



سفرنامه

روندا؛ شهری بر لبه پرتگاه

شهری که قرار است این هفته معرفی کنیم، بیشتر شبیه لوکیشن فیلم برداری فیلم هایی است که در واقعیت وجود ندارند و با جلوه های ویژه سینمایی به آن ها رنگ و لعاب می دهند. «روندا» اما واقعی است و در استان «مالاگا»ی اسپانیا با حدود ۳۵ هزار نفر جمعیت قرار دارد. این شهر در ارتفاع ۷۵۰ متری یک کوه حیرت انگیز و در لبه پرتگاه یک دره ساخته شده است که با رودخانه ای به دو نیم تقسیم می شود. ارتباط با این شهر از طریق سه پل که طول بزرگ ترینش به ۱۲۰ متر می رسد، انجام می گیرد. این پل که «پوئنته نوئوو» نامیده می شود در سال ۱۷۹۳ بنا شده و در طول این ۲۲۸ سال، سنگ های تشکیل دهنده آن با دامنه کوهستان ترکیب و رنگ، ظاهر و شیب آن ها با دامنه کوه یکی شده است. پل پوئنته روی یک رودخانه قرار گرفته که در نقطه انتهایی مسیر خود به دره عمیقی می ریزد و آبشار زیبایی ایجاد کرده است. یکی از قدیمی ترین میدان های تاریخی گاو بازی هم در روندا قرار دارد و سالانه میزبان هزاران گردشگر است. بسیاری از گردشگران و چه بسا مردم ساکن روندا نمی دانند که این شهر الهام بخش رمان «زنگ ها برای که به صدا در می آیند» اثر «ارنست همینگوی» بوده است. این نویسنده معروف آمریکایی تابستان ها را در این شهر سپری می کرده است. معروف ترین غذای اسپانیایی که در روندا هم بسیار رواج دارد، «پاتاتاس بر اواس» است که در آن از تکه های سیب زمینی پخته شده استفاده می شود که از بیرون ترد و از درون نرم هستند. از تنقلات خیابانی هم می توان به «شکلات چوروس» یا «دونات اسپانیایی» اشاره کرد که خمیر سرخ شده پوشیده یا پودر قند است و آن را در شکلات آب شده می زنند.

رفقا سلام!

امروز، روز جهانی «نقطه» است. تعجب کردین؟ «پیتراچ رینولدز»، داستان نویس و تصویرگر کتاب های کودکان، کتاب دوست داشتنی و کوچکی داره به اسم «نقطه» که ماجرای بچه ای که سر کلاس نتونسته نقاشی بکشه و همه چیز از یک نقطه شروع می شه. بعد از این قصه، «نقطه» می شه نماد خلاقیت و جسارت تا به آدمای پادآوری کنه هر کسی راه خودشو می ره و قرار نیست همه مثل هم باشن.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰

منبع: wowamazing



نگاتیو

خلاقانه دیدن

مرجان دهقان | عکاس



جوانه ها! خبر دارید نگاتیو از این هفته قراره در بعضی شماره ها به عکس های ارسالی شما بپردازه؟ اگر دوست دارید عکس هاتون در این ستون نقد بشه، صفحه اینستاگرام جوانه رو به آدرس dynamit_1400 دنبال کنید. در این صفحه موضوع هر هفته رو اعلام می کنیم تا عکس هاتون رو برامون بفرستید.

فاصله معمولی تا خوب

«زینب شفیغ نادری» دوست جوانه، این هفته برای مان دو عکس با موضوع «پنجره» فرستاده است. عکس اولش چیزی را نشان می دهد که تعریف دقیق و کلمه به کلمه پنجره است؛ ساختاری برای وارد شدن روشنایی، هوا و دیده شدن درون یا بیرون. کمی شبیه کلاس درس شد، نه؟ عکس دوم زینب اما قبل از این که تعریف شق و رقی از موضوع به یادمان بیاورد، قوه خیال مان را تحریک می کند. می خواهیم بفهمیم چطور زینب از یک عکس معمولی به یک عکس خوب رسیده است؟

نمایش یا تفسیری بودن؟

اختلاف این دو عکس در واقع اختلاف بین واقعیت و احساس است. هر قدر با سوژه عینی تر برخورد کنید، قدرت تفسیری عکس به همان نسبت محدودتر می شود. وقتی سعی می کنید سوژه تان در عکس با آن چه مطابقت کند که در واقعیت شناخته می شود، خودتان را از عکس فیلتر کرده اید. در این نوع عکس و وجه خارجی و سطح یک سوژه را به نمایش می گذارید. بنابر این احتمالاً بیننده نمی فهمد نگاه و بینش

