

کاربردی ترین ها

۱۰ روش برای تمیز کردن ظروف نقره



**هگمتانه، گروه خلاقیت: ظروف نقره، همانطور که گران هستند، مراقبت‌های خاصی هم طلب می‌کنند تا از تیره و کدر شدن آنها به دلیل اکسیداسیون، جلوگیری شود. یکی از اقدامات کیدبانو در خانه‌هایی که ظروف نقره وجود دارد، مراقبت دائمی از این وسایل است.**

اگر ظروف نقره دارید، برای تمیز کردن آن، روش‌های جالب زیر را در نظر داشته باشید:

**تمیز کردن با آلبیمو**

آلبیمو، مایع خیلی مهمی در آشپزخانه است. شما می‌توانید لکه‌های روغن-مایکروویو و حتی روی سینک و حتی روی اجاق گاز را، به جای مواد شیمیایی، با چند قطره آلبیمو تمیز کنید. تمیز کردن ظروف نقره با آلبیمو نیز به راحتی امکان دارد. کافی است، نقره را به مدت یک شب داخل محلولی که حاوی یک قاشق غذاخوری آلبیمو، نیم فنجان آب و نیم فنجان شیرخشک است قرار دهید.

**ورق آلومینیوم**

استفاده از ورق آلومینیوم برای تمیز کردن ظروف نقره، راهکار ثانویه است. کافی است، یک لیتر آب، یک قاشق غذاخوری جوش شیرین و یک تکه ورق آلومینیوم را مخلوط کرده و مدتی بچوشانید. حال اگر نقره را در این محلول قرار دهید، نقره‌های تیره، چهره شفاف‌ی به خود گرفته و شما متعجب از این محلول معجزه گر خواهید شد.

**جوش شیرین**

البته اگر رنگ مورد نظر شما هنوز ایجاد نشده است، کافی است تا خمیری را با جوش شیرین و چند قاشق آب، مخلوط کرده و با ریختن روی یک اسفنج، ظروف را تمیز کنید.

**پودر ماشین لباسشویی**



تمیز کردن ظروف نقره با پودر ماشین لباسشویی، عملکردی است که می‌تواند موجب تمیز شدن ظروف تیره شود. در این حالت، یک کاسه پر از آب را با ورق آلومینیوم پوشانده و یک قاشق غذاخوری پودر لباسشویی در آن بریزید. با قرار دادن چند دقیقه‌ای ظروف نقره، شاهد درخشندگی محصول خواهید بود.

**سس گوجه فرنگی**

آری! سس گوجه فرنگی تازه نیز می‌تواند نقش مؤثری در درخشندگی ظروف نقره داشته باشد. با استفاده از مسواک کوچک که به سس گوجه فرنگی آغشته باشد، می‌توان لکه‌های تیره روی ظروف نقره را تمیز کرد.

**نشاسته ذرت**

از نشاسته ذرت نیز می‌توان برای تمیز کردن ظروف نقره استفاده کرد. کفایت نشاسته ذرت و آب را به صورت خمیری کرده و روی لکه‌ها بریزید. با استفاده از پارچه مرطوب خواهید توانست تا تیرگی را از ظروف بزدایید.

**ژل ضد عفونی کننده**

ژلی که برای ضد عفونی دست استفاده می‌شود نیز می‌تواند به عنوان راهکارهای برای تمیز کردن ظروف نقره استفاده شود. به دلیل آنتی باکتریال بودن ژل، نه تنها با میکروب مقابله می‌کند بلکه جلا دهنده هم هست.

**خمیر دندان**

حتما تاکنون شنیده اید که برای تمیز کردن لکه‌های تیره ظروف نقره، بهتر است از خمیر دندان استفاده کنید و با جوله‌ای مرطوب آن را به سطوح مختلف نقره بکشید.

**شیشه پاک کن**

استفاده از شیشه پاک کن که تاریخ مصرف دارد نیز بعضاً می‌تواند کاربری داشته باشد. نرم کننده مو: برای جلوگیری از سیاه شدن نقره، می‌توان مقداری نرم کننده مو روی نقره مالید.

**آمونیاک**

محلول آمونیاک می‌تواند برای جلا دادن ظروف نقره استفاده شود. به شرطی که حداقل ۱۰ دقیقه در یک فنجان آب گرم و نیم فنجان آمونیاک قرار بگیرد و سپس خشک شود.

