

همیشه‌ها

صفحه آخر

نه هر که چهره برافروخت دلبری داند
نه هر که آینه سازد سکندری داند

حافظ

مهمشهری: www.hamshahronline.ir
سایت روزنامه: newspaper.hamshahronline.ir

دفتر مرکزی: تهران، خیابان ولیعصر (عج)، کوچه شهید سیدکمال فریخی، شماره ۱۲
کد پستی: ۱۹۶۶۶-۴۵۹۵۶ | تهران، صندوق پستی ۱۹۳۹۵/۵۴۴۶
تلفن: ۲۳۰۲۳۰۰۰، ۲۳۰۲۳۰۰۰۰، ۲۳۰۲۳۰۰۰۰

چاپ: همشهری
تلفن: ۴۸۰۷۵۰۰۰

توزیع و اشتراک:
موسسه نشر گستر امروزین
تلفن: ۹۱۲۰۴۱۴۲

پدیرش آگهی:
تلفن: ۸۴۲۳۱۰۰۰

حضرت امیر المؤمنین علی؛

از کفاره های گناهان بزرگ، به فریاد مردم رسیدن
و آرام کردن مصیبت دیدگان است.

ادان ظهر: ۱۲:۰۶ | غروب آفتاب: ۱۸:۳۹
ادان مغرب: ۱۸:۵۸ | نیمه شب شرعی: ۲۳:۲۲
ادان صبح فردا: ۴:۰۴ | طلوع آفتاب فردا: ۵:۳۳

صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری
مدیر مسئول: محسن مهدیان
سر دبیر: دانیال معمار

معاونان سردبیر: علی عمادی، شهرام
فرهنگی، شاهین امین، حامد فوقانی
مدیر فنی: حامد یزدانی
مدیر هنری: مهدی سلامی
مدیر سیاهی: علی ترابی
مدیر شهری: سیمین برداران
مدیر اقتصادی: سروش خسروی

دبیر فرهنگی: سعید مروتی
دبیر حوادث: جواد عزیزی
دبیر بین الملل: حسین آرجلو
دبیر جامعه: عیسی محمدی
دبیر زیست بوم: محمد یارکائی
دبیر ورزش: سید زهرا عباسی
دبیر دانش و فناوری: محمد کرباسی
دبیر ورزشی: امیر محمد یعقوب پور
دبیر همشهری جمعه: پروانه بهرام نژاد
دبیر صفحه آخر: مسعود میر
دبیر عکس: فرشاد عباسی

گريونچ

سرعت گیر مار پیچی



مقامات یک روستا در فرانسه، با خط‌کشی‌های مارپیچ و عجیب و غریب در یک تقاطع، راننده‌ها را سرباز کرده و با این کار، سرعت کلی تردد خودروها را پایین آورده‌اند. مقامات و مردم محلی، همیشه از اینکه در این تقاطع سرعت خودروها بالا بوده گله می‌کردند، اما حالا با این ابتکار عجیب، راهی جز کاهش سرعت برای راننده‌ها نگذاشته‌اند. مسئله این است که وقتی یک راننده بخت برگشته با سرعت به این بخش از خیابان می‌رسد، چنان یکباره با خط‌های مار پیچ در خیابان مواجه می‌شود که ناخودآگاه پایش روی پدال ترمز می‌رود و سرعتش را کم می‌کند. البته همه از این طرح استقبال کرده‌اند و برخی گفته‌اند این نقاشی پست مدرن، عابرها را هم سرباز کرده است.

