



## امروز شما

**فروزدین**  
 مسئولیت‌هایی که به عهده دارید منتظر شما هستند و به غیر از انجام کاری که منتظران است گزینه‌های چندانی نخواهد داشت. امروز از آن روزهایی نیست که دیگران زیاد حال و حوصله داشته باشند و عذر و بهانه‌هایی که برای انجام ندادن کارها و عمل نکردن به وعده‌هایتان می‌آورید را به راحتی بپذیرند.

**اردبیهشت**  
 امروز بی آنکه انتظارش را داشته باشید و یا آمادگی لازم را داشته باشید، در برابر حریف‌هایی قدرتمند قرار خواهید گرفت که به یکباره سر و کله‌شان پیدا می‌شود و به گونه‌ای شما را به چالش می‌کشند.

**خرداد**  
 انرژی منفی برخی از اطرافیان‌تان باعث تعجب و حیرت شما می‌شود، اما در حال حاضر کاری از دست شما بر نمی‌آید و بهتر است که نگرش مثبت خود را با سر و کله زدن با آن‌ها هدر ندهید!

**تیر**  
 امروز شما می‌خواهید که همکاران‌تان قضاوت مثبتی در مورد شما داشته باشند، اما متأسفانه آن‌ها با تقاضاها و انتظارات بیش از حد خود مجالی برای شما باقی نمی‌گذارند تا وظایف شخصی‌تان را به بهترین نحو ممکن انجام داده و موفق باشید و همین باعث می‌شود که تحت فشار و استرس قرار بگیرید.

**مرداد**  
 کنترل کردن احساس حسادت‌تان همیشه هم به آن سادگی که دوست دارید باشد نیست، مخصوصاً وقتی یک نفر، آن هم شخصی که برای‌تان از اهمیت فوق‌العاده‌ای برخوردار است دارد به شما بی‌اعتنایی و کم محلی می‌کند!

**شهریور**  
 امروز بی‌قراری و بی‌حوصلگی شما کنترل همه چیز را از دست‌تان خارج کرده است، اما با کمی خودداری و صبر و حوصله می‌توانید به طور معجزه‌آسایی همه چیز را تحت فرمان خود در بیاورید.

**مهر**  
 اگر این اواخر زحمات‌تان نتیجه‌ای که انتظار داشته‌اید را برای شما به همراه نداشته‌اند به این معنی نیست که باید بیخیال هدف‌تان شوید، بلکه باید از اشتباهات گذشته‌ی خودتان درس گرفته و نقشه‌ی راه را تغییر داده و مسیر تازه‌ای را برای رسیدن به مقصد خود در پیش بگیرید.

**آبان**  
 در حال حاضر موجی از انرژی در زندگی شما جریان یافته است. تغییرات و بازسازی‌های بزرگی در راه هستند که تعهدات و مسئولیت‌های جدیدی را برای شما به همراه خواهند داشت.

**آذر**  
 مسئولیت زندگی‌تان را خودتان به عهده بگیرید. دست به کار شوید و در یکی از زمینه‌های مهم زندگی‌تان که نیاز به تغییر دارد دست به کار شوید.

**دی**  
 قبل از هر کار مهمی جوانب را در نظر گرفته و ببینید در چه جنبه‌ای از زندگی خود نیاز به تغییرات دارید. البته که در این راه با مشکلاتی نیز مواجه خواهید بود.

**بهمن**  
 شما وارد دوره‌ی مهمی از زندگی خود می‌شوید که چه خودتان متوجه باشید و چه نباشید موقعیت‌های خیلی خوبی را برای شما به همراه خواهد داشت. شاید به یکباره احساس کنید که باید تغییراتی بزرگ و اساسی در یک جنبه از زندگی خود ایجاد کنید.

