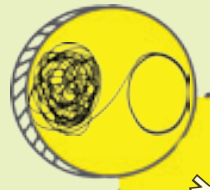




راه‌های برقراری ارتباط با فرد مبتلا به «آفازی»

آفازی یا زبان‌پریشی، اختلال در زبان است که روی درک، بیان، خواندن و نوشتن تأثیر می‌گذارد و بر اثر آسیب مغزی (سکته مغزی) اتفاق می‌افتد



عبارت‌ها را ساده‌سازی کنید



عوامل حواس پرتی را برطرف کنید



مختصر و خلاصه صحبت کنید



از گزینه‌های پیشنهادی استفاده کنید



روش‌های جایگزین را امتحان کنید



سرعت حرف زدن را کاهش دهید

سلامت

چطور از دندان‌ها مراقبت کنیم؟

اللهه توانا | روزنامه نگار

خیلی واضح می‌دانیم به چه دلایلی، در دوران سالمندی باید بهداشت دهان و دندان را جدی بگیریم. در این مطلب با جزئیات بیشتری به روش مراقبت از دهان و دندان می‌پردازیم، با این یادآوری که مراجعه منظم به دندان‌پزشک در سن شما بسیار مهم و ضروری است.



خاطرات یک قاضی

سرقت بی‌بلا دزد عزیز!

متهمی داشتم کیف‌قاپ اما چه کیف‌قاپی! با موتور کیف‌خانمی رازده بود و ۲۰ متر آن طرف‌تر تصادف کرده و رفته بود زیر یک وانت نیسان. هم کیف را از او پس گرفته بودند، هم خانم صاحب کیف با الفاظ آن‌چنانی از خجالتش درآمده بود، هم موتورش از وسط نصف شده بود و از همه مهم‌تر استخوان لگنش هم به سه قسمت غیر مساوی تقسیم شده بود. پرونده قضایی تشکیل شد و لی‌متهم در بیمارستان بستری بود. چند روزی منتظر شدم ولی دیدم حالا حالاها مرخص بشو نیست. من هم برای تسریع در رسیدگی، خودم پرونده را زیر بغل گذاشتم و با همراهی ماموران کلانتری رفتم بیمارستان عیادت و تفهیم اتهام مریض. بر گه‌های صورت جلسه بازجویی را رو کردم و همزمان با نوشتن، بلند برای متهم قرائت کردم که «حسب فلان و فلان اتهام شما مبنی بر

دانستنی‌ها

کهن‌ترین موجود زنده ایران



درخت سرو «آبرکوه» که در شهر ابرکوه (ابرقو) در استان یزد قرار دارد یکی از پیرترین موجودات زنده دنیا و مسن‌ترین موجود زنده ایران است. محیط تنه این درخت روی زمین ۱۱/۵ متر بوده و بلندی آن بین ۲۵ تا ۲۸ متر برآورد شده است. بعضی پژوهشگران عمر این سرو را حدود چهار هزار و ۵۰۰ سال و گروهی

سن آن را بیش از هشت هزار سال می‌دانند. مارکوپولو در خاطرات سفرش به ایران هم از این درخت یاد کرده است. سرو باشکوه ابرکوه که به عنوان میراث طبیعی ایران بعد از قله دماوند به ثبت رسیده است، درخت ملی ایران محسوب می‌شود و با همین عنوان در فهرست درختان ملی جهان به ثبت رسیده است. همچنین سرو نماد آزادی است که سعدی می‌فرماید:

به سرو گفت کسی میوه‌ای نمی‌آری

جواب داد که آزادگان تهی‌دست‌اند



نامبرگرافی



دقیقه در هفته (حدود روزی ۲۰ دقیقه) مدت زمانی است که بر اساس تحقیقات انجمن قلب آمریکا، بدن ما نیاز به فعالیت بدنی دارد.

zimed

موفقیت به وقت ۶۰+

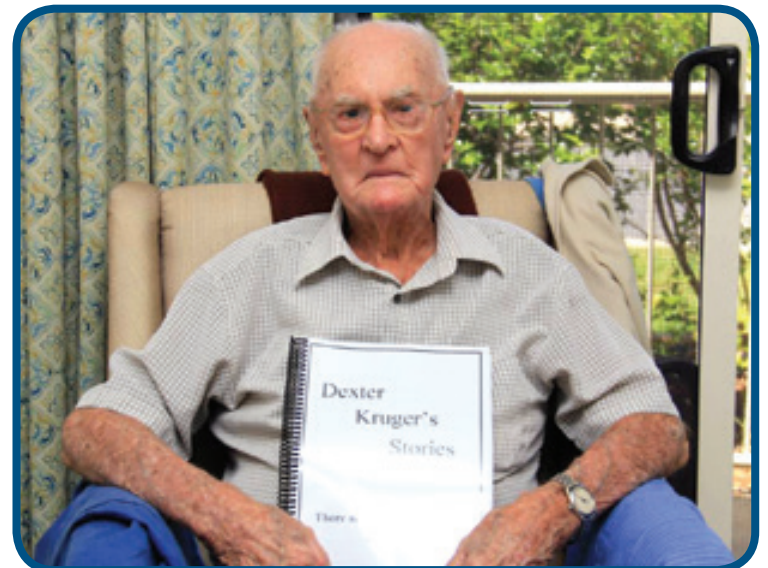
راز عمر طولانی پیرمرد استرالیایی



«دکستر کروگر» دامدار بازنشسته استرالیایی با ۱۱۱ سال و ۴ ماه سن به تازگی با عبور از سن «جک لاکت»، کهنه سرباز جنگ جهانی اول که هنگام مرگ در سال ۱۱۱،۲۰۰۲ سال داشت، صاحب لقب پیرترین مرد استرالیا شد. موسسه ثبت رکوردهای استرالیا تأیید کرده است که دکستر کروگر اکنون پیرترین مرد استرالیایی است. پیشتر لقب مسن‌ترین فرد استرالیایی تأیید شده طول تاریخ در اختیار کریستینا کوک بود که در سال ۲۰۰۲ در سن ۱۱۴ سالگی درگذشت.

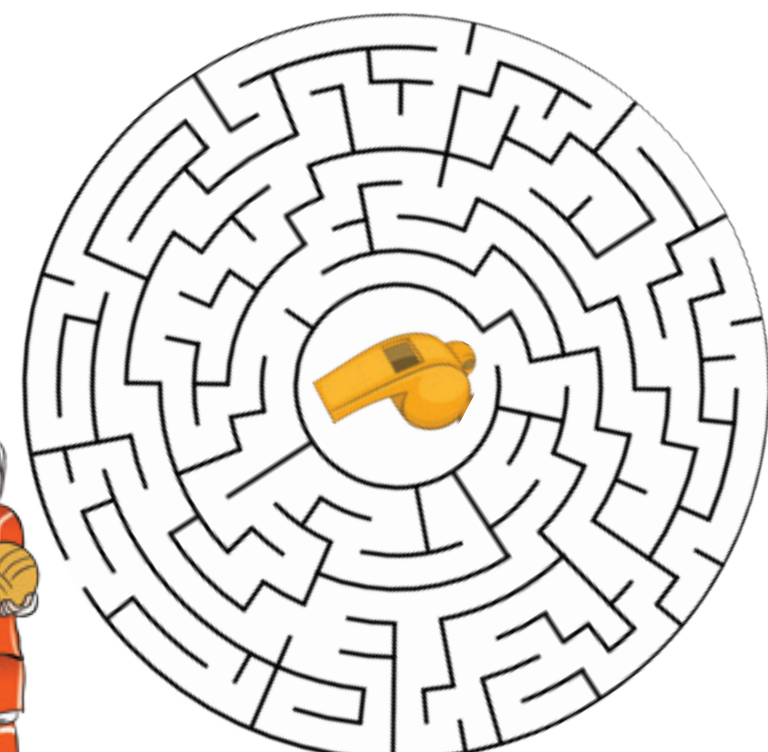
آقای کروگر هم اکنون در یک خانه سالمندان در شهر روما در ایالت کوئینزلند استرالیا زندگی می‌کند و در مصاحبه‌ای با رادیو و تلویزیون استرالیا یکی از رازهای عمر طولانی‌اش را خوردن هفتگی «مغز مرغ» اعلام کرده است! اما «گرگ»، پسر ۷۴ ساله آقای کروگر از آن‌جا که پدرش سال‌های بیشتر عمرش را به دامداری و زندگی در طبیعت سپری کرده است، راز سلامتی و طول عمر پدرش را سبک زندگی ساده، خوردن آن‌چه خود در باغ و مزرعه پرورش می‌داد و ورزش روزانه او می‌داند. ملانی کالورت، مدیر خانه سالمندان هم گفته است: «آقای کروگر این روزها مشغول نوشتن زندگی‌نامه بیش از یک قرن خود است و احتمالاً یکی از تیزترین حافظه‌های افراد ساکن آن‌جا را دارد. قابلیت شناختی او باورکردنی نیست و یکی از فعال‌ترین ساکنان مجموعه است. این حافظه قوی برای یک فرد ۱۱۱ ساله شگفت‌انگیز است.»

منبع: independent



سرگرمی

زودتر سوت بزنین تا ننجون یک سرویس مشتی بزنه!



پیامک ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶ و تلگرام ۰۲۰۰۰۹۹۹

تلفن ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