جنگ با باد



دوچرخه‌سواران عاشق این هستند که باد پشت سرشان باشد تا کمتر رکاب بزنند و سرعت بیشتری بگیرند، اما امان از روزی که باد از روبرو بیاید. البته همه دوچرخه‌سواران از باد مخالف، فراری نیستند و برخی در هلند، با آن مبارزه می‌کنند. مسابقات دوچرخه‌سواری علیه باد در هلند، حسایی طرفدار دارد و سال‌هاست سالانه برگزار می‌شود. این مسابقه، فقط هشت و نیم کیلومتر طول دارد، اما برخی آن را سخت‌ترین مسابقه دنیا می‌خوانند و دلیلش هم البته باد شدیدی است که از روبرو می‌آید؛ سرعت باد گاهی حتی به بالای ۱۰۰ کیلومتر هم می‌رسد و راه رفتن برخلاف آن هم سخت است، چه برسد به دوچرخه‌سواری. این مسابقه در فصل خاصی از سال و آن هم وقتی توفان‌های فصلی در جریان است برگزار می‌شود.

گره دم‌دراز



یک گره به شمالی در میشیگان آمریکا به نام آلتر، شهرتی جهانی پیدا کرده و نامش در کتاب رکوردهای جهانی گینس ثبت شده است. دلچسب؟ دم بسیار بلند و عجیب. این گره در خانواده‌ای عموماً دم‌دراز متولد شده و دمش ۴۱ سانتی‌متر طول دارد و رسماً از سوی گینس، به‌عنوان درازترین دم یک گره در دنیا معرفی شده است. او حالا جای برادرش را می‌گیرد که قبلاً نامش در همین زمینه در کتاب گینس ثبت شده بود، اما در سال ۲۰۱۷ درگذشته است. مالک آلتر گفته است که از همان ابتدا می‌دانسته این گره دم‌دراز دارد و هر چه سن او بیشتر شده، دمش هم درازتر شده بود. خواهر این گره هم با ۴۹ سانتی‌متر بلندترین گره زنده دنیاست.

فراخوان



بی تعارف و تکلف مشعل همسین
مستن کوتاه‌کی می‌بینید، ما منتظریم
تا نوشته‌ها بتان درباره مسائل روزمره،
مشکلات و دغدغه‌ها بتان را برای ما
ارسال کنید. اگر اهل طنز و کار یکتا و
طراحی هم هستید جای‌تان اینجا محفوظ
است. متن یا طرح‌تان که آماده شد یک
تماس با شماره ۲۳۰۲۳۶۳۶ بگیرید تا
برای رساندنش به ما، راهم‌ای‌تان کنیم.

تعطیلات و خیالات خوشش

جواد نصرتی

خیلی‌ها حالا که تابستان به آخرش نزدیک می‌شود، برای یک تعطیلات لذت‌بخش برنامه‌ریزی می‌کنند و چنان برای آن ذوق دارند که حتی وقتی به آن فکر می‌کنند هم سرکیف می‌آیند و ذوق‌زده می‌شوند. اگر شما هم اینطور هستید و از فکر کردن به تعطیلات هم لذت می‌برید، اصلاً خجالت نگنید، چون دانشمندان کشف کرده‌اند حتی فکر کردن به تعطیلات هم می‌تواند آدم را کیف‌ور کند و برایش منافعی روانی در پی داشته باشد.

در واقع آنطور که دانشمندان در تحقیقات اخیر خود کشف کرده‌اند، فکر کردن به تعطیلات و در انتظار آن نشستن، حتی می‌تواند از خود تعطیلات هم بیشتر برای آدم لذت‌بخش باشد و آدم همه این حس و حال لذت‌بخش را مدیون یک مولکول کوچک به نام دوپامین است که وقت فکر کردن درباره تعطیلات، در بدن به جنب‌وجوش می‌افتد. شاید خیلی‌ها اصلاً با ایده تعطیلات و مسافرت و دوری از کار مشکل داشته باشند اما دانشمندان، در تحقیقات متفاوت و قوی‌تری در این زمینه به دست آورده‌اند که با فکر کردن به تعطیلات، ذهن و ادارک تیزتر می‌شود و قوی‌تری دارند و بهره‌وری بیشتری در کارشان از خود نشان می‌دهند. عامل اصلی این تغییر، کاهش استرس در بدن به خاطر تعطیلات است. استرس مزمن، در درازمدت، باعث خستگی، افزایش