تکنه

**هگمتانه، گروه خلاقیت: جنگ، تحریم‌ها، تهدیدها و هزاران کارشکنی دیگر دشمن برای ناکام گذاشتن ملت ما نه تنها تأثیری در روحیه جوانان انقلابی ما نمی‌گذارد بلکه جوان‌های نسل‌های مختلف انقلاب اسلامی با بینشی عمیق پس از دیدن دسیسه‌های دشمن توغیب می‌شوند تا با دستان خود به درجه‌ای از توانمندی علمی برسند که پاسخی کوبنده برای دشمنان کشورشان باشند و امروز دنیا شاهد است ایران پس از انقلاب با تکیه بر اعتماد بر اندیشه‌های آسمانی امام در عرصه‌های مختلف از جمله عرصه علمی به جایگاهی بی‌نظیر در تاریخ خود رسیده است.**

ممکن است مسیر پیشرفت ما نیز همچون هر مسیری دیگر فراز و نشیب‌هایی با خود به همراه داشته باشد اما راه ما در عرصه‌های مختلف در این سال‌ها دگرگون نشده است. با گذری کوتاه در حافظه خود می‌توان به تیرهای متفاوتی از این ۴۰ سال دست یافت که هر کدام دربردارنده دستاوردی جدید برای کشورمان بوده است. یک روز ایران در برخی عرصه‌های پزشکی در دنیا سرآمد می‌شود، روز دیگر مهندسان ایرانی دست به حرکتی عظیم می‌زنند و روزی نوبت به پژوهشگران فعال کشورمان می‌رسد.

**شکوفایی استعدادها**

دکتر سید مسعود خاتمی رئیس سابق بیمارستان بقیه الله در این باره به کیهان گفته است: در فلسفه انقلاب آنچه را که حضرت امام دنبال می‌کرد استقلال و عدم وابستگی ما به ابرقدرت‌ها بود. کشوری که یک روز دست نشانده ابرقدرت‌ها بود با انقلاب از زیر بار سلطه ابرقدرت‌ها بیرون آمد. حضرت امام روی این موضوع که کشور باید مستقل باشد تأکید زیادی داشتند و قاعدتا کشور باید تلاش کند تا در زمینه‌های مختلف استقلال خود را حفظ کند.

بنابراین در چنین شرایطی برای مردم فرصتی پیش می‌آید تا استعدادهای آنها شکوفا شود. ما پس

بیشتر بدانیم

**هگمتانه، گروه خلاقیت: خلاقیت و نوآوری یکی از جنبه‌های اصلی تفکر یا اندیشیدن است. همچنین خلاقیت و نوآوری عامل موفقیت‌های فردی، شغلی و اجتماعی است که باعث افزایش کارایی و موفقیت در رقابت‌های فردی و گروهی خواهد شد.**

صاحب‌نظران، خلاقیت را غالباً یک فرایند پنج مرحله‌ای می‌دانند که عبارتند از: ۱) آمادگی؛ وقتی غرق مسئله یا موضوع مورد علاقتان می‌شوید و کنجکاوی شما تحریک می‌شود، به سادگی از کنار مسئله رده نمی‌شوید. ۲) پرورشی؛ ایده‌هایی به ذهنتان خطور می‌کند و در این مرحله، گاهی بین امور، رابطه‌ای نامعمولی پیدا می‌کنید.

۳) بینش؛ این همان مرحله «آها» است؛ لحظه‌ای که فرد به ارتباط مراحل بی می‌برد و مسئله حل می‌شود؛ یعنی تمام قطعات جورچین کنار هم چیده می‌شود.

۴) ارزیابی؛ حالا باید تصمیم بگیرید که کدامیک از ایده‌هایتان باارزش است و ارزش دنبال کردن را دارد. ۵) بسط؛ این، آخرین مرحله خلاقیت و غالباً طولانی‌ترین و سخت‌ترین مرحله آن است؛ یعنی باید بتوان آن را تعمیم داد. ادیسون معتقد بوده است که خلاقیت یک درصد فکر بکر است و ۹۹ درصد زحمت؛ یعنی خلاقیت گاهی تا یک درصد کافی است؛ ولی برای رسیدن به مرحله ارزیابی، بسط، گسترش و تعمیم، ۹۹ درصد زحمت لازم است.

