



#

برای مبارزه با گلودرد بستنی بخورید!

فریب تیتسر این مطلب را نخورید. آب خنک و بستنی و خوراکی های یخ زده همچنان دشمن شماره یک گلو درد هستند اما این بستنی خاص با باقی موارد تفاوت دارد. محققان هندی بستنی پروبیوتیکی تولید کرده اند که قادر به از بین بردن گلودرد است. محصولات پروبیوتیک حاوی باکتری های مفید و غیربیماری زا مانند بیفیدوباکتریوم و لاکتوباسیل هستند؛ باکتری بیفیدوباکتریوم به طور معمول در روده انسان وجود دارد. محققان بیمارستان و کالج دندانپزشکی پاسیفیک در هند، بستنی پروبیوتیک حاوی باکتری بیفیدوباکتریوم تولید کرده و تأثیر آن را روی باکتری گرم مثبت استرپتوکوک به عنوان عامل گلودرد مورد مطالعه قرار دادند.



آموزش

نکاتی که باید در آموزش آنلاین به آنها توجه کنید- بخش اول

دانش تان را به روز کنید



مترجم، فاطمه عمالی | وقتی صحبت از مزایای آموزش آنلاین برای استادان به میان می آید، این موارد به ذهن خطور می کند: زمانبندی انعطاف پذیر، کار کردن تقریباً بدون محدودیت مکانی، تنوع وسیع تر دانشجویان، صنعتی که رشد علمی بیشتر را موجب می شود، کنترل بیشتر بر مطلبی که آموزش داده می شود، شبکه های جهانی متشکل از همکاران. آموزش به سبک شخصی، جمعیت وسیع تری از دانشجویان، اشتراک راحت تر و ارزان تر محتوا و سرمایه گذاری اندک برای راه اندازی. اما در آموزش به سبک آنلاین، چه عواملی در درجه اول اهمیت قرار می گیرند؟ در حالی که روزه روز بر تعداد استادانی که به مزایای میزبانی از چنین دوره های آموزشی (علاوه بر تدریس در کلاس های سنتی) پی می برند افزوده می شود، بسیاری دچار کمبود تجربه در آموزش آنلاین بوده و مطمئن نیستند که این توپ بولینگ را چگونه باید به سمت هدف، بغلتانند. به همین خاطر، قرار است به نکاتی که توسط زیسون لوینو دیگر کارشناسان آنلاین پیشنهاد می شود، اشاره کنیم:

تدریس آنلاین: نکات قابل ملاحظه

نسبت به پیشنهادات دانشجویان خود گوش شنوا داشته باشید: چه چیزی را می پسندند؟ چه چیزی را نمی پسندند؟ از اینکه سوال کنید، ترسی به دل راه ندهید. به آنها این استقلال شخصی را بدهید که یادگیریشان را خودشان شکل دهند و در نتیجه از سبک، دیدگاه و محتوای شما بهره مند شوند.

هم فعالیت های همزمان و هم غیرهمزمان را ارائه دهید

در یک کلاس مجازی، زمانی به ارتباطات چهره به چهره (حضور همزمان طرفین) اختصاص دهید و فعالیت های الهام بخششی تعیین کنید تا در فاصله بین جلسات انجام گیرد، به ویژه تکالیفی ارائه دهید که دانشجویان تان بتوانند در آنها مشارکت داشته باشند.

نیک بیچی، مشاور تحصیلی و طراح دوره آموزشی می گوید: «تکالیفی تعیین کنید که تعامل و مشارکت نظیر به نظیر می طلبد؛ کارهایی که در آن شرکت کنندگان چیزهایی بسازند که هم گروهی هایشان بتوانند استفاده کرده و از آن بهره مند شوند، از احتمال موفقیت بیشتری برخوردار است.»

گفتا

شیائومی در میان بزرگان

اپل چینی سوم شد



مترجم، محسن حسینی | به شهرت دو هم وطن خود نیست. نامش به معروفی لنوو و هواوی نیست ولی موفق شده آنها را پشت سر بگذارد. شیائومی نام کمپانی چینی است که در کار تولید گوشی های هوشمند و تبلت است. این کمپانی روند رشد را خیلی سریع پشت سر گذاشته و توانسته به جایگاه مطلوبی دست پیدا کند.

