

ناقلا گوشت کجاست؟!!

تلفن همراه با همه فایده‌هایش، ضررهای زیادی هم دارد



با نوجوانی که اهل داستان و کتاب است گاهی داستان‌هایم از دستم لیز می‌خورند



به‌خوشترید تلاش‌تان اعتماد می‌کنم

حائیه‌سلار راز

می‌شیم

اگر آب نداشته باشیم چه بلایی سرما و طبیعت می‌آید

می‌شیم

سوزش

می‌شیم

وودر

تاب‌میلت

آب برای خوردن گیرمان نخواهد آمد



همین الان من و شما بی‌خبریم و گر نه بسیاری از مردم به خاطر بی‌آبی یا مشکلات سیستم آب‌رسانی به آب شرب سالم دسترسی ندارند و باید از تانکرها آب دریافت کنند. نه این که فکر کنید این اتفاق در شهرهای کویری می‌افتد، نخیر ماجرای این‌جور کم‌آبی همین الان در بعضی از شهرهای شمالی کشور به دلیل کاهش شدید آب در چاه‌ها و قطع آب لوله‌کشی وجود دارد و با بحران روبه‌رو هستند و با تانکرها به مردم آب می‌رسانند؛ برای مثال شهر کلاردشت در سال‌های اخیر معمولاً در فصل تابستان به دلیل فرسودگی لوله‌ها و حضور گردشگران دچار کمبود آب می‌شود و بیشتر روستاهای این منطقه از طریق تانکر، آب دریافت می‌کنند. این دردسر برای امروز و دیروز نیست و یقه یکی، دوتا شهر یا روستا را نگرفته است، آن‌طور که در آمار سال‌های گذشته آمده است به بیش از ۷ هزار روستا در کشور با تانکر آب‌رسانی می‌شود که بعضی از آن‌ها ۱۴ سال است با کم‌آبی دست‌وپنجه نرم می‌کنند.



محیط زیست ویران می‌شود

حتماً شنیده‌اید که دریاچه ارومیه و تالاب‌های مهمی چون «هامون» و «گاوخونی» خشک شده‌اند یا فقط یکی، دو قدم با نابودی فاصله دارند. سال‌هاست در مورد دریاچه ارومیه می‌شنویم و می‌دانیم ۸۰ هزار مپب آب زیرزمینی و ۳۷ بند در اطراف دریاچه که بیشتر برای مصارف کشاورزی است، ساخته شده‌اند که قاتل اصلی این دریاچه و باعث کاهش آب ورودی به آن شده‌اند. به‌جز دریاچه ارومیه که این روزها مورد توجه قرار گرفته است تالاب هامون نیز در سیستان و بلوچستان که زمانی با دو، سه رودخانه پرآب اطرافش، عامل حیات این استان و روزی‌رسان مردم بود و گرمی و خشکی هوای سیستان و بلوچستان را کنترل می‌کرد، سال‌هاست خشک شده و نقشش از فرشته به دیو تغییر پیدا کرده و منبع ایجاد گردوغبار در منطقه شده است. مسئولان کشورمان، بازسازی سد در افغانستان را علت اصلی کم‌آبی رود هیرمند و خشکی تالاب هامون می‌دانند. اما مسئولان کشور افغانستان معتقدند که حقیقه ایران کم‌نشنده و علت اصلی خشکی رودخانه، کانال‌ها و چاه‌هایی است که در امتداد هیرمند و شهرهای اطراف آن در ایران حفر شده است.



رودخانه نخواهیم داشت

ما طفلی‌ها وقتی دست چپ و راستمان را شناخته‌ایم دوروبر خودمان رودخانه راست راستی ندیده‌ایم. برای همین فرق رودخانه را با نهر یا جوی آب نمی‌دانیم و هر جا آب پارک‌های بینیم فکر می‌کنیم که ایول این هم رودخانه! بی‌خبر از این که بسیاری از رودخانه‌های مهم کشور تنها در فصل‌های خاصی از سال جریان دارند یا به کلی خشک شده‌اند. در این مورد می‌توان علاوه بر زاینده‌رود، از رودخانه «قره‌سو» در استان اردبیل نام برد که با وجود ۲۸۵ کیلومتر طول از رشته‌کوه تالش تا رودخانه مرزی ارس، با خشکسالی درگیر است و به حالت نیمه‌خشک درآمده است. رودخانه‌های «قرز اوزن» و «تالوار» نیز در شهرستان بیجار امروز و فرداست که کاملاً خشک شوند. مسئولان و کارشناسان علت اصلی این خشکسالی‌ها را برداشت غیرقانونی آب به وسیله کشاورزان و باغداران و مدیریت نامطلوب منابع آبی اعلام کرده‌اند.



