

## شعر رفیق، موهان!

سلام رفیق!... حواست به منه؟... می‌گم... دیروز که داشتیم عکس‌های آلبوم قدیمی‌م رو نگاه می‌کردم... حواسم جمع شد که من و تو خیلی شبیه همیم... فقط من چند سالی بزرگ‌تر از توام... منتها هنوز قیافه‌م تغییر زیادی نکرده... همه بهم می‌گن که شبیه عکس‌های نوجوانی‌م موندیم... الان این عکسه که داغون شده و وسطش هم خط افتاده، مال اول‌های نوجونی منه... همون وقتی که مدرسه‌مون زور کرده بود همه کچل کنن... نمی‌دونم کجلی چه مصیبتیه... فکر می‌کردیم همه تکامون می‌کردن و توی دلشون بهمون می‌خندیدن... صبح‌ها که از خواب با می‌شدم، دست می‌کشیدم به سرم... خواب می‌دیدم موهام یهو درآورده بودن... اما مگه درمی‌اومدن؟!... از شانس بد من، همون موقع به دوربین آوردن توی مدرسه تا از بچه‌های کلاس‌ها، «عکس دسته‌جمعی» بگیرن!... فکرس رو بکنن... بپنصد و چهل و چند نفر بودیم... همه‌مون هم کچل!... بقیه می‌خندیدن و برای هم شاخ می‌داشتن... اما من بغض داشتم... هی این طرف و اون طرف می‌رفتم تا توی عکس‌ها نیفتم... صدای خوبی هم داشتم و شده بودم، تک‌خون گروه سرود!... یه روز بازر «آموزش و پرورش» اومد به مدرسه‌مون... قرار شد جلوش واپسیم «سرود» بخونیم... شانس من رو می‌بینی رفیق؟!... «کچل کچل» سرود خوندم... بعدش که بازرسه رفت، ناظم مدرسه‌مون اومد جلو و کلمه رو بوسید و گفت: «خیلی خوب خوندی پسرا!... آبرومون رو حفظ کردی...» کلی خجالت کشیدم تا موهام درآوردم... اما یکی از بچه‌های کلاس، بعد از این که موهام درآومدن، «قایم» شد... چند هفته بعد که برگشت به مدرسه، همه موهام ریخته بود... حتی موهام ابروهام هم ریخته بود... «سرطان» گرفته بود و رفته بود برای «شیمی‌درمانی»... کسی خنده‌ش نمی‌گرفت... همه‌مون بغض داشتیم... چند وقت بعد هم دیگه ندیدیمش... من همیشه فکر می‌کنم که خوب شده و زنده‌س... فقط به جای دنیای خداست که نمی‌بینمش... راستی رفیق!... یادت باشه... از این به بعد، چهارشنبه‌ها می‌آم پیشتم.



سیدمحمدسارادات‌اشوکی



## پاشمع‌ها رو فوت کنی که صدوهشت سال زنده باشی!!!

چگونه جشن تولدی برگزار کنیم

کد به همه خوش بگذرد

### قرص اعتماد به نفس

اصلاً به این فکر کرده‌ای که تولد گرفتن کار خوبی است یا نه؟ یا فقط یک خوشگذرانی محض است؟ علاوه بر اینکه ما به خوشگذرانی و شادی، آن هم در کنار هم‌سن و سال‌هایمان نیاز داریم و همین دلیل هم کافی است برای آنکه گاهی دور هم جمع بشویم، روتانشناسان هم به این نتیجه رسیده‌اند که تولد گرفتن اعتماد به نفس آدم را بالا می‌برد. حالا منظور این نیست که سالی پنج‌بار اعتماد به نفس‌تان را بالا ببرید، ولی خوب است در کل دوره نوجوانی، یکی‌دوبار دوستانتان به بهانه تولد شما دور هم جمع شوند و شما میزبان آن‌ها باشید.

### هم تقویم و هم ساعت

خیلی اصراری نیست که حتماً تولد را همان لحظه‌ای بگیرد که به دنیا آمده‌اید، سعی کنید تولد شبی باشد که فردای آن خودتان و دیگران تعطیل باشید، همان شب پنج‌شنبه یا شب جمعه وقت بسیار خوبی است. زمان آن هم یا عصر باشد و یا بعد از شام که جانتان به خاطر پذیرایی درنیاید. بعد از شام اگر تولد می‌گیرید، خیلی زود دست‌وپایش را جمع کنید که مزاحم همسایه‌ها نباشید. شب شنبه خوب نیست، چون همه فردایش مدرسه و کار دارند، دوشنبه نود دارد و سه‌شنبه هم فاز نمی‌دهد. همان شب پنج‌شنبه یا جمعه بهترین گزینه است.

وقتی مهمان هستید، طوری حرکت کنید که به موقع برسید و به زمان‌بندی میزبانان احترام بگذارید. وقتی هم که میزبان هستید، کارها را طوری تنظیم کنید که با آمدن اولین مهمان، دیگر هیچ کاری جز رسیدگی به مهمان‌ها نداشته باشید.

### چی بپوشیم؟

برای جواب دادن به سؤال فلسفی و بسیار مهم «چی بپوشم؟» کافی است به شما یادآوری کنم که قرار است به جشن تولد بروید. به فرق بین تولد و عروسی، تولد و یک مهمانی رسمی، تولد و پارک‌رفتن... دقت کنید. پس لازم نیست با لباس‌های خیلی رسمی بروید. لباسی بپوشید که بتوانید هر جنگولک‌بازی را با آن دربیابید و بتوانید به راحتی به زمین و هوا ببرید و اگر کیک و برف شادی هم سراغش آمد، آه از نهادتان برنخیزد!

### شررهای رنگی

برای تزئین کردن در و دیوار وقت بگذارید. به هر حال چیز خیلی مهمی است، اصلاً تولد بدون تزئین مثل زرشک‌پلوی بدون زرشک است. برای این کار هم یک‌جو خلاقیت به خرج دهید و فکرتان را به کار بیندازید. کارهایی انجام دهید که برای مهمان‌ها و عکس‌ها جالب باشد. خلاقیت مهم است، وگرنه یادکردن چهارتا بادکنک را که هر بچه‌ای بلد است. خیلی هم به تزئیناتان دل نبندید که اگر وسط تولد به هر دلیلی همه‌چیز با هم پایین آمد و ریخت روی سرتان، دیگر همه‌چیز برایتان تمام شود. اگر نظر من را بخواهید، در تولد هیچ چیز مهم‌تر از خوشحالی میزبان و مهمان نیست، پس به هیچ چیزی زیادی دل نبندید. هر طور که تزئین کردید، حواستان باشد برای عکس‌ها هم زاویه مناسبی داشته باشد.

