

امان از دست تفاوت فرهنگی!

■ رونیتر: وزارت دفاع افغانستان با مشکل عجیبی مواجه شده. اختلافات فرهنگی بین سربازان افغان و هم‌رزم‌های خارجی‌شان باعث به وجود آمدن سوءتفاهم‌های زیادی شده و کار به جایی رسیده که افغان‌ها به سربازان ناتو دیگر رحم نمی‌کنند و آنها را می‌کشند. تا امروز ۴۵ نیروی ناتو که برای تمرین دادن به ارتش افغانستان به این کشور سفر کرده بودند توسط سربازان و پلیس‌های افغان کشته شده‌اند. ناتو بیشتر از آنکه نگران حملات نیروهای طالبان باشد از خودی‌ها می‌ترسد چراکه پارسل هم خون ۳۵ سرباز ناتو به دلیل اختلافات فرهنگی ریخته شد. این وسط تنها کاری که از دست مسوولان وزارت دفاع افغانستان برمی‌آمده صحبت با سربازان ارتش و روشن کردن آنها بوده؛ اینکه یکسری حرف‌ها و کارهای سربازان ناتو در فرهنگ خودشان معنی بدی ندارد و دلیلی ندارد که سر هر حرفی زود قاطی کنید در کنار آن وزارت دفاع جزوای را هم برای ۱۹۰هزار سرباز ارتش افغانستان منتشر کرده که در آن یکسری توصیه‌ها برای نظامی‌ها دیده می‌شود. در بخشی از این جزوه آمده است: «حتنی تفاوت‌های فرهنگی کوچک هم سوءتفاهم به وجود می‌آورد. اگر شما یا



هم‌رزمان عصبانی شد تا زمانی که اوضاع به حالت عادی برنگشته از هم دور بمانید. سربازان متحد شما عادت دارند در مورد خانواده‌تان بپرسند. در مقابل آنها جبهه نگیرید چراکه قصد آنها از این سوال، داشتن یک رابطه دوستانه با آنهاست. به جای عصبانی شدن به هم‌رزمان خارجی‌تان یاد دهید که افغان‌ها در مورد اعضای خانواده‌شان حرف نمی‌زنند.» در این جزوه به یکسری از حرکات دیگر غربی‌ها هم اشاره شده که در فرهنگشان معنی بدی ندارد اما سربازان افغان نمی‌توانند آن را تحمل کنند. یکی از این موارد رد شدن نیروهای ناتو از جلوی سربازان افغان هنگام نماز خواندن آنهاست که اعصاب افغان‌ها را به هم می‌ریزد. ناتو و شرکایش وظیفه تمرین دادن ارتشش و ۱۵ هزار نیروی پلیس افغان را داشتند. آن‌طور که ژنرال آدریان برادشاو جانشین فرماندهی نیروهای ناتو در افغانستان گفته، مجموعه او با همکاری مشاوران دینی ارتش افغانستان دستورالعمل‌هایی برای سربازان خارجی مقیم افغانستان تدوین کرده تا آنها هم دیگر بهانه‌ای دست افغان‌ها ندهند.

تاثیر مربیان چشم‌بادامی در موفقیت ورزشکاران مکزیکی

ساخت چین!

ترجمه: رامین طبرسی



لس‌آتجلس تایمز: اولین باری که پائولا اسپینوسا ستاره مکزیک در رقابت‌های شیرجه المپیک لندن مربی چینی‌اش را دید تنها مشکل زبان نبود که آنها را از هم دور نگه می‌داشت. آن‌طور که اسپینوسا می‌گوید نگاه ماجین به شیرجه کاملاً با او متفاوت بود: «مکزیک‌ها خیلی از کارهایشان را با قلب‌شان انجام می‌دهند اما جبین همه چیز را با ظرافت و قدرت و تکنیکش می‌سنجید و این به دلیل آن بود که او از فرهنگ و سنت دیگری به اینجا آمده بود.» اولین ملاقات آنها هفت سال قبل رخ داد و از آن زمان به بعد اسپینوسا از یک شیرجه‌زن خوب مکزیکی

