

## پایان نامه



زندگی خصوصی شان بشود، همیشه برای مردم ناخودآگاه جذاب بوده است. هفته گذشته یکی از همین چهره‌ها یعنی خانم پرستو صالحی بازیگر تئاتر، سینما و تلویزیون خبر ساز شد، آن طور که این بازیگر در صفحه شخصی اش اعلام کرده است هفته‌ای که گذشت بخت ایشان باز شده و راهی خانه بخت شده‌است. امیدواریم زندگی مشترک این هنرمند همراه با موفقیت و سلامت باشد و کانون خانواده‌شان حسایی شلوغ و گرم شود. پرستو صالحی با سریال «زیر آسمان شهر» به شهرت رسید.

## خانم بازیگر در خانه بخت: اخبار مرتبط با چهره‌های هنری و ورزشی به‌خصوص آنچه مربوط به



**کولاک سارا در روسیه:** در ورزش ایران و رشته شطرنج، سارا خادم الشریعه نامی آشناست؛ بانویی که از هفته گذشته اسمش در جهان ورزش حسابی سرو صدا کرده است، خادم الشریعه همین هفته‌ای که گذشت در مسابقات برقی آسای جهان که در شهر سن پترزبورگ روسیه برگزار می‌شده به رقابت با بزرگان این عرصه پرداخت و در مجموع امتیازها نفر اول دنیا شد. جالب است بدانید این بازیکن کشورمان در بخش‌های مختلف این رویداد جوایزی را از آن خود کرد که رقم آن حدود صد هزار دلار می‌شود.

کرد که مدعی شده شیر الاغ برای ما آدمها بسیار بهتر و مناسب‌تر از دیگر انواع شیر است! البته دیگر فرآورده‌های مرتبط با این حیوان هم چندان ارزان نیست مثلاً روغن قلم پای الاغ را که برخی به عنوان کرم برای تسکین دردهای موضعی استفاده می‌کنند هر کیلوگرم ۴۰۰ هزار تومان می‌فروشند!

خلاصه اگر در روستا و شهرتان الاغ دیدید این دفعه خیلی محترمانه تر رفتار کنید!



**شیر لاکچری:** شاید باورتان نشود، اما قرار است درباره یک نوشیدنی صحبت کنیم که قیمتش در اروپا برای هر کیلو ده یورو یعنی حدود ۱۳۰ هزار تومان است، صحبت از شیر حیوان زحمتکش الاغ است، همین هفته گذشته مجله تایم نتایج یک تحقیق کاملا علمی و معتبر دانشگاهی را منتشر

## توصیه‌های زمستانی برای گیاهان آپارتمانی / قسمت دوم

از هفته گذشته و به دلیل درخواست بسیاری از شما همراهان چار دیواری قرار شد درباره شرایط نگهداری برخی گیاهان آپارتمانی در فصل سرما بنویسیم. در شماره قبل به نکات کلی پرداختیم و از این شماره وارد مصادق می شویم.

**شمعدانی**

بی تردید یکی از نوستالژیک ترین و

## شمعدانی

بی‌تردید یکی از نوستالژیک‌ترین و دوست‌داشتنی‌ترین گیاهان در میان ما ایرانیان همین شمعدانی زیباست و کم‌نیستند افرادی که در حیاط یا بالکن خانه‌هایشان و حتی محل کارشان، گل شمعدانی را نگهداری می‌کنند.

درباره شرایط زندگی و رشد این گیاه در فصل سرما باید بگوییم اگر دمای محل نگهداری آن نزدیک به صفر شود باید برای همیشه با آن خداحافظی کنید و در فصل بهار گیاه دیگری را در گلدان جای آن بکارید. اما برای پیشگیری از این اتفاق من یک پیشنهاد ساده برای شما دارم. می‌توانید یک نایلون ضخیم دور گیاهتان ببیچید و اگر برایتان مقدور است بهترین کار این است که گیاه را به داخل خانه بیاورید و آن را در کنار یک پنجره پر نور قرار دهید.



اگر در فصل  
سرما به این شکل هوای  
شمعدانی تان را  
داشته باشید، این  
گیاه هم همزمان  
با بهار حساسی با  
گل های زیبایش

حُسنِ یوسف

حسن یوسف هم از آن گیاهانی است که برای ما  
برانی‌ها حساسی‌خاطرهنگیز است. خانه‌مادر بزرگ‌ها  
پرو پربزرگ‌هایمان معمولاً گوشه حیاط یا روی پله‌ها  
داخل گلدان‌های خشتی همیشه یک حسن یوسف  
چشم‌های ما را نوازش می‌داد و به تماشای زیبایی  
جهان دعوت می‌کرد؛ زمستان و سمرما قاتل حسن  
یوسف است. با اولین سرمای زمستانی گیاه رو به  
خشکی می‌رود؛ از آن خشک شدن‌ها که بازگشتی  
دشوار خواهد داشت. حسن یوسف گیاه قانعی است. در  
زمستان قدری با او مدارا کنید؛ حیاط آن را به داخل راه  
پله‌ها بیاورید؛ یا بالکن به پشت پنجره‌ای پر

نور، اگرچه باز هم برگریزی خواهد داشت ولی جای نگرانی نیست و با رسیدن فصل بهار و انتقال گلدان به مکان مناسب و دریافت نور کافی از خورشید، دوباره زیبایی و شفافیت و چشم‌نوازی خود را به دست می‌آورد.

# جدول سلامت و تغذیه

توضیح برای رمز جدول:

پس از حل کامل جدول از پشت سرهم قرار دادن حروف خانه‌هایی که با عدد مشخص شده‌اند رمز جدول به دست می‌آید. تعداد حروف رمز جدول در هر شماره می‌تواند متغیر باشد.

طراح: بیژن گورانی

[illegible]

ضمیمه خانوادگی روزنامه جام جم: نامه‌های خود را به نشانی بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدير، روزنامه جام جم یا به نشانی الکترونیکی [4divari@jamejamonline.ir](mailto:4divari@jamejamonline.ir) بفرستید.

## פארגעסן