماده خواهد کرد. فعلا ۱۴ باشگاه کارآفرین نوجوان در کشور در ۱۳ استان کشور و با عضویت ۲ هزار دانش آموز تشکیل شده و به زودی تعداد این باشگاهها اضافه خواهد شد. این باشگاهها بر اساس الگوی موسسه توسعه کارآفرینی هند شکل گرفته اند و اولین مورد آنها در مشهد آغاز به کار کرد. توانمندسازی و مهارت افزایی دانش آموزان دختر و پسر در دوره سنی ۱۲ تا ۱۵ و ۱۵ تا ۱۸ سال هدف این باشگاهها خواهد بود.

باشگاهها و کافه های کارآفرینی فرصت خوبی برای دانش آموزان و نوجوانان است تا هم با تجربه کارگروهی آشنا شوند و هم زیر و بم کارآفرینی را یاد بگیرند.

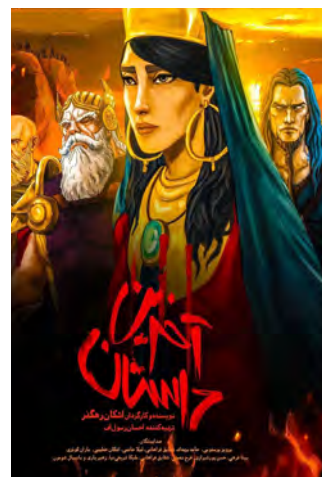


اگر شما هم از آن دسته نوجوانانی باشید که از خشمگین شدن های ناگهانی ضربه خورده اید یا نمی دانید چطور خشمتان را کنترل کنید یک کتاب خواندنی برایتان معرفی خواهیم کرد. کتابی به اسم «کنترل خشم در نوجوانان» که در واقع ۳۷ فعالیت و تمرین برای دست یافتن به مهارت کنترل خشم است. ریچل کسادا لمان نویسنده کتاب در همان ابتدا عنوان می کند که خشم یکی از احساسات طبیعی بشر است. او آدمها را به گروه های مختلفی تقسیم می کند که با خشم خود به شیوه های مختلفی مواجه می شوند. بعضی خشمشان را در داخل خودشان می ریزند، برخی با کلمات و داد و بیداد بروز می دهند و دسته ای هم شروع به جنگ و دعوا می کنند.

پیشنهاد
کتاب



پیشنهاد
فیلم



آخرین داستان

کارگردان: اشکان رهگذر
نویسنده: اشکان رهگذر

بازیگران شاخص: پرویز پرستویی - بانپال شومون - بیتا فرهی - اشکان خطیبی - فرخ نعمتی - لیلا حاتمی - حامد بهداد، اکبر زنجانیپور، - حسن پورشیرازی - مجید مظفری - شقایق فراهانی - زهیر یاری - باران کوثری - ملیکا شریفی نیا

برداشت آزاد از داستان ظلم و ستم «ضحاک» ماردوش و صف آرای «جمشید کی» در مقابل سپاه اهریمن پس از غرور او از ظفر و کامیابی در جنگ هایش همزمان با تکیه زدن ضحاک ستمگر بر تخت قدرت پادشاهی و تولد آفریدون و قیام او در برابر پلیدی و ظلم ضحاک (اقتباسی از شاهنامه فردوسی)

۴. بازی با کلمات و حروف

این بازی می‌تواند برای بچه‌های جوان جذاب باشد و حتی ممکن است روشی جالب برای یادگیری باشد.

آنچه شما نیاز دارید:

تخته سیاه یا برگه کاغذ
خودکار یا گچ
مجموعه سوالات و پاسخ‌ها یا کلمات و نکات

نحوه بازی:

از کودکان سؤالی بپرسید و در کاغذ به تعداد حروف جواب جای خالی بکشید تا با تعداد حروف موجود در جواب ارتباط داشته باشد. فضای کافی بین دو کلمه بگذارید تا کودک بتواند پاسخ را حدس بزند.

