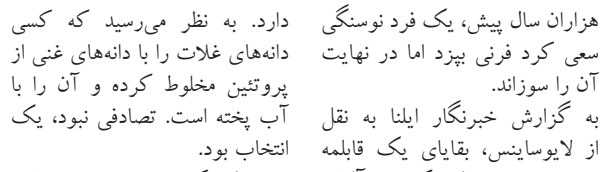


دیگ سفالی ۵۰۰۰ ساله نشان می‌دهد مردم عصر حجر فرنی خود را می‌سوزاندند



هزاران سال پیش، یک فرد نوسنگی سعی کرد فرنی بپزد اما در نهایت آن را سوزاند. به گزارش خبرنگار ایلنا به نقل از لایوساینس، بقایای یک قابلمه پخت و پز ذغالی که در آلمان کشف شده است، تأیید می‌کند که مردم حداقل ۵۰۰۰ سال است که فرنی خود را می‌سوزاند و درست مثل امروز، تمیز کردن قابلمه بیشتر از ارزشش در دسر داشت. باستان‌شناسان پس از بررسی انبوهی از خرده‌های سفالی مخلوط که در Oldenburg LA (یک سکونتگاه اسکوتنگاه) در آلمان کشف شد، این یافته را به هم می‌زنند. نوسنگی که محققان آن را یکی از قدیمی‌ترین روستاهای آلمان می‌دانند) موفق به کشف این چاشنی غذایی شدند. لوسی کویباک مارتنز (متخصص باستان‌شناسی که در یک شرکت متخصص در باستان‌شناسی و گیاه‌شناسی دیرینه در هلند فعالیت دارد) می‌گوید: به محض اینکه داخل دیگ غذای فرد را نگاه کردیم، مشخص شد که مشکلی پیش آمده است. تجزیه و تحلیل شیمیایی باقیمانده‌هایی که هنوز روی خرده‌های سرامیکی چسبیده شده بودند (پوسته‌های غذایی) حاوی آثاری از دانه‌های مختلف غلات باستانی، از جمله گندم و جو است. بر اساس بیانیه دانشگاه کیل در آلمان، محققان همچنین بقایای گیاهی وحشی که به دلیل دانه‌های نشاسته‌ای‌اش شناخته می‌شود، پیدا کردند. کویباک مارتنز گفت: یک تکه سفال که زمانی بخشی از دیگ با دیواره ضخیم بود، حاوی بقایای سوخته را در یک ظرف سرامیکی در آلمان نوسنگی پیدا کرده‌اند که زمانی جوانه می‌زند، طعم شیرینی می‌دهد.

مدیرعامل منطقه آزاد: کیش آمادگی میزبانی از اقبال مختلف جامعه در نوروز را دارد



مدیرعامل سازمان منطقه آزاد کیش با تأکید بر ضرورت حفظ برند مهمان‌نوازی در این جزیره گفت: آمادگی میزبانی از تمامی اقشار جامعه در سفرهای نوروزی هستیم. به گزارش ایرنا، رحیم سرهنکی در گفت و گو با رسانه‌ها با بیان اینکه خدمات شایسته به همه اقشار و حفظ کرامت مسافران با هر سطح درآمدی باید مورد توجه ویژه قرار گیرد، اظهار کرد: کیش همواره در ایام نوروز میزان تعداد قابل توجهی گردشگر از نقاط مختلف ایران است که برای ارائه بهترین خدمات به آنان تمامی تلاش خود را به کار خواهیم گرفت. وی با تأکید بر افزایش نظارت بر قیمت‌ها در سطح جزیره، بیان کرد: نباید با گران فروشی اعتبار جزیره کیش خدشه دار شود؛ فعالان اقتصادی و بازاریان نباید قیمت‌های محصولات خود را در ایام نوروز و پیک سفرها به جزیره افزایش دهند؛ پروتئنی را شاهد باشیم.

مرگ بازیگر فیلم‌های «راکی»



