



امروز شما



فروردین تو در بین دوستان محبوب هستی. این مسئله‌ای آشکار است و خودت هم آن را می‌دانی. اما همین محبوبیت، حسادت‌هایی را برمی‌انگیزد. پس باید مراقب باشی.

اردیبهشت از طرف کسی برای تو پیام یا نامه‌ای می‌رسد که تو فکرت را هم نمی‌کردی. تو آنقدر درگیر مسائل هستی که توجهت به پیامون خود نمی‌شود و بعضاً کسانی که دوست دارند را نمی‌بینی. این اتفاق باید تو را نسبت به آینده امیدوار کند.

مهر در مورد فردی زیادی فکر می‌کنی. گرچه تنها دیدارهای کوتاه و مختصری اتفاق افتاده اما تو آنرا خیلی جدی گرفته‌ای. بهتر است دست از خیال پردازی برداری چون این روش برای تقویت قوه تخیل خوب است اما در پایان سودی ندارد.

آبان فردی را دوست داری بدون اینکه او تو را دوست داشته باشد. آرزوی می‌کنی که او هم همین احساس را داشت و رفتارش را با تو عوض می‌کرد. این آرزوی قشنگی است، اما همه درها را به روی تو بسته‌اند.

خرداد بیهوده ادای عشاق سینه چاک و یا فیلسوفان سرگشته از دریاورا چون این افکار و احساسات قابل کنترل است و تو می‌توانی خود را با شرایط زندگی کاملاً هماهنگ سازی.

تیر به نظر می‌رسد اوضاع عاطفی تو مساعد نباشد. روابط با یکی از دوستان نه تنها بهبود نیافته که روز به روز بدتر می‌شود و همین اثر منفی بر تو گذاشته است. باید کاری کرد که روزگار هجران دوباره به وصل متصل شود.

مرداد کمی استراحت کن و به احساسات اجازه بده تا زندگی را رنگ و روی تازه بزنند. همه چیز را نمی‌توان براساس سود و زیان محاسبه کرد. گاه عشق فرمانی می‌دهد که مهمتر است.

شهریور احساس می‌کنی اگر کسی به تو توجه کند دیگر خوشبخت‌ترین خواهی بود. اما چنین نیست. خوشبختی در نگاه توست نه آن کسی که بدان می‌نگری. اشیاء و اشخاص اطراف ما تغییر می‌کنند.

آذر نباید توقع کار خارق‌العاده‌ای از او که فردی عادیست، داشته باشی. بهتر است فعلاً رازدار باشی و کسی در مورد احساسات صحبت نکند چون هنوز خیلی زود است.

دی سوء تفاهم کوچکی به وجود آمده که به زودی برطرف می‌شود. نباید از تصمیم و نظر خود برگردی چون حق با تو بوده است و دیگران هم به زودی خواهند فهمید.

بهمن ممکن است در این وادی دچار ناکامی شوی و مدتها این حادثه ذهن تو را مشغول و مسموم کند اما به خاطر داشته باش که زندگی همچنان ادامه دارد و دنیا از حرکت نمی‌ایستد.

اسفند جایی برای افسوس خوردن نیست. اشک ریختن برای چیزهایی که از دست داده‌ای سودی ندارد. سعی کن از فرصت‌های آینده استفاده کنی.

سود خارجی‌ها از جراحی بینی در ایران!



سفر به ایران و ترکیه با هدف جراحی زیبایی و خدمات آرایشی، صرفه و سود اقتصاد زیادی برای گردشگران خارجی دارد. به گزارش ایسنا، نشریه هافینگتون پست انگلیس در گزارشی به سفر برخی چهره‌های آمریکایی به دیگر کشورها برای انجام خدمات زیبایی و آرایشی پرداخته است؛ سفری که با هزینه هواپیما و یک هفته اقامت باز هم برای این مسافران، ارزان و مقرون به صرفه تمام می‌شود.

خدمات زیبایی واقعا این روزها هزینه‌بر است و آمار و ارقام اخیر نشان می‌دهد که انتظار می‌رود تا پایان سال ۲۰۲۳، صنعت زیبایی به درآمد سالانه ۱۱۶ میلیارد پوند برسد. سالانه مقدار قابل توجهی پول صرف این امور می‌شود، در حالی که برخی از مناطق همچنان با بحران هزینه‌های زندگی دست‌وپنجه نرم می‌کنند. با این حساب، منطقی است که برخی از اینفلوئنسرهای «TikTok» برای جراحی‌های زیبایی خود به خارج از کشور سفر کنند، که حتی با وجود پرواز، بسیار ارزان‌تر از هزینه‌ای است که در خانه می‌پردازند، درحالی که مزیت اضافی یک تعطیلات کوچک را نیز به همراه دارد.

