گالری

رفقا سلام!

سلام و صد سلام جوانه‌های توی خونه! عیدتون مبارک! می‌دونید که امروز، روز پرستار هم هست. از همین تریبون این روزمهم رو به پرستارهای خوب کشورمون که همیشه توی سخت‌ترین شرایط بای کارهستن تبریک می‌گیم و می‌دونید دوستتون داریم.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۰۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

دوستی پرنده‌و گاومیش

عکس: theguardian.com

اطلاعات عمومی

چرا دما در پاییز و تابستان یکی نیست؟!

این روزها پاییز، عجیب و غریب شده است. بعضی روزها هنوز می‌شود لباس تابستانی بپوشید و بعضی وقت‌ها با لباس زمستانی هم نمی‌توان جلوی سرما را گرفت. اما متوجه شدید که دمای ۲۵ درجه در پاییز دقیقا مانند همین دما در فصل بهار و تابستان نیست؟ یعنی شاید این دما در تابستان گرم‌تر از پاییز به نظر برسد. واقعیت این است که دما وابسته به فصل است و همه چیز به عواملی مثل رطوبت، نقطه شبنم، زاویه خورشید و... بستگی دارد. همه ما دنیا را به شیوه خودمان تجربه می‌کنیم و حس دما می‌تواند با متابولیسم، ترکیب بدن (عایق‌های چربی) و محل زندگی‌مان مرتبط باشد. بیایید این معما را با کمک تحقیقات هواشناسان حل کنیم.

● زاویه خورشید عوض می‌شه؟

زمین سرد است و به هوا احساس سردی می‌دهد. جاتانتان دردمن، کارشناس هواشناسی دیجیتال می‌گوید: «بدن شما با فصلی که به تازگی پشت سر گذاشته‌اید، سازگار می‌شود. اگر به تازگی یک دوره گرم را پشت سر گذاشتید، بدن‌تان هنوز به هوای گرم عادت دارد تا هوای سرد. بادها در پاییز قوی‌تر عمل می‌کنند و گرما را سریع‌تر از بیوست ما دور می‌کند.»

● چی روی احساس دما موثره؟!

شاید برایتان سوال باشد چه عوامل دیگری روی گرم یا سرد بودن دماتاثیر می‌گذارد؟!

ارتفاع: هوا در ارتفاعات رقیق‌تر است و در هوای رقیق‌تر، هوا نمی‌تواند سردتر به نظر برسد. به خصوص اگر خشک باشد و خورشید قوی نباشد مانند پاییز.

نزدیک یا دور بودن از آب: فرقی نمی‌کند که در کنار دریاچه‌ای با اندازه متوسط باشید یا اقیانوس اطلس وسیع؛ چون آب‌های وسیع می‌توانند دما را متعادل کنند چون آب، گرما را کندتر از خشکی جذب و آزاد می‌کند. به طور معمول، نواحی ساحلی دمای ملایم‌تری دارند و در بهار و پاییز، مکان‌های نزدیک به آب ممکن است گرم‌تر از مناطق داخلی در همان دما باشند.

سن و سال| وقتی به خانه مادربزرگ می‌روید عرق می‌کنید؟ این یکی از دلایلی است که ممکن است او و دوتر از شما گرم یا سرد شن شود. طبق مطالعات، افراد مسن دمای بدن کمتری دارند و مشکل بیشتری در تنظیم دمای بدن خود به صورت افراطی دارند.

خبر خوب این که ما نه تنها یک ساعت بدن بلکه ترموستات بدن نیز داریم. یعنی وقتی در منطقه سردسیر زندگی می‌کنیم تحمل سرما و افت دما را داریم و اگر برای زندگی به منطقه دیگری برویم دوباره این تحمل را از دست خواهیم داد. راستی چه کسی می‌دانست این همه حقایق عجیب و غریب وجود دارد که ما در کلاس علوم‌پایه نگرفتیم؟

منبع: rd.com

کلاس زبان

هم‌معنی

up to one's ears
خیلی شلوغ بودن

have (one's) plate full
پر بودن برنامه

مثال:
He doesn't have any time to go out. He's up to his ears with his problems.

ترجمه: او هیچ فرصتی برای بیرون رفتن ندارد، به شدت در گیر مشکلاتش است.

مثال:
Mina has her plate full. She works, takes care of her baby and runs her home.

