



داده تصویری

تغییرات کوچک محیط برای کاهش آسیب‌های ناشی از افتادن



نامبرگرافی

۱۳۵

سال، سن کهن‌ترین مرد استان چهارمحال و بختیاری و شاید کشور بود که به تازگی در گذشت. مرحوم محمد حسین چراغی ساکن روستای خویه از توابع شهرستان کوهرنگ، ۱۲ فرزند و ۲۴۳ نوه و نتیجه داشت که تا آخرین روز عمرش به غیر از عصا به کسی تکیه نکرد و هر سه وعده غذایی‌اش فقط شیر گاو و گوسفند بود.



منبع: باشگاه خبرنگاران جوان

موفقیت به وقت +۶۰

سازه کبریتی

سرگرمی سالمند ۸۷ ساله انگلیسی



سالمندی دوره خمودگی، رکود و ایستایی نیست. در این دوره هم می‌توان به دنبال علاقه و ایده‌های ذهنی خلاقانه و هنرمندانه رفت و خالق آثار چشم‌نواز شد. مانند «درک»، سالمند ۸۷ ساله انگلیسی که با کبریت دست به طراحی و ساخت

مکان‌های دیدنی جهان زد و با این فعالیت، توجه بسیاری از کاربران فضای مجازی در سراسر دنیا را به خود جلب کرد. او در گفت‌وگویی دلیل روی آوردن به ساخت سازه در این مقطع از زندگی‌اش را فرار از حوصله سر بردن کرونا و قرنطینه خانگی ناشی از آن بیان کرده است. دلیل هر چه باشد این مبتکر انگلیسی نشان داد که هنر سن و سال نمی‌شناسد.

آخرین ابتکار این سالمند با ذوق، قایق می‌سی‌سی‌پی است که به صورت حرفه‌ای ساخته شده است. از دیگر مکان‌هایی که او با کبریت طراحی و ساخته، کلیسای جامع نوتر دام، مجسمه آزادی، کاخ سفید و پل لندن بوده است. او درباره سختی کارش می‌گوید: «از آن جایی که مدل‌های بسیار پیچیده‌ای را می‌سازم، نمی‌توان عجله کرد. لذت این کار بی‌نهایت است و در تلاش برای ساخت مدل‌های کوچک‌تر هم هستم، اما ساخت مدل‌های بزرگ برایم جذابیت بیشتری دارد.» «درک» در بخش دیگری از صحبت‌هایش این کار را علاوه بر سرگرمی، برای کسب آرامش بیشتر و غرق شدن در دنیای افکارش انجام می‌دهد.



باشگاه خبرنگاران جوان

قاب خاطره



عکسی خاطره‌انگیز از مراسم سیزده‌به‌در دهه پنجاه. زمانی که کرونا بی نبود تا مردم را از هم دور کند، خانواده‌ها پرجمعیت بودند و هنوز گوشی‌های تلفن اعضای خانواده را از هم دور نکرده بود. منتظر عکس‌ها و خاطرات بهاری شما هستیم.

پیامک ۰۹۹۹۲۰۰۰ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

تلفن ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

منبع: انیستیتو کانسر پردیس

شیوا رضائی | روزنامه نگار

سرطان روده یکی از پنج سرطان شایع بین زنان و مردان ایرانی است که غالب مبتلایان آن را هم افراد با سن بالا تشکیل می‌دهند. نکته مهم درباره سرطان روده آن است که با توجه به برخی نکات می‌توان احتمال ابتلا به این سرطان را به خوبی کاهش داد.

