گالری

سنجاب خاکستری در حال خوردن یک برانوئی شکلاتی در لندن!

عکس از: theguardian.com

رفقا سلام!
جوانه‌ای های عزیز! رفقای خوب ما! درجه حالید؟ تا الان به برنامه‌هایی که داشتین رسیدین؟ دو ماه دیگه از تابستون رو قراره چطور بگذرونین؟ از کارایی که کردین، کتابایی که خوندین و دوست دارین معرفی کنین، بگین، برامون از تجربه‌هاتون توی تعطیلات بنویسین. ستون‌های جوانه منتظر همه‌ی این‌هاست. ما مطالب همیشه خفن شما رو با رفقاتون به اشتراک بذارن.
شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

اطلاعات عمومی

زندگی بدون منابع طبیعی چه شکلی است؟

همه می‌دانیم اگر ابر و باد و مه و خورشید و فلک در کار نباشند زندگی برای ما روی زمین سخت و نشدنی است. اصلا هیچ کدام از کارهای مادر کره زمین بدون اکسیژن، آب، جنگل‌ها و منابع طبیعی که از سیاره خود به ارث برده‌ایم، شدنی نیست. به‌نظرتان ما می‌توانیم در دنیایی زندگی کنیم که از آب و اکسیژن در آن خبری نباشد؟ اگر چنین است آن دنیا چه شکلی خواهد بود؟ پاسخ ممکن است نگران‌تان کند اما دانستن بهتر از ندانستن است.

اکسیژن

گفته می‌شود اکسیژن، سومین عنصر فراوان در جهان است اما این دلیل نمی‌شود که تمام نشود. بیشتر دانشمندان معتقدند ما به بحران پایان اکسیژن نزدیک نیستیم اما اگر اکسیژن نباشد همه چیز آخر الزمانی پیش می‌رود. اگر تمام اکسیژن زمین حتی برای پنج ثانیه ناپدید شود، پوسته زمین فرومی‌رود و همه چیزهایی که روی زمین است به بیرون پرتاب می‌شوند، هواپیماها سقوط می‌کنند، ساختمان‌های بتنی به گردوغبار تبدیل می‌شوند، چیزی از سلول‌های زنده باقی نمی‌ماند و هزاران پیامد وخیم دیگر.

آب

بر اساس تحقیقات منتشرشده در «Science»، آب ۴.۶ میلیارد سال است که به دا زمین رسیده و آن را تغذیه کرده است. ۷۰ درصد از سطح سیاره زمین با اقیانوس‌ها، دریاها، رودخانه‌ها و دریاچه‌ها پوشیده شده است. آب در جوو می‌شود و هر سال ۵۰۵ هزار میلیارد تن آب از اقیانوس‌ها، دریاها، رودخانه‌ها و دریاچه‌ها به جوو می‌رود. این مقدار آب به‌صورت باران یا برف به زمین برمی‌گردد. ۹۶ درصد آب زمین را اقیانوس‌ها تشکیل می‌دهند و ۳ درصد آن آب شیرین است که ۲.۵ درصد آن یخ‌های قطبی و یخچال‌های طبیعی هستند و ۰.۵ درصد آن آب مایع است که در رودخانه‌ها، دریاچه‌ها و آب‌های زیرزمینی یافت می‌شود.

درخت

آخرین سرشماری درختان در سال ۲۰۱۵ نشان می‌دهد زمین بیش از ۳ تریلیون اصله درخت دارد. طبق گزارش بانک جهانی جنگل‌ها حدود ۳۰ درصد کره زمین را پوشانده‌اند. با وجود این ما شاهد تمام‌شدن درختان روی زمین هستیم چون زمین بین سال‌های ۱۹۹۰ تا ۲۰۱۶ میلادی بیش از ۵۰۰ هزار میل از درخت‌ها را به دلیل جنگل‌زدایی از دست داد. بدون درختان، جهان فرومی‌رود و همه چیزهایی که روی زمین است به بیرون پرتاب می‌شوند، هواپیماها سقوط می‌کنند، کارشناسان می‌گویند: اگر روزی آب ما تمام شود، جنگ، قحطی و سقوط اقتصاد جهانی شروع می‌شود. پس باید حسابی حواس‌مان به مصرف آب باشد.