**اسفند**  
 امروز بی آنکه انتظارش را داشته باشید لیست بلند بالایی از کارهای ناتمام به دست‌تان داده خواهد شد که شما باید به آن‌ها رسیدگی کنید. شما نمی‌دانید چکار باید بکنید، خودتان به اندازه کافی کار و مسئولیت به عهده داشته‌اید و این برای‌تان حکم تیر خلاص را دارد.

## این فناوری سبز نان رایگان می‌دهد



نانوای خلاق، صفتی است که در فضای مجازی به علی بهرامی داده شده است؛ نانوایی اهل استان زنجان و شهرستان خرمدره که با یک ابتکار جالب برای حفاظت از محیط زیست، به تمام مشتری‌هایی که از نایلون برای حمل نان استفاده نمی‌کنند، دو عدد نان رایگان هدیه می‌دهد. به گزارش جام جم آنلاین، تصویر نانوای سفیدپوش، ایستاده مقابل تنور نانوایی با یک عنوان اختصاصی این روزها در کانال‌های خبری تلگرامی دست به دست می‌شود؛ نانوایی که دغدغه محیط زیستی دارد و همین موضوع باعث شده در دیوار واحد صنعتی‌اش پر از شعارهای محیط زیستی شود. یک شهروند جوان و وظیفه شناس که به کیسه‌های پلاستیکی لقب قاتل خاموش داده، قاتلی که همیشه و همه جا با ماست. **چند سال است که به عنوان نانوای مشغول به کار شده‌اید؟** من از سال ۶۹ وارد کار نانوایی شدم، شاگردی کردم و از سال ۸۶ هم به صورت حرفه‌ای کار نانوایی را شروع کردم.

**این شغل خانوادگی‌تان است؟** نه. اتفاقاً در خانواده ما هیچ کسی نانوای نیست، اما من به پیشنهاد پدرم سراغ این کار آمدم و خیلی زود به آن علاقه‌مند شدم. الان هم واقعا افتخار می‌کنم که از طریق نانوایی و پخت نان، به مردم خدمت می‌کنم. **بیشتر چه نانی می‌پزید؟** تخصص من روی نان لواش است. چون می‌دیدم که بیشترین ضایعات را نان لواش دارد. به خاطر همین تحقیقات زیادی در زمینه پخت بهتر نان لواش انجام دادم، در این رابطه مطالعه کردم و همه این‌ها باعث شد که به یک نان مرغوب برسم؛ یعنی لواش سبوس‌دار کم نمک.

**یعنی شما تحقیق کردید که چطور نان بهتری بپزید؟ کمی غیر متعارف نیست؟** هر کسی در کار خودش اگر می‌خواهد بهترین باشد، باید مطالعه داشته باشد، باید تحقیق بکند. من هم برای اینکه نقص‌های کارم را در پخت نان لواش برطرف بکنم تحقیق کردم تا ببینم رعایت چه عواملی باعث ماندگاری بیشتر نان می‌شود، یا چکار بکنم که نان کمتر لیه داشته باشد تا دورریزش کمتر شود.

**معلوم است خیلی اهل مطالعه‌اید؟** من مطالعه را دوست دارم. البته سواد زیادی ندارم تا دوم ابتدایی بیشتر درس نخواندم اما هیچوقت از مطالعه دور نبودم. **چرا کم درس خواندید؟** چون در یک خانواده پرجمعیت زندگی می‌کردم؛ پدرم کارگر آزاد بود و من هم بچه اول بودم. آن موقع خودم تصمیم گرفتم که بروم سراغ کار. به پدرم گفتم من می‌روم کار می‌کنم، بقیه درس بخوانند.