شیائومی را در چین با نام اپل چین می شناسند و این برند موفق شده در سه ماهه سوم سال ۲۰۱۴ تمام رقبای چینی خود را پشت سر بگذارد. در همین سه ماه، این کمپانی موفق به فروش ۱۹ میلیون دستگاه شده است. البته این کمپانی محصولات خود را تنها در کشورهای مشخصی از جمله چین، هند و سنگاپور عرضه می کند. محصولات شیائومی قیمت بسیار مناسبی دارد و از این رو موجب می شود که افراد بیشتری تمایل به استفاده از این محصولات داشته باشند.

خبری که اکنون باعث شده شیائومی دوباره در اختیار مطرح شود این است که این کمپانی چینی توانسته در میان سازندگان محصولاتی چون گوشی هوشمند و تبلت جایگاه سوم را به خود اختصاص دهد. در رده های اول و دوم کمپانی های سامسونگ و اپل قرار دارند و در مرتبه سوم شیائومی به عنوان بزرگ ترین تولیدکننده قرار دارد. در رده های بعدی هم دیگر سازندگان چینی، لنوو و هواوی جای دارند.



پیشگوی هوای شهرتان باشید



پیش نمی رود. در این میان دانستن برخی موارد به افراد کمک می کند بدون نیاز به پیش بینی های رسمی و ابزارهای مخصوص بتوانند وضعیت آب و هوا را تفسیر کنند.

به ابرها نگاه کنید

ابرهایی که شش های زمستان در آسمان دیده می شوند: در این حالت می توان انتظار هوای گرم تری را داشت زیرا ابرها مانع از تشعشع حرارتی می شوند که ممکن است دما را در شب های صاف کاهش دهند.

ابرهایی که در جهات مختلف حرکت می کنند: (به عنوان مثال، لایه ای از آنها به غرب و لایه دیگر در جهت شمال حرکت می کند) - شکل گیری آب و هوای بد و احتمالاً بارش تگرگ وجود دارد. ابرهای کومولونیمبوس: این ابرها در اوایل روز دیده شده و در طول روز شکل می گیرد در این حالت احتمال بروز آب و هوای سخت زیاد است.

ابرهایی ماما توس: این ابرها که در هوای جاری شکل می گیرند ظاهری ترسناک دارند و بسیاری معتقدند که نشانه تشکیل توفان است ولی در واقع، با مشاهده این نوع ابرها در آسمان توفان شکل نمی گیرد.

ابرهایی سیروس: این نوع ابرها در جریان بالای آسمان دیده می شوند که نشانه آب و هوای نامساعد طی ۳۶ ساعت آینده است. ابرهای آلتوکومولوس: نشانه آب و هوای نامساعد طی ۳۶ ساعت بعد است. دو نوع ابر «تکه ای» و «پرماتند» در گروه این نوع ابرها قرار می گیرند و وجود آنها در آسمان بیانگر این مطلب است که روز بعد باید منتظر بارش باران بود.

رطوبت

بسیاری از افراد رطوبت را به خصوص در هوای خود احساس می کنند به طوری که هوای آنها فروری و معقد می شود. شما می توانید با نگاه به برگ های درختان بلوط یا افرا نیز رطوبت هوا را تخمین بزنید. برگ این درختان در رطوبت بیج می خوردند که بارش باران سنگین را پیش بینی می کند. مخروط کاج در آب و هوای مرطوب بسته باقی می ماند ولی در هوای خشک می شکنند. در هوای مرطوب، چوب درختان متورم می شود و توده های نمکی روی آنها شکل می گیرد.

حیوانات

۱ اگر پرندها بر فراز آسمان پرواز می کنند، آب و هوا مساعد بوده و اتفاق خاصی نمی افتد. (افت فشار هوا که با توفان های قریب الوقوع رخ می دهد باعث ایجاد مشکل در گوش پرندها شده و آنها برای کاهش گوش درد خود در ارتفاع پایین تری از جو پرواز می کنند. شمار بالای پرندهایی که روی کابل های برق می نشینند، کاهش شدیدی فشار هوا را نشان می دهد.) زمانی که توفان در حال وقوع است، مرغ های دریایی از پرواز صرف نظر کرده و در ساحل پناه می گیرند. حیوانات به ویژه پرندگان لحظاتی پیش از بارش باران ساکت می شوند.