حیوانات و ماهی‌ها

ممکن است ماهی‌ها و حیوانات را جزو منابع طبیعی حساب نکنیم و با خودمان بگوییم آن‌ها که به طور طبیعی وجود دارند و تمام نمی‌شوند! ولی این طور نیست. آن‌ها یکی از حیاتی‌ترین منابع انسان‌ها هستند. مسئله مهم‌تر خالی شدن اقیانوس‌ها از ماهی است. صندوق جهانی حیات‌وحش در سال ۲۰۱۲ هشدار داد که ما در حال صید بیش از حد هستیم و برخی پیش‌بینی می‌کنند موجودات دریایی در سال ۲۰۵۰ تمام می‌شوند و اکوسیستم زمین و انسان‌ها به خطر می‌افتد.

فلزات کمیاب

بر اساس مطالعه دانشمندان، ما از ۶۲ فلز مختلف در تولید و ساخت وساز استفاده می‌کنیم. این فلزات تجدیدناپذیرند، یعنی وقتی از بین رفتند برای همیشه از بین می‌روند. شاید تا الان خیلی، فلزات را جدی نگرفته باشید اما اگر فلزات تمام شود باید بدون محصولاتی زندگی کنیم که برای زندگی ما حیاتی شده‌اند، مانند گوشی‌های هوشمند و کامپیوتر و تجهیزات پزشکی نجات‌دهنده مانند دستگاه‌های ام‌آر‌آی، خودروها و ساختمان‌های مدرن.

از چه مسیری باید وارد این رشته شد؟

قبول شدن در رشته طراحی صحنه به‌صورت قبولی با کنکور (نیمه‌متمرکز) و قبولی با سوابق تحصیلی انجام می‌شود. کسانی که می‌خواهند از طریق کنکور وارد این رشته شوند باید در آزمون سراسری هنر شرکت کنند و بعد از اعلام نتایج اولیه، این رشته را در اولویت‌های انتخاب رشته بگذارند و منتظر آزمون عملی و مصاحبه دانشگاه باقی بمانند. تنها از این طریق می‌توان وارد رشته طراحی صحنه دانشگاه هنر تهران و دانشگاه تهران (دانشکده هنرهای زیبا) شد. آزمون عملی به‌طور معمول سه هفته بعد از کنکور برگزار می‌شود و ممکن است در این آزمون از شما بخواهند فضایی را که در آن هستید، طراحی کنید. مرحله بعدی تکمیل رزومه و انگیزه‌نامه است. مصاحبه خان آخر است و داورها در آن هم درباره خودتان همه آن چیزهایی که ما در فیلم سینمایی، سریال یا حتی مسابقه می‌بینیم از طراحی لباس و فضا تا نور و رنگ پردازی‌ها، ایده‌های طراح صحنه است. رشته طراحی صحنه یکی از زیرشاخه‌های هنرهای نمایشی و جزو گرایش‌های رشته تئاتر است و دانشجویانی که قصد انتخاب این رشته را دارند باید در کنکور سراسری هنر شرکت و شانس خود را برای ورود به این رشته امتحان کنند. در ادامه بیشتر از این رشته و جزئیات آن خواهیم گفت.

در رشته طراحی صحنه، چه خبر است؟

دانشجوهای این رشته در دانشگاه انواع صحنه‌ها را می‌شناسند، با نقشه‌برداری آشنا می‌شوند، شناخت اشیا، مواد و وسایل صحنه و نسبت آن با رویات (داستانی هم از موارد دیگری است که می‌آموزند. همچنین با مفهوم انتخاب صحنه و آماده کردن آن برای اجرا بیشتر آشنا می‌شوند. وظیفه طراح صحنه در واقع طراحی محیطی فیزیکی هر صحنه از نمایش است و اوباید همه جزئیات مانند محل قرارگرفتن مبل، فرش و... و حتی جای گیری دو رین را طراحی کند. طراح صحنه معمولا بعد از خواندن متن برنامه و صحبت با کارگردان، طرح صحنه و وسایل مربوط به آن را (روی کاغذ) می‌کشد و به صورت طرح اولیه به کارگردان می‌دهد تا در محل اجرای پروژه، آن را پیاده کنند.

از چه مسیری باید وارد این رشته شد؟

قبول شدن در رشته طراحی صحنه به‌صورت قبولی با کنکور (نیمه‌متمرکز) و قبولی با سوابق تحصیلی انجام می‌شود. کسانی که می‌خواهند از طریق کنکور وارد این رشته شوند باید در آزمون سراسری هنر شرکت کنند و بعد از اعلام نتایج اولیه، این رشته را در اولویت‌های انتخاب رشته بگذارند و منتظر آزمون عملی و مصاحبه دانشگاه باقی بمانند. تنها از این طریق می‌توان وارد رشته طراحی صحنه دانشگاه هنر تهران و دانشگاه تهران (دانشکده هنرهای زیبا) شد. آزمون عملی به‌طور معمول سه هفته بعد از کنکور برگزار می‌شود و ممکن است در این آزمون از شما بخواهند فضایی را که در آن هستید، طراحی کنید. مرحله بعدی تکمیل رزومه و انگیزه‌نامه است. مصاحبه خان آخر است و داورها در آن هم درباره خودتان می‌پرسند هم سوالات تخصصی‌تری مانند این که چه طراحان صحنه‌ای را می‌شناسید؟ کتابی که در زمینه طراحی صحنه نوشته شده باشد، معرفی می‌کنید؟ تعداد دانشگاه‌های هنر غیر دولتی که رشته طراحی صحنه را ارائه می‌کنند از انگشتان یک دست کمتر هستند و برای همین حتی داوطلبان با سوابق تحصیلی هم رقابت سختی برای ورود به این رشته دارند.

بعد از دانش آموختگی چه چیزی در انتظار یک طراح صحنه است؟

دانش آموختگی می‌تواند کار خود را با گروه‌های تئاتر شروع کند و با نشان دادن توانایی و به‌دست آوردن تجربه در پروژه‌های مختلف تلویزیونی، کنسرت و سینمایی شرکت کند و در آن‌ها مشغول به کار شود. دانش آموخته این رشته در ابتدا چون کم‌سابقه و کم‌تجربه است به عنوان دستیار وارد کار خواهد شد و در آمد چندانی نخواهد داشت اما می‌تواند با پشتکار و آشنا شدن با گروه‌های مختلف هنری خودش را به عنوان یک طراح آورد‌ن تجربه و سابقه و این که با چه کسانی کار کرده‌اید، ارزشمند است.

این رشته چه سختی‌ها و چالش‌هایی دارد؟

طراحی صحنه یکی از فنی‌ترین رشته‌های هنرهای نمایشی است و دانشجوهای این رشته باید با معماری، نقاشی و هنرهای تجسمی هم ارتباط خوبی داشته باشند. علاوه بر این، باید با طراحی لباس هم آشنا باشد چون در کشور ما به‌طور معمول طراحی لباس و صحنه بر عهده طراح صحنه است. این شغل ساعت کاری مشخص و تعیین شده‌ای ندارد و بنا به پروژه، ساعت کاری می‌تواند فشرده و زیاد باشد یا مدتی هیچ کاری به شما پیشنهاد نشود. طراح صحنه نمی‌تواند مانند یک نقاش یا نویسنده کارش را انجام دهد و برود. عملکرد او مدام تحت تاثیر فشار زمانی، مشکلات مالی و تغییر عقیده کارگردان یا محدودیت‌های ساخت است و باید همه این چالش‌ها را مدیریت کند.

رشته طراحی صحنه به درد چه کسانی می‌خورد؟

صبر و پشتکار دو ویژگی مهمی است که باید برای ورود به این رشته داشته باشید چون بعد از دانش آموختگی شما را به عنوان یک دستیار می‌شناسند. باید خودتان را باور داشته باشید تا بتوانید به چیزی که در ذهن‌تان دارید، برسید. باید خیال‌پردازی قوی باشید، چرا که ایده‌های جدید خوب در گروِ این ویژگی است. بیشتر از همه طراحان صحنه باید مصمم، پرارده و عاشق حرفه‌شان باشند چون کار در زمینه نمایش و سینما سختی‌هایی مانند فشار کاری، بی‌خوابی و... را به دنبال دارد که تنها با مهارت‌های فنی نمی‌توان آن‌ها را پشت سر گذاشت.

[...]
طراح صحنه باید یک خیال‌پرداز قوی باشد چرا که ایده‌های جدید و خوب در گرو این ویژگی است. بیشتر از همه طراحان صحنه باید مصمم و پرارده و عاشق حرفه‌شان باشند چون کار در زمینه نمایش و سینما سختی‌هایی مانند فشار کاری، بی‌خوابی و... را به دنبال دارد که تنها با مهارت‌های فنی نمی‌توان آن‌ها را پشت سر گذاشت

مسیر

طراحی صحنه؛ هنر خوب دیدن و خوب چیدن

چه مسیری در انتظار دانش‌آموخته‌های طراحی صحنه است و چطور باید وارد این رشته شد؟

کلاس زبان

مترادف

Feel someone
درک کردن

Relate to someone
درک کردن

مثال:
I feel you and I'm ready to do what it takes to help you.

