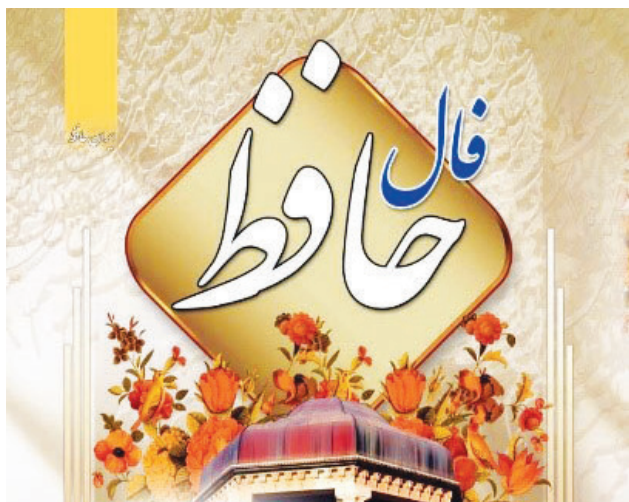




## امروز شما



**فروردین**

باید ریشه و عامل ناراحتی را فهمید تا بتوان آن را از بین برد. پناه بردن به راه‌حل‌های مقطعی و موقت نمی‌تواند راهگشا باشد. باید مسئولیت هر عامل را جداگانه بررسی کرد.

**اردیبهشت**

یک هدیه کوچک می‌تواند گره‌گشای مشکل بزرگی باشد، مشروط بر اینکه از روی عشق و محبت باشد. در واقع این محبت و دوستی است که حلال مشکلات بوده و خارها را به گل تبدیل می‌کند.

**خرداد**

بعضی از آدم‌ها را باید از زندگی عاطفی حذف کنی. اگر انسان در حال زندگی فراموشی نداشت تا به حال صدمه دیوانه شده بود. باید مسائل لاینحل و مشکلات و دردهای مزمن را فراموش کرد و به آینده اندیشید.

**تیر**

از ریسک کردن نباید ترسید. زیرا بخش مهمی از زندگی بر مبنای همین ریسک کردن‌ها خواهد بود. شانس با تو خواهد بود اما در هر حال باید هوشیار و مراقب موقعیت‌های خود باشی.

**مرداد**

تا زمانی که احساسات را بیان نکنی، او نخواهد فهمید که در درون و قلب تو چه می‌گذرد. باید عشق و علاقه را بدون تعارف و ملاحظه نثار کرد.

**شهریور**

عاشق باید بود که عاشقی پروسه‌ای پرهیجان و تکامل‌بخش است. عشق تو را در معرض آزمایش و تجربه‌های مهمی قرار می‌دهد که طی آن آدمی ساخته و پرداخته می‌شود.

**اسفند**

بعضی ماجراهای عاشقانه باید فاصله گرفت چون تو را دچار دردسرها و مشکلاتی می‌کند که مناسب حال تو نیست. باید این دوره را با آرامش طی کرد و به آینده‌های دور امیدوار بود.

**مهر**

امروز اتفاقاتی می‌افتد که موجب می‌شود تا تو در اهداف و اغراض یک دوست یا یکی از نزدیکان تردید کنی. پیش از هرگونه قضاوتی باید در این باره تحقیق کرد و مطمئن شد.

**آبان**

تو در عشق و دوستی صمیمی و پاک هستی و باید مواظب باشی که به کسی علاقمند شوی که ارزش تو را داشته باشد.

**آذر**

نگران بعضی مسائل هستی اما به نظر می‌رسد که دلیل قانع‌کننده‌ای هم نداشته باشی. پس وسوسه‌ها و تردیدها را از خود دور کن تا بتوانی با امید به آینده، هر کاری را شروع کنی.

**دی**

یک رابطه عاشقانه یا یک دوستی بزرگ در حال شکل‌گیری است. معمولاً این‌گونه روابط از یک اتفاق ساده شروع می‌شود ولی در طول زندگی ادامه می‌یابد.