بالتازار

آلودگی هوا می تواند باعث چاقی شود؟

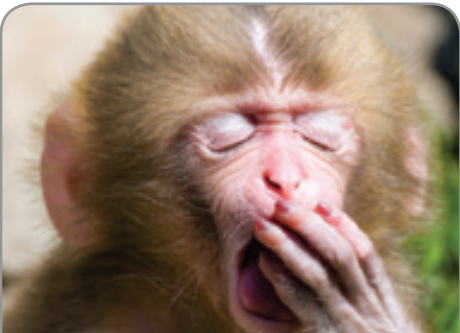
سمیه احمدیان | روزنامه نگار



حتماً بارها شنیده اید که آلودگی هوا خطر واقعاً جدی برای سلامتی ما دارد. تحقیقات جدید نشان می دهد که آلودگی هوا علاوه بر افزایش بیماری هایی مثل آسم می تواند باعث افزایش چاقی به ویژه بین بچه ها شود. در هوای آلوده مواد شیمیایی و ذراتی وجود دارد که به عنوان مواد چربی زا شناخته می شود. وقتی ما هوای آلوده را تنفس می کنیم، این مواد وارد بدن می شود و تعادل واکنش های شیمیایی را در بدن مان به هم می ریزد و به افزایش وزن مامنجر می شود. از آن جایی که بچه ها فعال تر از بزرگسالان هستند و هوای بیشتری دریافت می کنند، احتمال این که این ترکیبات شیمیایی خارجی وارد بدن آن ها شود، بیشتر است؛ بنابر این ممکن است آسیب بیشتری ببینند و علاوه بر مشکلات تنفسی دچار اضافه وزن شوند. همه ما می دانیم افرادی که در خانواده شان فردی سیگاری وجود دارد یا سابقه خانوادگی بیماری آسم دارند، به احتمال بیشتری دچار آسم می شوند اما آلودگی هوا هم حالا به عنوان عامل مهمی در ابتلا به آسم و آلرژی شناخته می شود. خوشبختانه راهکارهای آسانی وجود دارد که هر کدام از ما می توانیم برای پاک نگه داشتن هوا و محیط زیست مان انجام دهیم؛ مثلاً استفاده از وسایل نقلیه عمومی یا دوچرخه که هم سوخت کمتری مصرف می شود و هم هوا سالم تر می ماند. همچنین

دانستی

چیزهایی که نمی دونی!



اندازه خمیازه حیوانات به اندازه مغز شان بستگی دارد



کانادایی ها بیشتر از مردم هر کشور دیگری ماکارونی و پنیر می خورند



سیب، هلو و تمشک از خانواده «رزها» هستند

اندراحوالات

حال اون روباه ساده لوحی رو دارم که همه زندگیش سرش کلاه گذاشته شده اما بازم به صرف روباه بودن، همه مکار می دوننش.

خودت بساز

زندگی دوباره تی شرت ها

مهسا فارسی | روزنامه نگار



شما با تی شرت های کهنه تان چه می کنید؟ از آن جایی که تی شرت ها معمولاً با پارچه هایی از جنس نخی دوخته می شوند و خیلی به درد تمیزکاری می خورند، برای خیلی های مان تبدیل شدن تی شرت های بیچاره به دستمال های خوب گردگیری، پایان تراژیکی برای همه آن ها است و در آخر هم روانه سطل زباله خواهند شد. اما آیا این می تواند همه ماجرا باشد؟

همان طور که خودتان بهتر می دانید بازار کوسن ها در خانه ها همیشه داغ است و ما همیشه دوست داریم کوسن های جدید با طرح و نقش های نو داشته باشیم. تی شرت ها و بلوز های قدیمی می توانند روش خوبی برای کوسن ها باشند. کافی است دستی در خیاطی داشته باشید یا از فردی حرفه ای بخواهید کوسن های کاربردی با تی شرت ها برای تان بدوزد که در کل هم کار سختی نیست.



اگر تی شرت های کهنه را با صبر و حوصله به صورت نوارهای باریک و بلند برش بزنید، تبدیل خواهند شد به یک توپ نخ رنگی ضخیم برای درست کردن چیزهای مختلف مثلاً بافت یک رومیزی یا حتی روتختی. بافت با نخ های خیلی ضخیم، این روزها بسیار پرطرفدار و زیاست. شما به سادگی می توانید خودتان این نخ ها را با باز یافت و با آن چیزهایی مثل گردنبند، دستبند، گیره یا چیزهای دیگر درست کنید.



آثار شما

شیرین ترین هدف

معدنه رضایی | ۱۵ ساله



سلام خدمت دوستان عزیزم. می خواهم راجع به موضوعی با شما حرف بزنم؛ موضوعی که چند وقتی است فکر مرا به خود مشغول کرده و مطمئن هستم شما هم تا به حال با آن درگیر شده اید. ما گاهی اوقات خیلی دوست داریم کاری مهم انجام بدهیم که همه بهمان افتخار کنند اما از خطر کردن و این که نتوانیم کار را به درستی پایان بدهیم، بسیار هراس داریم. گاهی اوقات هم با مخالفت و تمسخر اطرافیان دلسرد می شویم پس دست روی دست می گذاریم و هیچ کاری نمی کنیم. شاید تا حالا کتاب ها و متن های انگیزشی را مطالعه کرده باشید و فکر کنید حرفی که می خواهم بزنم، تکراری یا شعاری است، اما من می خواهم طبق تجربه خودم بگویم که آرزوهای ما فقط برای خودمان بسیار مهم است و کسانی که تعریف آن را می شنوند، هیچ وقت نمی توانند خودشان را جای ما بگذارند پس حرف و نظرشان هم نمی تواند دقیق باشد. این خود ما هستیم که باید جسارت به خرج بدهیم و در مسیر آن چه به آن فکر می کنیم، قدم بگذاریم. به نظر من تلقین کردن به خود و تصویرسازی اهداف آینده نوعی برنامه نویسی مغز است. پس حتماً باتوکل بر خدای متعال و افکار مثبت می توانیم به اهداف مان دست یابیم. این یادداشت را با یک بیت زیبا از مولانا به پایان می رسانم که می گوید: این جهان کوه است و فعل ما ندا / سوی ما آیند ناهار اصداء.