

## امروز شما

**فرودین**  
خودتان را امروز از بحث‌هایی که میان دوستانان به وجود می‌آید، دور کنید، در غیر این صورت سوء تفاهم‌هایی به وجود آمده دامن شما را نیز خواهد گرفت. به‌جای آن انرژی خود را برای کارهای مهم‌تری صرف کنید.

**اردیبهشت**  
اطرافتان به‌هم‌ریخته و این موضوع شما را ناراحت و نگران کرده است؛ اما مطمئن باشید که فردا همه‌چیز مانند گذشته خواهد شد. از آنجا که امروز تمرکز لازم را ندارید، بهتر است که از انجام کارهای مهم خودداری کنید.

**خرداد**  
امروز نیز مانند روزهای گذشته نگران هستید؛ اما کافی است کمی صبر کنید تا همه‌چیز مانند گذشته دوباره شیرین و بر وفق مراد شود. به‌زودی یکی از رویاهایی که مدت‌هاست در سر می‌پرورانید، رنگ واقعیت به خود می‌گیرد.

**تیر**  
امروز احساس خستگی می‌کنید. این خستگی بیشتر روحی‌ست تا جسمی. برای باز شدن ذهنتان، پیاده‌روی را به شما پیشنهاد می‌کنیم. در گفت‌وگویی که امروز در اطرافتان رخ می‌دهد، شرکت کنید. با افراد بیشتری در تماس باشید، در نهایت خواهید دید که دیگران چه تأثیر مثبتی روی زندگی‌تان خواهند گذاشت.

**مرداد**  
امروز کمی متفاوت‌تر از همیشه به نظر می‌رسید. دوست دارید به‌جای توجه به خود، روی دیگران تمرکز کنید. این موضوع شما را نزد اطرافیان نیز محبوب خواهد کرد.

**شهریور**  
یکی از دوستانتان خبری را به گوشتان رسانده و این موضوع شما را کمی ناراحت و خسته کرده است. بهتر است به او بگویید که در مورد مسائلی که ذهن شما را آشفته می‌کند، با شما حرفی نزنند.

**مهر**  
در مورد موضوعی با شریک زندگی‌تان دچار اختلاف‌نظر شده‌اید، توضیحات شما نیز او را متقاعد نمی‌کند. بهتر است از اصرار کردن دست‌بردارید و به او فرصت دهید.

**آبان**  
برای به دست آوردن آنچه می‌خواهید، باید سمج‌تر باشید، این کار اگرچه کمی مشکل است و با شخصیت شما جور در نمی‌آید اما با تلاش خود می‌توانید به هدف‌تان برسید.

**آذر**  
اگر مسیری که می‌روید شما را به بن‌بست رسانده، بد نیست راه دیگری را انتخاب کنید اما در این راه باید با احتیاط قدم بردارید زیرا موانع زیادی دارد و ممکن است برایتان دردسرساز شود.

**دی**  
اخیراً استرس‌های زیادی به شما وارد شده، برای رسیدن به آرامش، کمی مراقبه یا ورزش کنید. این کار در چنین شرایطی سخت؛ اما امکان‌پذیر است. اگر مجرد هستید، حال که اعتمادبه‌نفس و جسارت شما افزایش یافته، راز دل‌تان را برای فردی که به او علاقه دارید باز گو کنید.

**بهمن**  
یکی از دوستانان در موقعیت بدی به سر می‌برد، سعی نکنید در این شرایط او را وادار به حرف زدن کنید. تنها کافی است دستش را بگیرید و با او قدم بزنید. شما و عشق زندگی‌تان جسارت لازم را برای ایجاد تغییرات به دست آورده‌اید.

**اسفند**  
احساس نگرانی شما بی‌مورد است، مطمئن باشید که به‌موقع همه‌چیز به بهترین شکل خود اتفاق خواهد افتاد. سعی کنید به گذشته و رفتارهایتان نگاهی بیندازید و خود علت آن را پیدا و سپس برای رفع آن تلاش کنید. دوستی شما ارزشی بیش از این‌ها دارد.

## خوش‌شانس‌ترین عکاس جام جهانی!



پس از گل دوم کرواسی به انگلیس که توسط مانژوکیچ به ثمر رسید و منجر به فینالیست شدن کرووات‌ها شد، شاهد اتفاقی جالب و کم‌سابقه بودیم.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از ورزش سه، بعد از گل ماریو مانژوکیچ به انگلیس هنگامی که بازیکنان کرواسی برای شادی به سمت هواداران خود در گوشه استادیم رفتند، ازدحام بیش‌ازحد باعث شد آنها باعث زمین خوردن یکی از عکاسان کنار زمین بشوند؛ اما این عکاس حتی بعد از زمین خوردن هم به کار خود ادامه داد و از زاویه‌ای منحصره‌فرد تصاویر شادی و فریادهای بازیکنان تیم ملی کرواسی را به ثبت رساند.

در دقایقی که به نظر می‌رسید سومین دیدار متوالی تیم ملی کرواسی نیز در جام جهانی در حال رسیدن به ضربات پنالتی است، ماریو مانژوکیچ با تیزهوشی موفق شد گل دوم تیمش را به ثمر برساند تا آنها با شکست انگلیس راهی فینال شوند.

اما بعد از گل و هنگامی که بازیکنان کرواسی برای شادی به سمت هواداران خود در گوشه استادیم رفتند، ازدحام بیش‌ازحد باعث شد آنها باعث زمین خوردن یکی از عکاسان کنار زمین شد.