«براین الیز»، اینفلوئنسر سفر و زیبایی است که برای اکستنشن مو به ترکیه سفر کرده است. هنگامی که او از هزینه ۴۴۵۰ دلاری اکستنشن در آرایشگاه همیشگی‌اش باخبر شد، تصمیم گرفت مسیر دیگری را امتحان کند. الیز متوجه شد که خدمات دقیقاً مشابه در ترکیه به دلیل نرخ تبدیل ارز، فقط ۵۰۰ دلار برای او هزینه خواهد داشت. آرایشگاهی که او در ترکیه به آنجا رفت، یک سالن در سطح جهانی است و حالا او برای سومین بار به آن مراجعه کرده است.

این چهره شبکه‌های اجتماعی می‌گوید یک هفته اقامت در ترکیه، که به هزینه موهایش اضافه شده، حدود ۱۶۰۰ دلار برای او هزینه داشته و در مجموع ۲۸۵۰ دلار صرفه‌جویی کرده است!

«دانا» دیگر چهره شبکه اجتماعی «TikTok» که معمولاً محتوای مرتبط با خودرو منتشر می‌کند، داستان خود از جراحی بینی ۶۰۰ دلاری در ایران را به اشتراک گذاشته است که به طور قابل توجهی کمتر از متوسط هزینه ۵۲۸۳ دلاری این جراحی زیبایی در آمریکا است.

دیباکو عباسی - دبیر شورای راهبری گردشگری سلامت ایران -



کرمانشاه با «شهر خلاق خوراک» به کجا رسید؟



به گزارش ایسنا، کمتر ایرانی است که نامی از دنده کباب کرمانشاه و خورشت خلال آن نشنیده باشد. غذاهای خوشمزه‌ای که نه تنها در ایران که بعضاً در برخی کشورهای دیگر به‌ویژه کشورهای منطقه هم تا حدی شناخته شده‌اند.

این غذاهای رنگارنگ و لذیذ حالا اسم کرمانشاه را در فهرست شهرهای خلاق خوراک جهان قرار داده تا گامی برای شناخت هرچه بیشتر این خوراک‌های خوش آب و رنگ در سطح جهان باشد.

آبان ماه سال ۱۴۰۰ بود که کرمانشاه توانست عنوان «جهان شهر خلاق خوراک» را از آن خود کند و در کنار رشت، در فهرست شهرهای جهانی خلاق خوراک قرار گیرد.

۱۷ تیرماه سال گذشته نیز برای اعلام رسمی این موضوع و آغاز رقابت کرمانشاه با شهرهای خلاق خوراک جهان «پلاک کوبی» شهر خلاق خوراک با حضور دبیرکل کمیسیون ملی یونسکو در میدان «پدر» کرمانشاه انجام شد. حالا یک سال از این ماجرا می‌گذرد، اما هنوز خیلی خبری از مراکز گردشگری خوراک و رستوران‌های ویژه عرضه غذاهای اصیل کرمانشاهی نیست و همین حالا اگر گردشگری وارد این شهر شود، نمی‌داند باید کجای این شهر سراغ خوراکی‌های متنوع و لذیذ کرمانشاهی را بگیرد؟

«پارسال بودجه‌ای برای شهر خلاق خوراک نداشتیم و عملاً نشد کارهای زیادی انجام شود، اما امسال بودجه داریم و کارهای خلاق خوراک را در دست اقدام است» این‌ها را احسان احمدی نصر مدیر پروژه جهان‌شهر خلاق خوراک و غذا، کرمانشاه می‌گوید و ادامه می‌دهد: «سال ۲۰۲۱ (۱۴۰۰ شمسی) بود که نام کرمانشاه در فهرست شهرهای خلاق خوراک قرار گرفت و توانسیم در جمع ۵۰ شهر خلاق خوراک جهان قرار بگیریم. وجود ۱۲۸ نوع نان، غذا و شیرینی تنوع بالایی به خوراکی‌های کرمانشاهی داده که بخش عمده آن را مدیون طبیعت چهار فصل استان و خلاقیت بی‌نظیر بانوان کرمانشاهی در خلق خوراکی‌های خوشمزه از این موهاب خدادادی هستیم. از مجموع این ۱۲۸ نوع خوراکی ۴۰ مورد آن ثبت ملی شده و ۶۰ پرونده دیگر هم در این زمینه آماده شده که زمینه ثبت ملی آن فراهم شود.