**ویژگی‌های افراد خلاق**

روانشناسان سعی داشته‌اند تا مشخصات افرادی که دارای سطح بالایی از خلاقیت هستند مشخص کنند، بر این اساس عوامل زیر را برای افراد خلاق بیان داشته‌اند:

- سلامت روانی و ادراکی: توانایی ایجاد تعداد زیادی ایده به طور سریع
- انعطاف پذیری ادراک: توانایی دست کشیدن از یک قاعده و چارچوب ذهنی
- ابتکار: توانایی در ایجاد و ارائه پیشنهاد‌های جدید
- ترجیح دادن پیچیدگی نسبت به سادگی: توجه کردن و در نظر گرفتن چالش‌های جدید مسائل پیچیده
- استقلال رأی و داوری: متفاوت بودن از همکاران

**نقش معلم در شکوفایی خلاقیت**

در چند دهه اخیر پژوهش‌های بسیاری در زمینه خلاقیت و نوآوری انجام شده است. پژوهش‌های انجام شده در زمینه آموزش خلاقیت و نوآوری، عموماً به این نتیجه رسیده است که خلاقیت و نوآوری را هم می‌توان آموزش و هم پرورش داد. بنابراین پاسخ به این سؤال که «آیا می‌توان خلاقیت را آموزش داد؟» مثبت است. محققان روش‌های جالبی برای آموزش خلاقیت و نوآوری ارائه می‌دهند. تحقیقات نشان داده است که تمام انسان‌ها دارای قوه خلاقیت و نوآوری هستند؛ برخی در یک زمینه دارای خلاقیت و نوآوری بیشتر تر و برخی در زمینه‌های دیگر. خلاقیت و نوآوری می‌تواند به وسیله معلمان در دانش‌آموزان شکوفا گشته و یا از بین برود. بنابراین، باید محیط و فضای مساعدی برای رشد و پرورش قوه

توسعه پایدار و خلاقیت ایرانی در سایه انقلاب اسلامی



از انقلاب در بسیاری از مباحث همچون مسائل فنی و پزشکی که تا پیش از این قابلیت ورود در آنها را نداشتیم ورود پیدا کردیم و پیشرفت‌های چشمگیری نیز داشته‌ایم. یکی از مسائلی که برای مردم ما نمود پیدا کرده است مسائل نظامی است، جایی که ما در حال حاضر دارای اقتدار و توانمندی‌های بسیاری در این عرصه هستیم.

کشور ما که دارای تمدنی بسیار بالا بود در زمان پیش از انقلاب دچار انزوا شده بود و ما در بحث نیروی انسانی مشکلات عمده‌ای داشتیم اما شاهدیم پس از انقلاب تربیت نیروهای متخصص و با کیفیت در داخل کشورمان انجام می‌شود. کشوری که روزگاری در عرصه پزشکی بسیار محدود بود امروز صدها مرکز برای پیوند کبد، پیوند مغز استخوان و سایر کارهای درمانی پیچیده دارد.

در بحث دارو زمانی‌که انقلاب ما پیروز شد بیش از ۵۰ درصد داروی موجود در کشور تولید داخل نبود اما در حال حاضر ما به درجات بالایی از توانمندی در

نقش معلم در شکوفایی خلاقیت

خلاقیت و نوآوری دانش‌آموزان فراهم آورد. روشن است که خلاقیت و نوآوری را نمی‌توان با فشار ایجاد کرد، بلکه باید به آن اجازه داد تا ظهور کند. همان گونه که زارع نمی‌تواند جوانه را از دانه بیرون بیاورد، اما می‌تواند شرایط مناسبی برای رشد دانه فراهم آورد. در مورد خلاقیت و نوآوری هم همین شرایط صادق است. باید زمینه‌های مساعد برای رشد و



توسعه خلاقیت و نوآوری در فرزندان و دانش‌آموزان فراهم آورد. از جمله می‌توان با فراهم کردن امنیت روانی و آزادی، احتمال ظهور خلاقیت و نوآوری سازنده را افزایش داد.

از هر کسسی در هر زمینه نمی‌توان انتظار خلاقیت و ابتکار داشت. باید این بسترها و علائق و زمینه‌ها را شناسایی کرد و زمینه رشد آن‌ها را فراهم نمود.

**معلم و شیوه‌های پرورش تفکر خلاق**

در تعلیم و تربیت، تقلید از دیگران یا پیروی از تمایلات و عادات، سبب رکود فکری و عجز در برابر مسائل و مشکلات است. امروزه جامعه نیازمند افرادی است که فکر و خرد را حاکم بر اعمال و افکار خویش قرار می‌دهند و مشکلات را به گونه ابتکاری از سر راه خود برمی‌دارند.