«کارل ودرز» که در چهار فیلم اول «راکی» در کنار «سیلوستر استالونه» در نقش «آپولو کرید» ایفای نقش می‌کرد، در سن ۷۶ سالگی درگذشت. به گزارش ایسنا، «کارل ودرز» همچنین در سال ۱۹۸۷ در فیلم «غارتگر» بازی کرد و نقشی به یاد ماندنی در فیلم «هپی گیلومر» در کنار «آدام سندل» داشت و برای بازی در سریال «مندلورین» نامزد دریافت جایزه‌ای برای بهترین بازیگر مهمان در یک سریال درام شده بود. او در انیمیشن «استان اسباب‌بازی ۴» صدای شخصییت کارل را برعهده داشت و در مجموعه تلویزیونی «پروورش شکست خورده» ایفای نقشی خیالی از خودش را بر عهده داشت. از دیگر آثار او می‌توان به سریال‌های تلویزیونی «عدالت خیابانی»، «مستعمره»، «سپیر»، «عدالت شیکاگو» و «برادران» و فیلم‌های «برخورده نزدیک از نوع سوم»، «شکار مرگ» و «بازگشت‌ها» اشاره کرد. «کارل ودرز» پس از همکاری با «آدام سندل» در سال ۱۹۹۶ در کمدی «هپی گیلومر»، برای مدت کوتاهی نقش خود را در فیلم «نیکی کوچولو» تکرار کرد و صدای شخصییتی در انیمیشن کمدی «هشت شب دیوانه‌وار» را بر عهده گرفت. به گزارش وراثتی، «ودرز» در ۱۴ ژانویه ۱۹۴۸ در نیواورلئان متولد شد و ورزش‌های مختلفی از جمله بوکس، فوتبال آمریکایی، فوتبال، کشتی و ژیمناستیک انجام داد. او در کالج دانشگاه ایالتی سن دیگو فوتبال بازی کرد و همزمان در رشته هنرهای نمایشی به تحصیل پرداخت. او پس از حضور در فوتبال آمریکایی حرفه‌ای، به طور جدی‌تر به بازیگری پرداخت و نقش‌های کوچکی در فیلم‌های «باک تاون» و «فریدی فاستر» و همچنین سریال‌های تلویزیونی از جمله «وقت

کمپانی نتفلیکس نخستین تیزر از سریال محبوب کره‌ای «بازی مرکب» را منتشر و اعلام کرد این سریال در سال جاری میلادی عرضه می‌شود. به گزارش ایلنا، کمپانی نتفلیکس سرانجام با انتشار نخستین تیزر از فصل دوم سریال «بازی مرکب» اعلام کرد این سریال در سال جاری میلادی عرضه خواهد شد اما هنوز تاریخ دقیق آن مشخص نشده است. در فصل دوم این سریال شخصیت اصلی یعنی «سونگ گی هون» پس از یک تماس مرموز از برنامه‌های خود برای سفر به آمریکا صرف نظر می‌کند و با انگیزه‌ای انتقام‌جویانه به تعقیب و گریز می‌پردازد. مجموعه «بازی مرکب» زمانی که در سپتامبر سال ۲۰۲۱ پخش شد، رکورد پربیننده‌ترین سریال «نتفلیکس» را شکست. این سریال داستان گروهی از افراد بدهکار و با مشکلات مالی و تجربیات متفاوت از زندگی را روایت می‌کند که در مجموعه‌ای از بازی‌های کودکانه مرکب‌باز برای یک جایزه نزدیک به ۴۰ میلیون دلاری رقابت می‌کنند و این جایزه تنها یک برنده خواهد داشت و بازندگان کشته می‌شوند.

بازگشت نقش اصلی «بازی مرکب» برای انتقام



مجموعه «بازی مرکب» زمانی که در سپتامبر سال ۲۰۲۱ پخش شد، رکورد پربیننده‌ترین سریال «نتفلیکس» را شکست. این سریال داستان گروهی از افراد بدهکار و با مشکلات مالی و تجربیات متفاوت از زندگی را روایت می‌کند که در مجموعه‌ای از بازی‌های کودکانه مرکب‌باز برای یک جایزه نزدیک به ۴۰ میلیون دلاری رقابت می‌کنند و این جایزه تنها یک برنده خواهد داشت و بازندگان کشته می‌شوند.

«خودتحمیری» در بازار کتاب

کتاب «خودتحمیری: آتش تحقیر و رهایی از آن» نوشته شهرام رنجبر منتشر شد. به گزارش ایرنا، این کتاب در ۱۸۴ صفحه با شمارگان ۱۰۰۰ نسخه و قیمت ۱۶۸ هزار تومان در نشر آذر مه راهی بازار کتاب شده است. در پیشگفتار کتاب نوشته شده است: «متأسفانه همه ما در زندگی خود، تجربه تحقیر شدن را داشته‌ایم. این تجربه می‌تواند باعث شکست و ناامیدی شود و به ما احساس شک و کم‌ارزشی دهد؛ اما چه اتفاقی می‌افتد وقتی این تحقیر از سوی خودمان به وجود می‌آید؟ قطعاً «خودتحمیری» می‌تواند تأثیری عمیق بر عزت‌نفس، اعتمادبه‌نفس و خودباوری ما بگذارد. وقتی درگیر خودتحمیری می‌شویم، توانایی دستاوردهایمان را تضعیف و خود را گرفتار احساس بی‌کفایتی و شک و تردید می‌کنیم. خودتحمیری می‌تواند گسترده باشد و بر روابط شخصی، حرفه‌ای و همچنین توانایی ما برای دستیابی به خواسته و آرزوهایمان تأثیر بگذارد. در این کتاب، با مفهوم خودتحمیری آشنا



شده و تأثیرهای آن بر شخصیت و زندگی‌مان را بررسی خواهیم کرد و همچنین با آگاهی که از این کتاب کسب می‌کنیم، از چنگال خودتحمیری رهایی پیدا خواهیم کرد. اگر شما نیز به دنبال راه‌حلی برای رهایی از خودتحمیری هستید، امید دارم این کتاب می‌تواند به شما کمک کند با خودشناسی و خودباوری، زندگی سالم‌تری را تجربه کنید، چراکه خواسته اصلی این کتاب، رسیدن به خودباوری و کمک به خوانندگان برای رهایی از خودتحمیری است؛ لذا این کتاب به همه افراد توصیه می‌شود.»