ترجمه: مینا برنامه‌اش پر است. او کار می‌کند، از نوزادش مراقبت می‌کند و خانه‌اش را اداره می‌کند.

مسیر

جنگ و صلح بدن با «پرتودرمانی»

رشته پرتودرمانی را چقدر می‌شناسید و درباره تفاوت آن با رشته رادیولوژی چه چیزهایی می‌دانید؟

اکرم انتصاری | روزنامه نگار

پرتودرمانی یا رادیوتراپی یکی از مهم‌ترین شاخه‌های فیزیک پزشکی است. در این رشته با کاربرد پرتوهای ایکس و الفا و بتا و گاما آشنا می‌شویم. این پرتوها با جلوگیری از رشد و تقسیم سلول‌های مخرب، باعث از بین رفتن یا کوچک شدن بافت سرطانی می‌شوند. اگر به این رشته علاقه‌مندید یا دوست دارید بدانید برای ورود به این رشته چه توانایی‌ها و روحیاتی لازم است، «مسیر» این هفته را بخوانید.

● در رشته پرتوشناسی چه خبر است؟

برای ورود و ماندن در این رشته باید به دروس ریاضی و فیزیک و زیست شناسی اهمیت بدهید. به خصوص قسمت‌هایی از درس فیزیک که به مطالعه نور و پرتوها می‌پردازد به این رشته می‌تواند نزدیک باشد. تکنیک‌های پزشکی هسته‌ای، فیزیک تشعشع، کارآموزی بیمارستانی، پرتودرمانی ۱ و ۲ و ... از واحدهای دانشگاهی این رشته هستند. دانشجویان این رشته می‌توانند به صورت کارشناس رادیوتراپی در مراکز درمانی و بیمارستان‌ها و مراکز پژوهشی مشغول به کار شوند یا در مقطع کارشناسی ارشد به ادامه تحصیل بپردازند. آن‌ها بعد از دانش‌آموختگی کار با انواع دستگاه‌های رادیوتراپی را یاد می‌گیرند و می‌توانند از این توانایی برای کار در مراکز مربوطه استفاده کنند.

● این رشته به درد چه کسانی می‌خورد؟

افرادی که می‌خواهند رشته پرتودرمانی را بخوانند باید به درس‌های ریاضی، فیزیک و زیست علاقه داشته باشند. این رشته از لحاظ روحی توانایی بالایی برای روبه‌رو شدن با بیماران بدحال و مبتلا به سرطان می‌خواهد. از طرفی باید در کار خود بسیار دقیق باشند چون کار با پرتوها حساسیت خاص خود را دارد. باید بتوانید با این بیماران حرف بزنید، آن‌ها را آرام کنید و پرتودرمانی را برای آن‌ها شروع کنید. در واقع شما باید روحیه و علاقه کافی برای خدمت‌رسانی به بیماران و همراهی آن‌ها را نیز داشته باشید.

● پرتو درمانی چه تفاوتی با رشته رادیولوژی دارد؟

دانشجویان رشته رادیولوژی دروس تخصصی تصویربرداری پزشکی را می‌آموزند و با دستگاه‌های تصویربرداری و نحوه کار با آن‌ها آشنا می‌شوند. این رشته در تشخیص بیماری نقش مهمی دارد. رشته رادیولوژی با استفاده از اشعه‌های مختلف به درمان بیماری‌های سرطانی می‌پردازد. به طور خلاصه، پرتودرمانی بر درمان بیماری‌ها تمرکز دارد، در حالی که رادیولوژی بر تشخیص بیماری تمرکز می‌کند. پرتودرمانی از پرتوها برای از بین بردن سلول‌های سرطانی استفاده می‌کند اما در رادیولوژی از پرتوها برای ایجاد تصاویری از داخل بدن بهره می‌برند. فعالیت‌های پرتودرمانی جنبه درمانی دارند اما فعالیت‌های رادیولوژی بیشتر تشخیصی هستند.

● با این رشته در بازار کار به چه موقعیتی می‌توانید برسید؟

رشته پرتودرمانی بازار کار خوبی دارد البته این موضوع برای همه یکسان نیست. در واقع افرادی که مهارت لازم در این زمینه را داشته باشند، راحت‌تر می‌توانند وارد بازار کار شوند. به طور کلی بازار کار این رشته آن‌چنان گسترده نیست و به مراکز درمانی محدود می‌شود. اما همان طور که گفتیم افراد در صورت داشتن سرمایه لازم می‌توانند اقدام به راه‌اندازی کلینیک و یا مراکز پرتودرمانی کنند.

[...]
افرادی که می‌خواهند رشته پرتودرمانی را بخوانند باید به درس‌های ریاضی، فیزیک و زیست علاقه داشته باشند. این رشته از لحاظ روحی توانایی بالایی برای روبه‌رو شدن با بیماران بدحال و مبتلا به سرطان می‌خواهد.

● این رشته چه سختی و آسانی پیش‌روی شما می‌گذارد؟

رادیوتراپی شغل جذابی است و کار با دستگاه‌های مختلف و فناوری‌های جدید می‌تواند برای بعضی افراد لذت‌بخش باشد. درمان بیماری‌های صعب‌العلاج لذت معنوی زیادی برای شما به ارمغان می‌آورد و حال خوبی به شما می‌دهد. از سختی‌های این شغل هم این است که شما دایم در معرض تشعشعات قرار می‌گیرید و این می‌تواند برای‌تان خطرناک باشد. بنابراین، انتخاب عاقلانه با توجه به استعداد و علایق و نیز شرایط جامعه و آینده شغلی مهم است.

دور دنیا

جهنم شهری ترسناک که همیشه گرم است

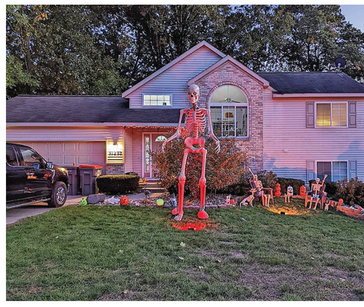
گاهی اسم عجیب یک شهر، می‌تواند آن را بر سر زبان‌ها بیندازد و بازدید از آن را زیاد کند. به آرزوی ماجراجویان وحشت تبدیل کند. در دور دنیا امروز مکانی را به اسم معرفی می‌کنیم که به جهنم روی زمین شهرت دارد. گویا نام این شهر به این دلیل جهنم گذاشته شده که دمای هوا در آن در بیشتر ماه‌های سال بسیار بالاست!

جهنم یا همان شهر hell (در زبان انگلیسی به معنای جهنم) یک منطقه مسکونی در شهر میشیگان ایالات متحده آمریکاست. در این شهر همه چیز رنگ‌وبوی جهنم هالووین را دارد. فروشگاه‌های مواد خوراکی در این شهر، غذاهای عجیبی ارائه می‌دهند، از بستنی‌ها با ظاهر چوب دستی‌های وگا گرفته تا لیوان‌های نوشیدنی شبیه اسکلت سر انسان! برای آن از دسته افرادی که تمایلی به غذاهای تند ندارند، تمام غذاهای جهنم به صورت اغراق‌آمیزی تند و داغ هستند.

در کل این شهر جهنمی برای علاقه‌مندان به وسایل عجیب و غریب و ترسناک و سرگرمی‌های هیجان‌انگیز، مقصد جذابی است. به منظور جذب گردشگران بیشتر، جشن هالووین نه یک بار در سال بلکه همیشه و به شکل‌های مختلف برگزار می‌شود.

در هر صورت ساکنان این شهر از حفظ تصویر جهنمی شهرشان خوشحال هستند، گردشگرانی که به این شهر می‌آیند؛ هیجان زیادی در کنار تابلوهای «به جهنم خوش آمدید» این شهر از خود جای می‌گیرند و فروشگاه‌ها سوغاتی‌های عجیب و غریب می‌فروشند. ماجراجویان زیادی در ماه اکتبر راهی این شهر می‌شوند تا در مراسم جالب دویدن در جهنم شرکت کنند.

با همه این توصیفات، شهر جهنم به دلیل زندگی دایم در آن نیست.



[...]
ساکنان این شهر از حفظ تصویر جهنمی شهرشان خوشحال هستند

پنج‌شنبه‌ها منتظر جوانه باشید

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت اول)

جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده (نوبت اول) شرکت تعاونی تولیدی باغداران روشنای کاهو ساعت ۹ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۹/۱۰ در محل دفتر شرکت واقع در بلوار خیام شمالی، نرسیده به میدان خیام، بین خیام ۶۳و۶۵ جنب رستوران پسران کریم، مجتمع مروارید طبقه ۲واحد۴۰۷ با دستور جلسه ذیل تشکیل می گردد. از کلیه اعضاء دعوت می شود با همراه داشتن کارت ملی و یا داشتن برگه سهام جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات دستور جلسه در این مجمع حضور بهم رسانند.