تبدیل به یکی از بهترین‌های این رشته در کل دنیا شده و حالا او بین پنج زن اول شیرجه دنیا قرار دارد. آمدن ما از چین به مکزیک بخشی از برنامه‌ای بود که در سال ۲۰۰۰ برای اصلاحات در سیستم پرورش ورزشکاران مکزیکی رخ داد و آن‌طور که نلسون وارگاس رییس سابق کمیسیون ملی المپیک مکزیک می‌گوید این کشور در سال ۲۰۰۲ قراردادی با همتای چینی‌اش به امضا رساند تا طبق آن ۵۰ مربی چشم‌بادامی راهی آمریکای لاتین شوند. وارگاس مدعی است که مربیان چینی تاثیر بسیار خوبی در ورزش این کشور به‌خصوص در شیرجه گذاشته‌اند که نتیجه آن کسب سه مدال توسط شیرجه‌زان این کشور بود. اسپینوسا هم با مدال نقره‌ای که گرفت نامش را در بین هفت مدال‌آور مکزیک ثبت کرد. به عقیده وارگاس مکزیکی‌ها در تربیت مربی خوب مشکل داشتند. برای سال‌ها ورزش مکزیک در انحصار کمیته ملی المپیک این کشور بود که امکاناتش را تنها وقف یکسری از ورزشکاران سوگلی کرده بود اما کم‌کم شرایط رو به بهبود رفت و شیرجه‌زان استخر اختصاصی خودشان را در جنوب مکزیکوستی داشتند. امسال دولت فلیپه کالدرون ۴۵۰ میلیون دلار بودجه در اختیار کمیسیون ورزش گذاشت که پنج‌برابر بودجه سال‌های گذشته بود. مکزیکی‌ها با استفاده از الگوی چینی سراغ ورزشکاران جوان و نوجوان رفت‌اند و دو نفر از شیرجه‌زان این کشور تنها ۱۵ سال سن دارند. وارگاس ادامه می‌دهد: «همیشه فکر می‌کردم برای رسیدن به موفقیت

بیشتر از سایر ورزش‌ها برای مکزیک مدال گرفته و تنها بوکس را رقیب خود در این زمینه می‌بیند. برناردو دلاگازا رییس فعلی کمیسیون ورزش مکزیک عقیده دارد که مربیان چینی و سایر مربیان خارجی باعث شدند تا ورزشکاران مکزیکی دیگر کمبود اعتماد به نفس نداشته باشند. او در کنار تعریف از اسپینوسا به نقش ماجین هم در موفقیت او اشاره می‌کند: «جبین تکنیک‌های اسپینوسا را اصلاح کرد. مکزیک در رقابت‌های بین‌المللی پیشرفت خوبی داشته و حالا ما شاهد یک تغییر به شکل محسوس هستیم. طرز فکر ورزشکاران مکزیکی عوض شده و به وسیله ورزش می‌توانیم تصویر خوبی از کشورمان نشان دهیم.» اسپینوسا می‌گوید که ماجین به او یاد داد تا به تکنیک و نظم اهمیت زیادی دهد. پائولا هیچ وقت عادت نداشت سر وقت به محل تمرین برود اما ما جین به عنوان یک زن ۴۰ساله حسایی روی او کار کرد تا اسپینوسا بتواند در لندن روی مسکو برود. پائولای ۲۶ساله می‌گوید: «مربی‌ام تمریناتی را برابرم که بود اما کم‌کم شرایط رو انجام نداده بودم. او به من راه موفقیت را نشان داد و کاری کرد که من به توانایی‌هایم ایمان بیآورم.» در روزهای اول هر دو طرف به دلیل مشکل زبان حرف همدیگر را نمی‌فهمیدند اما حالا ما جین اسپانیایی را خیلی خوب صحبت می‌کند و بعد از ازدواج با شوهر مکزیکی‌اش صاحب بچه شده. او به خبرنگاران گفته که حداقل تا ۱۰ سال آینده در مکزیک خواهد ماند تا ورزشکاران بیشتری را تمرین دهد.