کتاب «خودتحمیری: آتش تحقیر و رهایی از آن» نوشته شهرام رنجبر منتشر شد. به گزارش ایرنا، این کتاب در ۱۸۴ صفحه با شمارگان ۱۰۰۰ نسخه و قیمت ۱۶۸ هزار تومان در نشر آذر مه راهی بازار کتاب شده است. در پیشگفتار کتاب نوشته شده است: «متأسفانه همه ما در زندگی خود، تجربه تحقیر شدن را داشته‌ایم. این تجربه می‌تواند باعث شکست و ناامیدی شود و به ما احساس شک و کم‌ارزشی دهد؛ اما چه اتفاقی می‌افتد وقتی این تحقیر از سوی خودمان به وجود می‌آید؟ قطعاً «خودتحمیری» می‌تواند تأثیری عمیق بر عزت‌نفس، اعتمادبه‌نفس و خودباوری ما بگذارد. وقتی درگیر خودتحمیری می‌شویم، توانایی دستاوردهایمان را تضعیف و خود را گرفتار احساس بی‌کفایتی و شک و تردید می‌کنیم. خودتحمیری می‌تواند گسترده باشد و بر روابط شخصی، حرفه‌ای و همچنین توانایی ما برای دستیابی به خواسته و آرزوهایمان تأثیر بگذارد. در این کتاب، با مفهوم خودتحمیری آشنا

امروز شما



- مهر**: به زودی با لجبازی و بی‌منطقیات، دوست یا همسرت را کلافه می‌کنی. بهتر است کمی با خود خلوت کنی و در رفتار ت تجدیدنظر کنی چون در نهایت خودت متضرر خواهی شد.
- فروردین**: مسائل کوچک را دست کم نگیر چون ممکن است همین مسائل کوچک، گره بزرگی در زندگیت ایجاد کند.
- اردیبهشت**: اختلافی با دوست یا همسرت پیش آمده است که زندگی عاطفیت را تلخ می‌کند. ریشه‌های این اختلاف را باید پیدا کرد و آن را برطرف نمود. به دیگران کمک کن تا در شرایط مشابه آنها نیز تو را یاری کنند.
- آبان**: عشق با خود طوفانی دارد که از آن نمی‌توان گریخت. ممکن است این طوفان در ابتدا یا انتهای آن باشد اما به هر حال بدون طوفان نخواهد بود.
- خرداد**: به شکل و ظاهر آدم‌ها نمی‌توان قضاوت کرد. باید در همه حال پشت این ظاهر و درون آدم‌ها را در نظر داشت زیرا درون است که تعیین کننده خواهد بود.
- تیر**: وقتی کسی تو را دوست دارد و خالصانه این دوستی را در عمل ثابت کرده است، نباید نسبت به او بی‌تفاوت بود یا دست به کارهایی زد که او را نسبت به خود دلسرد و مأیوس ساخت.
- مرداد**: نباید رقیب خود را دست کم گرفت. مشکلات ساده و عادی را نباید دست کم گرفت چون در آینده همین مشکلات کوچک به بحران و اختلافات بزرگ ختم می‌شود.
- شهریور**: کسی هست که تو را دقیق می‌شناسد و همیشه در سختی‌ها در کنار تو بوده است اما تو بی‌اعتنا از کنارش می‌گذری. باید قدر او را بدانی و دوباره آینه را به جوی باز گردانی تا امید تازه‌ای در زندگی پیدا کنی.
- دی**: چاره‌ای نیست. وقتی واقعیتی را نمی‌توانی عوض کنی، باید با آن کنار بیایی. به جای اینکه اعصاب خود را فرسوده کنی سعی کن با نگاهی متفاوت به اطرافت بنگری.
- بهمن**: به هر کسی اعتماد نکن. بعضی مواقع صداقت و یکرنگی تو به دیگران این اجازه را می‌دهد که از رفتارت سوءاستفاده کنند.
- اسفند**: احساس عاطفی تازه پیدا می‌کنی که تا حدودی ناشناخته است. باید مثل جسم از روح خود نیز مراقبت کرد و آن را در مسیری انداخت که موجب رشد و کمال آن باشد.

عکس روز:

برف زمستان در حرم امام رضا(ع)