ترجمه: درکت می‌کنم و آماده‌ام تا هر کاری که برای کمک به تو لازم است انجام دهم.

مثال:
The kids need a teacher who can relate to them.

ترجمه: بچه‌ها به معلمی نیاز دارند که بتواند با آن‌ها ارتباط برقرار کند (درکشان کند.)

سفرنامه

سیوا؛ بهشتی در صحرا

کشور مصر به اسرار و جاذبه‌های اسرارآمیز از جمله اهرام ثلاثه شهرت دارد و به عنوان قدیمی‌ترین کشور جهان شناخته می‌شود. اما در میان جاذبه‌های مشهورش، مناطق کمتر شناخته‌شده گردشگری وجذابی مانند منطقه «سیوا» وجود دارد که گردشگران زیادی هر سال برای تماشای زیبایی‌هایش راهی این دیار می‌شوند.

وقت گذرانی در دل کویر و در کنار آتش، قدم‌زدن در کنار درختان نخل، بازدید از آثار باستانی ساخته‌شده از گل و شنار حومچه آبی رنگ سیوا هر مسافری را برای بازدید از این منطقه وسوسه می‌کند.

«سیوا» واحه‌ای دور افتاده در نزدیکی مرز غربی مصر است. واحه سرزمینی سبز و دارای آب و درخت در میان صحرا است که برای صحرانشینان حکم بهشت را دارد. در ادبیات، داستان‌های بسیاری درباره واحه‌ها وجود دارد. برای مثال شخصیتی که در حال مرگ است و از تشنگی دارد هلاک می‌شود، ناگهان به واحه‌ای در وسط بیابان می‌رسد و از مرگ رهایی می‌یابد. در بیشتر کشورهایی که بیابان یا صحرا دارند، واحه هم وجود دارد. امروزه که گردشگران به دنبال مکان‌های بکر و کمتر بازدیدشده یا تفریحاتی خاص هستند، سفر به واحه‌ها هم محبوبیت زیادی پیدا کرده است.

واحه سیوا با ۲۳ هزار نفر جمعیت به دلیل حضورچشمه‌های نمک‌معروف است. غلظت نمک در این حوضچه‌ها به اندازه‌ای است که تقریبا فرورفتن در آب غیرممکن می‌شود. به دلیل

[...]
واحه سرزمینی سبز و دارای آب و درخت در میان صحراست

مقدار بالای نمک در آب‌های سیوا، از این دریاچه‌ها به عنوان درمان دارویی برای پوست و چشم استفاده می‌شود. چشم‌انداز وسیع این واحه با نخل‌های سبز در میان ماسه‌های صحرا، منظره‌ای جذاب است که گردشگران شبیه آن را در هیچ جای دنیا پیدا نخواهند کرد.

برگ سبز و کارت خودرو پراید ۱۴۱ مدل ۱۳۸۶ شماره انتظامی ۷۴ - ۸۸۳ ب ۴۹ و شماره موتور ۱۹۰۵۹۸۲ و شماره شاسی ۱۴۸۳۲۹۸۶۲ به نام نصرالله علی خانی مفقود و فاقد اعتبار می باشد.

برگ سبز و سند کمپانی خودرو سواری هیوندای توسان به شماره انتظامی ایران ۶۱-۶۱۱ و ۴۲ به شماره شاسی KMHJUA1CDDU696774 به شماره شاسی G4KEDU۰۰۶۲۸۶ بنام محمدتقی سروری اسناد مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز خودرو تویوتا پرادو TXL مدل ۲۰۱۳ به شماره پلاک ۸۸-۱۴۰ق۵۶ به شماره موتور ۲TR۱۲۷۳۸۰ به شماره شاسی JTECXTF۶J۵۵۰۰۵۹۰۲ مفقود و فاقد اعتبار است

متمم قرارداد اجاره نامه رسمی ۹۹ ساله مسکن مهر به شماره ۱۳۵۴/۴۰۰/۲۴۲ مورخ ۱۴۰۰/۴/۶ مربوط به شرکت عمران شهر جدید گلبهار بنام راضیه کارآموزیان مفقود و فاقد اعتبار است

ایستجلب یاسر میرزادوستی استادی مالک خودرو پژو ۴۰۵ SLX به شماره انتظامی ایران ۶۷۱-۲۷۱ ب ۳۱ به شماره موتور ۱۸۱۵۰۰۹۹۲۴۸۰ و شماره شاسی NAAM۲۱FEV۸KY۲۱۶۱۲ به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی، برگ سبز و کارت) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس جنابچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر خودرو واقع در پیکان شهر به ساختمان سند مراجعه نماید بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.

برواله ساختمانی شماره ۸۴۷ به نام شرکت تعاونی مسکن شهید سیاسه برای قطعه شماره ۳۶ واقع در بلوک ۲۷ محله گلشهر (۸) قسمتی از پلاک ثبتی ۵۷ فرعی مجزا شده از پلاک ۱ از پلاک ثبتی ۷ فرعی مجزا شده از پلاک ۲۲۶ اصلی بخش ۷ مشهد با کد نوسازی ۰۱-۸-۳۷-۳۶ مفقود گردیده و اعتبار ندارد.

اینجانب احسان سلطانی مالک خودرو وانت پیکان به شماره انتظامی ۶۳ - ۸۹۱ ب ۵۴ و شماره شاسی ۸۸۴۸۴۶۸۹۸CGT۱۹۸۳۲ به علت گم شدن برگ سبز و اسناد فروش (سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر به ساختمان سند مراجعه نماید بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد.

برگ سبز و سند کمپانی خودرو هیوندا سانتافه به شماره پلاک ۱۲-۲۲۵ م ۱۹ به شماره موتور G۶EA۸A۱۱۴۲۴۶ به شماره شاسی KMH۵H۸۱DFA۳۶۰۲۸۸ بنام سیاوش نصیرائی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز، سند کمپانی پراید ۱۳۱ مدل ۹۰ به شماره پلاک ۷۴-۱۶۱-۵۸ به شماره موتور ۲۹۴۴۱۱۷ به شماره شاسی ۵۳۴۱۲۹۰۸۳۸۸۱۲ بنام ایودر صمدخدائی مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز سواری هایج بک کوییک مدل ۱۴۰۰ رنگ سفید روغنی به شماره انتظامی ۳۲ ایران ۱۱۱ و ۵۷ شماره شاسی NAS۸۴۱۱۰۰۸۱۱۱۵۴۴۴ شماره موتور M۱۵/۹۳۰۲۳۵۶ بنام فاطمه مهدی زاده دربان مفقود وفاقد اعتبار است

سند کمپانی خودرو پژو ۲۰۶ مدل ۸۲ به شماره پلاک ۷۴-۴۱۱ ب ۵۱ به شماره موتور ۱۰۶۱۵۶۵۴۴۲۷۳۷۳ شماره شاسی ۸۲۶۲۷۳۳۸ بنام سیدعلی روحی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و کارت خودرو پراید ۱۳۱ مدل ۹۰ به شماره پلاک ۷۴-۲۱۵ ب ۵۷ به شماره موتور ۱۱۶۰۲۹ و شماره شاسی ۲۲۸۸۷۶ به نام احمد پیرو در مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز و سند کمپانی خودرو هیوندا سانتافه به شماره پلاک ۱۲-۲۲۵ م ۱۹ به شماره موتور G۶EA۸A۱۱۴۲۴۶ به شماره شاسی KMH۵H۸۱DFA۳۶۰۲۸۸ بنام سیاوش نصیرائی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی هیوندا سانتافه به شماره پلاک ۱۲-۲۲۵ م ۱۹ به شماره موتور G۶EA۸A۱۱۴۲۴۶ به شماره شاسی KMH۵H۸۱DFA۳۶۰۲۸۸ بنام سیاوش نصیرائی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی خودرو هیوندا سانتافه به شماره پلاک ۱۲-۲۲۵ م ۱۹ به شماره موتور G۶EA۸A۱۱۴۲۴۶ به شماره شاسی KMH۵H۸۱DFA۳۶۰۲۸۸ بنام سیاوش نصیرائی مفقود و فاقد اعتبار است

برگ سبز و سند کمپانی خودرو هیوندا سانتافه به شماره پلاک ۱۲-۲۲۵ م ۱۹ به شماره موتور G۶EA۸A۱۱۴۲۴۶ به شماره شاسی KMH۵H۸۱DFA۳۶۰۲۸۸ بنام سیاوش نصیرائی مفقود و فاقد اعتبار است

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی

جلسه مجمع عمومی عادی شرکت منحله مسکن آزاد تلاشگران باران خراسان (در حال تصفیه) بشماره ثبت ۲۹۷۶۲ راس ساعت ۱۶ الی ۱۸ روز یکشنبه ۱۴۰۲/۵/۸ در محل مسجد موسی بن جعفر واقع در میدان ابوطالب با دستور جلسه ذیل تشکیل می گردد. از کلیه اعضا تعاونی محترم دعوت می گردد با همراه داشتن کارت شناسایی معتبر جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات دستور جلسه حضور بهم رسانند.

دستور جلسه : ۱- استماع گزارش هیأت تصفیه و ناظر تصفیه ۲- تمدید مدت تصفیه
۳- تمدید مدت فعالیت هیأت تصفیه و ناظر تصفیه یا انتخاب اعضای جدید هیات تصفیه و ناظر تصفیه
۴- تصمیم گیری در خصوص حسابرسی و تامین هزینه حسابرسی سالهای قبل

اعضای محترم می توانند حق رای و حضور خود را در مجمع عمومی به موجب وکالتنامه کتبی به فرد دیگری واگذار نمایند در این صورت هر عضو علاوه بر رای خود حداکثر تا ۳ رای با وکالت و غیر عضو فقط یک رای وکالتی می تواند داشته باشد. هر یک از اعضا می تواند جهت اخذ ورقه ورود به جلسه مجمع و اعطای وکالت بهمراه نماینده خود و مدارک معتبر ضمن هماهنگی با شماره ۹۱۵۸۰۱۰۰۱۱۸ (زراعتی) مراجعه نماید

هیات تصفیه

واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان سفارش می‌پذیرد
layout@khorasannews.com ۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
صفحه آرایی

کاربلد

۵ مرحله برای ساخت مستند با تلفن همراه

ساخت فیلم مستند می‌تواند هزینه‌بردار باشد و امکانات زیادی هم بخواهد اما برای قدم‌های اول می‌شود با دوربین تلفن همراه هم شروع کرد. اگر یکی از طرفداران پروپا قرص مستند هستید و دوست دارید از ناشناخته‌ها سر دربیاورید یا درباره مناطقی که وجود دارند و از آن‌ها کمتر گفته شده است، معطل ابزار و تجهیزات نمانید. تابستان است و می‌خواهید سفر بروید؟ از سفرتان یا محلی که به آن سفر می‌کنید، فیلم بگیرید و از آن یک مستند موبایلی بسازید. همه چیز می‌تواند سوژه مستند تان باشد از آدم‌های خاص و فرهنگ یک منطقه گرفته تا پوشش گیاهی و مناظری که در سفر می‌بینید. سایت «nofilmschool.com» پنج مرحله مهم را برای ساخت یک مستند برنده با تلفن همراه نوشته است که ما آن را در ادامه آورده‌ایم.

۱ حواس‌تان به منطقه باشد

فیلم‌برداری از هر منطقه‌ای باید و نباید های خودش و نیاز به آگاهی از فضا دارد. جلب توجه زیاد به خود در حین فیلم‌برداری اشتباه است. برای ساخت مستند باید به آدابورسوم هر سرزمین و شهر و روستایی که هستید، احترام بگذارید و از خودتان و وسایلی که همراه‌تان است مراقبت کنید. یک تلفن همراه با دوربین با کیفیت، کیت سینمای سفر، یک مونوپاد یا اتصال به تلفن همراه، سه‌پایه و برنامه FiLMiC Pro می‌تواند ابزار تان برای ساخت این مستند باشد. همه تجهیزات را در خانه امتحان کنید و چیزهایی که از مستند می‌خواهید روی کاغذ بیاورید. هدف و همه حرف‌هایی را که می‌خواهید، در عرض ۵ دقیقه نشان دهید و بگویید.

۲ حضور داشته باشید

اگر می‌خواهید یک مستند کوتاه بسازید بهتر است قبل از هر چیز آن را تجربه کنید. نباید حواس‌تان فقط به دوربین، آماده‌سازی و تنظیم کردن صحنه‌ها باشد. یک مستند خوب وقتی معنی پیدا می‌کند که دنیایی را که در حال ثبت آن هستید، تجربه کنید. شاید زمانی خسته شوید و بترسید که زمان را از دست داده‌اید اما باید به خودتان یادآوری کنید اگر فیلمی می‌گرفتید که از آن لذت نمی‌بردید هیچ معنایی برایتان نداشت.