**نقش معلم در تحقق این هدف بدین شرح است:**

- ۱) دانش‌آموزان را به داشتن ایده‌های بکر و نو تشویق نماید؛ ایده‌هایی که کم و بیش برای خود آن‌ها بکر است. ضمن پذیرش ایده‌های بکر، زمینه ابراز آن‌ها را فراهم کند. مثلاً، می‌توان از دانش‌آموزان خواست که به جای ارائه گزارش ساده از یک کتاب، آن را شخصاً ارزیابی کرده و هر نظری که درباره آن دارند بیان کنند و یا این که فعلی از فصل‌های سال را توصیف کنند به طور کلی، نقاشی‌های آزاد، مقاله نویسی و نگارش داستان‌های کوتاه، زمینه ایده فرد و فکر خلاق در دانش‌آموزان را بهتر فراهم می‌کند.
- ۲) مطالب درسی را به صورت مسأله و معما برای شاگردان طرح کند؛ مطالعه کتاب و یا گوش دادن به سخنان معلم، از بر کردن حقایق علمی و تاریخی رشد قوه ابتکار شاگردان را به دنبال ندارد. معلم به جای بیان مطالب درسی یا ذکر حقایق علمی، باید دانش‌آموزان را به طرح مسائل ترغیب کند.

و توسعه حداقل سوادآموزی در کشورمان بودیم. همچنین پس از انقلاب با وجود تمامی فشارها و دشواری‌ها ما از جمله کشورهای در حال توسعه بوده ایم و در بسیاری از علوم همچون نانو در میان پنج کشور برتر دنیا قرار داریم.

در حال حاضر تمام دنیا می‌دانند که ما در علم رباتیک، تجهیزات نظامی و تجهیزات پزشکی بسیاری از کشورها را پشت سر گذاشته ایم. پیش از انقلاب حتی یک پژوهشگر مطرح در کشور ما وجود نداشت این در شرایطی است که در زمان فعلی ما حداقل ۱۰۰ پژوهشگر تجهیزات شده و مطرح داریم که همه اینها محلی برای بروز و رشد خلاقیت متخصصان ما خواهند بود.

**دستاوردهای هویتی انقلاب**

یکی از دستاوردهای انقلاب ما اعتماد به نفسی است که در مردم ما به وجود آمد، بسیاری از کارهایی که ما فکر نمی‌کردیم قابل انجام باشد بعد از انقلاب برای ما انجام پذیر شد و در حوزه‌هایی همچون نانو و هسته‌ای ما در میان کشورهای برتر دنیا قرار گرفته ایم.

از دستاوردهای عظیم کشورمان در نانو، هسته‌ای و صنایع نظامی که بگذریم و حتی اگر به معمولی‌ترین دستاوردهای کشورمان نیز نگاهی داشته باشیم متوجه خواهیم شد که کسب چنین دستاوردهایی در شرایطی که نه تنها کمکی از سوی دنیا به ما نشده بلکه روز به روز دشمنان با دسیسه‌های خود سعی در ناکام گذاشتن ما داشته‌اند بی‌نظیر است.

البته چه در مسیر پیشرفت علمی کشور ما و چه در سایر عرصه‌ها، انقلاب ما نیز همچون سایر انقلاب‌ها در طول مسیر خود گاه دچار فراز و نشیب‌ها و رویش‌ها و ریزش‌هایی شده است. بدون شک اگر ریزشی اتفاق نیفتد گمراهی اشخاص مساوی می‌شود با به بیراهه رفتن کشور.

قطعا مردم ما تا زمانی که مسئولان نظام در چهارچوب انقلاب حرکت کنند آنها را حمایت می‌کنند تا ضرباتی به انقلابشان وارد نگردد.

که انسان‌های بزرگ هم از اول خلاق نبودند، بلکه با تلاش، پشتکار و پرورش این قوه توانسته‌اند ابتکارات، نوآوری‌ها و آفرینندگی را در وجود خود شکوفا سازند. ایده‌های خود به آنان اجازه دهد که این مسائل را نقد و بررسی نموده و مورد آزمایش قرار دهند.

۴) معلم باید در جریان تدریس و فرایند تعلیم و تربیت، شیوه‌های مختلفی را به کار برد؛ از جمله، ۳) معلم باید به دانش‌آموزان اجازه دهد تا مسائل، نظرات و ایده‌های خود را اعلام نمایند و این ایده‌ها را روی تخته کلاس درس نوشته و پس از طرح مسائل و ایده‌های خود به آنان اجازه دهد که این مسائل را نقد و بررسی نموده و مورد آزمایش قرار دهند.