دستور جلسه :

۱- طرح و تصویب منتم بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۳

۲- انتخابات اعضای علی البدل هیئت مدیره

۳- انتخاب بازرس اصلی و علی البدل

۹۴۳۹۱

هیئت مدیره شرکت تعاونی روشنای کاهو

صفحه آرایی

واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان
سفارش می‌پذیرد

۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

برگه سبز، سند کمپانی، کارت خودرو تیبا صفیر مدل۹۸ و۹۹ پلاک ۵۶ب ۵۶۳ به نام سمانه نامی ش ملی ۱۱۱۰۰۸۵۸۹۱ مفقود و فاقد اعتبارنی باشد. ۰۹۱۵۸۵۸۹۱۶۳

اصل برگ سبز پراید جی تی ایکس آی مدل۱۳۸۴ به ش انتظامی ۱۲ایران ۳۱۹ ب ۳۵ به شماره موتور ۱۱۸۰۱۲۰۴۳۵۶ و شماره شاسی ۱۴۱۲۴۳۸۵۶۶۹۳۲۶ به نام محمد میر دلیلان مفقود و فاقد اعتبار می باشد

برگ سبز، کارت شناسایی و سند کمپانی و پلاک انتظامی نیمه یدک کمپرسی مارال رنگ خاکستری به شماره انتظامی ۴۲ ب ۴۷۸۷-۶۲ به نام غلام محمد قهرمان فرزند علی جان ساکن ۱۵۸۱۶ و از درجه اعتبار ساقط است.

اصل دانشنامه اینجانب مریم احمدزاده فرزند علی اکبر به شماره شناسنامه ۰۹۲۰۲۸۸۶۹۱ صادره از سفید در مقطع کاردانی حرفه ای بوخمانی در رشته مترجمی آثار مکتوب و متون رسمی زبان انگلیسی به شماره ۱۱۱۰۰۵۸۶۳۷۹۴ شاسی ۱۱۱۰۰۵۸۶۳۷۹۴ مفقود و فاقد اعتبارنی باشد.

برگ سبز پژو فلوئنس مدل ۲۰۱۵ به ش پلاک ایران ۱۷۴-۷۴ ب ۷۵ به نام حسین بارو به ش شاسی ۱۲۷۲۷۴۱۲۵۴۱۲۶۳۶۲۵ مفقود و فاقد اعتبار می باشد

فاکتور فروش ارکان اصلی تعویض اتاق و متعلق به اینجانب محمدباقر عباس زاده مایوان مربوط به خودرو تیبا سفید ، سال ساخت ۱۳۹۵ به شماره شاسی NAS811100۰۰۵۸۷۲۷۲۴ مفقود فاقد اعتبار می باشد

برگ سبز کارت موتور و کارت سوخت موتور سیکلت آبرا مشکی مدل ۱۴۰۱ به ش انتظامی ۷۲۷-۴۲۵۱ به ش موتور 1P52MM1E0۰۰۰۰۰۰۰۰ به شاسی ۱۵۲۱MM1E0۰۰۰۰۰۰۰۰ بنام مرتضی ناصری مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سند و سند کمپانی موتورسیکلت اسجد CG۱۲۵ مدل ۱۳۸۸ ش انتظامی ۴۷۲۷۲۵ ش بنه ۱۲۵۰۸۸۴۰۷۱ ش موتور NCQ****۱۲۵۰۸۸۴۰۷۱ بنام مسعود محمدزاده مفقود شده و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی پنجاه‌تا مدل ۹۲ به ش پلاک ۱۲ایران ۷۶۱-۷۹ بنام فرناندی آذری لیدیکی به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