### نازک نارنجی‌ها خیلی خنک هستند

نازک نارنجی نباشید که با کوچک‌ترین حرکتی ناراحت شوید و مهمانی را برای میزبان هم تلخ کنید. هر چه پیش آمد، لبخند بزنید و بی‌خیال شوید. سعی کنید خوش بگذرانید. مثلاً اگر دیر برسید و همه صندلی‌ها پر باشد و مجبور باشید روی زمین بنشینید، خب بنشینید. نه اینکه تا آخر تولد اخم‌هایتان توی هم باشد و صاحب مجلس را هم ناراحت کنید. بعداً که مهمان‌ها رفتند، خودتان را با صندلی‌ها خفه کنید. اصلاً یکی‌شان را ببرید خانه!

### بگین سبب

همه تولد یک‌طرف و عکس گرفتن یک‌طرفه. آخر تنها قسمتی است که آیندگان و کسانی که نبودند آن را می‌بینند. پس بی‌خود کلاس نگذارید که من عکس نمی‌گیرم و دوربین کیفیت ندارد و... مثل بچه‌های خوب سر جای‌شان بایستید و کلی هم کارهای خوشحالتانه در عکس انجام دهید. اگر چهارتا بزرگ‌تر هم در مجلس هستند، جنبه داشته و موقع گرفتن عکس رعایت حالشان را بکنید. رعایت حالشان را بکنید یعنی اینکه علاوه بر آنکه حتماً با آن‌ها عکس بگیرید، عکس درست هم بگیرید. اجازه بدهید آن‌ها روی میبل بنشینند و شما کنارشان باشید. درست است که تولد شامست، ولی به صندلی که نجسیده‌اید برای چند لحظه بلند شوید تا بزرگ‌ترها بنشینند. هر چه باشد آن‌ها بزرگ‌تر هستند، پس بی‌خیال حرکت بی‌نمک شاخ گرفتن هم بشوید، دوباره یک چیزی به‌تان می‌گویند حالتان گرفته شود.

### کیک تفی، آری یا نه؟

بعضی‌ها هستند که شمع تولد برایشان حیثیتی است و اگر شمعشان را فوت کنید، انگار فحشان داده‌اید. پس برای شوخی نروید جلو و شمع را فوت نکنید. بگذارید خودش بعد از کلی آرزو کردن و بستن چشم‌ها و پر کردن لپ‌ها، با ذوق و شوق شمعش را فوت کند. اما اگر ازتان خواستند که همه بیایید تا شمع را فوت کنیم، باز تریب روشنفکری و دکتر بودن برنارید که غیربهداشتی است و کیک را تفی می‌کند. این‌همه‌سال، همه کیک تفی خورده‌اند و هیچی نشده، بازهم نمی‌شود.

### آواز بخوانید

اصلاً هم لوس نیست. خود ما هم می‌خوانیم. «تولد، تولد، تولد مبارک...» تا آخرش. اصلاً قشنگی و بامزگی تولد به همین کلیشه‌هایش است. اینکه همه این شعر را با هم بخوانند، اتفاقاً خیلی کار جالبی است و توی فیلم هم عالی می‌شود.

### بازهم ساعت

وقتی که شمع را فوت کردید و کیک را هم خوردید و شربت پس از کیک را هم نوش‌جان کردید، مطمئن باشید که دیگر خبری نیست، همان‌طور که سعی کردید به‌موقع بیایید، به‌موقع هم بروید. خداحافظی به‌موقع شما حتماً میزبان را خوشحال می‌کند، شک نکنید.

تکم دروغی | حتماً تا حالا که به این سن رسیده‌ای، فکر تولد گرفتن هم ذهنت را خیلی قلقلک داده است. شاید هم وقتی کوچک‌تر بودی ماما و بابا بزرگ‌ترین تولد تو را جشن می‌گرفتند و تو را با کادوهای بزرگ می‌بخشیدند. حالا که بزرگ‌تر شدی، می‌خواهیم چند چیز را به تو یاد بدهیم. اول اینکه باید بدانی که تولد گرفتن تا در آن به ما بیشتر خوش بگذرد.



### جو را بشناسید

اگر از حس‌وحال بقیه مهمان‌ها خبر ندارید، حتماً قبل از رفتن یک آمار مختصر بگیرید. مثلاً ممکن است جو خیلی سنگین باشد و شما با لباس صورتی و کلابوقی وارد شوید، آن‌وقت شما مسخره عالم و آدم شده‌اید. بعضی تولدها ممکن است زیادی شاد باشد و بازهم با شما جور نباشد. پس همان بهتر که ممانند خانه و سریال‌های تلویزیون را ببینید. اگر هم تشریف برید، لطفاً جنبه داشته باشید و بازهم به حال‌وهوا دقت کنید. مثلاً تولدی که در آن فقط شما و دوستان‌تان هستید، با تولدی که چهار نفر بزرگ‌تر هستند فرق می‌کند. وقتی یکی‌دو نفر بزرگ‌تر مثل مادر بزرگ و بابا بزرگ هم در جمع نشسته‌اند، اگر خیلی مسخره‌بازی دربیابید، یک چیزی به‌تان می‌گویند که بروید توی خودتان و در هم نیایید. راستی این هم یادتان باشد که دارید می‌روید جشن تولد. قرار نیست یک مراسم رسمی و دانشگاهی بروید. اینکه یک گوشه بنشینید و با نگاه‌های اندیشمندانه دیگران را برانداز کنید، اصلاً زشت خوبی نیست و همان بهتر که نمی‌آمدید. تولد را برای بالا و پایین پریدن می‌گیرند. پس موقع فوت کردن شمع و باز کردن کادو تا می‌توانید همراهی کنید، این کادوی پیچ‌پیچیه بازش کنم؟؟؟ یک چیزی هم که در درست بودن حال‌وهوای شما تأثیر دارد همین است که موبایل‌تان را کنار بگذارید، اگر هم تولد خودتان است، یک جریمه مسخره برای کسی که با موبایل بازی می‌کند در نظر بگیرید. همین دو سه ساعت بی‌خیال لایک‌های اینستاگرام و کانال‌های تلگرام، با دیگران خوش بگذرانید.