حیوانات بیشتری را از دست می‌دهیم

داستان انقراض را همه ما بارها در کتاب‌های علمی خوانده‌ایم و شکسته بسته می‌دانیم که تغییرات آب‌وهوا مثل خشکسالی طولانی، گرمای شدید یا سرما و یخبندان می‌توانند ناگهانی یا کم‌کم و پیاپی یواش بسیاری از گونه‌های جانوری را بپودر کنند و چوری از بین ببرند که انگار نه انگار روزی روزگاری وجود داشته‌اند. داستان انقراض در ایران با شروع خشکسالی چند سالی است روی دور تند رفته است. در حال حاضر بسیاری از گونه‌های جانوری یا از بین رفته‌اند یا دست کم شال و کلاه کرده‌اند و از ایران کوچ کرده‌اند؛ مانند آهو و میش در استان کردستان که متأسفانه به‌جز خشکسالی و بیابان‌زایی، صید غیرقانونی هم برای جان‌شان شده است. بر اثر خشکی زاینده‌رود و در نتیجه آن، خشک شدن تالاب گاوخونی، دیگر پرندگان مهاجری که از روسیه و قفقاز به جنوب کشور می‌رفتند، در این تالاب اقامت نمی‌کنند.



توی گردوغبار کم می‌شویم

چپ می‌رویم، راست می‌آییم می‌گوییم که چرا گردوغبار استان‌های کشور را گرفته است. وای وای خاک برسر شدیم، اما از خودمان نمی‌پرسیم این همه گردوغبار و خاک از کجا آمده و روی سر ما خراب شده‌اند. خشک شدن زمین، جنگل‌زدایی و بیابان‌زایی علاوه بر تخریب زمین، باعث گسترش گردوغبار در فضای کشور شده است؛ البته این ماجرا فقط به گردن کمبود آب نیست، بعد از خشکسالی یکی دیگر از علت‌های بیابان‌زایی، کشت بیش از حد در زمین به وسیله کشاورزان و چرای بیش از حد دام در آن است. تنها در اصفهان، ده‌ها هزار هکتار از زمین‌های کشاورزی خشک شده و حدود ۵۰۰ میلیون اصله درخت در چند سال گذشته از بین رفته است. به گفته مسئولان استان اصفهان، خشک شدن تالاب گاوخونی وضعیتی را ایجاد کرده که با وزش هر باد، گردوغبار در مناطق اطراف آن حتی شهر اصفهان پراکنده می‌شود. جدا از این که شور بودن این گردوغبار و نشست آن بر زمین‌های کشاورزی اطراف، بر باردهی زمین‌های کشاورزی نیز اثر منفی گذاشته است.



در کشاورزی را باید تخته کنیم

الان وضعیت به این صورت است که کشاورزان برای فرار از کم‌آبی یا حرص و طمع می‌چاه می‌زنند و چاه‌هایی را که زده‌اند عمیق‌تر می‌کنند و آب را از ته‌های زمین‌های کشاورزان می‌کنند تا محصول کاشته و چند وقتی را کسب و کار داشته باشند. غافل از این که این چاه‌ها هم روزی تمام شده و کفگیرشان به ته دیگ می‌خورد. همین الان هم بر اثر خشک شدن چاه‌ها، ۱۰ درصد از تولید غلات در سال‌های ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۱ شمسی کم شده است. در حال حاضر حدود یک‌چهارم زمین‌های زیرکشت با استفاده غیراصولی و بیش‌ازحد از آب‌های زیرزمینی سرپا هستند و نیم‌جانی دارند که امید چندانی به حیات‌شان نیست و آن‌ها هم به‌زودی درگیر عواقب کم‌آبی و خشکسالی خواهند شد.



من اگر جای شما بودم خودم را به خواب می‌زدم تا همین چند سال باقیمانده عمرم هم بگذرد و اصلاً به روی خودم هم نمی‌آوردم که قرار است به خاطر بی‌آبی جان‌به‌جان آفرین تسلیم کنم، اما شما که مثل من نیستید و کلی مسئولیت سرتان می‌شود و می‌دانید که در قبال خودتان و آیندگان مسئول هستید، پس همین حالا موارد بالا را با خط درشت روی آینه اتاق‌تان بنویسید تا ملکه ذهن‌تان بشود و بعد هم بیفتید دنبال این که شده روزی یک قطره هم آب کمتر مصرف کنید. باور کنید همین قطره‌های کوچک می‌توانند کابوس بی‌آبی را از سر کشورمان دور کنند.



وقتی کسی مزاحم‌مان می‌شود و ما احساس می‌کنیم توی دردس...

گیری افتادم‌ها...

سیده شبنم شجاعی | آیا تا به حال برایتان اتفاق افتاده است که کسی از طریق تلفن یا پیامک مزاحم شما شود؟ مثلاً بارها به شما زنگ بزند یا به شما پیام بدهد؟ آیا می‌دانید که در چنین شرایطی چه کاری باید انجام بدهید و چگونه باید مزاحمت این‌گونه افراد را کم کنید؟ برای این‌که در این‌باره بیشتر بدانید با مشاوره‌خونه این هفته همراه شوید.

با مزاحم‌مان چگونه برخورد کنیم؟

۱ فحش خورشون ملسه

اول از همه باید بدانید که مزاحم‌ها منتظر دریافت پاسخی از طرف شما هستند و توهین. برای همین است که دادن هرگونه پاسخی برای کم کردن شرک گوشتی شما زنگ می‌زند، مناسب نیست. چنین افرادی حتی از فحش شنیدن و تفریح می‌کنند. فکر نکنید با این کار بهشان برمی‌خورد و دیگر پشت‌سرن...

همه راه‌ها مسدود

بهتر است همه راه‌ها مزاحم امکان تماس با ایجاد می‌کند و باعث افراد و در تلفن همراه خودتان مسدود کنید.



۲ نترسید

همه امید مزاحم‌ها به ترس شماست. ترس باعث می‌شود مشکل خود را پنهان با خودتان فکر کنید که اگر پدر و مادرتان بفهمند اعتمادشان به شما از بین محدودیت‌هایی برای شما خواهند گذاشت و بترسید، مزاحم‌ها را به هدفشان نزدیک است که شما بزرگ‌ترها را در جریان نخواهید گذاشت. پس می‌توانند به مزاحمت را به افشای چیزی تهدید کرد یا گفت با والدین شما تماس خواهد گرفت یا هر...

۳ گول نخورید

اصرارهای مداوم و ابراز محرم باعث شود که دخترتان مراقب این وسوسه‌ها باشد. آن‌ها استفاده می‌کنند. مطمئن پس با ابراز محبت آن‌ها و...



۴ با خبر بودن بزرگ‌ترها

در مواردی که کسی برای شما مزاحمت ایجاد می‌کند حتماً باید فرد بزرگ‌تر دوستان همسین و سال‌تان برای پیدا کردن راه‌حل مناسب کافی نیست، به جای حل شدن موضوع، توی دردسرهای بیشتری بیفتید. بهتر است بگذارید یا از بزرگسال امینی راهنمایی بگیرید. آن‌ها به راحتی می‌توانند او را سر جایش بنشانند یا برای شکایت قانونی از فرد مزاحم اقدام کنند.

پذیرش و صمیمیت

اولین چیزی که در این دوران می‌تواند به حفظ سلامت فرزند شما کمک کند رابطه صمیمی والدین با نوجوان است. ممکن است گاهی افراد سودجو سراغ فرزند شما بیایند یا ایجاد کنند. اگر فرزندتان از شما بترسد و شما را پذیرنده و صمیمی نداند، به احتمال زیاد پنهان می‌کند و این ممکن است او را در معرض خطرات بیشتری قرار دهد.

صبور و آرام

رفتار شما هنگام مشاهده اشتباهات فرزندتان باشد که وقتی اشتباهی از فرزندتان می‌بینید، شرم می‌کنید، مطمئن باشید حتی اگر فرزندتان مشکلات جدی با شما حرف بزند. اگر فرزندتان اشتباهی کرد، آرامش خود را برای او توضیح دهید و او را حمایت کنید تا کار اشتباهش مطمئن باشید که اگر در آینده توی دردسری بیفتد شه...



تلفن همراه با همه فایده‌هایش، ضررهای زیادی هم دارد

ناقلا گوشت کجاست؟!

وانگشتان شاک می‌کنند. محققان آمریکایی با بررسی داده‌های بیش از هزار کودک چاق به این نتیجه رسیدند که اضافه‌وزن بالای این کودکان ارتباط مستقیمی با استفاده از تبلت‌ها و گوشی‌های هوشمند دارد.

اعتیادی که کار دست‌تان می‌دهد

کودکان و دانش‌آموزان هم درست مثل بزرگسالان به تلفن همراه معتاد می‌شوند. آن‌ها بازی می‌کنند و با دوستان‌شان چت می‌کنند. همراه با وسایل و کیف مدرسه خیلی از بچه‌ها در راه مدرسه از گوشی‌های همراه‌شان استفاده می‌کنند. آن‌ها در وقت‌های آزادشان با تلفن همراه حرف می‌زنند و بین کلاس‌هایشان پیامک می‌فرستند و به این ترتیب از درس عقب می‌مانند. تعدادی از دانش‌آموزان از گوشی برای تقلب در امتحانات استفاده می‌کنند. این رفتارها می‌تواند زندگی تحصیلی دانش‌آموزان را خراب کند. استفاده از گوشی همراه می‌تواند در دانش‌آموزان باعث ایجاد رفتارهای غیراخلاقی شود. ارسال تصاویر نامناسب یکی دیگر از مشکلاتی است که تا زمانی که بزرگ‌ترین کولاک کرده‌اند. نوجوانان حتی حواس‌شان نیست ارسال تصاویر به دیگران باعث پخش شدن عکس‌های خصوصی‌شان می‌شود. یکی از بزرگ‌ترین مشکلات مدارس در سال‌های اخیر استفاده دانش‌آموزان از سایت‌های غیرمجاز و ارسال و پخش تصاویر و فیلم‌های مبتذل بین دانش‌آموزان است که می‌تواند باعث و بانی آثار مخرب روحی و روانی شود.

به فکر نجات خودت باش

نخستین قدم برای جلوگیری از این اتفاق‌ها این است که استفاده از تلفن همراه در کودکان و نوجوانان محدود شود و بزرگ‌ترها اجازه ندهند بچه‌ها موبایل‌شان را به مدرسه ببرند. آینده برای کودکانی که بیش از اندازه با فناوری استفاده می‌کنند، خالی و بدون امنیت است. کارشناسان معتقدند بازی‌های گروهی، کتاب خواندن و برنامه‌های مشترک با همسالان می‌تواند کمک‌کننده باشند و مدارس هم باید ممنوعیت‌های سختی را برای ورود تلفن همراه در نظر بگیرند. تقریباً همه مدارس دنیا استفاده از تلفن همراه در کلاس درس را ممنوع کرده‌اند، ۶۲ درصد از دانش‌آموزان می‌توانند گوشی همراه به مدرسه ببرند، اما اجازه استفاده از آن در کلاس درس یا حتی همراه داشتن آن در کلاس را ندارند. شاید بردن تلفن همراه به کلاس درس ممنوع باشد، اما حتماً هستند دانش‌آموزان ناقلایی که به شیوه خاص خود از قانون مدرسه سرپیچی می‌کنند و حتی در کلاس درس از تلفن همراه استفاده می‌کنند. ظاهراً محدودیت‌های سخت‌وسخت به تنهایی کافی نیست و خود ما دانش‌آموزان باید نسبت به این مسئله حساس شده و در رفتارمان تجدید نظر کنیم.



خبرفوری اینترنت مخت رو می‌خوره

نمی‌شود پنبه گوشی‌های هوشمند و تبلت را بزنیم و چیزی پشت‌سر اینترنت نگوییم. در حالی که همه از فضای مجازی به خاطر کمک‌هایی که به ما کرده ممنون هستیم، اما نمی‌دانیم که در مقابل این همه خدمت چه بلایی سرمان آورده است؛ مثلاً تحقیقات اخیر به وسیله MRI نشان داده مغز افرادی که زیاد با اینترنت سروکار دارند، شبیه مغز کسانی است که به مواد مخدر معتادند.



مواظب مغزت باش

خبرگزاری فارس بفرمایید کیک ۱۰۶ ساله

همه ما دانش‌آموزان خاطره مشترکی در مورد کیک زدن لقمه‌های نان و خراب شدن خوراکی‌هایی داریم که توی کیف و کوله‌پشتی‌مان جا می‌ماند و هربار با این تصویر برخورد می‌کنیم حساسی کف می‌شویم و شاخ درمی‌آوریم که چرا خوراکی‌ها توی کیف‌مان این قدر زود می‌پوکند. شاید برایتان جالب باشد بدانید یکی که ظاهراً مربوط به ۱۰۶ سال قبل است، در پناهگاهی در قطب جنوب پیدا شده که بعد از گذشت بیش از یک قرن سالم مانده است. این کیک در سال ۱۹۱۱ به پناهگاهی که در سال ۱۸۹۹ برای عملیاتی ساخته شده بود، آورده شد. میوه‌های داخل این کیک تجزیه شده‌اند، ولی به دلیل انجماد، خود کیک تقریباً سالم مانده، حتی کاغذ این کیک بعد از بیش از یک قرن هنوز سالم است.



حالای اونو می‌خوره؟

رفتاده‌ایم

آگه بفهمند چی؟

سلام. من دختری شانزده‌ساله هستم. چند وقت پیش خونه یکی از دوستانم بودم. دوستانم خواهش کرد که چند دقیقه گوشیم رو پیش بدم تا به کسی زنگ بزنم. منم دادم. حالا مدتی که پسری توی تلگرام مدام پیام می‌ده و روزی چندبار بهم زنگ می‌زنه. من خیلی ترسیدم و گوشیم رو چند روز خاموش کردم. ولی بعد که روشن کردم دوباره مزاحمتش شروع شد. آگه پدر و مادرم بفهمند خیلی افتضاح می‌شود. نمی‌دانم باید چه کار کنم. لطفا کمک کنید.

کدوم راه درسته؟

سلام دوست عزیز. معلوم است که از مزاحمت این فرد خیلی اذیت شده‌ای، اما نگران نباش. این مشکل هم راه‌حل داره. مطمئن باش آگه راه‌حل درستی رو انتخاب کنی به‌زودی این مزاحمت برطرف می‌شه. ولی آگه تصمیمات اشتباهی بگیری ممکنه دردمسرت بیشتر هم بشه. پاسخ سوالات در دو بخش آمده است: یک بخش مربوط به الان است که چطور مزاحمت این فرد را کم کنی و یک بخش راهکارهایی که کمک می‌کنه در آینده کمتر در معرض مزاحمت قرار بگیری. موفق باشی.



پیشگیری بهتر از درمان

از قدیم گفته‌اند که پیشگیری بهتر از درمان است. راه‌هایی وجود دارد که جلوی ایجاد مزاحمت دیگران را می‌گیرد. در این قسمت سه راهکار کلیدی برای پیشگیری از مزاحمت را آورده‌ایم. با رعایت کردن این سه نکته به راحتی می‌توانید از ایجاد مزاحمت در آینده پیشگیری کنید:

دوستان سالم

باید روی دوستان تان خیلی دقت کنید. اگر دوستان شما سلامت اخلاقی کافی نداشته باشند، ممکن است برای شما هم دردهایی درست کنند؛ مثلاً ممکن است دوست شما که با فردی در ارتباط است، شماره شما را در اختیار افراد دیگر قرار دهد و به نظرش این کار اشکال نداشته باشد یا با تلفن شما به کسی زنگ بزند و شماره شما در اختیار افراد ناشناس قرار بگیرد. دوستان خود را از نظر سلامت اخلاقی بررسی کنید. اگر با افرادی در ارتباط هستید که سلامت اخلاقی کافی ندارند، از تباط تان با آن‌ها محدود یا قطع کنید.



تفریحات خطرناک

گاهی وقت‌ها نوجوانان هنگامی که با هم هستند کارهایی را انجام می‌دهند که زمینه مزاحمت دیگران را فراهم می‌کند یا ممکن است خطراتی برای آن‌ها داشته باشد؛ مثلاً ممکن است به شوخی و برای تفریح به شماره‌هایی زنگ بزنند یا کسی را سرکار بگذارند. مراقب باشید که این شوخی‌ها ممکن است زمینه مزاحمت دیگران را فراهم کند، زیرا شما فقط به عنوان یک شوخی و ارتباط کوتاه به آن نگاه می‌کنید، ولی طرف مقابل ممکن است با خودش فکر کند شما برای مزاحمت‌های بیشتر هم پایه هستید. وقتی با دوستان خود هستید خیلی مراقب باشید و از انجام هر کاری که به نوعی باعث ارتباط شما با افراد ناشناس می‌شود جدا پرهیز کنید.



از ماست که برماست

تصاویر و اطلاعاتی که در فضاهای مجازی از خودتان منتشر می‌کنید، بست‌هایی که می‌نویسید، گروه‌هایی که در آن‌ها عضو می‌شوید، می‌تواند زمینه‌ای برای مزاحمت دیگران نسبت به شما باشد. فراموش نکنید که همه افرادی که این اطلاعات را می‌بینند افراد سالمی نیستند، پس مراقب باشید که چه تصویری از خودتان در ذهن دیگران ایجاد می‌کنید. در انتخاب عکس پروفایل تان دقت کنید، اطلاعات شخصی تان را فاش نکنید و در گروه‌هایی که مطالب غیراخلاقی در آن‌ها ردوبدل می‌شود حتی برای کنجکاوی و به صورت موقتی هم عضو نشوید.

ی از تباط این گونه افراد با خودتان را مسدود کنید. با این کار دیگر افراد شما را نخواهند داشت. باز بودن مسیر ارتباط، امیدواری برای فرد مزاحم ادامه پیدا کردن مزاحمت می‌شود. در فضای مجازی با بلاک کردن این با تنظیم رد کردن تماس این اشخاص می‌توانید راه ارتباطی آن‌ها را با

ان کنید یا این که تسلیم فرد مزاحم بشوید. اگر می‌رود یا این که شما را مقصر خواهند دانست یا دیکتر خواهید کرد. آنان همه امیدشان به همین خود ادامه دهند. یادتان باشد اگر فرد مزاحم شما چیز دیگری؛ نترسید و تسلیم نشوید.

بست و پیگیری شبانه‌روزی افراد مزاحم ممکن است برای نوجوانان جذاب باشد. نوجوان گول بخورند و تصور کنند که طرف مقابل واقعا به آن‌ها علاقه‌مند است. این گونه افراد از میل نوجوانان برای مورد توجه قرار گرفتن برای گول زدن شدن باشید کسی که واقعا به شما علاقه داشته باشد، از این راه وارد نمی‌شود، پیگیری شبانه‌روزی شان خام نشوید و گول نخورید.

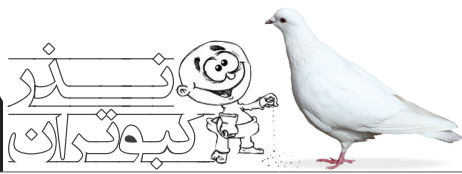
کسالی را در جریان قرار دهید. یادتان باشد تجربه پس اگر از آن‌ها راهنمایی بخواهید ممکن است هر چه زودتر موضوع را با پدر و مادرتان در میان دادن جواب تلفن یا دادن هشدار به فرد مزاحم



نظارت بر روابط دوستانه
شما به عنوان والد مسئولیت دارید که بر رفت‌وآمدها و دوستان فرزندان نظارت داشته باشید. نوجوانان به فعالیت‌های هیجانی علاقه دارند و اگر در معرض آن قرار بگیرند ممکن است نتوانند علاقه فکر کنند و تصمیم بگیرند. بهتر است فرزندان با دوستانی که صلاحیت کافی ندارند، رابطه نزدیک نداشته باشند، زیرا ممکن است فرزندان را به کارهایی ترغیب کنند که برایشان دردمسرت درست کند.

واکسن محبت
یادتان باشد بسیاری از مزاحمت‌ها از مزاحمت‌ها عامل نیاز نوجوانان به محبت و توجه، برای برقراری ارتباط با آن‌ها استفاده می‌کنند. برای نوجوانان هم، مورد توجه قرار گرفتن جذاب و فریبنده است. پس همه تلاش شما باید این باشد که فرزندان را از محبت سیراب کنید. تا می‌توانید محبت تان را به فرزندان ابراز کنید و توانمندی‌هایش را ببینید و او را مورد توجه و تمجید قرار دهید. این راهی است که فرزند شما را در مقابل رفتار و خواسته مزاحمت‌ها واکسینه می‌کند.

آگاهی بخشی
در مورد انواع مزاحمت‌ها و راه‌های مقابله با آن‌ها به فرزندان اطلاعات کافی بدهید. به او یاد بدهید که چطور باید از خودش مراقبت کند. هر چه فرزند شما آگاه‌تر باشد، بهتر می‌تواند از خودش مراقبت کند. تنها نکته‌ای که باید به آن دقت کنید آن است که آگاهی بخشی شما متناسب با سن فرزند و تجربیات او و بدون ایجاد نگرانی و اضطراب باشد. نباید خطرات موجود در جامعه را آن قدر بزرگ‌نمایی کنید که فرزندان احساس کنند شما نگرانی بیخودی دارید و نه این که باعث ایجاد اضطراب و ترسو شدن فرزندان شوید.



مسابقه عکاسی جهانی
نگاهی به عکس‌های برتر برندگان مسابقه عکاسی بین‌المللی «آندری استتین»



هدیه‌های هشتاکو

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

گاهی داستان‌هایم از دستم لیز می‌خورند

«رویا براتی» متولد بیست‌ونهم شهریور سال ۱۳۷۸ است. در مدرسه نمونه‌دولتی «مصطفی‌زاد» در رشته ریاضی فیزیک درس می‌خواند. او از خودش و رؤیاهایش برای ما می‌گوید.



حانیه‌سلامی‌راد

به خورنتید نلاتر نان اعتماد می‌کنم

معتمد نوشته‌های خوب تأثیر خوب‌شان را در جهان و زندگی آدم‌ها می‌گذارند... تأثیر خوب‌شان را در زندگی همه... اصلاً همان حرف‌ها که از درز نازک پنجره خودروها می‌شوند در جاده... همان‌ها... تعداد تصادفات جاده‌ای را کمتر می‌کنند... همان جمله‌ها که توی صندوق عقب ماشینم هستند... همان نقاشی‌هایی که توی مسابقه برنده نشده‌اند...

چطور می‌توانم بگویم که من به جمله‌ها چطور نگاه می‌کنم... چطور می‌توانم بگویم که من به روح کلمات تا چه اندازه‌ای معتقدم... باید بیست و چند سال در هزار کاغذ نوشته باشید تا تأثیر آن‌ها را دریابید... من حالا دیگر شبیه مادری هستم که بچه‌های زیادی را به دنیا آورده است... او وقت نمی‌کند از کارهای خوب و خلاق پسرها و دخترهایش کپی بگیرد... آن‌ها را چاپ کند... و به خاطر آن‌ها به بچه‌هایش جایزه بدهد... چون کوچک‌ترها آمده‌اند... و بزرگ‌ترها دارند می‌روند... و او باید پای همه گلدان‌هایش آب بریزد... او نگران استعدادهای بچه‌هایش است، اما هیچ‌کار نمی‌تواند بکند جز این که مانند یک گیاه تازه کاشته‌شده پای آن‌ها آب بریزد و به خورشید اعتماد کند.

فقط این که می‌خواهم بدانید... خلق یک اثر بسیار مهم‌تر از سرنوشت آن است. باران‌های بی‌هنگام و زیبا، نسیم معتدل یک عصر پاییزی و رقص درختان در یک شب بارانی... شاید همه از اثر نوشته‌ها و نقاشی‌ها و رؤیاهای کودکان من و شما باشد که هیچ‌جا چاپ نشده‌اند و به افتخارشان هیچ‌کس هیچ جایزه‌ای به آن‌ها نداده است. بچه‌ها از شما و نوشته‌هایتان ممنونم و امیدوارم من را با همه کوتاهی‌ها و ناتوانی‌هایم ببخشید... من مادری هستم که بیشتر بچه‌های شهرم مشهد فرزندانم هستند... مادری که فقط می‌تواند پای گلدان استعدادهای فرزندان آب بریزد و به خورشید تلاش‌شان اعتماد کند.

از کی فهمیدی که می‌توانی بنویسی؟

من تقریباً از زمانی که نوشتن را یاد گرفتم شعر می‌نوشتم. اولین شعرهایم را سال دوم دبستان نوشتم؛ البته نه این که چیزهای به‌درد بخوری باشد، ولی خوب از همان موقع تمرین نوشتن را شروع کردم و بعدها به نوشتن داستان روی آوردم.

نقش کانون پرورش فکری در زندگی‌ات چقدر بوده است؟

من از سال اول راهنمایی وارد کانون شدم. اولین کلاس‌هایم نمایشنامه‌نویسی و کارگاه داستان خانم «صدیقی»، مربی ادبی کانون بود. کانون کمک کرد که کم‌کم جدی بنویسم. اگر بخوام تأثیرگذارترین چیزها در نوشتنم را نام ببرم اول پدرم و بعد کانون است. نقش فضای کتابخانه‌های کانون و مربیان آن بی‌شک خیلی خیلی زیاد بود. نه تنها آموزش‌ها بلکه جو دوستانه‌ای که در کتابخانه حاکم است فوق‌العاده می‌تواند مفید باشد.

تعریف از نوجوانی چیست؟

تعریف من از نوجوانی خیلی پیچیده نیست. به نظرم نوجوانی زمانی است برای یاد گرفتن و تجربه کردن؛ همین شرایطی که در دوره نوجوانی پیش می‌آید همه ساده‌شده مشکلاتی است که در آینده با آن‌ها روبه‌رو می‌شویم. نوجوانی تنها یادگیری و تمرین برای آینده است؛ مثل تمرین‌هایی که یک مربی ورزش به شاگردهایش می‌دهد، در شرایط آسان‌تر و با کمک بیشتر.

سال گذشته برای تو چه حسی داشت و دوست داری امسال چه جوری باشی؟

راستش سال گذشته برای من سال خوبی نبود. امیدوارم امسال سال کاملاً متفاوتی باشد. امیدوارم پر از تلاش و فعالیت باشد.

کفایتی که داستان می‌نویسی... شخصیت‌های داستان‌هایت را چگونه پیدا می‌کنی؟

شخصیت‌های داستان‌هایم نقش خیلی مهمی در زندگی‌ام دارند. به آن‌ها خیلی علاقه‌مند می‌شوم و حتی وابسته. نحوه به وجود آمدن‌شان خیلی ناخودآگاه و بی‌برنامه است. راستش نمی‌دانم واقعا از کجا می‌آیند!

دلت برای شخصیت‌های داستان‌هایت تنگ می‌شود یا شده از آن‌ها بدت بیاید؟

شاید خنده‌دار باشد، اما شخصیتی دارم به اسم «سایه» و من از این شخصیت واقعا متنفرم. دو سال پیش در موردش نوشتم. در عوض خواهری دارد به اسم «شعله» که شخصیت مثبتی دارد.



این هم یکی از داستان‌های کوتاه رویا براتی.

ردبا

می‌خواهیم پاهایمان هوا بخورد. خسته شده‌ایم از این چکمه‌های چرمی همیشگی. من و تو هیچ‌وقت اهل این‌جا نبوده‌ایم. می‌خواهیم بدویم، ولی این چکمه‌ها نمی‌گذارند. ما فکر می‌کنیم این درست است؟ ولی کفش‌هایمان با ما راه نمی‌آیند.

نفس می‌کشیم و مه گرم جلوی چشمانمان مانع می‌گیرد. می‌گویند برف می‌بارد. تو می‌گویی بیا بریم! بیا همین امشب برویم! می‌گویند زمین تا فردا یخ می‌بندد. می‌گویند هوا سرد شده. می‌گویم: «ردبایمان می‌ماند.» می‌گویم: «ردبایمان زیادند... پیدایمان نمی‌کنند.» می‌گویم: «آن‌ها ردبای چکمه‌اند. ما چکمه‌هایمان زنجیر شده.» می‌گویند ساکت باشیم. می‌گویند برف می‌آید. برف می‌آید. برف می‌آید...

چکمه‌هایمان را درمی‌آوریم. سرما پاهایمان را می‌ارزاند. می‌گویم: «کفش‌ها را در آورده‌ایم؟» می‌گویم: «کفش‌ها را در آورده‌ایم... شیشه‌ها را می‌شکنیم. پاهایمان را روی برف‌ها می‌گذاریم. پاهایمان می‌سوزند. دست مرا می‌گیری و فرار می‌کنیم. پاهایمان آتش می‌گیرند. می‌گویم: «آن‌ها ردبای کفش‌اند. پیدایمان می‌کنند.» می‌گویم: «پاهایمان می‌سوزند.» زیر پاهایمان برف آب می‌شود. می‌گویم: «گیر می‌افتیم!» می‌گویی پاهایمان می‌سوزد.

می‌رویم. دور می‌شویم.
پشت سرمان خرده‌شیشه است و ردبایمان، سرخ‌رنگ...