برگ سبز خودرو رنو ۹۰ لوگان به شماره انتظامی ۱۲ایران ۲۷۴ ب ۸۶۷۵ شماره موتور۰۱۷۷۴۵۸ش ۸۳۸۶۹۰۱۷۷۴۵۸ش نام لیدا پیوندی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز کونیک ۸ سفید قرمز روغن مدل ۱۴۰۱ به شماره انتظامی ۱۲ایران ۱۱۹ ع ۱۶ به شماره موتور ۱۶۵۹۵۱۸۳۳۱ شماره شاسی ۸۲۲۰۰۰۰۶۴۲ به نام خانم ۸۲۲۰۰۰۰۶۴۲ بنام زینت حسن زاده اول مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو سواری پژو PARS XU7P مدل ۱۴۰۲ به شماره موتور ۱۲۴۵۳۵۱۵۵ شماره شاسی NAAN۸۱DEXN۶۲۶۲۶۶۶ شماره پلاک ۲۱۳ ص ۹۹ ایران ۵۲ بنام پیرروز شجاع مقدم مفقود گردیده و اعتبار ندارد

اصل برگ سبز و سند کمپانی سمند LX EF۷ CNG مدل ۱۳۹۹ به ش انتظامی ۷۴ایران ۱۵۵ ق ۶۵ش موتور ش شاسی ۸۴E۴۱۱۰۰۳۴۵۰۶۴۲ موتور ۵۵۰۲۶۶۳ بنام محمد عابدی بلندنی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز پراید به ش انتظامی ۱۱ب۶۱۲ ایران ۱۲ شماره موتور ۱۱۲۱۰۷۵۲۸۰ شماره شاسی ۱۴۱۲۴۳۸۵۶۶۹۳۲۶ بنام ژینوس بیگلری مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو پراید مدل ۸۶ به شماره پلاک ایران ۶۷۱-۲۲ ب ۴۱ شماره موتور ۲۱۶۰۹۰۱ شماره شاسی ۸۴۲۰۰۰۰۶۲۴ به نام خانم معصومه میرباقی مفقود و از اعتبار ساقط است.

برگ سبز و کارت خودرو وانت مزدا ۲۰۰۰ سفید رنگ به شماره انتظامی ۷۸۳-۷۸۲ ب ۷۸۳ به شماره موتور ۸۵۷۳۶۱۹ شماره شاسی ۸۴E۴۲۸۶۲۹۱۶۳ به نام خانم ۸۴E۴۲۸۶۲۹۱۶۳ بنام محمد رضا شجاعی مفقود گردیده و فاقد اعتبار می باشد

برگ سبز و کارت خودرو سواری ۲۰۷ دنده‌ای مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۶۵ب۱۵۵ ایران ۶۵ به شماره موتور ۱۲۴۸۷۰۱۸۳۳۱ شماره شاسی NAP۲۲۱۲۸۷۰۱۰۲۴۵ بنام زینت حسن زاده اول مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی پنجاه‌تا ۱۲ایران ۷۶۱-۷۹ بنام فرناندی آذری لیدیکی به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

برگ سبز خودرو پراید ۱۱۱ سند مدل ۹۳ به ش پلاک ۱۲ایران ۷۴ ب ۴۷۵۷ به نام هنگامه صالح نیکتاش ش موتور ۱۱۰۸۵۸۸۶ ش شاسی NAS۸۴۱۱۰۰۸۵۸۸۶ بنام هاجر شاکر مفقود و فاقد اعتبارنی باشد.

برگ سبز خودرو پراید مدل ۹۶ به شماره پلاک ایران ۶۷۱-۲۲ ب ۴۱ به شماره موتور ۲۱۶۰۹۰۱ شماره شاسی ۸۴۲۰۰۰۰۶۲۴ به نام خانم معصومه میرباقی مفقود و از اعتبار ساقط است.

برگ سبز پژو پارس سفید مدل ۹۲ به ش پلاک ۱۲ایران ۷۶۱-۷۹ به شماره موتور ۱۲۴۸۰۰۰۸۵۲۶ به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ دنده‌ای دوگانه سوز مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۱۲ایران ۶۵۲ ع ۱۶ به شماره موتور ۱۲۴۸۰۰۰۸۵۲۶ به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ دنده‌ای دوگانه سوز مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۱۲ایران ۶۵۲ ع ۱۶ به شماره موتور ۱۲۴۸۰۰۰۸۵۲۶ به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

برگ سبز خودرو رنو ۴۰۵ GLI دنده‌ای دوگانه سوز مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۱۲ایران ۶۵۲ ع ۱۶ به شماره موتور ۱۲۴۸۰۰۰۸۵۲۶ به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