**از کی بحث استفاده نکردن از نایلون‌های پلاستیکی را در نانوایی‌تان مطرح کردید؟** تقریباً دوسالی می‌شود. **چطور این فکر به ذهن شما رسید؟** این هم به خاطر مطالعه بود. من چون خیلی اهل مطالعه هستم و مطالب مختلف علمی را هم می‌خوانم، در یک جایی خواندم که شاخه‌های

پلیمری پلاستیک‌ها مشکل‌زا هستند و در تماس با نان باعث ایجاد بیماری‌های گوارشی و ریوی می‌شوند. از طرف دیگر دیدم که این نایلون‌های پلاستیکی وقتی به‌عنوان زباله دور ریخته می‌شوند، به خاطر ماندگاری چند صدساله در محیط، باعث آلودگی محیط زیست می‌شوند. همین جا در ذهن من یک جرقه زده شد. دیدم که این کیسه‌های نایلونی مثل یک قاتل خاموش همیشه و همه جا با ما هستند. به خاطر همین تصمیم گرفتم حرکتی را شروع کنم که به‌واسطه آن مردم بیشتر با این قاتل خاموش آشنا بشوند. من به هدفم رسیدم نگاه کردم و دیدم ما نانوایی‌ها، همیشه تعداد زیادی کیسه نایلونی داریم که مردم نان داغ را داخل همین کیسه‌ها می‌گذارند و به خانه می‌برند. همین جا بود که تصمیم گرفتم این زنجیره را بشکنم.

**یعنی هدف شما آگاهی رسانی به مردم است؟** بله. می‌خواهم مردم به ضررهای استفاده از کیسه‌های نایلونی پی ببرند. اگر حتی یک نفر به‌واسطه حضور در نانوایی من، برای همیشه این کیسه‌های نایلونی را کنار بگذارد، من به هدفم رسیده‌ام.

**در این مدت چطور مشتری‌های‌تان راضی به استفاده نکردن از کیسه‌های نایلونی کرده‌اید؟** از طریق نصب بنرهای مختلف که خطرات استفاده از کیسه‌های پلاستیکی را یادآوری می‌کنند. همین‌طور فکر کردم که برای فرهنگ‌سازی، یک تشویقی هم در نظر بگیرم. به خاطر همین اطلاع‌رسانی کردم که در صورت آوردن سفره پارچه‌ای و استفاده از کارت خوان، دو عدد نان رایگان به مشتری‌ها تعلق می‌گیرد.

**مشتری‌ها از این طرح شما استقبال کرده‌اند؟** خوشبختانه بله این اتفاق افتاده است. الان ۷۰ درصد مشتری‌های من با خودشان سفره پارچه‌ای به مغازه می‌آورند. شما اگر یک ربع، جلوی مغازه من بایستید و می‌بینید که از هر سفره، دو نفر سفره پارچه‌ای دارند و فکر می‌کنم این اتفاق خیلی خوبی است که هم به سلامت جان خودشان کمک می‌کند و هم حافظ محیط زیست است.

**قیمت نان لواش چقدر است؟** هر عدد نان لواش را ۱۶۰ تومان می‌فروشم. **یعنی شما به هر مشتری ۳۲۰ تومان نان رایگان می‌دهید.** بله همین طور است.

**در روز چقدر نان می‌پزید؟** از صبح تا شب ۲۵ کیسه آرد استفاده می‌کنم که می‌شود حول و حوش ۱۱ تا ۱۲ هزار نان لواش.

**اینکه تعدادی از نان‌ها را رایگان می‌دهید به ضررتان تمام نشده؟** به لطف خدا من ضرری از این کار ندیدم. کلاً در کارم یک شعار دارم: «سود کمتر، فروش بیشتر و کیفیت بهتر» همین اتفاق باعث شده که مردم از راه‌های دور و نزدیک مثلاً از شهرهای همجوار مثل شاهین قلعه، شریف آباد، ابهر حتی زنجان و قزوین و تاکستان برای خرید نان به ما مراجعه کنند. حتی من از تهران هم مشتری دارم که هفته‌ای یک بار می‌آید ۲۰۰ تا نان لواش می‌خرد و می‌برد.