نوجوان‌ها معمولاً از نصیحت خوش‌شان نمی‌آید. ولی اگر بخواهی به‌عنوان یک دوست به آن‌ها پیامی بدهی چه می‌گویی؟

فکر نمی‌کنم در جایگاهی باشم که بخواهم کسی را نصیحت کنم. اما به‌شدت معتقدم که باید از زندگی لذت برد. باید دانست که هیچ‌چیز بیشتر از شادی ارزشمند نیست.

از موفقیت‌هایت در مسابقات و زمینه‌های مختلف برایم بگو.

در دوره راهنمایی در مسابقات انشا نفر اول شدم. در مسابقات فانوس که کانون پرورش فکری خراسان رضوی با محوریت بصیرت برگزار کرد در بخش داستان کوتاه نفر اول شدم. دو سال در دوره دبیرستان در مسابقات فرهنگی هنری آموزش‌وپرورش شرکت کردم و هر دو سال نفر دوم استان شدم.

رابطه‌ات با مطالعه چطور است؟ نویسنده‌های مورد علاقه‌ات چه کسانی هستند؟

مطالعه در موارد مختلف را دوست دارم؛ مثلاً به زمین‌شناسی علاقه‌مندم و در این‌باره مطالعه می‌کنم. به داستان کوتاه و رمان هم بسیار علاقه‌مندم. نویسنده مورد علاقه زیاد دارم. «آگاتا کریستی» و «جی.کی. رولینگ» را ترجیح می‌دهم و امیدوارم بتوانم مثل آن‌ها داستان‌های تأثیرگذاری برای نوجوانان بنویسم. در کل بیشتر به ژانر تخیلی و جنایی علاقه دارم و در حال حاضر سعی می‌کنم داستان بلندی در همین زمینه بنویسم.

آخرین باری که از ته دل خندیدی کی بود؟

چه سؤال سختی! من کلاً با اعضای خانواده زیاد شوخی می‌کنم و زیاد می‌خندیم. آخرین‌بار هم با خواهرم خندیدیم، ولی واقعا یادم نمی‌آید چرا.

از انتخاب سوژه برای داستان‌هایت بگو؟ چطور به ذهن می‌رسند؟

معمولاً داستان‌هایم از یک حس شروع می‌شوند؛ مثلاً احساس خشم از مسئله‌ای اجتماعی باعث می‌شود تصمیم بگیرم در موردش بنویسم. این مسئله گاهی وقت‌ها تا مدت‌ها در ذهنم می‌ماند تا شکل بگیرد. ممکن است واقعا زمان زیادی ببرد، ولی به‌تدریج ساخته می‌شود.

گاهی وقت‌ها هم صحنه‌ای ممکن است داستانی را در ذهنم تداعی کند؛ مثلاً دیدن گریه یک زن یا دعوی دوتا بچه. البته گاهی وقت‌ها هم پیش می‌آید که حسش وجود دارد، اما نمی‌توانم بنویسم. این‌جور مواقع انگار داستان از دستم لیز می‌خورد و گم می‌شود. حس خیلی بدی است، اما پیش می‌آید.

و حرف آخر؟

حرف آخر فقط این که سعی کنید دنبال علایق‌تان بروید و شاد باشید. همین دیگه.



متناقض‌ترین فردی که تو زندگی‌م دیدم خودم بودم که هم تنبلم، هم از بیکاری بدم میاد.
تنبل خان

پدر بزرگم همیشه بهم می‌گفت برامون بخون. در جواب من که صدام خوب نیست هم می‌گفت چون صدات مثل جاروبرقیه همه غم‌ها و غصه‌ها رو از آدم می‌کشه بیرون.
آقای همساده

رفتم دکتر بهم گفت: وقتی صبحانه نمی‌خوری، نتیجه‌اش این می‌شه که ناهار و شام رو با ولع می‌خوری. گفتم: آخه صبحانه هم می‌خورم. گفت: مریض بعدی.
خیل خان

آسیبی که نخوردن پیتزا به روحم می‌زنه خیلی بیشتر از آسیبی هست که خوردنش به جسمم می‌زنه.
خیل خان

ما آدم‌ها عاشق چیزایی هستیم که نداریم! وقتی هم که به دستشون آوردیم، اون‌قدر برامون عادی می‌شه که یادمون می‌ره به روزی آرزوی داشتنشونو می‌کردیم.
شاعر تنها

خوش‌به‌حال مگس‌کش‌ها، سه ماه کار می‌کنن ۹ ماه استراحت می‌کنن.
تنبل خان

خیلی زود صبح می‌شه! ما هنوز خوابمون میاد، لطفاً رسیدگی کنید.
تنبل خان

سؤال من اینه که پشه‌ها ۹ ماه از سال رو به جای خون چی می‌خورن؟ خب همونو این سه ماه هم بخورن، دستام شبیه نون کجندی شده از نیش پشه.
خوشمزه خان