به فرزند خود آموزش دهید که یک حرف را در جواب و یک حرفی که در آن وجود ندارد حدس بزند.

به فرزند شما هفت حدس اشتباه داده می‌شود، این تعداد گام‌هایی است که برای تکمیل یک کلمه می‌گیرد.

پیشنهادهای:

با پرسیدن درباره اسباب بازی‌های مورد علاقه، فیلم‌ها و غیره می‌توانید بازی را برای کودک خود جذاب کنید.



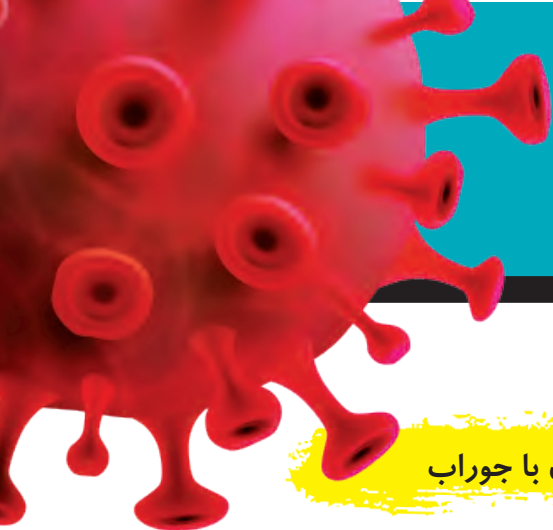
بخش ۲

سرگرمی‌هایی برای در خانه ماندن

در خانه ماندن و قرنطینه با روحیه خانواده‌های ایرانی به‌خصوص کودکان سازگار نیست. ما ایرانی‌ها به‌طور معمول افرادی شاد، و اهل معاشرت و سفر هستیم به همین خاطر در خانه ماندن و قرنطینه کمی سخت به نظر می‌رسد. اما می‌توان این قرنطینه اجباری به دلیل شیوع کرونا و برای حفظ سلامتی را با انجام امورات سرگرم‌کننده به‌روزهایی شاد و متنوع تبدیل کرد تا علاوه بر خانواده، کودکان ما نیز با این تجربه، به خاطراتی زیبا دست یابند.

هیچ چیز مانند یک بازی خوب برای جمع کردن خانواده وجود ندارد. در اینجا لیستی از بازی‌های سرپوشیده برای بچه ها وجود دارد که می‌توانند به خوبی در هنگام دلبخواه برای گذراندن اوقات خانوادگی مناسب باشند.





۶. بسکتبال با جوراب

با استفاده از برخی جوراب‌ها و یک سطل، می‌توانید از یک بازی مینی بسکتبال درست در خانه لذت ببرید.

آنچه شما نیاز دارید:

فضای بازی
جوراب
سطل

نحوه بازی:

جوراب‌ها را درون توپ‌های کوچک بیچید و آنها را ببندید.
سطل را در یک مکان قرار دهید و از کودک خود بخواهید چند قدم از آن فاصله بگیرد.
بعد می‌توانید نوبت دهید تا توپ‌های جوراب را داخل سطل پرتاب کنید. بعد از هر پرتاب از او را از سطل دورتر کنید.

پیشنهاد:

با استفاده از سطل‌هایی با دهانه باریک می‌توان برای بچه‌های بزرگ‌تر چالش ایجاد کرد.



۵- پانتومیم تصویری

این یک بازی سرگرم کننده است که به یک بازیکن نیاز دارد تا تصویری را نشان دهد که کلمه را نشان می‌دهد، جایی که بازیکن دیگر باید آن را به درستی حدس بزند.