**و داشتن کودکان به تفکر خلاق**

باید به کودکان علامت‌نشان داد که عقاید آنان مورد احترام است. اندیشه‌ها و راه حل‌های غیرمعتاد برای مسائل را باید با احترام تلقی کرد و فرصت داد تا به طور مستقل یاد بگیرند، آزادانه فکر کنند و به اکتشافات بپردازند.

یکی از شیوه‌هایی که می‌توان کودکان را بیش تر به تفکر خلاق واداشت، این است که به آنان کمک کنیم

کاربردی ترین ها

۸ نکته برای نگهداری روغن‌های خوراکی

**هگمتانه، گروه خلاقیت: روغن یکی از پر مصرف‌ترین مواد خوراکی است که بانوان در طول روز با آن سر و کار دارند. برای نگهداری روغن‌های خوراکی، موارد زیر را در نظر داشته باشید:**

**فساد روغن**

رطوبت، مجاورت با اکسیژن هوا و حرارت و نور، سبب فساد روغن می‌شود.

**آفتاب‌گریزی**

روغن را همیشه در محل خشک و به دور از نور آفتاب نگهداری کنید.

**در ظرف روغن**

پس از هر بار مصرف روغن، در آن را محکم ببندید.

**نفوذناپذیری**

از خرید روغن‌های خوراکی در ظروفی که محکم و غیر قابل نفوذ است، خودداری کنید.

**ظروف نگهداری**

ظروف نگهداری روغن در صورتی که شفاف باشد باید به دور از نور و در محل خنک نگهداشته شود. به ویژه از نگهداری و چیدن روغن‌های مایع با بسته بندی شفاف در پشت شیشه فروشگاه‌ها که موجب فساد روغن مایع می‌شود باید خودداری شود.

**بطری کدر**

توجه داشته باشید که نگهداری صحیح روغن غنی شده با ویتامین‌های ا و دی برای حفظ ویتامین‌های موجود در آن بسیار مهم است. روغن غنی شده باید در بسته‌بندی بطری کدر و یا قوطی‌های فلزی عرضه شود. این نوع روغن حساس‌تر از روغن‌های معمولی است و نباید تحت درجه حرارت بالا قرار بگیرد.

**مشخصات روغن**

توجه به مشخصات روغن که روی برچسب بسته بندی آن ذکر شده است، از جمله نام و نوع فرآورده، شماره پروانه ساخت، نام کارخانه، شرایط نگهداری و مصرف، تاریخ تولید و انقضاء ضروری است.

**دستور العمل وزارت بهداشت**

توجه داشته باشید که بر اساس دستورالعمل اداره کل نظارت بر مواد غذایی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از ابتدای سال ۱۳۸۳، انواع روغن‌های نباتی جامد باید دارای برچسبی باشند که میزان اسید چرب اشباع و اسید چرب ترانس روی آن درج شده باشد.

تا هر چیز را با به کارگیری قوه تخیل و ابتکار خود به وضعیت دلخواه و مطلوب درآوردند. از کودکان بخواهید اشیا را به شکلی که دوست دارند تبدیل کنند. دانش‌آموزان می‌توانند استعداد خلاق خود را با به کارگیری حواس خود، به طریق غیرعادی شکوفا سازند. برای مثال، از آنان می‌خواهیم که چشمان خود را بسته و آنچه را که در دست آنان قرار داده ایم، حدس بزنند. روش دیگر، این است که کودکان چشمان خود را بسته و آنچه را می‌شنوند حدس بزنند. هنگام انجام این تمرینات بایستی از کودکان دلایل حدسشان را نیز جویا شد. بدینوسیله، سرگرمی بیش تری به همراه یادگیری برای آنان فراهم کرده ایم.

خلاقیت و نوآوری یعنی توانایی پرورش یا به وجود آوردن یک انگاره یا اندیشه جدید و یا طی کردن راهی تازه یا پیمودن یک راه طی شده قبلی به طرز نوین. آفرینندگی و خلاقیت مانند خواستن دانستن است. بنابراین از همان دوران کودکی و به ویژه در مدارس باید نسبت به شکوفایی خلاقیت در وجود دانش‌آموزان حساس بود و از کنار این مسأله به سادگی عبور نکرد.

پنجره