۲ گاوها معمولاً پیش از توفان می خوابند و وقتی متوجه می شوند توفانی در راه است، نزدیک به هم می ایستند.

۳ مورچه ها قبل از بارش باران، لانه هایشان را بسیار شیب دار می سازند.

۴ گربه ها قبل از باران پشت گوش های خود را تمیز می کنند.

۵ لاک پشت ها اغلب هنگامی که بارندگی نزدیک است، به زمین های مرتفع می روند. در چنین مواقعی بین یک یا دو روز پیش از باران می توان آنها را در جاده ها مشاهده کرد.

۶ قدیمی ها بر این باور بودند که اگر در توفان به پرندها غذا بدهید، مدت طولانی باران می بارد و اگر این کار را نکنید، باران خیلی زود قطع می شود.

۷ در پیش بینی آب و هوا به حیوانات دقت کنید. حیوانات نسبت به سایر موجودات نسبت به تغییرات ایجاد شده در فشار هوا بهتر واکنش نشان می دهند.

مترجم، ندا نصیری | اطلاع از وضع هوا یکی از موضوعاتی است که بسیاری از افراد قبل از ترک منزل سعی می کنند از آن مطلع شوند. در حال حاضر رسانه های گروهی از اصلی ترین

شبها به ماه نگاه کنید

قرمزی و رنگ پریدگی ماه در آسمان به دلیل گردوغبار موجود در هواست ولی چنانچه ماه درخشان و پر نور می درخشد، دلیل آن به احتمال زیاد وجود سیستم های کم فشاری است که گردوغبارها را از بین برده و سیستم کم فشار باران را به دنبال دارد. همچنین، وجود حلقه های اطراف ماه (که به دلیل درخشش نور از طریق ابرهای سیرواستراتوس مرتبط با جبهه هوای گرم و مرطوب رخ می دهد) بیانگر آن است که طی سه روز آینده باران می بارد. به خاطر داشته باشید که حلقه های اطراف ماه به این معناست که به زودی برف یا باران می بارد.



باد

ابتدا باید تشخیص داد که باد در چه جهتی می وزد. بادهای شرقی بیانگر جبهه توفانی است که در حال نزدیک شدن است و بادهای غربی خلاف آن را نشان می دهد. بادهای شدید، تفاوت های سیستم های فشار قوی را مشخص می کند که نشانه وجود جبهه توفان های در حال گسترش است. برگ های درختان برگ ریز با وزش بادهای غیر معمول پشت و رو می شوند زیرا برگ های آن طی وزش بادهای معمول در جهت باد قرار گرفته و به راحتی واژگون می شوند.

هوا

نفس عمیق بکشید. چشم های تان را ببندید و هوا را بو بکشید. گیاهان مواد زائد خود را در اتمسفر کم فشار آزاد می کنند که بوی شبیه کمیوست ایجاد می کند و نشانه بارش باران است. مرداب ها مدتی پیش از شروع توفان گازهایی از خود متساعد می کنند که بوی ناخوشایندی را در محیط ایجاد می کند. ضرب المثل معروف می گوید: «گل ها فقط قبل از باران بوی خوب می دهند.» بویا در هوای مرطوب قوی تر می شوند و ارتباط مستقیمی با آب و هوای بارانی دارند.

همچنین:

۶ آتش روشن کنید. دود ناشی از سوختن هیزم باید رو به بالا و پیوسته حرکت کند. افت فشار هوا باعث می شود دود هنگام حرکت بپرخد و حرکت نزولی داشته باشد.

۷ هنگام طلوع خورشید روی چمن ها دنبال شبنم بگردید. اگر چمن خشک باشد، نشانه شکل گیری ابر یا وزش بادهای قوی است که باران را هستند. اگر شبنم مشاهده کردید، نشانه این است که آن روز باران نمی بارد.