آنچه شما نیاز دارید:

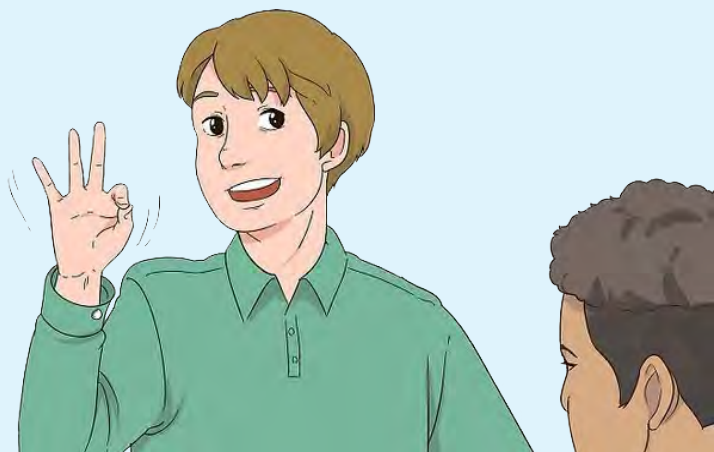
کاغذ یا تخته
مداد یا ماژیک

نحوه بازی:

کلمات مختلف را روی تکه‌های کاغذ بنویسید و آنها را درون کاسه رها کنید.
از کودک خود بخواهید که قطعات را برداشته و روی تخته بکشید بدون اینکه به شما بگوید چه چیزی است. در عوض، شما می‌توانید ترسیم کنید، و او می‌تواند حدس بزند.

پیشنهاد:

با داشتن گروه‌ها و رقابت با یکدیگر می‌توانید این بازی را سرگرم کننده‌تر کنید.





توصیه شهید



عبدالمجید رحیمی

کلاهی که سر دنیا گذاشتیم

سال‌های دهه ۶۰ روی پاکت‌نامه و نامه‌های مخصوص جبهه‌ها یک عکس نقش بسته بود. نوجوانی که کلاهخود جنگی بزرگتر از سرش به سر داشت در حالی که روی کلاهخود نوشته شده بود: الله اکبر خمینی رهبر.

نوجوانی که دستش را تکیه‌گاه کلاهخود کرده بود، در دست چپش یک اسلحه کلاشینکوف بود و لبخند محوی روی صورتش داشت. عکسی دلنشین که نه فقط در نامه‌های مخصوص جبهه که بعدها بارها و بارها در جاهای مختلف استفاده شد.

نوجوان توی آن عکس کسی نبود جز عبدالمجید رحیمی دانش‌آموز سال دوم دبیرستان در رشته علوم تجربی که پدر کارگرش محمدعلی و مادر مهربانش زهرا را راضی کرده بود که به جبهه برود. بسیجی گمنامی که در دهم اردیبهشت و در جریان عملیات آزادسازی خرمشهر یعنی عملیات بیت‌المقدس به خاطر اصابت گلوله به ران و کمر به درجه رفیع شهادت نائل شد.

۱۶ سال داشت ولی یک جمله تاریخی از خودش به جا گذاشت. نوجوانی که هم اسلحه از قدش بلندتر بود و هم کلاهخود برای سرش بزرگ بود. جمله تاریخی او تمام دنیا را به شوخی می‌گیرد و می‌گوید: «همه خیال می‌کنند جنگ، سر من یک کلاه گشاد گذاشته، اما این منم که سر زندگی را گول مالیدم!!»

وصیت‌نامه:

بسم رب الشهداء و الصدیقین

ای ملت شهیدپرور پشتیبان ولایت فقیه و به خصوص امام باشید و اطاعت کنید از آنها، چون در قرآن آمده است اطاعت کنید از خدا و رسول الله و اولی امر ما که بر شما فرستاده می‌شود.

و اگر شهادت قسمت من شد و شهید شدن سعادت می‌خواهد و آن هم سعادت یک انسان خودساخته است و عاشق خدا می‌باشد و خدا هم عاشق او می‌شود و وقتی که خدا عاشقش شد او را می‌کشد و به خود متصل می‌سازد و من را در بهشت زهرا (س) به خاک بسپارید و ان شاء الله به امید خداوند تعالی به پیروزی نهایی برسیم.



ایستادگی، از دیروز تا به امروز

روز دانش آموز گرامی باد

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَخَصِّ بِمُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ الْوَحْدَانِ الْوَحِيدِيْنَ

ماہنامہ کائنات