۳ شکارچی باشید

ساخت یک فیلم مستند به یک ذهن شکارچی نیاز دارد. اگر می‌خواهید فیلمی بگیرید که حول محور حرکت می‌چرخد باید به دنبال فرصت‌ها باشید تا آن را شکار کنید. گاهی از لست‌روی صندلی جلوی اتوبوس بشنیدید و ساعت‌ها از هرچیزی که می‌بینید از وسایل نقلیه دیگر، مناظر متفاوت و حتی فرصت‌های اتفاقی فیلم بگیرید و آن را ثبت کنید تا در نهایت به چیزی که دلخواه‌تان است، برسید.

۴ دسترسی خود را گسترش دهید

آرتور شوپنهاور جمله معروفی دارد که می‌گوید: «استعداد به هدفی برخورد می‌کند که هیچ کس دیگری نمی‌تواند به آن ضربه بزند. نابعه به هدفی برخورد می‌کند که هیچ کس دیگری نمی‌تواند ببیند.» شاید زمانی تاثیرگذارترین تصمیم این باشد که فیلم دوهفته‌ای را به یک مستند کوتاه ۵ دقیقه‌ای تبدیل کنید. کاری که شاید به ظاهر غیرممکن به‌نظر برسد اما در های بزرگی را به رویتان باز می‌کند. فیلمی را که در باز زمانی ۵ دقیقه‌ای زندگی می‌کند، نمی‌توان با هیچ استاندارد دستنی تعریف کرد بنابراین نمی‌توان آن را به یک مخاطب خاص محدود کرد.

۵ به خود اعتماد کنید

حتما این را تجربه کرده‌اید. داخل خودرو نشسته‌اید و یک نفر پشت فرمان خودروی بهتری است. مهم این است که شما چگونه آن خودروبی را که دارید رانندگی می‌کنید. این همان نکته‌ای است که باید در پروژه خود اعمال کنید. هر تصمیمی که دارید و زمان و غرایز خودتان احترام بگذارید، مستندتان را بسازید و بقیه را به مخاطب بسپارید. شاید در تجربه‌های اول مستندتان خوب از آب در نیاید اما هر چه کارهای بیشتری را به دست می‌آورید که از شروع نکرده بودید به دنبال فرصت‌ها باشید تا آن را شکار کنید. گاهی نمونه دیگری از این مورد.

حواستان جمع باشد

● **شادی**
(شاد، خوشحال، خوش‌قلب)
چه موقعیت‌هایی می‌تواند شما را شاد کند و به یکی از کلیدواژه‌های این گروه برساند؟ وقتی دوستان‌تان را می‌بینید و با هم خوش می‌گذرانید؟ وقتی برای ناهار در کنار خانواده وقت می‌گذرانید؟ وقتی به خانه برمی‌گردید و خواهر کوچک‌ترتان را می‌بینید؟ هر روز که برای دیدن یک فیلم یا یاد گرفتن یک مهارت زمان می‌گذارید؟

● **سپاس‌گزار**
(سپاس‌گزاری، قدردانی)
«وقتی به تمام کارهایی که مادرم برای مراقبت از من انجام می‌دهد توجه می‌کنم، واقعا از او قدردانی می‌کنم. برای این که در این هفته بیشتر احساس قدردانی را تجربه کنم می‌توانم چیزهایی را که درباره پدرم دوست دارم و این که چرا خوش‌شانس هستم که او پدر من است، فهرست کنم؛ این‌ها نمونه‌های کوچک قدردانی هستند. این که یک اتاق خوب برای زندگی دارم و می‌توانم ساعت‌ها در آن کتاب بخوانم هم سازم را برمی‌دارم به هیچ چیز دیگری فکر نمی‌کنم.

● **علاقه‌مند**
(درگیر، توجه)
زمانی که در کلاس مورد علاقه‌ام، یعنی برنامه‌نویسی هستم، کاملا احساس علاقه می‌کنم. من همیشه در موسیقی حل می‌شوم و وقتی

● **دوست‌داشتنی**
(دوست‌داشتنی، دلسوز، مهربان)
من دوست دارم هر روز برای کسی به طور ناشناس یک کار دلسوزانه انجام دهم. می‌توانم به پدربزرگ یا مادربزرگم سر بزنم، در خیابان به یک سالمند کمک کنم تا از خیابان عبور کند. هر روز هفته از این موقعیت‌ها پیش می‌آید که می‌توانم با انجام‌دادن آن این موضوع را در خودم تقویت کنم و کاری را برای کمک به دیگران انجام دهم. من می‌خواهم مهربانی را هر روز تمرین کنم و این کار را هر روز از صبح که بیدار می‌شوم، انجام می‌دهم و شاید بخواهم با خودم مهربان‌تر باشم.

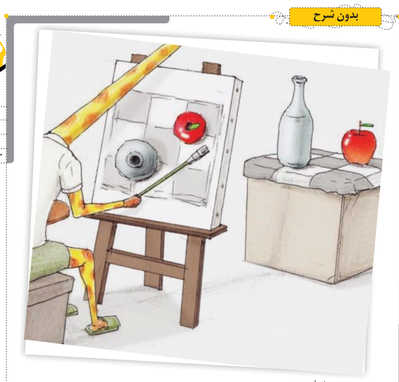
منبع: kidshealth.org

بدانیم

تمرین احساسات مثبت

داشتن احساسات مثبت برای ذهن و بدن ما خوب است. ما باید همان‌طور که در برنامه غذایی خودمان به دنبال دریافت ویتامین‌های مختلف هستیم به دنبال راه‌هایی باشیم که خودمان را بیشتر بشناسیم تا بتوانیم بهتر به خودمان کمک کنیم. احساسات مثبت و تمرین آن، یک کار خل‌وضع نیست که می‌تواند انگیزه‌بخش باشد. ما می‌خواهیم چند کلیدواژه و گروه کلمه که می‌تواند احساسات مثبت را توصیف کند، به همراه مثال‌هایی در این مطلب بیاوریم. یک یا چند مورد از آن‌ها را انتخاب و تمرین کنید و نتیجه‌اش را به ما بگویید.

بدون شرح



اثری از keigo

پیشنهاد

آوازهای سیب زمینی

شاعر: مهدی مرادی
تصویرگر: نرگس دلاوری
ناشر: انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

عفت زینلی | روزنامه نگار

دست من به چشمه‌سارها نمی‌رسد
دورم از تمام جویبارها
خیره می‌شوم به بطری زلال آب معدنی

شعر زیبایی که خواندید، یکی از شعرهای کتاب «آوازهای سیب زمینی» سروده مهدی مرادی است. در این مجموعه شعر نوجوان، سیب‌زمینی نه تنها بی‌احساس نیست بلکه حتی در دل خاک آواز می‌خواند. آب زخمی می‌شود و گریه می‌کند، کاکتوس رویا می‌بیند، پنجره ساکت و بی‌حرف‌ترانه می‌خواند، نیش علف غلط‌شنیدنی است. وقتی احساسات شاعر ادا نه داشته باشید، می‌توانید دست یاران را بگیرید و شانه به شانه او قدم بزنید و به کوچه‌ها سلام کنید و... در این کتاب هم شعر نوجود دارد، هم چهارپاره و هم سه‌گانی. سه‌گانی یکی از قالب‌های شعری است که هر قسمت آن از سه مصراع تشکیل شده و پایان مصراع‌های سوم دو به دو هم قافیه‌اند. شعر زیر که از این کتاب انتخاب شده، در قالب سه‌گانی سروده شده است؛

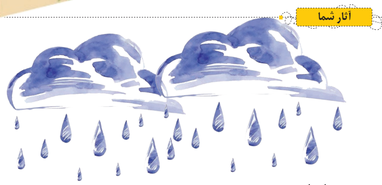
آب زخم می‌خورد
بارها و بارها
در میان جوی آب

قاطی زباله‌ها
رهسپار می‌شود
آب سوی فاضلاب

می‌رسد به گوش شهر
چکه چکه گریه‌اش
از تمام خانه‌ها

من که فکر می‌کنم
بارها شکسته است
قلب رود خانه‌ها

آثار شما



روز باران

آنتا قوی دوست | خبرنگار افتخاری جوانه

باران می‌آید و من در زمزمه داستان‌ها غرق می‌شوم. رعد و برق با صدایش خواب را از چشمان گل و گلدان می‌گیرد و به برگ‌های آن تازیانه می‌زند. روی گلدان خیمه می‌زنم و محافظی برای گلم می‌شوم. به آسمان خیره شده‌ام و زمین را می‌بینم که شانه هایش سنگینی می‌کند. گویی از درون فریاد می‌زند و می‌خواهد از این بار رها شود.

من همچنان زیر باران نشسته‌ام و سر در گریبان به آواز نغمه‌های باران جان می‌سپارم. بدی‌ها را زیر رقص باران می‌شویم. رنگین کمان را می‌بینم، بلند می‌شوم و به زندگی ادامه می‌دهم.

دوستان خوب جوانه! شما هم می‌توانید آثارتان را از طریق شماره‌های بالای صفحه برای‌مان بفرستید تا با اسم و عکس خودتان چاپ کنیم.