**بهمن**

وقتی پیشنهادی مطرح می‌شود باید در موردش فکر کرد. هیچ‌گاه نباید چشم‌پوشته پذیرفت و یا رد کرد. اول شناختن را کامل کن و بعد قضاوت کن.

**اسفند**

از بعضی ماجراهای عاشقانه باید فاصله گرفت چون تو را دچار دردسرها و مشکلاتی می‌کند که مناسب حال تو نیست. باید این دوره را با آرامش طی کرد و به آینده‌های دور امیدوار بود.

## طلوع روزنامه فرهنگی / سیاسی / اجتماعی / ورزشی

صاحب امتیاز، مدیر مسئول و سردبیر: محمد مهدی جعفری زاده

شماره استاندارد بین المللی روزنامه طلوع (شاپا) : ۵۸۷۳-۸۰۰۲ ISSN: 5873-8002

شیراز: خیابان انقلاب (نادر) / نیش پارک انقلاب / مجتمع رز / طبقه اول

کازرون: خ قدمگاه / پایین تر از تقاطع امیر کبیر ۴۲۲۹۲۴۶-۰۷۱

آدرس صفحه اینستاگرام: https://instagram.com/tolounews

مروانامه اخلاقی: tolounews.com/Regulations.aspx

پست الکترونیک: toloudaily@gmail.com

آدرس سایت: www.tolounews.com

چاپخانه: خلیج فارس

## چگونه در سفر از ابتلا به آبله میمون پیشگیری کنیم؟

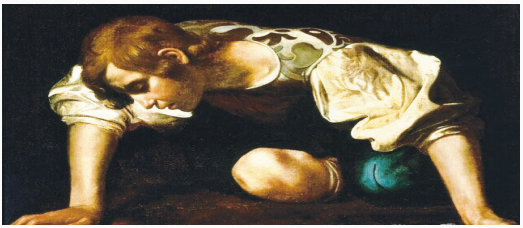


سه سطح از توصیه‌های سفر توسط مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های صادر شده است. سطح یک که در آن به مردم گفته می‌شود اقدامات احتیاطی معمول را انجام دهند. سطح دوم که در آن اقدامات احتیاطی افزایش یافته مانند موارد گفته شده توصیه می‌شود و سطح سوم اینکه افراد باید از سفرهای غیرضروری اجتناب کنند.

**چرا آبله میمون اکنون یک خطر متوسط برای سلامتی جهان است؟** مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده گفت: خطر برای عموم مردم کم است. آبله میمون یک بیماری نادر است که در ۱۱ درصد موارد کشنده خواهد بود. این بیماری عمدتاً در بخش‌هایی از آفریقا محدود شده بود و از طریق تماس انسان با حیوانات آلوده منتقل می‌شد اما اکنون به نظر می‌رسد در حال سرایت از انسان به انسان است. مقامات بهداشت عمومی تأکید کرده‌اند که آبله میمون می‌تواند از طریق انواع تماس طولانی‌مدت و نزدیک از جمله با لباس، ملحفه یا سایر مواد آلوده به ویروس منتقل شود.

بیشترین موارد ابتلا در انگلستان و سایر بخش‌های بریتانیا گزارش شده است. پس از آن اسپانیا، پرتغال، کانادا، آلمان، فرانسه و ایالات متحده آمریکا قرار دارد. مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده آمریکا می‌گویند: هر کسی که به‌طور یا ضایعات غیرقابل توضیح در هر قسمت از بدن دارد، باید فوراً دنبال مراقبت‌های پزشکی باشد و از تماس با دیگران خودداری کند. تب، سردرد، دردهای عضلانی و تورم غدد لنفاوی نیز ممکن است قبل از ایجاد بثورات ایجاد شود؛ سپس جوش‌های پر از مایع ظاهر و در نهایت پوسته پوسته می‌شود و می‌افتد. کسانی که تصور می‌کنند ممکن است آبله میمون داشته باشند، باید در صورت امکان به ارائه‌دهندگان مراقبت‌های بهداشتی مراجعه کنند و تا زمانی که یک متخصص پزشکی یا مقامات بهداشت عمومی بیماری آنان را بررسی نکرده است، از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده نکنند.