برگ سبز خودرو رنو ۹۰ لوگان به شماره انتظامی ۱۲ایران ۲۷۴ ب ۸۶۷۵ شماره موتور۰۱۷۷۴۵۸ش ۸۳۸۶۹۰۱۷۷۴۵۸ش نام لیدا پیوندی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ دنده‌ای دوگانه سوز مدل ۱۳۹۵ به شماره انتظامی ۱۲ایران ۶۵۲ ع ۱۶ به شماره موتور ۱۲۴۸۰۰۰۸۵۲۶ به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

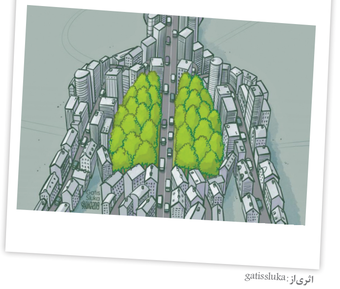
برگ سبز خودرو پراید مدل ۸۶ به شماره پلاک ایران ۶۷۱-۲۲ ب ۴۱ شماره موتور ۲۱۶۰۹۰۱ شماره شاسی ۸۴۲۰۰۰۰۶۲۴ به نام خانم معصومه میرباقی مفقود و از اعتبار ساقط است.

برگ سبز خودرو پراید مدل ۹۶ به شماره پلاک ایران ۶۷۱-۲۲ ب ۴۱ شماره موتور ۲۱۶۰۹۰۱ شماره شاسی ۸۴۲۰۰۰۰۶۲۴ به نام خانم معصومه میرباقی مفقود و فاقد اعتبار ساقط است.

برگ سبز خودرو پراید مدل ۹۲ به ش پلاک ۱۲ایران ۷۶۱-۷۹ به شماره موتور ۱۲۴۸۰۰۰۸۵۲۶ به ش شاسی ۸۸۸۸۱۰۵۸ به ش موتور NAGN1R7D5ET۰۰۰۲۵۴ بنام شرکت کشاورزی و دامپروری ۲۷۱۷۱۰ نخل طلائی طبس مفقود و فاقد اعتبارست

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت پارت CH۱۲۵ مدل ۱۳۹۰ به شماره انتظامی ۷۶۴-۴۳۸۲ به شماره موتور ۱۵۶۴۱۵MI ش شاسی ۱۵۲۱۲۱۳۷۵۰۶۰۲۰۰ بنام ۱۵۲۱۲۱۳۷۵۰۹۰۶۰۲۰۰ وهاب علی پور مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز ام وی ام ایکس ۲۲ به ش پلاک ایران ۳۶-۲۶۸۰ ص ۱۵ ش شاسی ۰۹۲۳۰ NATFRAW۱۱۰۰۱۱۳۱۹ ش موتور۱۱۳۱۹ بنام سمیرا رحیمی مفقود و فاقد اعتبار است



اثری از: gatissluka

بدون شرح

چطور یک نشریه دانش‌آموزی داشته باشیم؟

صابر - تصور کنید یک انجمن ادبی یا علمی در مدرسه دارید، یا اعضای شورای دانش‌آموزی هستید و می‌خواهید فعالیت‌های‌تان را با بقیه دانش‌آموزان در میان بگذارید؛ فرقی نمی‌کند عنوان ماجرا چیست؛ مهم این است که قدم به قدم یک نشریه داخلی را یاد بگیرید تا دغدغه‌های‌تان را با دیگران در میان بگذارید.

● گام اول: دیواری، چاپی یا آنلاین؟

واقعیتش این است که برای نسل شما دیگر چندان جالب نیست نشریه دیواری دست‌نویس کار کنید و در تابلو اعلانات بگذارید. بهتر است اگر هم می‌خواهید نشریه دیواری کار کنید با نرم‌افزارهایی مثل اینديزاین این یک نشریه افقی و خوب در اندازه A۲ کار کنید. اگر مدرسه می‌تواند در انتشار نشریه به شما کمک کند خب چه بهتر که یک نشریه جمع‌وجور برای دانش‌آموزان تهیه کنید. اما اگر شرایط هیچ‌کدام فراهم نیست می‌توانید روی «شاد» یک نشریه الکترونیک داشته باشید؛ اما گروه یا کانال‌تان را تبدیل به یک موضوع آنلاین که مدام پست می‌گذارد، نکنید. اشکال بزرگ تولید محتوا در فضای آنلاین همین است که آدم‌ها فکر می‌کنند مدام باید با مخاطب در ارتباط باشند و برای همین دیگر حرف تازه و جذابی ندارند.

● گام دوم: اسم، سیاست گذاری و تقسیم کار...

در گام بعدی باید متناسب با موضوعاتی که پوشش می‌دهید؛ مخاطبی که برای شما بیشتر از بقیه اهمیت دارد و... یک اسم خوب انتخاب کنید. اسمی که بتوان با آن لوگویی خوب و جذاب طراحی کرد. ابزارهای هوش مصنوعی در طراحی لوگو به شما کمک می‌کنند. بعد هم باید سرویس‌ها یا صفحاتی تعریف کنید که بتوانند در عناوینی کلی، تمام آن چیزی را که مدنظر دارید پوشش دهند. اولویت‌بندی محتوایی، تعریف کار برای نیروی انسانی و... اهمیت زیادی دارد.

● گام سوم: محتوا و چطور جور کنیم؟

خوب بخوانید، خوب ببینید، یاد گست و کتاب صوتی گوش بدهید، اصول روزنامه‌نگاری را یاد بگیرید و... در نهایت دنبال بیان دغدغه‌های‌تان باشید. اما سعی کنید با مخاطب فیق باشید؛ طوری در مطالب به مخاطب القا نکنید که انگار می‌خواهید به جای او فکر کنید. یک گام دیگر هم این است که از هوش مصنوعی استفاده کنید. اما نه برای نوشتن. به طور مثال از هوش مصنوعی بخواهید به شما راجع به محیط زیست منابع و محتواهای درخوری بدهد؛ یعنی به جای جست و جو در فضای مجازی، کار آماده‌سازی اولیه محتوا را به هوش مصنوعی بسپارید؛ اما طبیعتا این که چطور هر آن‌چه را که خواندید به‌طور خلاصه برای مخاطب بنویسید به عهده خودتان است. راستی از صفحه‌آرایی خوب و جذاب کار غافل نشوید. محتوای خوب بدون ارائه زیبا اصلا دیده نمی‌شود.

● گام چهارم: اعتماد به نفس

قابل اعتماد بودن صفت تحسین برانگیزی است و داشتن این صفت به عنوان تایید برای فرد است که همه شما را صادق، قابل اتکا و حمایتگر بدانند. اگر دوست دارید فردی قابل اعتماد باشید راه‌های بسیار خوبی وجود دارد که ما در این مطلب به کمک سایت wikihow به ۴ مورد اشاره کردیم.

۱ سعی کن نیروی مثبتی باشی

شخصیت خوبی داشته باش و آن را در رفتار خودت نشان بده. شخصیت خوب در رفتار آگاهانه و دلسوزانه شکل می‌گیرد. از راز باش و به قول خود عمل کن و اگر در پایبندی به آن دچار مشکل شدی با شخص در مورد آن صحبت کن.

۲ در گفتار و رفتار آدم صادقی باش

در هر کاری می‌کنی صادق باش، صداقت کلید آرامش خاطر دوستان است و این آگاهی را به آن‌ها می‌دهد که وقتی کنارت هستند در واقع کجا ایستاده‌اند. در عمل مهربان و باملاحظه باش. از دوستی یا افراط غیرقابل اعتماد و شایعه‌پراکن دوری کن و در عوض با افرادی دوست شو که مانند خودت هستند و تلاش می‌کنند افراد قابل اعتمادی باشند. معاشرت با دوستان خوب به تواناگونه می‌دهد که به خوب رفتار کنی.

۳ از رفتارهای منفی دوری کن

سعی کن دروغ نگویی؛ دروغ گویی این احساس را به وجود می‌آورد که قصد فریب دیگران را داشته‌ای. این را به خود یادآوری کن که حقیقت همیشه به طریقی آشکار می‌شود. از شایعه پراکنی دوری کن و با کنایه صحبت نکن. وفاداری به کسانی که حضور ندارند، وفاداری‌ات را به کسانی که حضور دارند ثابت می‌کند. اگر مرتکب اشتباه شدی، عذرخواهی کن.

