

امروز شما

فروردین
امروز دیداری گنج کننده با یکی از دوستان و یا همکارانتان خواهید داشت. او برای مشورت به نزد شما آمده اما نسبت به بیان دقیق مشکلتش آکراه دارد و تلاش برای کمک به این شخص، در حالی که فقط نمی از ماجرا را می دانید، به نظرتان به چیزی مثل علم غیب و یا معجزه نیاز دارد.

اردیبهشت
شما انرژی و قدرت بسیاری را در وجود خود احساس می کنید و دلتان می خواهد این قدرت خود را به کار گرفته و با استفاده از فرا رسیدن تعطیلات آخر هفته در خانه تان تحولی جدی ایجاد کرده و کارهایی که مدت ها قرار بوده انجام شوند اما فقط روی هم انبار شده بودند را به انجام برسانید.

خرداد
امروز اگر وقتی را برای مطالعه در نظر بگیرید به احتمال زیاد با چیزی روبرو خواهید شد که می تواند اثرات جدی و عمیقی روی شما داشته باشد و حتی زندگیتان را نیز تحت تأثیر قرار دهد.

تیر
امروز وقت گذراندن با آن هایی که دوستان دارید از نظر شما بهترین کاری است که می توانید انجام دهید. از همسر و فرزندانان بخواهید که همراه با شما در خانه بمانند و به جای این که هر کسی در اتاق خودش قایم شود، دور هم جمع شده و با بازی های گروهی، تماشای یک فیلم خانوادگی و یا پختن یک غذای خوشمزه به صورت اشتراکی لذت ببرید.

مرداد
امروز خواندن یک مقاله و یا تماشای یک برنامه تلویزیونی ذهنتان را به شدت درگیر خواهد کرد و فکرتان را هر لحظه به سوی خواهد برد. در نهایت به احتمال خیلی زیاد شما به برخی از علایق خود پی خواهید برد که تا به حال برایتان ناشناختن بوده اند.

شهریور
اگر برای مدتی در فکر شروع یک کار هنری بوده اید امروز روزی فوق العاده برای این کار خواهد بود، به بازار رفته و وسایل لازم برای آن را تهیه کنید و با بهانه های مسخره مثل اینکه من استعداد این کار را ندارم، بیشتر از این انجام این کار را به تعویق نیندازید.

مهر
امروز شما در حین تمیز کردن خانه مانند آن هایی هستید که مشکل تمرکز دارند و حواسشان به کارهایی که انجام می دهند نیست. مثلاً همه جا را جاروبرقی می زنید، و تی می کشید، اما گردگیری را فراموش می کنید.

آبان
امروز ممکن است مجبور باشید کمی بیشتر از همیشه از خود گذشتگی کنید. شاید کمی به خاطر مسئولیت های زیادی که به عهده تان گذاشته شده اند و انتظاراتی که از شما می روند غرغر کنید، اما در نهایت آنچه به عهده تان است را خیلی خوب به انجام خواهید رساند.

آذر
امروز ممکن است تماس، پیام و یا ایمیلی دریافت کنید که شما را به تقلا خواهد انداخت. شما ناگهان به این موضوع پی خواهید برد که تا چه حد به یکی از اهداف بلند مدت خود نزدیک شده اید و تمام انرژی تان را برای به سرانجام رساندن آن یک جا جمع خواهید کرد.

دی
شاید این روش مورد علاقه شما برای گذراندن تعطیلات آخر هفته نباشد، اما امروز زمان خیلی خوبی برای انجام کارهای بسیاری که در خانه روی هم انبار شده اند، خواهد بود.

بهمن
شما از آن دسته آدم هایی هستید که به وقت گذاشتن برای خانه تان و رسیدگی کردن به آن اهمیت ویژه ای می دهید، اما امروز برخی کارها در خانه باید انجام شوند که شاید شما هم زیاد حوصله نداشته باشید.

اسفند
شما اهل کتاب و مطالعه هستید و امروز در حین مطالعه با ایده های جدیدی روبرو خواهید شد که به پرورش ایده هایی که از قبل داشته اید کمک خواهند کرد، خواه این ایده ها کاری باشند یا هنری و یا هم در رابطه با مسائل معنوی باشند.