## داستان‌های وحشتناک از زندگی هنرمندان خودشیفته



خودشیفتگی یا نارسیم، اختلالی شخصیتی است که به اعتقاد برخی از روانشناسان، عده‌ای از مطرح‌ترین هنرمندان به آن دچار بوده‌اند. به گزارش ایرنا به نقل از الجزیره، اختلال شخصیت خود شیفته در برخی از هنرمندان از جمله نقاشان، خواننده‌ها، بازیگران و ... وجود دارد. به گفته یک روانشناس آمریکایی که تحقیقی درباره رابطه خودشیفتگی و خلاقیت داشته، کسانی که خود را خلاق و مبدع می‌دانند و یا استعداد هنری خاصی دارند، ویژگی‌های خودشیفتگی در آنها دیده می‌شود. بر اساس افسانه‌های یونانی، نارسیم جوانی بسیار خوش سیما بود که در برابر همه متکبر بود. سرانجام به دلیل همین غرور و خودبینی، خدایان او را تنبیه می‌کنند. نارسیم را به دریاچه‌ای می‌برند و او با دیدن تصویر خود در آب عاشق خود می‌شود و آنقدر آنجا می‌ماند که می‌میرد! افسانه نارسیم به ما می‌گوید که بدون شک کسانی که خود را بسیار دوست می‌دارند، عاقبت خوشی ندارند.

افراد که دچار اختلال نارسیم هستند، خود را بی‌عیب و نقش و سزاوار بهترین‌ها می‌دانند. آنها فکر می‌کنند انسان‌های خاصی هستند که فقط باید با افرادی خاص معاشرت کنند. حس درک و همدردی آنها با دیگران محدود است. تابلو زیر به نام «نارسیم» اثر کاراواجو - نقاش ایتالیایی - است. در این تابلو جوانی خوش سیما محو تصویر خود در آب شده و افسانه نارسیم را به یاد می‌آورد. فضای تابلو با رنگ‌های تیره پوشانده شده و جوان خودشیفته را دربر گرفته است. ایان گیبسون، نویسنده کتاب زندگینامه سالوادور دالی، درباره این نقاش معروف اسپانیایی سوئال می‌نویسد: دالی به حد زیادی خودشیفته بود و حتی از آزار روانی پدر و مادر خود نیز لذت می‌برد. او معتقد بود

## مرمت مقبره عمادالدین در شاهرود



ملی به ثبت رسیده و متعلق به دوره اسلامی است.

سرپرست اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی شهرستان شاهرود از آغاز مرمت مقبره عمادالدین خبیر داد. به گزارش مهر، مرتضی نظری ۱۸ خردادماه ۱۴۰۱ با اعلام این خبر گفت: مرمت مقبره عمادالدین شاهرود از محل اعتبارات سفر ریاست جمهوری در حوزه میراث فرهنگی، آغاز شد. سرپرست اداره میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری و صنایع دستی شهرستان شاهرود افزود: در این مرحله از مرمت، کار برداشت آندود فرسوده، مرمت ترک‌های سطحی، پی‌بندی و انجام کاه‌کل بر روی دیوارها انجام می‌شود. مقبره عمادالدین شاهرود به شماره ۳۹۴۸ در تاریخ ۱۳۸۰/۳/۲۲ در فهرست آثار



محمد رضا شمس درباره ژانر وحشت:

## بهتر است از هیولاهای خودمان استفاده کنیم!



محمد رضا شمس با بیان این که در مناطق مختلف ایران کم هیولا نداریم، می‌گوید: اگر نویسنده‌های ایرانی می‌خواهند در ژانر وحشت بنویسند بهتر است از هیولاهای ایرانی استفاده کنند تا دراکولا. این نویسنده ادبیات کودک و نوجوان در گفت‌وگو با ایسنا درباره گرایش کودکان به ژانر وحشت با توجه به کلیدواژه‌هایی مانند هیجان‌انگیز، ترسناک و وحشتناک که در عنوان بسیاری از کتاب‌های منتشر شده برای نوجوانان دیده می‌شود، اظهار کرد: مسئله‌ای که وجود دارد این است که در ایران با ادبیات ژانر مقابله می‌شود و ژانرنویسی را مترادف با حقیرنویسی و سطحی بودن می‌دانند، حتی در سینما هم می‌بینیم، فیلم‌های گیشه را کنار می‌گذارند و سراغ فیلم‌های هنرمندانه هنری می‌روند و به آنها جایزه می‌دهند و یا در جوایز ادبی هم سراغ داستان‌های ادبی می‌روند و معمولاً این نیست، از عناصری مانند شب و تاریکی، سایه درخت، صدای باد و زوزه گرگ و باز و بسته شدن در و پنجره .... می‌توان صحنه‌های ترسناک ایجاد کرد. صحنه‌های خشونت‌زا را نباید با وحشت اشتباه گرفت و این موضوع یکی از ایرادهایی است که به ویژه مخاطب گرفته‌اید. زمانی که ژانر وحشت وارد می‌کنم و خیلی با این صحنه‌ها موافق نیستم. او با تأکید بر این که نباید در کتاب‌های ژانر، خشونت بر وحشت غالب باشد، ادامه داد: در این کتاب‌ها باید نشان دهیم اگر بچه اشتباهاتی می‌کند، ممکن است درگیر مسائلی شود که فرار کردن از آن سخت است؛ مثلاً در داستان «اتوبوس مرگ» من؛ بچه‌ای مدرسه‌اش دیر شده و با عجله از خیابان رد می‌شود، ماشین به او می‌زند اما خود او متوجه این ماجرا نیست، مردم دورش جمع شده‌اند اما خود او می‌رود و سوار اتوبوسی می‌شود که به سمت گورستان می‌رود. در واقع این عجله و دقت نکردن باعث مسائلی می‌شود که مواجه با آن سخت است. این کودک با ترفندی از اتوبوس بیرون می‌پرد و به سمت مدرسه می‌رود و در واقع از مرگ فرار می‌کند. این نکته را هم باید در نظر بگیریم که بهتر است ژانر وحشت برای مخاطب کودک و نوجوان با طنز داستان‌های ترسناک می‌شوند، این سبک با ژانر باعث می‌شود بچه‌ها بیشتر سراغش بروند. از طرف دیگر ژانر وحشت باعث می‌شود، هیجانات درونی بچه‌های وحشت شود و این هیجانات انباشته نشود؛ وقتی سوار ترن هوایی می‌شوید، زمانی که با سرعت یا پایین می‌آید واقعاً ترسناک است یا بندبازی کار خطرناکی است اما برخی از جوان‌ها این کار را دوست دارند، این‌ها هم در زیرمجموعه ژانر قرار می‌گیرند البته به صورت عملی نه خواندنی، کسانی که این کارها را می‌کنند، می‌خواهند هیجانات درونی خود را خالی کنند.

این نویسنده ادبیات کودک و نوجوان همچنین گفت: نکته دیگری که باید درباره ادبیات ژانر بگویم این است که خیلی از بچه‌ها با خواندن این کتاب‌ها با ترس‌هایشان روبه‌رو می‌شوند، نمی‌شود از ترس فرار کرد، اگر بچه‌ها از ترس‌هایشان فرار کنند، ترس زندگی دچار آسیب خواهند شد. در واقع ژانر وحشت کمک می‌کند،

## عکس روز:



دره خزینه شهرستان پلدختر- لرستان

## شهروند عکاس

عکس‌های حرفه‌ای خود را با کیفیت

مطلوب به آدرس ایمیل روزنامه طلوع

toloudaily@gmail.com ارسال

کنید تا در روزنامه درج گردد