۴ همیشه نیروی قابل اعتمادی باش

به این نکته توجه کن که قابل اعتماد بودن شروع یک سفر است نه نقطه پایان و همیشه به خودیادآوری کن قابل اعتماد بودن، دارایی ارزشمندی برای زندگی تو و همه کسانی است که با آن‌ها معامله می‌کنی. قوی باش، به خود ایمان داشته باش و همیشه خوبی‌ها را به خودت یادآوری کنید.

فائزه مهاجر | مترجم

قابل اعتماد بودن صفت تحسین برانگیزی است و داشتن این صفت به عنوان تایید برای فرد است که همه شما را صادق، قابل اتکا و حمایتگر بدانند. اگر دوست دارید فردی قابل اعتماد باشید راه‌های بسیار خوبی وجود دارد که ما در این مطلب به کمک سایت wikihow به ۴ مورد اشاره کردیم.

بدانیم

چگونه فردی قابل اعتماد باشیم؟

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ زندگی سلام حامعه

پیشنهاد

روبوت فراری

نویسنده: لستر دل ری
مترجم: حسین ابراهیمی (الوند)
انتشارات: قدیانی (کتاب‌های بنفشه)

غفت زینلی | روزنامه نگار

پُل و خانواده‌اش در یکی از قمرهای سیاره مشتری زندگی می‌کنند. رکس روباتی است که از کودکی پل وظیفه مراقبت از او را به عهده داشته. رکس و پل لحظات خوبی را در کنار هم تجربه می‌کنند.

وقتی زمان برگشت پل و خانواده‌اش به زمین می‌شود، پدر به او می‌گوید نمی‌توانند رکس را همراه خودشان به زمین ببرند. پدر، رکس را به یک مزرعه دار می‌فروشد. مزرعه‌دار از رکس برای کارهای مزرعه استفاده می‌کند و به او اجازه مطالعه نمی‌دهد.

رکس فرار می‌کند تا بتواند زمانی که خانواده پل می‌خواهند سوار هواپیما شوند، برای آخرین بار پل را ببیند. او می‌بیند لحظاتی قبل از پرواز، پل به طور مخفیانه از هواپیما فرار می‌کند. رکس و پل دوست دارند با هم به زمین برونده ولی با مشکلات و موضوعات مختلفی روبه‌رو می‌شوند که به آن‌ها نشان می‌دهد رسیدن به این خواسته، آسان نیست.

اگر می‌خواهید بدانید سرنوشت پل و رکس چه می‌شود و آیا آن هاموفق می‌شوند به خواسته‌شان برسند یا خیر، داستان جذاب و زیبای «روبوت فراری» را بخوانید و از خواندن آن لذت ببرید.

بشنو ببین

چرا عاشق فیلم و موسیقی کره‌ای می‌شوید؟!

این روزها خیلی از نوجوان‌ها طرفدار گروه‌های موسیقی و سریال‌های کره‌ای شده‌اند. این علاقه به کلاس زبان کره‌ای هم رسیده است و شاید شما یا دوستان بدتان نیاید به جای کلاس زبان انگلیسی، زبان کره‌ای را انتخاب کنید. اما می‌دانید چرا این اتفاق افتاده است؟ یک پژوهشگر می‌گوید در کشور کره جنوبی، اتفاقات ویژه‌ای در حوزه‌ی داختن به چالش و خواست‌های نوجوانان شده و چند نیازسنجی فرهنگی برای آن‌ها انجام شده است. یعنی گروهی به‌دنبال این بودند که الان نوجوانان نه‌تنها در کره که در تمام دنیا به چه چیزهایی بیشتر علاقه نشان می‌دهند و چطور می‌توانند آن را در قالب موسیقی، فیلم و موارد دی که برای این رده‌سنی جذابیت دارد، بیاورند. به این کار مهندسی فرهنگی می‌گویند. حتی بعضی معتقدند که موجی علاوه بر نیازسنجی، نیازسازی هم انجام داده؛ یعنی نیاز را در نوجوان قرن ۲۱ ایجاد کرده و بعد برای آن پاسخ تولید کرده‌ومی‌کند. به همین دلیل است که فیلم و موسیقی کره که دریکی از شرقی‌ترین نقاط دنیا قرار دارد در دورترین نقطه غرب هم طرفدار پیدا می‌کند و برای آن‌ها هم محصولات فرهنگی این کشور جذاب است؛ در حالی که بیشتر اوقات فایده لازم را هم ندارد.