روشی تضمینی برای یادگیری زبان انگلیسی

تدریس با مخلفات تازه!

ترجمه: امین دانشور

وولد کراتچ: گشت‌زنی در زمین‌های گلف اسکاتلند راهی است که پاسکال بونوین ۵۲ساله از آن برای تقویت زبان انگلیسی‌اش استفاده می‌کند. او که سوئیسی است اوایل تابستان به ادینبورگ رفت تا در پایتخت کشور همسایه انگلیس، زبان انگلیسی را به صورت خصوصی یاد بگیرد. به محض تمام شدن کلاس، پاسکال کتاب‌های زبانش را کنار گذاشت تا سراغ باشگاه گلف برود؛ آموزش زبان در صبح، ورزش یا تفریحات دیگر در عصر. این موفق‌ترین فرمول برای آنهاپی است که دنبال یادگیری زبان در کشورهای دیگرند. طی چند سال اخیر تنوع زیادی در روش‌های آموزش زبان دیده می‌شود و خیلی از افراد بزرگسال سراغ راهی می‌روند که زبان را در کنار فعالیت‌های دیگر یاد بگیرند. همین یکی دو ماه قبل محبوب‌ترین روش تدریس زبان انگلیسی، ترکیب آن با کلاس‌های آشپزی جیمی اولیور سراسبز معروف انگلیسی در برایتون بود. ژانیر اودوت مسئول مرکز زبان ESL – مرکزی برای آموزش زبان انگلیسی و سایر زبان‌ها – در بخش فرانسوی‌زبان سوئیس می‌گوید: «سفرهای تفریحی آموزشی طی سه سال گذشته طرفداران زیادی پیدا کرده» برنامه‌های ورزشی دیگر مختص بچه‌ها نیست و موسسه سوئیسی حالا برنامه‌های ورزشی را در بین گرنیه‌هایش برای داوطلبان بزرگسال قرار داده. خیلی از دانش‌آموزان ای‌اس‌ال مثل پاسکال بونوین ترجیح دادند که زبان‌هایشان را در کنار زمین گلف یاد بگیرند. از هر پنج دانش‌آموز یکنفر سراغ کلاس‌های ترکیبی می‌رود و هزینه اضافی آن برایشان اهمیتی



افقی: جدول ۱۶×۲

۱- لقب حضرت خدیجه – دلیر
۲- شهر و بندری در شمال شرقی ایتالیا – سلامتی – فرشته مهر و محبت ۳- نیرو، توان – دشمن – نام نهادن ۴- ضمیر متکلم وحده عربی – قسمتی از پا – مورخ معروف زمان سلیمان نبی – ضمیر فرائوسی ۵- خط کش مهندسی – سدی بتواند در لندن روی مسکو برود. پائولای ۲۶ساله می‌گوید: «مربی‌ام تمریناتی را برابرم که بود اما کم‌کم شرایط رو انجام نداده بودم. او به من راه موفقیت را نشان داد و کاری کرد که من به توانایی‌هایم ایمان بیآورم.» در روزهای اول هر دو طرف به دلیل مشکل زبان حرف همدیگر را نمی‌فهمیدند اما حالا ما جین اسپانیایی را خیلی خوب صحبت می‌کند و بعد از ازدواج با شوهر مکزیکی‌اش صاحب بچه شده. او به خبرنگاران گفته که حداقل تا ۱۰ سال آینده در مکزیک خواهد ماند تا ورزشکاران بیشتری را تمرین دهد.