سطح اضطراب، خلل در تصمیم‌گیری و بروز خشم می‌شود. با این شرایط، آیا انتظار کشیدن برای تعطیلات نباید لذت‌بخش باشد؟ مسئله تصمیم‌ما در این باره نیست، بلکه مباحث بیولوژیک در میان است. قبلاً به دوپامین اشاره شد که در آن بخش مشخص عصب مغز می‌شود. این دوپامین از مغز تولید می‌شود. این دوپامین، میزبان ۴۰۰ تا ۶۰۰ هزار عصب مغزی هستند و پیام‌هایی به بخش‌های دیگر مغز می‌فرستند. با انتشار دوپامین، این عصب‌ها نقشی کلیدی به عهده می‌گیرند و باعث می‌شوند وقتی که ما به تعطیلات فکر می‌کنیم هم لذت ببریم. دانشمندان می‌گویند بهترین تعطیلات هم آنهایی هستند که ما کارها و تجربه‌های نو را در آن انجام می‌دهیم و در آنها به پاداش می‌رسیم. در مورد اول، ضمن احترام به

فکر کردن به تعطیلات و در انتظار آن نشستن، حتی می‌تواند از خود تعطیلات هم برای آدم لذت‌بخش‌تر باشد

عاشقان شمال توصیه می‌کنیم دیگر مناطق کشور را هم کشف و تجربه کنید. مورد پاداش هم می‌تواند مثلاً خوردن یک ماهی صیدشده در رودخانه باشد که مدت‌هاست به آن فکر می‌کنیم. البته چیزی که می‌تواند برای یک فرد لذت‌بخش باشد، می‌تواند برای دیگران استرس‌زا باشد. برای همین فرمول مشخصی وجود ندارد و هر کس براساس نیازها و توقعات و ظرفیت‌ها و اولویت‌هایش باید برای تعطیلات برنامه‌ریزی کند. اینکه چرا در تعطیلات هر کاری می‌کنیم به‌نظر لذت‌بخش می‌رسد این است که استرس مزمن، روی بخشی از مغز که باعث تولید لذت می‌شود، اثر می‌گذارد. به‌نظر طبیعی است؛ دیدن طلوع خورشید، در حالی که در ترافیک گیر کرده‌ایم و می‌دانیم اگر دیر برسیم باید عتاب رئیسمان را تحمل کنیم کجا و دیدن آن در کنار ساحل یا جنگل یا هر جای دیگری که به تعطیلات رفته‌ایم کجا! یکی دو ماه پیش رو که هوا کمی خنک می‌شود، فصل مناسبی برای تعطیلات است. همین امروز برای این تعطیلات برنامه‌ریزی و تا می‌توانید به آن فکر کنید و در فکر و خیالاتش غوطه بخورید. چه‌بسا این فکر و خیالات، از خود تعطیلات بیشتر سرکیف‌تان بیاورد.

