

امروز شما

فرودین
یک موضوع عاطفی ذهن شما را درگیر خود کرده است که ناشی از اتفاقات اخیر است که برایتان رخ داده. مدام به دنبال راه حلی برای آن هستید و به سختی می‌توانید روی کارهایتان تمرکز کنید. اما این شماست که این موضوع را برای خودتان سخت کرده‌اید، اگر رهاش کنید خواهید دید که چگونه به سادگی حل خواهد شد.

اردیبهشت
امروز به هیچ وجه نمی‌توانید لیکند بزنید. حتی رفتارهای دیگران نیز برایتان غیر قابل تحمل شده است. حال بهترین زمان است تا از اوقات فراغت خود، بهترین استفاده را بکنید. با شرکت در کلاس‌های مختلف می‌توانید رزومه پربارترین برای خود بسازید و در آینده از آن کسب درآمد کنید.

خرداد
اگر مجرد هستید، پیشنهاد یکی از دوستانتان را برای دیدار با فردی بپذیرید. شاید در ابتدا جذاب ظاهر نشود، اما اخلاق او پس از مدتی از این رو به آن رویتان خواهد کرد. اگر هم متأهل اید، با طریق همسرتان سورپرایز خواهید شد. خبر خوبی از راه دور در راه است، خودتان را برای جشنی بزرگ آماده کنید.

تیر
موضوعی ذهن شما را درگیر کرده است آنگونه که روی رفتارتان نیز تأثیر گذاشته است. اگر این رویه را ادامه دهید، نظر مثبت دیگران را در مورد خودتان عوض خواهید کرد. گذشته‌ها معلم خوبی برایتان خواهند بود اگر امید لازم داشته باشید.

مرداد
امروز همان روزی است که منتظرش بودید. شما راز بزرگی را در سینه داشتید و حال زمان آن است تا فاش اش کنید. اما دقت کنید که حرف‌هایتان را به چه کسی می‌زنید زیرا آدم‌های سودجوی زیادی در اطراف هستند که به راحتی می‌توانند سو استفاده کنند.

شهریور
اگر در رابطه عاطفی خود به مشکل بر خورده‌اید، کمی عقب بکشید. در این صورت نه تنها خودتان وقت کافی برای فکر کردن دارید بلکه به شریک زندگی‌تان نیز زمان لازم می‌دهید تا بیشتر در مورد رفتارهایش بیاندیشد.

مهر
برخلاف روزهای دیگر امروز ذهن‌تان درگیر است. احساس می‌کنید در تله‌ای گیر افتاده است. رهایی از راهروهای باریک و تاریک برایتان سخت است و نمی‌توانید مسیر درست را بیابید. به جای این که دور خودتان بچرخید، کافی است کمی بایستید و از دیگران تقاضای کمک کنید.

آبان
پس از مدت‌ها بالاخره امروز آرامش را تجربه می‌کنید. احساس می‌کنید که نیرویی از شما محافظت می‌کند و همین حس اطمینان، اعتماد به نفس شما را افزایش می‌دهد. اگر موقعیت فعلی خود را حفظ کنید، آرامشتان پایدار خواهد بود اما اگر پایتان را از محدودیت‌ها فراتر بگذارید، همه چیز دگرگون خواهد شد.

آذر
امروز میان شما و یکی از اطرافیان یک درگیری صورت می‌گیرد. این فرد حس می‌کند که می‌تواند شما را زیر سلطه‌اش بگیرد و همین موضوع شما را می‌آزارد. اگر چه این موضوع تا حدودی صحت دارد اما بهتر است شما هم سخت نگیرید.

دی
اگر می‌خواهید موفقیتان حتمی باشد، لحظه‌ای بایستید و از دور به انتخاب‌های پیش رویتان نگاهی بیاندازید و سپس در مورد جزئیات آن تصمیم بگیرید.

بهمن
از دخالت در کار دیگران به شدت پرهیز کنید زیرا نه تنها برای خودتان عاقبت خوبی ندارد بلکه دیگران را نیز آزرده خاطر خواهد کرد. به زودی رابطه عاطفی خود را با یکی از دوستانتان که مدت‌ها از هم دور بوده‌اید، آغاز می‌کنید و روزهای خوش بار دیگر باز می‌گردند.

اسفند
امروز در بیان کلماتی که به زبان می‌آوردید نیز محتاط‌تر باشید زیرا ممکن است موجب دلگیری اطرافیان شود و حتی در محیط کار ضربات جبران ناپذیری را به شما بزند.

خانواده مهم‌ترین پایگاه عاطفی است



هرمز شجاعی مهر، مجری تلویزیون:

به نظرم باید به آدم‌هایی که پیرامونمان هستند با دقت بیشتری نگاه کنیم و اگر کسی به کمک نیاز دارد و تنهاست تا جایی که در توانمان است از او دلجویی کرده و شرایطی را فراهم کنیم که او کمتر احساس تنهایی کند چون آدم‌یزاد با همه توانایی‌هایی که دارد زمانی که تنها می‌ماند خیلی ضعیف و آسیب‌پذیر می‌شود، آدم‌ها وقتی بیمار می‌شوند، تحمل و توانشان کم می‌شود و بیشتر از هر زمانی به توجه و کمک نیازمندند.