حل جدول ۱۶×۱

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵
۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه تر کیبی ژاپنی به معنای عدد‌های بی تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

۲				۵	۶	۷
				۴		۸
			۹	۳	۲	۵
۳	۹	۷	۶			
			۱	۸	۳	۷
۷		۴			۲	۶
	۴		۱	۹	۷	۳
۵	۷			۴	۸	
۹	۱			۷	۵	۴

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه تر کیبی ژاپنی به معنای عدد‌های بی تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

چرا طعم قهوه مثل عطرش نیست؟



■ دبی تلگراف: برای خیلی‌ها خوردن قهوه در اولین ساعات روز از نان شب هم واجب است و به آنها احساس خوبی می‌دهد اما داستان اینجاست که مزه قهوه هیچ وقت به خوبی بوی آن نیست؛ معمولی که دانشمندان مدعی حل آن شده‌اند شما وقتی چیزی را اقورت می‌دهید مقدار زیادی از عطر و بوی آن از داخل دهان‌تان به سمت دماغ‌تان می‌رود که باعث فعال‌سازی دومین احساس بو در مغز می‌شود منتها این بو با آن رایحه اصلی تفاوت محسوسی دارد و باعث ایجاد رضایت کمتری می‌شود. برعکس قهوه، بعضی از پنبیره‌های بو مزخرفی دارند اما طعم‌شان بی‌تأثیر است چراکه بوی آن هنگام گذشتن از داخل دماغ حس بهتری در آدم نسبت به زمانی که رایحه‌اش به دماغ می‌رسد ایجاد می‌کند. پروفسور بری اسمین از دانشگاه لندن می‌گوید: «ما دو مدل حس بویایی داریم؛ یکی آن چیزی است که استشمام می‌کنیم و دیگری حسی است که هنگام تنفس از دماغ‌مان خارج می‌شود.» طعم نگاه مزه شکلات است که بو ی آن هیچ تفاوتی ندارد. در مورد قهوه باید به این نکته اشاره کرد که ۳۰۰ ماده از ۶۳۱ ماده‌ای که بوی قهوه را درست می‌کنند به‌وسیله آب دهان از بین می‌روند تا مزه آن با بویش تفاوت کند.

مخالفت روس‌ها با مهاجرت

■ کمروسانت: در شرایطی که تصور می‌شود والدین روسی اصرار خاصی به مهاجرت فرزندشان دارند تا آنها در کشورهای دیگر شرایط بهتری برای زندگی داشته باشند اما گویا این تصور غلط است چون طبق آخرین تحقیقات انجام‌شده، تنها ۱۲ درصد روس‌ها از دیدن فرزندانشان در کشوری دیگر خوشحال می‌شوند. ۲۴ درصد روس‌ها عقیده دارند که آینده بچه‌هایشان در شهرهای نه‌چندان بزرگ و پرجمعیت کشورشان رقم می‌خورد. ۲۲ درصد فکر می‌کنند مسکو یا سن پترزبورگ بهترین محل برای خوشبختی عزیزان‌شان است و تنها ۱۵ درصد مردم این کشور مسکو را بهترین جای برای اقامت فرزندانشان می‌دانند جالب اینکه خود شهروندان مسکو هم چندان رغب نیستند که بچه‌هایشان در پایتخت روسیه اقامت داشته باشند و تنها ۴۲ درصد آنها دوست دارند بچه‌هایشان در این شهر بزرگ شوند.