زندگی پدیا

خودروی سلامت برای جاده زیارت



چیزی تا اربعین حسینی نمانده و عده زیادی در تدارک سفر به کربلا، معنی هستند. با اینکه راحت‌ترین و بهترین راه برای رفتن به عراق در این روزها، همان راه معمول سفر با تور است، اما این وسط هستند افرادی که قصد دارند خودشان به صورت شخصی و با خودروی خود تالب مرز عراق بروند. از آنجا که ایمنی در سفر از هر چیزی واجب‌تر است، معمولاً افراد پیش از مسافرت، خودرو را به یک تعمیرکار نشان می‌دهند تا عیب و ایرادی نداشته باشد و توی مسیر نگذارند. اما کار خوب دیگری که در همین راستا و برای حفظ سلامت شرکت‌کنندگان در راه‌های ایام اربعین حسینی (ع) قرار است انجام شود، این است که مراکز معاینه فنی، برای بخش‌های فنی و ایمنی، خودروهای عازم به این سفر زیارتی را به‌صورت ویژه کنترل می‌کنند. در واقع ۲ مرکز معاینه فنی نیایش و الغدیر برای ارائه خدمات ویژه و وسایل نقلیه زائران کربلا اختصاص یافته و زوار می‌توانند با مراجعه به میز خدمت این دو مرکز و اعلام قصد عزیمت به این سفر معنوی، از خدمات ویژه استفاده کنند. در این دو مرکز، چک لیست ارزیابی فنی خودروها متفاوت است و علاوه بر انجام روه عادی معاینه فنی و کنترل‌های عمومی، این خودروها با حساسیت بیشتری از لحاظ ایمنی مورد کنترل و ارزیابی قرار می‌گیرند. مهم نیست که تاژی‌ها برای انجام معاینه فنی مراجعه کرده‌اید یا یک سال پیش اگر مسافرید و قصد رفتن به مرز را دارید، حتماً تا نیمه شهریور که این طرح برقرار است، به یکی از این مراکز معاینه فنی بروید و خیال خودتان را بابت ایمنی ماشین‌تان راحت کنید تا سفری سلامت در راه زیارت داشته باشید.

یوک مارک

آخرین آثار دنیا

انسان‌ها همه کور زاده می‌شوند. در بین تمام انسان‌های روی این سیاره کسی نیست که از ابتدای تولدش قادر به دیدن باشد. مینداز آنهایی که چشم دارند می‌توانند ببینند. هیچ چیزی در دنیا مشکل‌تر از دیدن نیست، احتمال دارد که انسان چشمش زلال و روشن داشته باشد، با این حال هیچ نبیند.

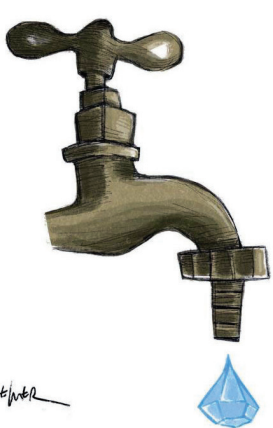
دیالوگ

حال همه خوب است

مردم عوض شده‌ن، زمنه عوض شده، می‌دونی، این روزها وقتی با یه نفر دست می‌دی بدش باید انگشتات رو هم بشماری و ببینی که هر ۵ تارو پس گرفتی یا نه.



آخر مصور



حیات | اثر: آگوا

راه‌نما

بار سفر ببندیم

کم‌کم به اربعین حسینی نزدیک می‌شویم و عاشقان امام حسین (ع) و مشتاقان حضور در اربعین حسینی بار سفر بسته و عازم این سفر معنوی می‌شوند. امسال با توجه به قرار داشتن در فصل تابستان و گرمای زیاد هوا، مسافران اربعین روزهای گرمی را پشت سر خواهند گذاشت. همچنین به‌علت حجم انبوه جمعیت و احتمال بیماری‌های مختلف، رعایت برخی نکات و استفاده از برخی وسایل، نقش مؤثری در داشتن سفری ایمن‌تر دارد.

فاطمه عباسی

بردنی‌ها

حالا که راهی سفر اربعین هستید، این چیزها را با خودتان ببرید، اما به نفع خودتان است که بار اضافه بر نذارید و سبک سفر کنید.