گفت و گو با مهسا قربانی، داور نخبه ایرانی قضاوت زندگی دیگران اصلاً جالب نیست



در شرایطی که در داور فوتبال ایران همه نگاهها به نامهایی مثل علیرضا فغانی است دختران و بانوان داور نیز کم کم راه خود را پیدا می کنند. به گزارش جام جم آنلاین، آنها ابتدا فقط در لیگ برتر فوتبال بانوان ایران قضاوت می کردند، اما اکنون دختران داور ایرانی به عنوان نخبه های داور به آسیا معرفی می شوند و رقابت های قهرمانی آسیا و دیگر رقابت های مهم و معتبر سطح آسیا را قضاوت می کنند. برای آنها چند گام دیگر تا داور در المپیک و جام جهانی باقی مانده است. یکی از این دختران داور که اخیراً موفقیت های زیادی را هم به عنوان یک داور به دست آورده مهسا قربانی است.

می خواهیم با داور نخبه ایرانی بیشتر آشنا شویم.
۲۷ سال دارم. از سال ۲۰۰۵ داور را شروع کردم. کارم را با فوتسال شروع کردم و پس از دو سال هم وارد فوتبال شدم. از همان سال اولی که وارد داور فوتبال شدم با توجه به فاکتورهای مختلف و متعدد برای رقابت های زیر ۱۴ سال آسیا اعزام شدم. چهار سال متوالی برای این رقابت ها اعزام شدم. در نهایت برای دوره ای به نام «چشم انداز آسیا» انتخاب شدم و رفتم. مرحله اول این دوره در مالزی برگزار شد و مرحله دوم هم در مالدیو بود. من در این دوره ها با موفقیت ظاهر شدم و در نهایت سال ۲۰۱۷ به عنوان داور رسمی آسیا معرفی شدم.

چرا داور؟
همیشه به قضاوت کردن در فوتبال علاقه داشتم. از زمان بچگی هم هر وقت مسابقات فوتبال را می دیدم همیشه به دنبال آن شخصیت خاص و «یه دونه» داور بودم. وقتی کارم را در داور فوتبال شروع کردم به من گفتند بهتر است خودت هم فوتبال بازی کنی تا با آشنایی کامل با فوتبال در امر قضاوت موفق تر باشی. من یکی دو سال در حد آماتور فوتبال بازی کردم و پس از آن خیلی سریع وارد این عرصه شدم.

یک داور خوب چه ویژگی هایی باید داشته باشد؟
بارزترین ویژگی یک داور بحث آمادگی جسمانی است. داورها باید محسوس و هم تراز فوتبال روز دنیا پیش بروند. از آنجا که فوتبال خیلی سرعتی تر شده و سطح بازیکنان نیز بالاتر رفته داوران هم باید به شرایط ایده آلی برسند. بعد از فاکتور آمادگی جسمانی برای حضور در میادین بین المللی و قضاوت در

آن باید به زبان انگلیسی تسلط داشته باشیم. بحث های شخصیتی هم در مورد داوران بسیار مهم است. **گفتید قضاوت را دوست دارید، قضاوت در زندگی شخصی دیگران را چطور؟!**
قضاوت زندگی دیگران اصلاً جالب نیست و درباره چیزی که به من مربوط نباشد دخالت نمی کنم. اما اگر قضاوت را از دید منطقی نگاه کنم و حتی اگر باعث شود به ضرر خود تمام شود ترجیح می دهم این قضاوت را در زندگی شخصی هم به صورت کاملاً عادلانه داشته باشم. قبل از این که وارد محیط فوتبال بشوم دختری بودم که چنین شخصیتی داشتم و در واقع باید بگویم شخصیت مرا به سمت داور هل داد.

تحصیلات شما؟
دانشجوی ارشد مدیریت بازاریابی ورزش هستم.