### این کادوی پیچ‌پیچیه، بازش کنم؟

وقتی شما را به یک جشن تولد دعوت می‌کنند، یکی از مهم‌ترین چیزهایی که ذهن شریف‌تان را مشغول خواهد کرد این است که حالا براش چی بگیرم؟ سؤال بسیار خوبی پرسیدین. اول اینکه به سن و جنسیت کسی که برای کادو می‌خرید دقت کنید. اگر برای یک دختر ماشین یا قفنگ هدیه ببرید، احتمالاً ناراحت بشود. یک نکته مهم دیگر این است که نسبت کسی که تولد گرفته با شما هم خیلی مهم است. هر چقدر این فرد به شما نزدیک‌تر باشد، کادویش هم باید چرب‌تر باشد. به‌منظر من اینکه پول را به‌صورت اسکناس هدیه بدهید، یک‌سوتی بسیار بزرگ است؛ چون نشان می‌دهد که برای خرید هدیه حتی زحمت فکر کردن هم به خودتان نداده‌اید. همان را حداقل تبدیل به کارت هدیه کنید. ضمناً اگر به تولد کسی می‌روید که یک خواهر یا برادر خیلی کوچک دارد، حواستان باشد که یک هدیه کوچک برای او هم بخرید، طفلی گناه دارد.







# مردم ترکیه یکی از مهم ترین تصمیم های سیاسی شان را گرفتند

## چی بود؟ چی شد؟



را که این طوری اداره می شوند، مانند انگلیس، ایتالیا و هند نام ببرید.

### کدام بهتر است؟

حالا بعد از همه این حرف ها شاید بپایید و برسید که کدام شیوه مملکت داری بهتر است و چرا مخالفان رفاندوم ترکیه اینقدر شلوغش کرده اند؟ راستش را بخواهید به صورت قطعی نمی توان به این پرسش پاسخ داد. اگر بخواهیم از تاریخ درس بگیریم و به تجربه های مردم کشورهای دیگر نگاه کنیم، باید بگوییم که بسیاری از رژیم های ریاستی به دام استبداد افتاده اند. برای مثال مصر در دوران حسنی مبارک و یا عراق در دوران صدام حسین، دارای نظام ریاست جمهوری، نخست وزیری و حتی پارلمان بودند. اما رئیس جمهور با افزایش اختیارات خود تمامی این نهادها را بدون مصرف می کرد و کشور را به سمت دیکتاتوری کشانده بود.

هر چند که به نظام پارلمانی هم نمی توان دلخوش بود. نمونه اش اوضاع کشور خودمان پس از انقلاب مشروطه است که مجلس هیچ کاره بود. عملاً در دوران رضاشاه و محمدرضا شاه، رئیس کشور یعنی شاه دارای قدرت اصلی و سیاسی کشور بود و پارلمان و نخست وزیر، زیر دست شاه بودند.

### پس چی می شود؟

بنظر مخالفان ترکیه با پیروزی لب مرز اردوغان، اوضاع کشور ترکیه بیشتر به سمت دیکتاتوری می رود و از حالا به بعد اردوغان هر کاری دلش بخواهد انجام می دهد. این پیش بینی فقط مردم ترکیه را نگران نکرده است، بلکه با توجه به سیاست های جنگ طلبانه اردوغان، کشورهای اطراف مانند سوریه هم نگران شده اند.

با این همه موافقان رفاندوم معتقدند در شرایط جدید مردم تصمیم گیرنده اند و می توانند حتی به تصمیمات رئیس جمهور نه بگویند. از قدیم گفته اند هر که باد بکارد، طوفان درو می کند. حالا معلوم نیست که مردم ترکیه باد کاشته اند یا به روزهای بهتر رأی داده اند. بدون شک آینده پاسخ ما را خواهد داد.

مردم ترکیه یکی از مهم ترین تصمیم های سیاسی شان را در چند روز گذشته گرفتند؛ آن ها با ۵۱ درصد آرا به تغییر قانون اساسی رأی دادند و در نتیجه کشور ترکیه بعد از چندین دهه داشتن نظام پارلمانی مبتنی بر احزاب، از سال ۲۰۱۹ با نظام تک ریسی یا همان ریاست جمهوری اداره خواهد شد.

شاید از خودتان پرسید اصلاً ماجرا چیست و چرا بر سرش این همه شلوغ بازی شده است؟! عرض شود خدمتتان که تا قبل از این رفاندوم، کشور ترکیه به شکل پارلمانی اداره می شد و از حالا به بعد قرار است که با رأی مردم این کشور به شکل ریاستی اداره شود.

اگر باز هم می پرسید که یعنی چی؟! لازم است خدمتتان بیشتر عرض کنم و توضیح بدهم که در حکومت ریاستی، نقطه مرکزی حکومت و تصمیم گیرنده اصلی و بهتر است بگوییم همه کاره، رئیس قوه مجریه یعنی رئیس جمهور است.

در این نظام اختیارات رئیس جمهور خیلی خیلی زیاد است و حتی مصوبات مجلس با تأیید و ابلاغ او رسمیت می یابد. تازه اینکه چیزی نیست! توی برخی نظام های ریاستی در صورت ایجاد اختلاف بین قوا و حل نشدنش، رئیس جمهور می تواند مجلس را بترکاند و از نو انتخابات زودرس برای تشکیل مجلس جدید برگزار کند.

اگر بخواهید چند کشور را که این طور شیک و مجلسی اداره می شوند برایتان نام ببرم، می توانم به آمریکا، روسیه و کشور فرانسه اشاره کنم.

این جور نظام ها معمولاً نخست وزیر ندارند و در صورتی که مثل روسیه نخست وزیر هم داشته باشند، بدون اجازه رئیس جمهور آب هم نمی توانند بخورند. در نظام پارلمانی اما محل قدرت در مجلس است. مجلس توی این نظام حزبی است. یعنی اینکه کشور چندتا حزب دارد که مردم موقع انتخابات مجلس به آن حزبها رأی می دهند و در نهایت حزبی که دارای رأی بیشتر است، نخست وزیر را به عنوان رئیس دولت انتخاب می کند. تصور می شود که این جور حکومت داری دموکراسی اش بیشتر است.