کهنسالانی که به خانه سالمندان سپرده می‌شوند، تنهایی دردآوری را باید تجربه کنند، چگونه می‌توان از درد آنها کاست؟

درباره سالمندان زیاد مطالعه کرده‌ام به همین دلیل به‌صراحت می‌گویم کهنسالان را نباید به خانه سالمندان سپرد. چون آنها زمانی که در این‌جا می‌کنند به طور مدام این سؤال را از خود می‌پرسند که از من مهم‌تر چه کسی در زندگی فرزندم وجود دارد که آنها وقت رسیدگی به من را ندارند؟ آنها مدام با خود می‌گویند، همه عمر را به پای فرزند خود گذاشتم اما او اکنون حتی وقت نمی‌گذارد به من سر بزند و مراقبم باشد. معتقدم نباید برای پدر و مادر کهنسال کم گذاشت، باید برای عمری که به پای بزرگ کردن و تربیت ما گذاشته‌اند، جوابی پر از عاطفه و محبت داد. اگر بنا به ضرورت‌هایی مجبور شدیم کهنسالان را به خانه سالمندان بسپاریم با تمام قدرت از آنها حمایت عاطفی کنیم و نگذاریم احساس تنهایی و دلشکستگی کنند. با قاطعیت می‌گویم که هیچ کس مثل خانواده نمی‌تواند به فرد آرامش دهد و امنیت عاطفی او را تأمین کند.

روانشناسان این موضوع را نیز نقد می‌کنند

خواستگاری



مدیرکل راه آهن جنوب گفت: موجد ایجاد شده در ریل خط خوزستان به دلیل گرمای این منطقه باعث خروج قطار شد که در ۵۰ سال گذشته بی‌سابقه بوده است.

عبدالکریم درویش زاده در گفت و گو با جام جم آنلاین در پاسخ به این پرسش که برای جلوگیری از تکرار چنین حوادثی با توجه به وضعیت گرمایشی زمین باید چه اقداماتی انجام داد، گفت: در هر جسمی به دلیل شدت گرما انبساط اتفاق می‌افتد و در ریل راه آهن این انبساط به صورت طولی است که به اصطلاح به آن فرار خط می‌گویند که باعث ایجاد موج‌هایی در ریل می‌شود و اگر این موج‌ها شدید باشد قطار نمی‌تواند از آن عبور کند. به گفته وی برای جلوگیری از ایجاد چنین موج‌هایی می‌توان برش‌هایی را در خطوط ایجاد کرد تا از زیاد طول آن گرفته شود، علاوه بر آن برای جلوگیری از بروز حوادث می‌توان با استفاده از ماشین‌های درزین و حرکت آن جلوتر از قطارهای مسافرتی خطوط را کنترل

کرد تا مشکلی برای مسافران به‌وجود نیاید. همچنین علاوه بر تثبیت خطوط، سرعت قطارها هم مهم است و باید این سرعت به گونه‌ای در این شرایط تنظیم شود که تلفات جانی نداشته باشد. وی افزود: در مناطق جنوب به دلیل دمای بالا همواره موج‌هایی در خطوط ریلی ایجاد می‌شود، اما چون این موج‌ها ریز است مشکلی ایجاد نمی‌کند، اما در دو روز گذشته افزایش دما در این منطقه بی‌سابقه بود و حدود ۵۳ درجه بود که مطمئن این دما روی ریل بالاتر است و شاید به حدود ۶۰-۷۰ درجه نیز برسد این دمای شدید حرارت که در ۵۰ سال گذشته بی‌سابقه بوده است موج‌های بزرگی را در ریل ایجاد کرد که در اثر آن یک سالن به صورت کامل از خط خارج شدند.

درویش زاده افزود: خوشبختانه این رویداد تلفاتی نداشت و پس از این اتفاق مسافران به سالن‌های دیگر منتقل شدند و قطار به راه خود ادامه داد که هنگام رسیدن به ایستگاه هفت تپه سه سالن به آن اضافه شد.

هندوانه ۲۵ کیلویی در آمل



هندوانه ۲۵ کیلویی محصولی از باغدار نمونه حسین درخشان ازدار کلاهی آمل استان مازندران.

از نگاه دوربین تابستان، دریا، خنکای آب و بازی باصفاي کودکان جنوب کشور



ریاضیدان نابغه ایرانی به سرطان مبتلا شد

مریم میرزاخانی، ریاضیدان ایرانی و استاد دانشگاه استنفورد با بیماری سرطان دست و پنجه نرم می‌کند.

به گزارش جام جم آنلاین، مریم میرزاخانی، ریاضیدان نابغه ایرانی هم اکنون به دلیل بیماری سرطان در بیمارستان به سر می‌برد.

یکی از نزدیکان وی از وخیم بودن بیماری این دانشمند ایرانی خبر داد و گفت: هم اکنون مریم میرزاخانی به دلیل بیماری سرطان در یکی از بیمارستان‌های آمریکا بستری شده است.

مریم میرزاخانی متولد ۱۳۵۶، ریاضی‌دان ایرانی و استاد دانشگاه استنفورد است. وی در سال ۲۰۱۴ به خاطر کار بر «دینامیک و هندسه سطوح ریمانی و فضاهای پیمانه‌ای آنها» برنده مدال فیلدز شد که بالاترین جایزه ریاضیات است. وی نخستین زن و نخستین ایرانی برنده مدال فیلدز است.

زمینه‌ی تحقیقاتی او مشتمل بر نظریه تاشمولر، هندسه هذلولوی، نظریه ارگودیک و هندسه هم‌تافته است.

مریم میرزاخانی در دوران تحصیل در دبیرستان فرزانگان تهران، برنده مدال طلای المپیاد جهانی ریاضی در سال‌های ۱۹۹۴ (۲۰۰۸) در دانشگاه استنفورد استاد دانشگاه و پژوهشگر رشته ریاضیات است.