این تنوع بالا موجب ثبت‌نام کرمانشاه در فهرست شهرهای خلاق خوراک شد و تیرماه سال گذشته «پلاک کوبی» شهر خلاق خوراک نیز با حضور دبیرکل کمیسیون ملی یونسکو صورت گرفت تا کرمانشاه رسماً وارد کارزار شهرهای خلاق خوراک جهان شود.

با توجه به اینکه پلاک کوبی در تیرماه سال گذشته صورت گرفت، متأسفانه نتوانستیم در شهرداری بودجه‌ای به آن اختصاص دهیم، چرا که بودجه سال گذشته، زمستان ۱۴۰۰ بسته شده بود و

ویرانه‌های حیرت‌آور



در قلب «تونس» سازه‌ای مشابه تماشاخانه معروف «کولوسوم» در ایتالیا قرار دارد که نیوغ بشریت را یادآوری می‌کند. به گزارش مهر به نقل از نشنال، در حدود ۲۰۰ کیلومتری پایتخت کشور تونس، یکی از حیرت‌آورترین ساخته‌های بشر و یکی از مهم‌ترین ویرانه‌های رومی جهان واقع شده است.

آمنی تاتار «الجم» که در قرن سوم میلادی ساخته شده، حدود ۱۸ قرن شاهد وقایع مهم تونس و جهان بوده است.

امروزه با وجود شلوغی توقف‌ناپذیر دنیای مدرن، اگر وارد این سازه باستانی شوید، زمان برای لحظاتی می‌ایستد. قدم زن در این ویرانه‌های رومی و خیره شدن به جایگاه تماشاگران به مثابه احاطه شدن با نیوغ بشریت است.

این آمنی تاتار که برای حدود ۳۰ هزار تماشاگر ظرفیت دارد، زمانی انبوهی از تماشاگران را فارغ از طبقه اجتماعی گردهم می‌آورد.

در دوران روم باستان، اشراف‌زادگان و عموم مردم گردهم می‌آمدند و رقابت بین گلادیاتورها و شویله‌ها یا حتی انسان‌ها و حیوانات خطرناک وحشی را تماشا می‌کردند. در مجموع، مردم برای لذت بردن از یک علاقه مشترک کنار هم جمع می‌شدند.



این روزها، هنوز این مکان تاریخی مردم را از سراسر جهان جذب می‌کند.

«الجم» که فضایی معادل حدود ۱۸ هزار متر مربع را در بر گرفته است، به دو بخش اصلی تقسیم می‌شود؛ یک میدان که محل برگزاری رویدادهای اصلی بود و یک فضای سه‌طبقه مخصوص نشست تماشاگران که ارتفاعش به ۳۶ متر می‌رسد.

در مناسبت‌های خاص و تعطیلات، در این مکان حیوانات رها می‌شدند تا برای سرگرم کردن جمعیت بزرگی از مردم، مبارزه کنند.

در سال ۱۶۹۵ میلادی، بخش‌های از این آمنی تاتار در نتیجه یک نزاع سیاسی نابود شد، اما حلقه کامل این بنای تاریخی تا پایان قرن هفدهم میلادی سالم باقی ماند.

امروزه مقام‌های تونس تلاش می‌کنند تا از این ویرانه‌ها حفاظت و بخش‌هایی از این سازه را مرمت کنند تا نسل‌های آینده فرصت بازدید از شاهکار تاریخ تونس را از دست ندهند.

تماشاخانه «الجم» در دهه ۷۰ میلادی، یعنی زمانی که به فهرست میراث جهانی یونسکو راه یافت، بار دیگر به شهرت رسید. در این مکان همچنین چند رویداد موسیقی برگزار شد.

عکس روز:

راندگان قانونمادر

عکس از: هادی همتی

کاریکاتور روز:

کتاب و کتابخوانی

کاریکاتور از: مریم محبی

گام برداریم.»

احمدی نصر از برنامه ریزی برای برگزاری هرساله این جشنواره خبر می‌دهد و می‌گوید: «از عید غدیر به عنوان «یوم الاطعام» یاد می‌شود و مستحب است که در این روز افراد به دیگران طعام بدهند و برای همین با توجه به تاکید شهردار کرمانشاه، از این پس سالانه، جشنواره خوراک در روز عید غدیر برگزار می‌شود تا مردم در این روز بزرگ با غذاهای کرمانشاهی اطعام شوند.

یکی از گام‌های بزرگ ما در کنار برگزاری جشنواره، تبدیل کردن کرمانشاه به پایتخت «خوراک» حلال جهان اسلام» است و برنامه داریم تا پس از اقدامات مربوط به شهر خلاق خوراک در این مسیر گام برداریم.»