معمولاً در کنار این جور نظام ها یک شاه یا صدر اعظم یا رئیس دولت هم وجود دارد که بیشتر حکم تشریفاتی دارد. احتمالاً خودتان بتوانید چند کشور

### خبرگزاری فارس

#### تلفن همراه دیسک کمر می آورد



# بنداز دور اون تلفن رو

دیدنی چی شد؟! اینقدر تلفن همراهتان را چک کردید و هی توی اینستاگرام و تلگرام چرخیدید، این هم نتیجه اش! نه! تنها دیسک گردن گرفتید، که در معرض خطر دیسک کمر هم قرار دارید. اگر باور ندارید، بروید از دانشمندان پرسید که در تحقیقات جدیدشان فهمیده اند چک کردن مدام تلفن همراه علاوه بر اتلاف وقت، برایتان صدجور درد و مرض مثل دیسک کمر هم می آورد.

### خبرگزاری فارس

#### شکایت از «یکروز بخصوص»



# غیرعلمی فیلم بنساز

درست است که شکایت کردن از فیلم ها دیگر موضوع جدیدی نیست و تقریباً از مد افتاده، اما انجمن اهدای عضو وظیفه خود دانسته که از سازندگان فیلم «یکروز بخصوص» که درباره دلای قلب فیلم ساخته اند، شکایت کند. این انجمن گفته است که دلای قلب پایه و اساس علمی ندارد.

### لیسا

#### گردشگران چینی، ولخرج ترین گردشگران دنیا



# پایا پولدار

خوب است بدانید که توی دنیا هرروز برای هر چیزی آمار می گیرند. آخرین آماري هم که گرفته اند، مربوط به ولخرج ترین گردشگران بوده که رکوردش مال چینی هاست. چینی ها پنج سال است که توی این رشته مدال گرفته اند و همچنان پول است که توی مسافرت هایشان خرج می کنند. حالا آب دستتان است زمین بگذارید و بروید به جذب گردشگران چینی فکر کنید.

### باشگاه خبرنگاران جوان

#### ۷۴۰ تن مسواک خریده ایم



# پاش تا سف خورده

سال گذشته ما از آنور آبی ها چیزهای عجیب و غریب زیادی خریده ایم. هیچ کس هم نمی داند که چی توی سرمان خورده بوده که این طور پول هایمان را خرج چیزهایی کرده ایم که توی مملکت خودمان هم پیدا می شده است. توی این همه خرید، وارد کردن ۷۴۰ تن مسواک بیشتر خبرساز شده و صدای تولید کنندگان داخلی را در آورده که با این همه واردات کیلویی، تولید ملی چطور رشد خواهد کرد!؟



### مریم گلی اعتراف می کند

خواهیدم روی تخت و نگاهم را به سقف دوخته ام. خانم جان که چندشبی مهمان اتاق من است، به خیال آنکه من خواب هستم، خیلی آهسته از جایش بلند می شود و به سمت در می رود. می دلم که تقریباً بیشتر شبها بیدار می شود و وضو می گیرد و دوباره به رختخوابش برمی گردد، منتهی دوست ندارم که من از این رفت و آمدهای توی دل شبش خبردار شوم و برای همین با آنکه بیدار بیدارم، خودم را به خواب می زنم تا خانم جان برود وضو بگیرد و برگردد و دوباره بخوابد. منتهی امشب ظاهراً خانم جان مثل من سر خواب ندارد و بعد از اینکه به اتاق برمی گردد، سجده اش را گوشه اتاق می اندازد و به نماز می ایستد. یادم می آید که ناسلامتی توی ماه مبارک رجب هستیم و خانم جان برای این ماه برنامه های خاص خودش را دارد. کمی که می گذرد دیگر دلم نمی خواهد خودم را به خواب بزنم، سرچایم می چرخم و خانم جان را سرنماز دیدم می زنم. توی دلم می گویم که خانم جان را چقدر دوست دارم. خودش راه چادر نمازش را و عطر خوب سجده اش را که توی اتاق پیچیده است. آخر سر صبرم تمام می شود و صدایش می زنم و می گویم: «خانم جان چقدر خوب که هم اتاق شده ایم.» خانم جان سرش را برمی گرداند و می گوید: خاک عالم! مادر بیدارت کردم؟! بعد هم ادامه می دهد: با من شوخی نکن دختر! می دلم دل توی دلت نیست که نقاشی اتاق من زودتر تمام شود و از دستم خلاص بشوی! لبخند می زنم که این چه حرفی است خانم جان! تازه من از اولش هم بیدار بودم. خانم جان از سر سجده بلند می شود و سمت من می آید. دستی به شانمام می کشد و می گوید: «چرا دختر جان؟! من سن تو بودم مثل سنگ می خوابیدم.»



می خندم و می گویم که چه حرفها می زنی خانم جان! و ادامه می دهم دلم شور کارهایم را می زند. با بچه ها قرار گذاشته ایم که برای آمدن ماه شعبان کلاس را ترین کنیم و هر روز یک برنامه خاصی داشته باشیم. خانم مدیر هم به شرط اینکه برنامه درسی مان خراب نشود، قبول کرده، اما فعلاً که هیچ برنامه ای ندارم و دلشوره پیدا کرده ام. خانم جان می گوید: «بخواب مادر جان! فردا سوروسات جشنت را باهم درست می کنیم. شب برای خواب است و صبح برای کار!» اخم می کنم و می گویم: «خودتان هم که یواشکی بیدار هستید.» خانم جان می زند به شانمام که بخواب ناقل، من هم می آیم می خوابم. چشم هایم را روی هم می گذارم و با صدای قرآن خواندن خانم جان به خواب می روم.