- مدارک: تنها مدارک مورد نیاز و ضروری که باید در این سفر همراه داشته باشید، بلیت‌ها و گذرنامه است. مدارک ارز هم با خود به همراه داشته باشید.
- کفش مناسب: یکی از لوازم مهم سفر اربعین، کفش مناسب برای پیاده‌روی است تا درد پا، تاول زدن و مشکلاتی از این قبیل گریبانگیرتان نشود. بعضی از افراد توصیه می‌کنند به‌منظور اینکه راحت باشید، یک جفت دمپایی نیز با خود ببرید و در مواقع نیاز از آن استفاده کنید.
- داروهای دمسستی: قرص‌های ضروری و داروهای مصرفی خودتان را به همراه داشته باشید. با وجود اینکه جمعیت هلال احمر با یگانه‌های زیادی در مسیر نجف به کربلا مستقر و داروی مورد نیاز زائران را هم تأمین می‌کند، اما بهتر است داروهای مثل سرماخوردگی، مسکن‌ها و... را به همراه داشته باشید.
- بطری آب و کیسه خواب: حتماً یک بطری آب کوچک به همراه داشته باشید و برای مواقع استراحت هم می‌توانید با خودتان کیسه خواب سبک ببرید.
- لباس: تا حد ممکن از لباس‌های گشاد، نخ‌ی و خنک استفاده کنید و چغیه، کلاه و عینک دودی هم می‌تواند از آفتاب سوختگی جلوگیری کند.

نبردنی‌ها

ماهیتابه و بند و بساط آشپزی‌تان را بگذارید سر جایش و تا می‌توانید سبک بروید.

- کارت‌های شناسایی: دقت کنید از همراه داشتن مدارکی مثل شناسنامه، گواهینامه، دسته‌چک، کارت اعتباری و... در این سفر خودداری کنید؛ چرا که این مدارک تا آخر سفر به هیچ دردتان نمی‌خورد.
- صادرات: چیزی برای فروش نبرید.
- اشکای قیمتی: زیسور آلات و طلا و جواهر جایش در این سفر نیست، هیچ شیء قیمتی به این سفر نبرید.

خوش خیر

لوازم التحریر برای دانش‌آموزان خوزستانی

به فصل درس و مدرسه نزدیک می‌شویم. شاید در گوشه‌ای از کشور، پداری غصه‌ای برای تأمین هزینه لوازم مدرسه فرزندش داشته باشد. به همین خاطر بزگترها سال‌ها پیش ما را با «جشن عاطفه‌ها» آشنا کرده‌اند. طوری که بر ایمان به یک آیین ملی تبدیل شده که آن را پاس می‌دانستیم و با حساسیت ویژه‌ای در آن شرکت می‌کردیم. این خیر خوبمان هم رنگ و بوی «جشن عاطفه‌ها» دارد، اما با نیت تعجیل در ظهور امام زمان (عج) کوتاه و مسرت‌بخش! باز هم پوشش مردمی «بهر مهدوی» گل کاشته است. بچه‌های این خیریه به کمک خیرانی که پیدا کرده‌اند، ۴۲۰ بسته لوازم التحریر تهیه کرده و به‌دست دانش‌آموزان مناطق محروم استان خوزستان رسانده‌اند. بچه‌های پوشش «بهر مهدوی» همه کارهای خیری که توقیفش نصیب‌شان می‌شود را با دعا برای ظهور امام‌زمان (عج) و به نیت ایشان برای مردم انجام می‌دهند.

بدرقه پدر با یک کار خیر

قبول دارید بعضی از کارهای خیر اشران ماندگارتر از خیرهای دیگر است؟ مثلاً ساخت مدرسه. هر کودکی که در آن مدرسه درس می‌خواند، بعدها کار مثبتی برای مردم و کشورش می‌کند، دانشی می‌آفریند و... یک نسخه از ثواب کارهایش برای بانی ساخت مدرسه فرستاده می‌شود. خانواده مرحوم حسین پور هم خواسته‌اند خیر ماندگاری برای پدر آسمانی‌شان تدارک ببینند. آنها بخشی از هزینه مراسم ترحیم پدرشان را برای خرید و اهدای یک دستگاه سانتریفیوژ آزمایشگاهی برای بیمارستان امام خمینی (ره) اسفراین اختصاص داده‌اند. حالا هر بیماری که برای تشخیص بیماری‌اش از وجود این دستگاه بهره‌مند شود و بیماری‌اش درمان و دردش کم شود، ثوابش به پدر مرحوم این خانواده می‌رسد. خدایش بیامرز و همشمن سالار شهیدان کند.