

دوستان خوب
از به سلام!

دوستان سلام،
حالتون چطوره؟ همون طور که
می دونین دیروز، روز قدس بود؛ روزی که
مسلمون ها در خیلی از جاهای دنیا حمایت خودشون
رواز فلسطین وخشمشون رواز رژیم صهیونیستی نشون میدن. بد
نیست بدویند نفرت از صهیونیست های اشغالگر فقط مختص به ما نیست.
آدم ها تو همه جای دنیا می دونن تواین سال ها چه ظلمی به فلسطین شده و هر طور
که بتونن به این ظلم اعتراض می کنن؛ مثل تیم ملی آرژانتین که چند روز پیش
تصمیم گرفت بازی دوستانه اش با اسرائیل رو، به عنوان آخرین بازی قبل
از شروع جام جهانی، لغو کنه.
شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
ارتباط با صفحه جوانه
در پیام رسان ایتا:
۰۹۰۱۸۳۷۴۱۸۴
تلفن تحریریه
۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰



چطور گرمazedه نشویم؟

این هوای حساسی داغ، رطوبت همون رو گرفته؛ اگر مراقب نباشیم و گرمزدگی بیاد سراغمون، اون وقت روزهای آخر امتحان و بعد از اون تعطیلات تابستون صرف دکتر رفتن و دوا خوردن میشه. اما جطور می‌تونم برابری گرمزا خودمون مراقبت کنم؟ درباره معیارهای خوش‌تیپی، کمی تئوری نظر کن؛ لباس‌های تنگ و تیره هر چقدر هم جذاب باشن، به در تابستون نیخورن. لباس‌های سبک، گشاد و رنگ‌روشنی رو پیدا کن که هم با استایلت جور دربیاد و هم گرما کار دست نده. تو این هوا، با نوشیدنی‌های بیشتر رفیق شو؛ البته نه باب میوه‌های توی سوپرمارکت‌ها بلکه با آب و شربت‌های سالم خونگی و متاسفم که بگم این روزها بهتر از چای و قهوه و شکلات، کمتر استفاده کنی. غذاهای شور و شیرین و نوشیدنی‌های کافئین دار این‌جا خور میشه که بدنت آب زیادی از دست بده، ساعت ۳ صبح تا ۳ عصر، زمان اون فعالیت خور میشه. اگر مجبور نیستی، این موقع از خونه بیرون نرو. کرم ضد آفتاب، برای همه ضروریه و فقط مخصوص دخترها نیست. نکته مهم در باره ضد آفتاب‌ها، میزبان SPF یا PA کنترول محافظت از نور خورشید داره اون هاست؛ گفته میشه که کرم‌ها با میزان SPF ۲۵ تا ۳۰ معمولاً برای همه مناسبند اما برای مطمئن شدن بیشتر از یک متخصص پوست کمک بگیر.

حال-خوب



عکس: صادق ذبح

سیدپا ۱۳ ساله میگه: «حال خوب یعنی به تفریح ساده، به نظر من همین که یک کاری رو که از لذت می‌بری، انجام بدی به جور تفریح حساب میشه. من نقاشی کشیدن رو دوست دارم. وقتی حالم خوب نیست و حوصله ندارم یک خود کاری بگیرم دستمو در باره چیزی که نا احوتم کرده نقاشی می‌کشم».

دریچہ

شلیک به باک خود رو باعث انفجار می شود؟



عکس: خبرگزاری صدا و سیما

قبل از زلزله من یک دختر زیل بودم که مثل همه بچه‌های دیگر شیونت‌های خودم را داشتم اما حالا دیگر نمی‌توانم به‌طور زندگی کنم. باید صبور باشم و از بین وضعیت خسته شوم

همه ما بارها در فیلم‌های اکشن صحنه انفجار خودروها را از تیر اندازی به سوسی باک آن‌ها را دیده‌ایم. صحنه‌ای هیجان انگیز که بسودن آن احتمالاً فیلم‌های تعقیب و گریز و صحنه‌های جیمز باندی می‌باشد. چیه‌هایی که خواهند داشت. با این حال در دنیای واقعی از این تجربه‌ها چیزی که سوخت و در کسبستم سوخت رسانی هر خودرو، محافظت شده‌ترین بخش‌های هر خودرو هستند. یعنی تیر اندازی به آن لزوماً منجر به سوراخ شدن باک و انفجار خودرو نمی‌شود. علاوه بر این، این‌ها یک گلوله معمولی (گلوله غیر آتش‌زا) مثل گلوله کلت و بیشتر تفنگ‌های تهاجمی سبک، قدرت کافی برای مشتعل کردن بدنه را ندارند. یعنی بیشتر مواقع اصلاً مهم نیست که چقدر به سوسی باک خودرو شلیک کنید، تازمانی که اکسیژن کافی به یزین درون باک نرسد سوخت مشتعل نشود. خبری از انفجار هم نخواهد بود. در نتیجه وقتی رباری از گلوله‌ها موجب انفجار نمی‌شود، از گلوله کلت کم‌تری به کار می‌برند و نخواهد آمد.

منبع: مجله دانستنی‌ها

توصیه‌های بند انگشتی

مقایسه ممنوع!

این روزها زندگی آدم‌ها وارد دوره جدیدی شده‌است، انگار همه در ماراتن «من بهترم» شرکت کرده‌اند و تحت هر شرایطی می‌خواهند به‌عالی به‌نظر برسند حتی اگر زندگی بر آن‌ها سخت بگذرد و خسته شوند. اما اگر شما هم از این ماراتن بی‌فایده خسته شده‌اید، این راهکارهای ساده را امتحان کنید.

۱. به جای تمرکز روی موفقیت‌های دیگران، وقت بگذارید و مسیر خودتان را بسازید.

۲. آنچه را که هستید، بپذیرید. آدم‌ها ترجیح می‌دهند با خود واقعی شما، و نه، و شونده نقش، که برایشان صرف می‌کنند.

۳. توانایی هایتان را بشناسید و بایادداشت کردنشان هر روز به خودتان یادآوری کنید حقدور قوی هستید.

۴. اجازه دهید دیگران الهام بخش باشند نه باعث ناامیدی؛ از تلاش‌ها و موفقیت‌هایشان الهام بگیرید نه این که ناامید شوید یا بخوابید دقیقاً مثل آن‌ها عمل کنید.

۵. دور افرادی که با منفی گرایی شمارا دل سرد می کنند، خط بکشید؛ این افراد وقتتان را تلف می کنند.



گران‌ترین ساعت‌های جهان از چه ساخته شده‌اند؟

منبع:
سایت چطور

سایت چطور

الماس، طلا و برلیان، آلیاژهای سازنده این ساعت
چهار میلیون دلار

موتوری از جنس یاقوت کبود خالص
یک و نیم میلیون دلار

ساخته شده از پوست کروکودیل و سنگ‌های آسمانی
چهار و نیم میلیون دلار

تماماً ساخته شده از الماس
پنج میلیون دلار