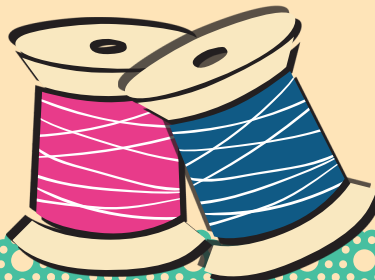
الان لازم است یک حباب و کتاب رو رو تا چهار تا بنید تا سراق بنید که براک هر روز چند طرح با بزرگ احتیاج دارید. طرح های با بزرگ را می توانید به کمک منساز کنید. پیشنهاد من کنم از طرح های رنگی به عنوان رسم استفاده کنید تا کارتان شادتر شود



### درس امروز: برای شادی های برنامه داشته باش!



صبح علی الطلوع بیدار می شوم و سراغ خانم جان می روم. می گویم: «خانم جان زود بگویند که من برای ترین کلاس و برنامه های جشن چه گلی به سرم بگیرم.» خانم جان اعتراض می کند که چه خبرت است دختر جان؟! چرا با دست و روی نشستنت سراق من آمده ای؟! می گویم: «خانم جان قرون شکل ماهتان بشوم، شما اوستای من هستید و باید مرا از این مخمصه ای که تویش گرفتار شده ام نجات بدهید. الان بچه ها هر کدام برنامه شان را برای جشن های ماه شعبان به مدرسه می آورند و من مجبورم دست خالی توی جلسه شرکت کنم. لطفاً نجاتم بدهید.» خانم جان کمی نگاه می کند، بعد انگار که دلش برایم سوخته باشد می گوید: «باشد کمکت می کنم. همین که می دانی برای شادی هایمان هم باید برنامه داشته باشید، نمرهات بیست است. حالا بگو بینم کجای کارت لنگ است تا برسم!» می پرم خانم جان را می بوسم و می گویم ساده و دست ساز برای جشن هایمان احتیاج د مکت می کند و بعد می گوید: «پاشو بیا که ند



## آیا آراستگی شما در دنیای رنگ و وارنگ آرایشی پ

# راز متفاوت بو

متخصصین پوست و زیبایی معتقدند بیشتر خانم ها به دلیل نداشتن اطلاعات صحیح و تبدیل به علتی مخرب در آراستگی و جذابیتشان کرده اند و با این کار حتی به سلامتی می رسانند. اگر می خواهید آراسته به نظر بیایید، به چیزی بیشتر از محصولات آرایشی نکتید که امکان دارد راز آراستگی شما اصلاً در دنیای محصولات متنوع و رنگ و و نشده باشد.





ابتدا سائزی را که برای این گل‌ها در نظر دارید، تقسیم بر ۲ کنید. مثلاً شما می‌خواهید یک گل به قطر ۳۰ سانتی‌متر داشته باشید. کاغذ یا مقوای نازک را به عرض ۱۵ سانتی‌متر علامت‌گذاری کنید و برش بزنید. همینجا بگویم که هر چقدر طول کار بیشتر باشد، بهتر است. حتماً توی بچگی‌هایتان بادبزن کاغذی درست کرده‌اید! الان هم دقیقاً باید همان کار را انجام بدهید.



با گل بادبزنی ریسه درست کنید



خانم جان می‌رود سر کمندی که بابا و مامان بهش می‌گویند صندوقچه اسرار و از توی خرت‌وپرت‌های توی کمد یک پلاستیک بیرون می‌آورد. بعد با احتیاط سر پلاستیک را باز می‌کند و از داخل آن یک ریسسه پر از گل‌های بادبزنی بیرون می‌آورد. دست‌هایم را به هم می‌زنم و تقریباً با فریاد می‌گویم: «وای خانم جان چطور این ریسسه‌ها را فراموش کرده بودم. خانم جان لب‌خندی می‌زند و می‌گوید: «برای اینکه

به‌جای فکر کردن، بی‌خودی حرص می‌خوری و بیدار خوابی می‌کشی.» می‌پرسم خانم جان را بغل می‌کنم و بعد ریسسه‌ها را از دستش می‌گیرم و می‌دوم که حاضر شوم. صدای خانم جان از پشت‌سر متوقف می‌کند و می‌گوید: «کجا با این عجله؟! مگه دستور ساختش را بلدی؟!» با این حرف سرچاپم متوقف می‌شوم و دست از پا درازتر پیش خانم جان برمی‌گردم. خانم جان با خنده می‌گوید: تو شاگرد بشو نیستی و بعد می‌گوید بشین تا بهت بگویم چکار کنی! و این‌جوری توضیح می‌دهد: «گل بادبزنی کاغذی یکی از تزئیناتی است که برای تولدها و جشن‌ها خیلی به‌کار می‌آید و به‌سادگی می‌تواند دیوار و میز پذیرایی و صندلی‌ها رو زیبا و خوشگل و مامانی‌کنند. همین‌جا بگویم که درست کردن گل بادبزنی و تبدیلش به ریسه خیلی خیلی آسان است و اصلاً به دلتان بد راه ندهید. فقط و فقط باید مثل همه کارهای دستی، سعی کنید که تمیز کار کنید.»

مریم گلی برای جشن‌های مدرسه تزئینات دست‌ساز درست می‌کند

با «گل بادبزنی» ریسه‌ها رو می‌زنی...!