چه علایق دیگری دارید؟
علاقه من درس است. دلم می خواهد تا مقطع دکترا پیش بروم و تحصیلاتم را تکمیل کنم. مثل هر داور دیگری در اقل روایهام قضاوت در جام جهانی را می بینم. این کار خیلی سختی است، ولی با توجه به توانایی هایی که در خودم می بینم و البته با توجه به تلاش و برنامه ریزی، شدنی است. من همه چیز را بر پایه داور گذاشته ام. من هیچ وقت مغرورانه به عملکردم نگاه نمی کنم. قضاوت در جام جهانی دور از دسترس نیست. اگر روزی هم بخواهم از داور خداحافظی کنم قطعاً دوست دارم در امر مرتبط با داور و البته تدریس فعالیت داشته باشم.

شما در امر قضاوت بارها به بازیکنان کارت زرد و قرمز نشان داده اید، در زندگی شخصی خودتان چطور؟ آیا تا به حال به کسی کارت زرد داده اید که از جلوی چشم شما دور شود یا این که با کارت قرمز کلا اخراجش کنید؟
بله، هم کارت زرد و هم کارت قرمز داده ام. در واقع کارت دادن از ویژگی های اردیبهشتی هاست! اگر کارت قرمز بدهم که دیگر تمام است. طبق قوانین بازی کارت

قرمز برگشت ندارد. من در زندگی ام خیلی مدارا و گذشت می کنم، اما اگر نیاز باشد اصلاً تعارف نمی کنم و به هر فردی ممکن است کارت قرمز نشان بدهم!

کارت زرد یا قرمز دادن در میدان فوتبال برای شما لذتبخش است؟
نه نیست، زمانی که کارت قرمز می دهم خودم را جای بازیکن می گذارم و می بینم که چقدر آن لحظه می تواند برای آن بازیکن سخت باشد. بازیکنان نسبت به تصمیم داور کاملاً آگاه هستند، اما گاهی اوقات در آن شرایط مجبورند کاری انجام بدهند که مستحق دریافت کارت زرد یا قرمز باشد. بدتر از آن زمانی است که داور کارت می دهد و بازیکن منکر خطای خود می شود. خوب این هم خیلی سخت و لحظات بدی است. داور دوست ندارد به کسی کارت بدهد، او فقط می خواهد بازی اجرا شود و همه به روح قانون نیز احترام بگذارند. فوتبالی باید نمایش داده شود که همه انتظارش را دارند. کارت زرد دادن کار سختی نیست و ابزار کار یک داور برای قضاوت در چارچوب یک مسابقه است.

بدترین خطایی که در دوران داوریتان دیدید، چه بوده است؟
دانشجوی ارشد مدیریت بازاریابی ورزش هستم.

چه علایق دیگری دارید؟
علاقه من درس است. دلم می خواهد تا مقطع دکترا پیش بروم و تحصیلاتم را تکمیل کنم. مثل هر داور دیگری در اقل روایهام قضاوت در جام جهانی را می بینم. این کار خیلی سختی است، ولی با توجه به توانایی هایی که در خودم می بینم و البته با توجه به تلاش و برنامه ریزی، شدنی است. من همه چیز را بر پایه داور گذاشته ام. من هیچ وقت مغرورانه به عملکردم نگاه نمی کنم. قضاوت در جام جهانی دور از دسترس نیست. اگر روزی هم بخواهم از داور خداحافظی کنم قطعاً دوست دارم در امر مرتبط با داور و البته تدریس فعالیت داشته باشم.

شما در امر قضاوت بارها به بازیکنان کارت زرد و قرمز نشان داده اید، در زندگی شخصی خودتان چطور؟ آیا تا به حال به کسی کارت زرد داده اید که از جلوی چشم شما دور شود یا این که با کارت قرمز کلا اخراجش کنید؟
بله، هم کارت زرد و هم کارت قرمز داده ام. در واقع کارت دادن از ویژگی های اردیبهشتی هاست! اگر کارت قرمز بدهم که دیگر تمام است. طبق قوانین بازی کارت

خواندنی

اسبی که پاهایش شاخ دارد!



در بلژیک اسب شاخدار عجیبی پاهای این اسب از ویژگی های وجود دارد. دو شاخ بزرگ در نادرین حیوان به شمار می آید.