## خواندنی

### کلاغ‌های هلندی شهر را تمیز می‌کنند



یک استارت‌آپ دستگامی به نام جعبه کلاغ ساخته است که به این پرندوها آموزش می‌دهد تا ته سیگارها را از سطح شهر جمع‌آوری کنند. به گزارش جام جم آنلاین، این پرنده‌ها و روبن وندر ولاتون و باب اسپیک زمانی این ایده به ذهن‌شان رسید که در اطراف پارکی در آمستردام متوجه ته‌سیگارهای بسیاری شدند.

**چرا کلاغ‌ها؟** پرندهای در کنار انسان در شهرها زندگی می‌کنند که دارای توانایی حل مسئله و یادگیری مستقل است. حتماً می‌دانید که من دارم در مورد کلاغ‌ها صحبت می‌کنم. کلاغ‌ها در حال حاضر در بین گونه‌های هوشمند این سیاره قرار دارند و می‌توان هوش آن‌ها را برابر با شامپانزه‌ها دانست. به‌خاطر درک آن‌ها از علیت، کلاغ‌ها می‌توانند مفهوم‌سازی کنند، از ابزارها استفاده کنند، بازی کنند، از یکدیگر یاد بگیرند و حتی می‌توانند به انسان‌ها کمک کنند. جالب است بدانید برخی از انواع کلاغ‌ها حتی می‌توانند بشمارند!

**روش کار چیست؟** این دستگاه به‌طور خودکار به کلاغ‌ها آموزش می‌دهد که می‌توانند در ازای برداشتنی خاصی از روی زمین و تحویل آن به دستگاه، بادام زمینی دریافت کنند.

### بدترین و بهترین شهرهای جهان برای رانندگی

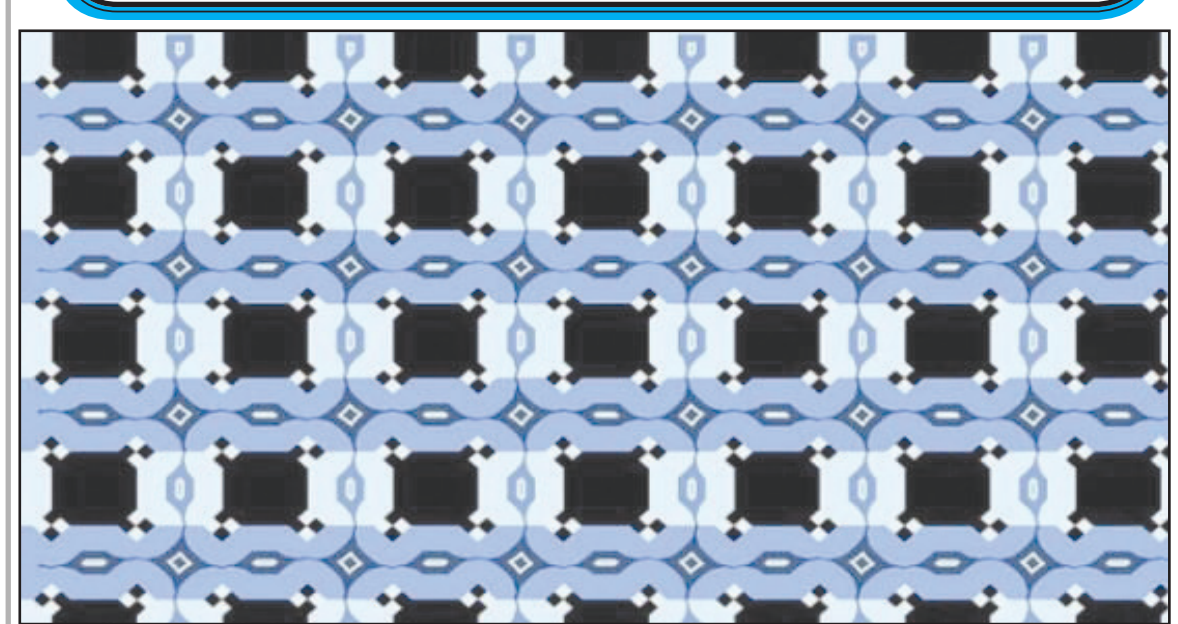
در یک رتبه‌بندی بین‌المللی مربوط به ۱۰۰ شهر مختلف جهان مشخص شد که کلکته در هند، نامناسب‌ترین و دوسلدورف در آلمان نامناسب‌ترین شهر برای رانندگان هستند. به گزارش جام جم آنلاین از ایسنا، این بررسی توسط یک کمپانی آلمانی انجام شده و نتایج آن براساس ارزیابی مقیاس‌هایی چون سطح ترافیک محلی، میانگین هزینه پارکینگ و سوخت، متوسط سرعت در جاده، سطح آلودگی هوا، تعداد سوانح جاده‌ای و کیفیت جاده‌ها به دست آمده است. در این رتبه‌بندی جهانی شهر دوسلدورف در بالای فهرست مناسب‌ترین مناطق شهری برای رانندگان قرار گرفته که در میان امتیازهای مختلف آن برای کسب این جایگاه می‌توان به این مورد اشاره کرد که بزرگراه‌های آن تنها ۲۰ درصد مواقع پرازدحام است درحالی‌که در کلکته مسیرهای ارتباطی در ۶۹ درصد مواقع پُرترافیک هستند. طبق مطالعه انجام گرفته همچنین از جمله شهرهایی که دارای بالاترین تعداد رانندگان عصبی و خشمگین هستند می‌توان به «بورودو» در فرانسه و هلسینکی در فنلاند اشاره کرد. در حالی‌که آرام‌ترین شهرها از این نظر سن پترزبورگ در روسیه و بوگو‌تا در کلمبیا هستند. همچنین در فهرست ۲۰ شهر اول مطلوب برای رانندگان، شش شهر به آلمان اختصاص دارد در حالی‌که ایالات متحده تنها با یک شهر سیاتل در ایالت واشنگتن توانسته در فهرست ۲۰ شهر مناسب برای رانندگان جای بگیرد. برای خود باز کنند. به گفته کارشناسان، برنامه‌ریزی ضعیف شهری و کمبود آموزش‌های شهری می‌تواند رانندگی را به استرس‌زاترین تجربه فرد در طول روز تبدیل کند.