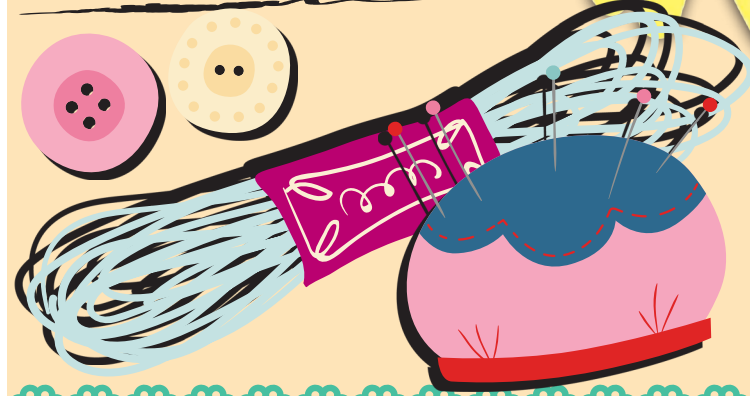
جدید، مریم گلی توی همان جلسه‌های اول بالا گرفت و من بابتش آندرد برای خودم تبلیغات کردم که آخر برام در دسر درست شد و دستم دوا اگر می‌خواهید از در دسر جدید مریم گلی بیشتر بدانید، یادداشت‌های جدید من را با دقت بخوانید. از اولش توی مدرسه با بچه‌ها قرار و هم‌زمان شدن فصل بهار و سه‌ماهه رجب و شعبان را با هم سرسری نگرییم و برای روزهای خوب پیش رویمان برنامه بریزیم. اما جو هم شروع هول‌هولی کلاس‌ها باعث شد که چندان حواسمان به ماه رجب نباشد و آخرهای ماه رجب آخ و وای‌وای راه انداختیم که دیدید ماه و هیچ کار خاصی نکردیم؟! اما بنا به ضرب‌المثل معروف، ماهی را هر وقت از آب بگیری، تازه است. پس با برویج دور هم جمع شدیم که حداقل یای پشت‌سرهمش برنامه‌ریزی کنیم. برنامه‌ریزی برای جشن همان و جوگیر شدن این‌جانب هم همان! من که حسابی بابت خیاطی یاد گرفتم. سالی کلاس قبول دادم که ایده تزئین کلاس با من و گفتم که امسال می‌خواهم یک کار خاصی و باحال انجام بدهم، منتهی وقتی این حرف را می‌زدم ماد نبود که من یک شاگرد زبانی مبتدی هستم و خیلی زود است که از این جور قول‌ها بدهم. با این همه کاری بود که شده بود و به‌قول من خارج شد، کاریش نمی‌شود کرد و باید پایش و ایستاد. من هم پای حرفم ایستادم و با کلی دلشوره به خانه برگشتم.

مواد لازم برای ساخت گل بادبزنی و ریسه

گل‌های کاغذی را می‌توانید با انواع کاغذ و مقوا درست کنید. البته بهتر است که این کاغذها نازک باشند و تا می‌توانید از مقوهای ضخیم استفاده نکنید. برای اینکه ریسه‌هایتان خوش‌رنگ و آب‌از‌کار دربیایند، چند رنگ متفاوت و مکمل انتخاب کنید. البته در انتخاب رنگ مقوا به رنگ دیوار یا تم سایر وسایل جشن توجه کنید. قیچی، چسب دوطرفه یا منگنه و یک نخ به‌عنوان ریسه باید دم‌دستان باشد. اگر قیچی دالبری توی ابزار کارتان پیدا می‌شود که چه بهتر! چون می‌توانید دور گل‌ها را دالبری ببرید.

چطور گل بادبزنی درست کنیم؟

ابتدا سائزی را که برای این گل‌ها در نظر دارید، تقسیم بر ۲ کنید. مثلاً شما می‌خواهید یک گل به قطر ۳۰ سانتی‌متر داشته باشید. کاغذ یا مقوای نازک را به عرض ۱۵ سانتی‌متر علامت‌گذاری کنید و برش بزنید. همینجا بگویم که هر چقدر طول کار بیشتر باشد، بهتر است. حتماً توی بچگی‌هایتان بادبزن کاغذی درست کرده‌اید! الان هم دقیقاً باید همان کار را انجام بدهید. بعد از برش‌زدن شما باید یک مستطیل دراز داشته باشید. درست مثل قدیم‌ها از یک‌طرف شروع به تا زدن کنید. دقت کنید اندازه تاها باید یکسان باشد. اگر بخواهید لبه‌های گل شما به‌صورت هفت‌هشتی یا به‌صورت دالبری باشد، در این مرحله باید تاها را روی هم قرار بدهید و با قیچی لبه‌های کار را به‌صورت هفت‌هشت یا دالبری برش بزنید. بعد از تمام شدن تا زدن، دو طرف کار را به هم بچسبانید. اینجا کار بهتر است از چسب دوطرفه استفاده کنید. اگر چسب دوطرفه ندارید، می‌توانید از چسب نواری معمولی یا منگنه برای این کار استفاده کنید. دقت کنید طول کار باید به‌اندازه‌ای باشد که وقتی کار را به‌صورت دایره درمی‌آورید، فشاری به کاغذ وارد نشود. حالا گل بادبزنی شما آماده است. الان لازم است یک حساب و کتاب و دو تا چهارتا بکنید تا دستتان بیاید که برای هر ریسه به چند گل بادبزنی احتیاج دارید. گل‌های بادبزنی را می‌توانید به‌کمک منگنه روی ریسه نصب کنید. پیشنهاد می‌کنم از طناب‌های رنگی به‌عنوان ریسه استفاده کنید تا کارتان شادتر شود.



ما یک تزئین ارزان، ساده و رست‌ساز برای جشن‌هایمان  
 اختراع داریم. خانم جان چند نظرم‌آک ملت من لند و بعد می‌لوید یا شوید که نخواست پیش خورم است



عادات‌های بد را ترک کنید

همیشه آراستگی و جذابیت شما برعهده محصولات آرایشی نیست. طرز راه رفتن شما و عادت‌های بدی که در طرز نشستن و آداب دیگر دارید روی آراستگی شما تأثیر زیادی دارند. اگر عادت‌های بد را ترک نکنید، دچار قوز کمر، غیغ، شکم، قوس کمر و بعضی مشکلات درونی خواهید شد. از اطرافیان‌تان بخواهید در طول روز به شما هنگام نشستن و راه رفتن تذکر بدهند تا عادت‌های غلط را ترک کنید. این جوری هم سالم‌تر خواهید بود و هم آراسته به‌نظر خواهید آمد. بیشتر ما دختران‌ها هنگام نشستن و راه رفتن قوز می‌کنیم. این حالت هم برای سلامتی ستون فقراتمان مضر است و هم به آراستگی‌مان صدمه می‌زند. برای اینکه از شر قوز خلاص شوید، کمی کارتان سخت است و باید در طول روز کاملاً حواستان به خودتان باشد. به‌عنوان مثال موقع نشستن حالت بدنتان را چک کنید. وقتی توی صفا منتظر هستید، حالت بدنتان را چک کنید، یا زمانی که برای ریختن یک‌لیوان چای بلند می‌شوید، حالت بدنتان را چک کنید. می‌توانید موقع راه رفتن در خیابان تصویر خود را توی ویتربین مغازه‌ها ببینید. حتی می‌توانید چندتا یادآوری روی گوشی‌تان داشته باشید که هر یک‌ساعت یک‌بار قوز نکنردن را به‌تان یادآوری کند. به راه رفتن دیگران دقت کنید و نکات درست را به خاطر بسپارید. در کلاس برای خودتان و دوستان‌تان یک کارت قوز نکن درست کنید و به دیوار کلاس بزنید. بیشتر ما دختران‌ها از داشتن گودی کمر رنج می‌بریم. برای رفع این مشکل سعی کنید همیشه شانه‌هایتان به‌سمت عقب، سرتان به‌پشت، و سینه‌تان جلو باشد. اگر از انجام این کارها خسته شدید، هر چند وقت یک‌بار به خودتان که خوب و درست ایستاده‌اید در آینه نگاه کنید و به این فکر کنید که چقدر لباس توی بدنتان قشنگ‌تر ایستاده، و چقدر جذاب‌تر و با اعتماد به نفس بیشتری به‌نظر می‌رسید.

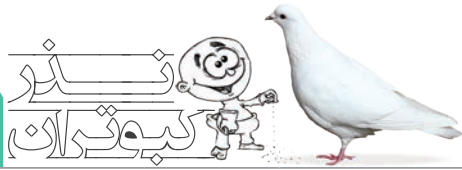


اصول ایمنی را رعایت کنید

تبخال، کهیر، جوش‌های متورم و گل‌مژه تنها چند نمونه کوچک و ساده از اثرات استفاده بد و غلط از لوازم آرایشی هستند. برای جلوگیری از این موارد باید اصول ایمنی و بهداشتی را در زمان خرید این محصولات و همچنین در مواقع استفاده از آن‌ها رعایت کنید. بادتان باشد محصولات آرایشی هم مثل مسواک و گوشی هستند و وسیله هر فرد، برای خودش است و شما نباید از وسایل آرایشی و بهداشتی دوستان‌ها به‌طور مشترک استفاده کنید. این کار باعث ایجاد حساسیت پوستی می‌شود و می‌تواند کلی در دسر برایتان درست کند.







با ذوق و شوق آمده‌ام حضرت رئوف  
فکری به حال رنگ سیاه پر م کنی  
ز شتم قبول؛ بچه آهو که نیستم  
باید نگاه معجزه بر جوهرم کنی

باید تو را به پهلو زهر آسمان  
تا عاقبت به خیرترین تو کرم کنی  
مادر سپرده است به دست شما مرا  
گفته فقط شما ببری کربلا مرا



فوتبال خشن  
فوتبال خوب و هیجان‌انگیز است اما نه از نوع خشنش که این روزها در اروپا دیده می‌شود.



## دادگاه هشتمیها

دوست نوجوان من! هدهد کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان خراسان رضوی با همکاری روزنامه هشت به سمت شما پرواز کرده تا شما پرندهای شجاع و زیبا را ببرد به کوه قاف. اگر شما هم به هدهد کمک کنید، ما زودتر به آنجا می‌رسیم. پست الکترونیکی ما: hodhod8@kpf-khr.ir



7967 likes  
View all 900 comments

### حرفه‌های اینترنتی که کار دستان می‌دهند

یک باور نادرست که بین خیلی از ما رایج شده، این است که فکر می‌کنیم حتماً باید آدم مهمی باشیم یا اطلاعات مهمی در رایانه‌های شخصی‌مان داشته باشیم تا نگران این باشیم کسی ما را هک نکند. اینکه وقتی اطلاعات مهم شخصی، بانکی و... در سیستم‌مان داریم، حفاظت از آن مهم‌تر می‌شود، درست است، اما در حالت عادی هم اینکه به دیگران اجازه بدهیم خیلی راحت به فضای شخصی ما نفوذ کنند، اصلاً کار درستی نیست. در خبری که می‌گفت مایکروسافت امنیت ویندوز را به‌خاطر هشدار چند هکر مجدداً بررسی کرده و بالا برده است، این نکته که هکرها بعد از پیدا کردن ضعف‌های امنیتی به کاربران ویندوز هشدار داده‌اند که تا زمان رفع شدن این مشکلات حتی سیستم‌مان را روشن نکنند، برای من خیلی جالب بود.

این یعنی اینکه امنیت خیلی مهم است، حتی وقتی یک کاربر عادی باشیم. در واقع امنیت داشتن در فضای مجازی حق هر کاربری است، حالا اگر کسانی هستند که این حق را برای خودشان ندیده می‌گیرند و تمام امور شخصی‌شان را در فضای مجازی با بقیه به اشتراک می‌گذارند، دلیل نمی‌شود ما هم مثل آن‌ها باشیم و وقتی درباره مسائل امنیتی هشدار می‌شویم، بگوییم «بدرت از ما زیاد»! واقعیت این است که در فضای مجازی همیشه باید بنا را بر احتیاط بگذاریم، چه در مطالب و مسائلی که در فضای مجازی به اشتراک می‌گذاریم، چه وقتی با اینترنت کار بانکی انجام می‌دهیم و... حداقلش این است که این‌طوری از ضررهای احتمالی پیشگیری کرده‌ایم.

# فضای مجازی  
# احتیاط  
# مایکروسافت  
# هک

Hasht\_fans

این موضوع برای آن‌هایی که دایماً اینترنت (!) هستند و همیشه با وای‌فای یا با سیم کارت موبایل‌شان به اینترنت وصل هستند، مهم است.

# آرشفشته!!!

دخترهای مردم، حوصله اضافه هم می‌آورند، اما برای من



یا خوابم می‌آید، یا خمیازه می‌کشم. حوصله هیچ چیز و هیچ کس را ندارم. این جور وقتها دوروبر آینه هم بیدارم نمی‌شود. حتی گوشی تلفن جانم! که آن‌همه خاطرش برایش عزیز است را پرت می‌کنم گوشه‌ای. هر یک‌ساعت سرم را از زیر پتو بیرون می‌آورم و خودم را مثل کامیونی سنگین که در سربالایی به زحمت می‌رود، تا آشپزخانه می‌رسانم و نخ جای کیسه‌ای را می‌کشم و غرقش می‌کنم توی آب‌جوش و چای به‌دست برمی‌گردم به رختخوابم.