نبرد دختر بچه شجاع با تمساح



دختر بچه ای ۱۰ ساله که مورد حمله یک تمساح ۳ متری گرسنه قرار گرفته بود با شجاعت و زرنگی، خود را از میان آرواره های خنده غول پیکر نجات داد. به گزارش جام جم آنلاین به نقل از تلگراف، «جولیان اوسا» دختر ۱۰ ساله در حال شنا در دریاچه ای در پارک «ماس» در نزدیکی شهر اورلاندو ایالت فلوریدا بود که تمساحی گرسنه او را گاز گرفت. بلافاصله پس از این اتفاق، تمساح کرم. تمساح چون دید نمی تواند از دهانش نفس بکشد، ناچار پای مرا رها کرد و رفت. شانس که آوردم این بود که فلوریدا یاد گرفته بود به ذهنش پنجه پایم را گاز نگرفت چون در این صورت انگشتان پایم را قطع می کرد.»

پس از این حادثه دریاچه بلافاصله به ساحل دریاچه او در مصاحبه با اینساید ادیشن گفت: «من داخل آب را نگاه کردم و دیدم یک تمساح بزرگ پای مرا در آرواره هایش گرفته است. هر چه تلاش کردم تا با زدن تمساح پایم را از آرواره اش بیرون بکشم، موفق نشدم. تمساح در حالی که پای مرا در آرواره هایش گرفته بود اصلاً تکان نمی خورد و محکم من را به ماسه های پستر دریاچه چسباند و همانجا نگهداشته بود

عکس: وحید جعفری زاده



از نگاه دوربین



امیر نوری در گفتگو با مهر: ترجیح می دهم با تلویزیون پلی استیشن بازی کنم کتاب جذاب تر است

کرد و ناپدید شد» را خواندم. فکر می کنم لذتی که می توان از کتاب های طنز برد بیشتر از فیلم ها و سریال های کمدی است. شاید تعداد فیلم های کمدی بامزه ای که من دیده ام به ۱۰ عدد هم نمی رسد، اما ۱۰۰ کتاب بامزه خوانده ام. وی اضافه کرد: تفریح اصلی من تماشای فیلم و سریال نیست با اینکه در جریان کارها هستم فیلمنامه ها را می خوانم و یا آثار همکارانم را می بینم، ولی ترجیح اصلی من کتاب است و فکر می کنم با تلویزیون بهتر است پلی استیشن بازی کنم تا سریال ببینم. نوری در پاسخ به علاقه اش به تلویزیون اظهار کرد: مثل این است که شما جایی را خیلی دوست داشته باشید ولی آن ها شما را دوست نداشته باشند؛ تلویزیون نسبت به بازیگرانش اینگونه رفتار می کند. بازیگر مجموعه «خوش رکاب» با انتقاد از پخش دوباره یک سریال بدون اینکه وجه مالی دوباره ای به عواملش ارائه شود، یادآور

بازیگر مجموعه ها و فیلم های کمدی بیان کرد که کتاب را از فیلم و سریال ها بیشتر دوست دارد. امیر نوری بازیگر سینما و تلویزیون در گفتگو با خبرنگار مهر درباره کارهای پیشنهادی اش گفت: کارهایی در حوزه سریال و سینما به من پیشنهاد می شود اما پیشنهادها در یک یا ۲۲ سال اخیر کمتر شده است. وی درباره اینکه چقدر سریال های کمدی تلویزیون را پیگیری می کند، اظهار کرد: خیلی کم سریال ها را دنبال می کنم، در واقع از کودکی زیاد تلویزیون نمی دیدم با این حال اخیراً در جریان سریال ها هم قرار گرفته ام. بازیگر مجموعه کمدی «بدون شرح» با اشاره به اینکه سریال ها و فیلم های سینمایی را چندان دنبال نمی کند، توضیح داد: من حتی ماهواره هم نمی بینم و بیشتر دوست دارم کتاب بخوانم چون فکر می کنم جذاب تر است. به طور مثال این روزها «اتحادیه ابلهان» را می خوانم یا چندی پیش کتاب «پیرمرد صد ساله ای که از پنجره ای فرار