اما جالب اینجا بود که این عکاس حتی بعد از زمین خوردن هم به کار خود ادامه داده و از زاویه‌ای منحصره‌فرد تصاویر شادی و فریادهای بازیکنان تیم ملی کرواسی را به ثبت رساند تا شاید یکی از دیدنی‌ترین تصاویر جام‌های جهانی از منظر یک عکاس زمین‌خورده ثبت بشود.

البته بعد از لحظاتی مانژوکیچ به این عکاس کمک کرد از زمین بلند شده و در جایگاه خود کنار خط مستقر شود.

یوری کورتز، عکاس السالوادوری آژانس AFP در گفت‌وگو با اسکای درخصوص این اتفاق جالب می‌گوید: هرگز برای من چنین اتفاقی رخ نداده بود. البته پیش‌ازاین شاهد نمونه‌های مشابه بودم؛ مثلاً اینکه گلی زده شود و بازیکنان به سمت گوشه زمین برای خوشحالی



## کشف الماسی شبیه توپ فوتبال!



روی این الماس گذاشته‌اند؛ زیرا با درخشش خود در رقابت با اسپانیا نقش مهمی در رسیدن تیمش به مرحله یک‌چهارم نهایی داشت.

کارشناسان می‌گویند شکل عجیب و نامتعارف الماس، ساخته دست طبیعت است و به توپ‌های کلاسیک آدیداس تلسار که نخستین بار در جام قهرمانی ملت‌های اروپا در سال ۱۹۶۸ و جام جهانی ۱۹۷۰ میلادی به کار رفت، شباهت دارد.

به گزارش جام جم آنلاین از میزان، کارشناسان روسی الماسی را شبیه به توپ فوتبال کشف کردند.

این الماس تقریباً سفید با لکه‌های سیاه است و در معدنی در شهر آرخانگلسک روسیه پیدا شده است.

کارشناسان می‌گویند شکل عجیب و نامتعارف الماس، ساخته دست طبیعت است و به توپ‌های کلاسیک آدیداس تلسار که نخستین بار در جام قهرمانی ملت‌های اروپا در سال ۱۹۶۸ و جام جهانی ۱۹۷۰ میلادی به کار رفت، شباهت دارد.

روس‌ها اسم دروازه‌بان تیم ملی‌شان «یگور اکیفیف» ۳۲ ساله را

## خواندنی



**تابوتی عجیب در مصر**

یک تابوت به طول ۹ فوت که به دوران قبل از میلاد مسیح بازمی‌گردد، توسط باستان‌شناسان در مصر کشف شده است.

به گزارش جام جم آنلاین از باشگاه خبرنگاران، کشف تابوتی در قبر باستانی در مصر خبرساز شده است.

طول ۹ فوتی این تابوت که قدمتی چند هزارساله دارد موجب شگفتی باستان‌شناسان شده است.

بنا به گفته کارشناسان باستان‌شناسی، جنس این تابوت از گرانیت است و گفته می‌شود بزرگ‌ترین تابوتی که تاکنون در شهر باستانی اسکندریه پیدا شده، همین تابوت است.

قدمت قبر کشف شده به دوره بطلمیوس برمی‌گردد که بین سال ۳۰۵ تا ۳۰ پیش از میلاد مسیح بوده است.

## هشدار پلیس هند به افسران: لاغر نشید اخراجید!

پلیس هند از افسران درخواست کرد وزن خود را کاهش دهند یا در غیر این صورت کارشان را از دست می‌دهند.

به گزارش جام جم آنلاین از ایسنا، پلیس هند اعلام کرد: نگرانی فزاینده‌ای از افزایش تعداد افسران پلیس چاق در این کشور که مشغول به فعالیت هستند، وجود دارد. همچنین این تصمیم پس‌ازآن گرفته شد که بیش از ۱۰۰ افسر پلیس در نتیجه بیماری‌های مربوط به سبک زندگی در مدت تنها ۱۸ ماه فوت کردند.

بیماری‌های مربوط به سبک زندگی به‌طورمعمول از مصرف مواد الکلی، مواد مخدر، استعمال سیگار، تغذیه ناسالم، نداشتن فعالیت جسمی و زندگی کم‌تحرک ناشی می‌شود.

بر اساس این دستورالعمل تمامی افسران پلیس چاق شناسایی شده و به آنان رژیم غذایی سالم و برنامه ورزشی فشرده داده می‌شود.

این افسران باید در یک محدوده زمانی مشخص وزن اضافی خود را کاهش دهند و با افرادی که موفق به انجام آن نشوند برخورد می‌شود. بررسی‌ها نشان داده حدود ۱۵۰ نیروی پلیس ۴۰ تا ۵۰ ساله هند هرساله به دلیل بیماری‌های مربوط به سبک زندگی فوت می‌کنند. بسیاری از آنان دارای سابقه بیماری‌های قلبی، فشارخون و دیابت هستند.

## تابستان، خنکای آب و بازی‌های کودکان



## شکار یک سوپر طوفان



گاهی عکاسان برای ثبت تصاویر هیجان‌انگیز و دیدنی، خود را در موقعیت‌های خطرناکی قرار می‌دهند و از هیچ اتفاقی واهم‌ای ندارند. یکی از این عکاسان Will Eades است که خود را از استرالیا به گریت پلین در آمریکا رسانده تا به آرزوی خود که عکاسی از بزرگترین و سهمگین‌ترین طوفان‌های روی کره زمین است، برسد. او در نهایت توانست با به خطر انداختن خود یک سوپر طوفان را شکار کند.