نه درس می‌خوانم، نه توی کارهای خانه به مامان کمک می‌کنم. مامان هم یاد دخترهای پرچنب‌وجوش و کاری مردم می‌افتد، اما حوصله نمی‌کنم خودم را از دخترهای مردم کاری‌تر و درسخوان‌تر نشان بدهم. این جور وقتها انجام هر کاری در نظرم تکراری و بی‌فایده است و دنباله هر فکری که به ذهنم می‌رسد، یک «خب اصلاً که چی؟» اضافه می‌کنم. شوخی که نیست! بی‌حوصلگی از سرما خوردگی کمتر که نیست! استخوان‌درد خودش را دارد، آبریزش بینی خودش را دارد و عینو شلغم مزه دوست‌نداشتنی‌اش را باید تحمل کنی.

حوصله که نداری، زمان و مکان فرقی نمی‌کند برایت. اعلام می‌کنی که حوصله ندارم و سعی می‌کنی قبل از آنکه بپرسند خوب چرا؟ محیط را به سمت قسمت‌های کم‌نور و کم‌کار ترک کنی.

مامان می‌گوید: بلندشو خودت را جمع‌وجور کن! اگر کرم ابریشم بودی تا حالا پروانه شده بودی، بس که دور خودت این پتو ملحفه‌ها را پیچیده‌ای.

صدایم را صاف می‌کنم و می‌گویم: گفتیم که حوصله ندارم مامان‌جان! در اتاق باز می‌شود و یک‌لنگه دمپایی آشپزخانه پرت می‌شود روی تخت. فوری سرم را زیر پتو می‌برم. یک‌دفعه نور چشمم را می‌زند. مامان پتو را از سرم کشیده و مهربانی‌اش را روشن کرده. می‌فهمم که باید بی‌حوصلگی‌ام را از پنجره بیرون کنم. اگر امشب «ولش کن، حوصله ندارم...» فقط یک‌بار دیگر تکرار شود، معلوم نیست چند دمپایی تشریف بیاورند داخل.

مامان بالای‌سرم ایستاده. خودم را جمع‌وجور می‌کنم و بیسکوئیت تعارفش می‌کنم. قشنگ معلوم است حرصش در آمده. اصلاً تو همین حوصله را برای من معنی کن من بفهمم. زود باش معنی کن! کجا هست که اینقدر زود سرمی‌ره؟ توی گوشه‌ام فرهنگ لغت دارم. آن را روی حرف «ح» باز می‌کنم. نوشته: حوصله یعنی چینه‌دان مرغ! صبر و طاقت. مامان از چینه‌دان مرغ خنده‌اش گرفته، اما سعی می‌کند همان‌طور جدی به‌نظر برسد.

(زیر گلویم را نشان می‌دهم) اینها! تقریباً اینجاست. این که پُر می‌شه، حوصله‌ام سرمی‌ره.



صدای بسته‌شدن در خانه می‌آید. بعد هم صدای رسیدن پیامک: «نیم‌ساعت دیگه لباس پوشیده، پایین دم در باش!» این پیامک را مامان به گوشه‌ام فرستاده.



یک‌ساعت بعد من و دخترعمه‌هایم داریم از بالای چرخ‌وفلک بزرگ پارک، شهر را نگاه می‌کنیم. مامان بهتر از خودم بلد است حوصله رفته‌ام را بر گرداند سر جای اولش. یک کم تفریح و قدم‌زدن و بگویند با هم‌سن و سال‌هایم، یک برنامه درسی آسان‌تر و مرتب‌تر که ساعت خوابم به دیروقت نکشد و صبح خمیازه‌کشان ظاهر نشوم.



مجل ندادن به زنگ بی‌حوصلگی که وقتی به صدا درمی‌آید، حوصله بقیه را از من سرمی‌برد هم فکر خودم است. کاش بتوانم در روز، انرژی‌ام را درست تقسیم کنم و وقتی بی‌حوصلگی و خستگی سراغم می‌آید، به آن پروبال ندهم. ناسلامتی نوجوانی هستم برای خودمان! دخترهای مردم نوجوان که هستند، حوصله اضافه هم می‌آورند. همین خود شما اگر حوصله نداشتید، روزنامه‌خوان نبودید که! بودید؟

عاطفه رنگ‌آمیز طوسی / مربی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان  
شماره ۷ مشهد

### در ضمن عیدی گرفتن، خجالت ندارد. خیلی هم کم‌رو نباشید...

خدا یک در دنیا، صد در آخرت  
بهتون عوض خیر بده!



مردم هلند بخوان تاکسی کرایه کنن، زنگ می‌زنن آزادکس.

# خوشمزه‌خان

هرچی آدم نخوابه، بیشتر خوابش میاد، هرچی بخوابه، بیشتر خوابش میاد، فقط اگر بخوابی بخوابی، خوابت نمیا.

# تبیل‌خان

امروز گفتیم تو خونه دوغ درست کن، اونقدر آب ریختم، دیدم زیاد شده. بعد هی ماست قاطیش کردم که غلظتشو درست کنم، الان ۳ تن دوغ داریم. خریدارای جدی تماس بگیرن.

# آقای همساده

هرشب موقع خواب لحافم تبدیل به یک چندضلعی می‌شه و من نمی‌تونم سر پتو رو پیدا کنم.

# آقای همساده

در کوی فسنجون ما را گذر نباشد / اگر تو نمی‌پسندی تغییر ده غذا را!

# خیل‌خان

# خیل‌خان

تمام راه‌های رسیدن به آرامش از چایی می‌گذره.

آیا می‌دانید ماهی‌ها و جانوران دریایی به خواهراشون چی می‌گن؟ می‌گن آبی  
یه تشکرم که بلد نیستین  
متو بگو که عمرمو صرف کشف حقایق درجهت خدمت به جامعه بشری کردم...

# خوشمزه‌خان

رفتمیم بنگاه، می‌گم: زمین زراعی داریم؟ می‌گه می‌خواین بخرین؟  
بابام گفت: نه! ما متر سکیم، اومدیم دنبال کار...  
دیگه از بابام انتظار نداشتم این قدر زک باشه!

# پسر خوشمزه‌خان

ما هر موقع شکست خوردیم  
گفتن شکست مقدمه پیروزیه! نمی‌دونم کی می‌خوایم از مرحله مقدماتی صعود کنیم.

# آقای همساده

## # هشتکو

جایی برای خندیدن، شاد بودن و حرف‌های خوشمزه زدن است.