شهرهای دوسلدورف در آلمان، دبی در امارات، زوریخ در سوئیس، توکیو در ژاپن و بازل در سوئیس در پنج رتبه اول بهترین شهرهای دنیا برای رانندگان قرار گرفته‌اند و از سوی دیگر کلکته در هند، کراچی در پاکستان، لاگوس در نیجریه، اولان باتور در مغولستان و بمبئی در هند در این رتبه‌بندی جزو نامناسب‌ترین شهرهای جهان برای رانندگان معرفی شده‌اند. نکته قابل توجه این است که بر اساس این رتبه‌بندی از ۱۰ شهر نخست نامناسب برای رانندگی سه شهر فقط به کشور هند اختصاص دارند که شامل کلکته، بمبئی و بنگلور هستند.

## از نگاه دوربین یاد روز خواجه شمس‌الدین محمدحافظ شیرازی را گرمی می‌داریم



## وقتی خطای دید شما را گیج می‌کند



به این تصویر خوب نگاه کنید، ممکن است مشکلی وجود داشته باشد. به گزارش جام جم آنلاین، با نگاه اول به این تصویر خطاهایی آبی می‌بینید. خطاهایی که آبی پررنگ هستند به صورت کج و ناموازی دیده می‌شوند اما در واقع این چنین نیست. خطای دید باعث می‌شود که شما این خطاهای افقی را به صورت کج ببینید. با دقت و ریزبینی متوجه می‌شوید که این خطاها کاملاً صاف هستند. براساس یک آزمایش در دانشگاه پنسیلوانیا از هر ۲۰ نفر فقط سه نفر این خطاها را به صورت راست می‌دیده است.