نکات تغذیه‌ای را جدی بگیرید

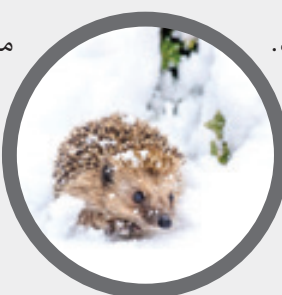
ابتلا به سرطان روده رابطه نزدیکی با سبک تغذیه افراد دارد. مطالعات نشان می‌دهد مصرف زیاد گوشت قرمز، مصرف زیاد گوشت‌های فرآوری شده مانند سوسیس و کالباس و مصرف زیاد گوشت‌های کبابی و گریل شده می‌تواند احتمال ابتلا به سرطان روده را افزایش دهد. در مقابل اما مصرف میوه، سبزیجات و غلات کامل (مانند نان‌ها یا ماکارونی‌های سبوس دار) می‌تواند احتمال ابتلا به این سرطان را کاهش دهد. در کنار این موارد



داستانک

راه‌زننده ماندن

می‌زدند و می‌مردند. از این رو مجبور بودند یا خارهای دوستان را تحمل کنند، یا نسل‌شان منقرض شود. پس دریافتند که بهتر است بازگردند و گرد هم آیند. خارپشت‌ها آموختند بازخم کوچکی که همزیستی با کسان بسیار نزدیک به وجود می‌آورد زندگی کنند، چون گرمای وجود دیگری مهم تر است. این چنین توانستند زنده بمانند.



در عصر یخبندان بسیاری از حیوانات یخ‌زدند و مردند. می‌گویند خارپشت‌ها و خامت‌اوضاع را دریافتند و تصمیم گرفتند دور هم جمع شوند و بدین ترتیب همدیگر را حفظ کنند. وقتی نزدیک‌تر به هم بودند گرم‌تر می‌شدند، ولی خارهایشان یکدیگر را زخمی می‌کرد. به همین دلیل تصمیم گرفتند از هم دور شوند ولی از سرما یخ

پیشنهاد

یک بازی، یک کلاس

دل‌تان می‌خواهد به بهانه‌ای، آموخته‌های انگلیسی قبلی‌تان را مرور کنید؟ حوصله کتاب و آموزش مجازی را ندارید؟ خب البته نمی‌خواهم مثل تبلیغات تلویزیونی بهتان وعده بدهم که با پیشنهاد من به خواسته‌تان می‌رسید ولی فکر هم نمی‌کنم پیشنهاد بدی باشد. بازی «درخت انگلیسی»، کمابیش می‌تواند به شما در تمرین زبان، کمک کند.

«teacher» را با چهار حرف «ل»، «ع»، «م» و «ن» بسازید. جواب‌تان چیست؟ بله، معلم. شما در هر مرحله با جواب‌های درست‌تان، تعدادی سکه به‌دست می‌آورید که این سکه‌ها را می‌توانید موقع نیاز به «راهنما» خرج کنید. راهنمای اول، چیدن دوباره حروف است. گاهی، وقتی ترتیب حرف‌ها عوض می‌شود، به حافظه شما کمک می‌کند کلمه مدنظر را راحت‌تر به یاد بیاورید. با دوراهنمایی دیگر می‌توانید حرف اول کلمه را ببینید و در مراحل بالاتر، یک یا تعدادی حرف اضافی را حذف کنید. «درخت انگلیسی»، بازی چالش‌برانگیزی نیست ولی بسته به سطح دانش زبانی‌تان حافظه شما را درگیر می‌کند.

دسته‌بندی: کلمات
حجم: ۲۰ مگابایت
سیستم‌عامل: اندروید



در شروع بازی، دانه «درخت انگلیسی» را در دل زمین می‌کارید و بعد مرحله به مرحله با یادگیری و مرور کلمات، درخت‌تان را پرورش می‌دهید. بازی دو نوع دارد: انگلیسی به فارسی و فارسی به انگلیسی. نحوه کار در هر دو نوع یکسان است. تعدادی حرف به هم ریخته دارید و یک کلمه که باید با آن حروف، معادل کلمه مدنظر را بسازید. مثلاً اگر انگلیسی به فارسی را انتخاب کرده باشید، بازی از شما می‌خواهد معادل کلمه