دارد ۹- از الفبای زبان آلمانی – جوش‌های ریز بدن – رکن اصلی نماز – نافرمانی ۱۰- درخت خرما – همخانه ۱۱- ناامید – جوی‌ها – آغوش ۱۲- از رشته کوه‌های مهم آسیا – پسوند شباهت – اولین سلسله پادشاهی ایران ۱۳- از حواریون – آدم خبرچین – سیم ۱۴- زبان مردم هندوستان – میرا – قبيله سرخپوستان ۱۵ – انس گرفته – برنده جایزه نوبل اقتصاد سال ۱۹۹۹

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰	۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵
۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰	۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

۶	۲	۵						
۳		۴			۸			
۲	۶	۸		۷				
۶	۳	۹		۷				
			۷		۳	۴		
۱				۱			۹	
	۸							۴
			۳					

سودوکو سخت ۲۵۶

حل سودوکو سخت

۶	۲	۵						
۳		۴			۸			
۲	۶	۸		۷				
۶	۳	۹		۷				
			۷		۳	۴		
۱				۱			۹	
	۸							۴
			۳					

سودوکو ۶۰۶

حل سودوکو

۶	۲	۵						
۳		۴			۸			
۲	۶	۸		۷				
۶	۳	۹		۷				
			۷		۳	۴		
۱				۱			۹	
	۸							۴
			۳					

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه تر کیبی ژاپنی به معنای عدد‌های بی تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

فرم درخواست اشتراک شرق در تهران

کلیه متقاضیان محترم می‌توانند هزینه اشتراک خود را براساس مبالغ مندرج در جدول ذیل به شماره حساب ۶۸۶۸۹۵ نزد بانک سپه شعبه میرزا کوچک‌خان (قابل پرداخت در کلیه شعب) به نام محمدامیر مظاهری واریز و اصل سند بانکی مربوطه را به همراه فرم تکمیل شده ذیل به یکی از سه طریق زیر به دفتر امور مشترکین تحویل فرمایند.

۱- تماس با شماره تلفن‌های ۳۲- ۸۸۸۱۴۲۳۰ جهت اعزام مامور برای دریافت مدارک.

۲- مراجعه به آدرس دفتر واقع در خیابان میرزای شیرازی – نبش کوچه نهم- پلاک ۴۹- طبقه فوقانی بانک سپه

۳- ارسال از طریق دورنگار به شماره ۸۸۸۴۱۲۷۹

شرایط اشتراک

- ساعت تحویل روزنامه ۵ صبح الی ۱۱ صبح می‌باشد.
- شروع ارسال روزنامه برای متقاضیان که درخواست خود را به صورت کامل تحویل داده‌اند، حداکثر ۱۵ روز بعد از تحویل مدارک خواهد بود.
- مبالغ مندرج در جدول بابت یک نسخه اشتراک می‌باشد.
- نوشتن کد پستی و شماره تلفن در فرم ضروری می‌باشد.
- در صورت عدم دریافت روزنامه مراتب را به امور مشترکین اطلاع دهید، در صورت عدم اطلاع به منزله دریافت تلقی می‌شود. توجه: لطفاً کپی فیش بانکی را تا پایان اشتراک نزد خود نگه دارید.

مدت	۱ ماهه	۳ ماهه	۶ ماهه	۱۲ ماهه
قیمت (ریال)	۳۶۰/۰۰۰	۱/۰۰۰/۰۰۰	۱/۹۵۰/۰۰۰	۳/۷۰۰/۰۰۰

رسید دریافت فیش یا وجه نقد

بدین‌وسیله ریال وجه نقد ☐ فیش ☐ چک ☐ بشرح زیر جهت اشتراک نسخه روزنامه شرق به مدت ماه از مشترک شماره به نام

نحوه پرداخت	شماره فیش/چک	تاریخ	نام بانک	نام شعبه	کد شعبه	مبلغ
نام و نام خانوادگی در یافت کننده:	نام خانوادگی:	نام موسسه:	کد اشتراک	تعداد نسخ اشتراک		



مدت اشتراک: ۱ ماهه ☐ ۳ ماهه ☐ ۶ ماهه ☐ ۱۲ ماهه ☐	کد اشتراک	تعداد نسخ اشتراک
نام:	نام خانوادگی:	نام موسسه:
آدرس دقیق:		
کدپستی:	تلفن:	نمابر: