اتاق عمل سیار ابداع شد

سیستم SurgiField یک اتاق عمل استریل کوچک و قابل‌حمل است که می‌توان آن را در عرض چند دقیقه بر روی بدن بیمار نصب کرد.

به گزارش ایسنا و به‌نقل از نیو اطلس، مکان‌هایی مانند مناطق فقیرنشین در کشورهای فقیر، میدان جنگ یا محل وقوع فاجعه وجود دارند که پزشکان در آنها مجبورند خارج از اتاق عمل استریل، عمل جراحی انجام دهند. اینجاست که سیستم سرجی‌فیلد(SurgiField) وارد می‌شود، زیرا اساساً یک اتاق عمل کوچک و قابل‌حمل است که می‌تواند ظرف چند دقیقه یک اتاق عمل استریل را فراهم کند.

سیستم SurgiField توسط یک شرکت بیرون آمده از دل مؤسسه فناوری ماساچوست(MIT) موسوم به سرجی‌باکس(SurgiBox) ساخته شده و از سه بخش عبارت از یک حباب پلاستیکی یک‌بار مصرف شفاف به‌نام SurgiBubble، یک ماژول کنترل هوشمند مجهز به پمپ هوا(SCM) و یک باتری لیتیوم-یون قابل شارژ تشکیل شده است.

طبق گزارش‌ها، هر سه بخش SurgiField را می‌توان در یک کوله پشتی حمل کرد و تنها ظرف چند دقیقه کنار هم قرار داد و برپا کرد.

هنگامی که این سیستم در حال استفاده است، حباب پلاستیکی شفاف که از پیش استریل شده، روی ناحیه مورد نظر از بدن بیمار قرار می‌گیرد، لبه‌های پایینی آن روی پوست بیمار مهر و موم می‌شود و شکلی لوله‌ای به

خود می‌گیرد که توسط یک قاب جمع‌شونده نگه داشته می‌شود. سپس ماژول کنترل هوشمند مجهز به پمپ هوا از طریق شیلنگی که دو ماژول را به‌هم متصل می‌کند، جریان هوا را در داخل حباب حفظ می‌کند و هوای درون حباب توسط یک فیلتر HEPA تصفیه می‌شود.

هنگامی که زمان عمل جراحی فرا می‌رسد، جراح از طریق دو حفره تعبیه‌شده برای ورود دست‌ها به دستگاه، دست‌های خود را به داخل حباب فرو می‌برد. سپس چون پلاستیک حباب شفاف است، به سادگی می‌تواند به آنچه انجام می‌دهد، نگاه کند.

پس از اتمام جراحی، حباب(SurgiBubble) برداشته و دور انداخته می‌شود و بقیه سیستم دوباره بسته‌بندی می‌شود. گفتنی است که به‌عنوان بخشی از یک برنامه کمکی، ماه گذشته ۵۰ سیستم SurgiField به اوکراین اهدا شد و طبق گزارش‌های واصله از فرماندهی عملیات جنوب اوکراین، این سیستم تاکنون جان ۳۱ نفر را نجات داده است.

این سیستم برای پزشکان بدون مرز بسیار مفید و کاربردی خواهد بود. حتی این امکان وجود دارد که این فناوری بتواند به استفاده غیراضطراری برسد و آن را در مکان‌هایی که حتی می‌توان عمل‌های جراحی معمولی را انجام داد، گسترش داد.

مایک تئودورسکو و دِبی تئودورسکو که این شرکت را تأسیس کرده‌اند، می‌گویند: ما فکر می‌کنیم که SurgiBox می‌تواند برای کاهش هزینه‌های مراقبت‌های بهداشتی و همچنین انعطاف‌پذیری بیشتر برای پزشکان و بیماران مفید واقع شود. مجموعه‌ای از هزینه‌های مربوط به پاکیزه کردن اتاق عمل، آماده کردن آن برای جراحی بیماران و آماده‌سازی بیمار برای اتاق عمل وجود دارد که با سیستم جدید ما هزینه‌ها به شدت کاهش می‌یابد.

گوناگون

جزیره‌ای در تسخیر و تصرف مارها

در گوشه‌ای از کره زمین جزیره‌ای به تسخیر مارهای سمی و کشنده درآمده است و هیچ انسان و موجودی جرأت نزدیک شدن به آنجا را ندارد.

به گزارش نمناک، هیچ‌کس اجازه ندارد که به سرزمین مارها وارد شود، چراکه تقریباً در هر متر مربع این زمین، یک مار مرگبار وجود دارد.۴۰ کیلومتر دورتر از ساحل برزیل جزیره‌ای وجود دارد که هیچ شخصی در آن زندگی نمی‌کند. آخرین‌بار یک مرد ماهی‌گیر نزدیک به این ساحل شد که بعداً جنازه او را در قایقش که شبیه به یک استخر خون شده بود، پیدا کردند.

این جزیره رمزآلود به‌نام Ilha da Queimada Grande ، آنقدر خطرناک است که هیچ‌کس نمی‌تواند پایش را در آن بگذارد و ورود همه افراد حتی مردم برزیل هم به آنجا ممنوع و غیرقانونی است. علت خطر ورود به این جزیره هم وجود مارهای سمی می‌باشد که سم کشنده دارند.

تخمین زده شده است که تقریباً بین ۲۰۰۰ الی ۴۰۰۰ مار در این جزیره وجود دارند. به همین دلیل، این جزیره به «جزیره مار» مشهور شده است و اگر هر انسانی وارد آن شود، در عرض یک ساعت جان خود را از دست می‌دهد.

این جزیره هم‌اکنون خالی از انسان‌هاست، اما تا اواخر سال ۱۹۲۰ در یک دوره کوتاهی تعدادی از مردم در آنجا زندگی می‌کردند، اما در نهایت همه آنها توسط این مارها به قتل رسانده شدند و دیگر هیچ‌کس جرأت نزدیک شدن به آنجا را ندارد.

ساکن شدن مارهای افعی سرنیزه‌ای زرین در این جزیره، به‌دلیل بالا آمدن سطح آب است. مارهای این ناحیه، زمین این جزیره را فقط مختص خودشان می‌دانند. سطح آب دریا تقریباً از ۱۰ هزار سال پیش بالا آمده و این جزیره را ایجاد کرده است.

تنها خطری که مارهای این جزیره را تهدید می‌کند، وجود پرنده‌هاست که ممکن است آنها را شکار کنند، اما باز هم مارها از پس این پرنده‌ها برمی‌آیند و با سم مهلکی که دارند، می‌توانند سریعاً هر پرنده را از بین ببرند.

البته پرندگان بومی این ناحیه هم بسیار زرنگ هستند و به راحتی توسط مارهای این ناحیه به دام نمی‌افتند. بیشتر، خود مارها هستند که فریب می‌خورند و به این پرندگان اعتماد می‌کنند و اگر از سم خود استفاده نکنند، در نهایت به غذای آنها تبدیل می‌شوند.

مارهای افعی سرنیزه‌ای زرین ۵ درصد مارهای تشکیل‌دهنده در برزیل هستند. سم آنها ۵ درصد قوی‌تر از سم‌های دیگر می‌باشد و به‌غیر از این جزیره در قسمت‌های دیگر کمتر یافت می‌شوند.

احتمال مرگ توسط این مارها نسبت به مارهای دیگر بسیار بالاتر است. هنوز هیچ آمار مرگ و میری در مورد این مارها در دسترس نیست زیرا انسان‌ها نمی‌توانند وارد این ناحیه شوند، اما به‌طور کل، اگر مار افعی سرنیزه‌ای زرین فردی را نیش بزند، در صورت درمان نشدن، ۷ درصد احتمال مرگ وجود دارد.

البته درمان هم تضمین نمی‌کند که سم مار به‌طور کامل از بدن خارج شود و فرد نجات پیدا کند. بعد از درمان هم هنوز سه درصد احتمال مرگ و میر وجود دارد؛ پس با وجود همه این تفاسیر متوجه شدید که چرا هیچ‌کس جرأت ندارد، پا داخل این جزیره بگذارد.

کشت کاکائو موجب نابودی جنگل های آفریقایی می‌شود

به گزارش سینا‌پرس، نقشه های جدید ماهواره‌ای با وضوح بالا از کشت کاکائو در ساحل عاج و غنا نشان می‌دهد، این عمل به‌طور قابل‌توجهی مخرب‌تر از آن چیزی است که منابع رسمی تا به امروز گزارش کرده‌اند و کشت کاکائو ممکن است با جنگل‌زدایی در این منطقه مرتبط باشد.

ساحل عاج و غنا بزرگترین تولیدکنندگان کاکائو در جهان هستند که دوسوم تولید این ماده خوش‌مزه را به خود اختصاص داده‌اند. با این حال، وسعت و توزیع دقیق مزارع کاکائو در دو کشور علی‌رغم ارتباط اقتصادی، اجتماعی و زیست محیطی این صنعت تاکنون ناشناخته بوده است.

تخمین زده شده است که ساحل عاج بیش از ۹۰ درصد از پوشش جنگلی خود را از سال ۱۹۵۰ از دست داده و غنا ممکن است بیش از ۶۵ درصد جنگل‌هایش را به‌دلیل توسعه مزارع کاکائو از دست داده باشد.

همچنین تاکنون فقدان نقشه‌های دقیق مانع از تعیین کمیت دقیق گسترش کاکائو در مناطق حفاظت‌شده و تولید و بازده کاکائو شده و اطلاعاتی را که می‌تواند حاکمیت زمین پایدار را بهبود بخشد، محدود کند.

به همین دلیل، نیکولای کالیشک و همکارانش طی مطالعات اخیر خود برای کشف وسعت مزارع کاکائو در این منطقه، یک شبکه اطلاعاتی را بر روی مجموعه داده‌ای از بیش از ۱۰۰ هزار مزرعه کاکائو در ساحل عاج و غنا، همراه با تصاویر ماهواره‌ای در دسترس عموم، ارائه دادند. این شبکه اطلاعاتی توانست نقشه‌هایی با وضوح بالا از مزارع کاکائو ایجاد کند که سپس توسط مشاهدات روی زمین تأیید شد.

براساس این نقشه ها، محققان پیشنهاد می‌کنند که کشت کاکائو ممکن است به ترتیب با بیش از ۳۷ درصد و ۱۳ درصد از بین رفتن جنگل‌ها در مناطق حفاظت‌شده ساحل عاج و غنا مرتبط باشد.

این یافته‌ها همچنین نشان می‌دهد که داده‌های رسمی، کل سطح زیرکشت شده کاکائو را دست‌کم می‌گیرند و برای نمونه در غنا سطح کلی کشت کاکائو تقریباً ۴۰ درصد بیشتر از ارقام رسمی بود.

نویسندگان پیشنهاد می‌کنند که نقشه‌های آنها ممکن است به درک وسیع‌تری از کشت کاکائو در منطقه کمک کند که پیامدهایی برای حفاظت و توسعه اقتصادی دارد.

طرز تهیه ترشی مندی

ترشی مندی یکی از انواع ترشی‌های خوش‌مزه فصل بهار است که با دستورهای متنوعی تهیه می‌شود، برای مشاهده آموزش کامل آن در ادامه با ما همراه باشید.

مواد لازم

مندی: ۱ کیلو گرم
سیر: ۶ حبه
سرکه: ۱ لیوان
آب جوشیده: ۱ لیوان
نمک: ۱ قاشق سوپ‌خوری

طرز تهیه

مرحله اول

برای تهیه ترشی مندی ساده ابتدای کار تمام قسمت‌های مندی را به‌صورت ریز خرد می‌کنیم، سپس درون یک کاسه حاوی آب سرد می‌ریزیم و درون آبکش قرار می‌دهیم. در ادامه این کار را چند مرتبه انجام می‌دهیم تا مندی کاملاً تمیز شود.

مرحله دوم

حالا مندی را درون آبکش می‌ریزیم و اجازه می‌دهیم آب اضافی‌اش خارج شود و در ادامه مندی را به صورت پخش روی یک پارچه نخی تمیز می‌ریزیم، سپس اجازه می‌دهیم کاملاً خشک شود چون در غیر این صورت، ترشی خراب می‌شود.

مرحله سوم

در این مرحله زمانی که مندی کاملاً خشک شد، پوست سیر را جدا می‌کنیم، سپس می‌شوییم و به صورت ریز خرد می‌کنیم. سپس یک ظرف مناسب و دردار انتخاب و درون آن را با پارچه تمیز می‌کنیم.

مرحله چهارم

حالا لایه‌لایه مندی و سیر را درون ظرف می‌ریزیم تا مواد تمام شوند. در ادامه سرکه را روی مندی اضافه می‌کنیم و پس از آن آب جوشیده سردشده را می‌افزاییم.

حالا نمک را به ترشی اضافه می‌کنیم، سپس در آن را می‌بندیم.

مرحله پنجم

در نهایت ترشی مندی را درون یخچال قرار می‌دهیم، سپس اجازه می‌دهیم به مدت ۲۰ روز استراحت کند تا جا بیفتد.

پس از گذشت این زمان، ترشی مندی را درون ظرف مورد نظرمان می‌ریزیم و به همراه غذا سرو می‌کنیم.

رنگ‌آمیزی کنید

جدول شماره ۱۷۳۸

افقی

۱- کنایه از رنجاندن؛ دوش و کتف ۲- سال استراحت زمین زراعی؛ مخفف الی آخ؛ از شهرهای استان فارس ۳- با شتاب رفتن؛ از چاشنی‌های اشتهاآور؛ از هفت سین نشین‌ها ۴- منسوب به مدرک؛ ترس و بیم؛ کشتی جنگی ۵- پادشاه افشاری؛ از روزهای هفته؛ بمب منفجر شده! ۶- مایه حیات؛ از رؤسای جمهور اسبق ایالات متحده؛ امیدواری؛ پسوند شباهت ۷- نشان نفی در دستور زبان انگلیسی؛ درخشان و روشن؛ سازمان دولتی مسئول اجرای قوانین گمرکی و اخذ حقوق و عوارض ورودی (واردات) و خروجی صادرات ۸- شاعر دیار یوش!؛ از کلمات پرسشی؛ پرنده سحرخیز ۹- شرفیاب شدن؛ دائمی؛ انجیر ۱۰- دو یار هم قد!؛ دیوار؛ از خوراکی‌های تخم مرغی؛ پسوند شباهت ۱۱- محل کار پزشک؛ نامی‌دخترانه؛ براق‌کننده لباس ۱۲- تاجریزی؛ قوس؛ از شهرهای استان کرمان ۱۳- بافت‌شناس؛ از سبزی‌های خوردنی؛ ناصح ۱۴- فرصت مناسب؛ کماندار باستانی؛ شر است با حروف مشوش! ۱۵- آخر؛ بزرگ‌ترین گروه هم‌نوازی در موسیقی

عمودی

۱- مدعی العموم؛ اداره آگاهی سابق ۲- از شهرهای فرانسه؛ خوشحال؛ پول فلزی ۳- سنجیدن و وزن کردن؛ ماه پرتابی!؛ آشوب ۴- شهر؛ رایگان و مجانی؛ جدا از هم ۵- سخن بی‌معنی؛ داوری؛ جامه بلند؛ مساوی عامیانه ۶- نقش هنری؛ وراج؛ سرسرا؛ ضربه و تکان شدید ۷- ستاره؛ از اقیانوس‌ها؛ فصل سینمایی ۸- اثری از ناصرخسرو ۹- از توابع استان اصفهان؛ بی‌تجربه در کار؛ از ماه‌های سریانی ۱۰- پشت سر هم؛ پاک و مبرا؛ حدس؛ خاک سفالگری ۱۱- تپانچه؛ راه روشن؛ سرکش؛ موی بدن گوسفند ۱۲- سرنیزه شکسته!؛ حرف شرط؛ آرنج ۱۳- از چهار جهت اصلی؛ مرگ؛ اختراع مارکونی ۱۴- صلیب؛ دریافت‌کننده امتیاز مالی تحصیلی؛ گنبد درهم ریخته ۱۵- از توابع خوزستان؛ پایتخت کنیا

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱													■		
۲								■							
۳						■					■				
۴					■					■				■	
۵			■				■								
۶			■						■				■		
۷				■							■				
۸	■					■				■					■
۹					■							■			
۱۰			■				■						■		
۱۱				■					■					■	
۱۲				■		■					■				
۱۳					■					■					
۱۴											■				
۱۵															

پاسخ جدول شماره ۱۷۳۷

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ا	ب	و	ت	ا	ب	د	ا	د	ن	■	د	ل	ب	ر
۲	س	ا	ل	■	ت	ی	ه	و	■	ی	ق	ل	ا	و	ی
۳	ت	ل	خ	ه	■	م	ن	ا	ق	ش	ا	ت	■	ر	گ
۴	خ	ا	ر	چ	ی	■	ه	ر	ا	■	ب	ا	ب	ا	■
۵	و	■	چ	ر	گ	ه	■	ن	د	ل	■	ا	ن	د	
۶	ا	ه	■	ت	ا	س	ق	■	ق	ر	ه	ن	ی	■	ا
۷	ن	م	ا	■	ن	ت	ر	د	ا	م	■	ق	گ	و	ر
۸	ب	ا	ز	ه	■	ه	ا	و	ر	■	ا	ت	و	س	ا
۹	ن	ی	ر	م	ر	خ	ش	ی	د	ن	■	ت	ی	ل	
۱۰	د	■	د	ا	ر	ب	و	■	ا	و	ب	ه	■	ع	م
۱۱	ی	ن	گ	■	خ	ط	ا	ط	■	ر	و	ی	ش	■	چ
۱۲	ب	ی	ج	س	■	ن	ا	ب	■	ه	م	ا	ن	ا	
۱۳	چ	ی	■	ک	ا	م	ی	و	ن	ت	■	ه	و	م	ن
۱۴	ق	ر	ا	م	ر	ز	■	و	ز	ن	ه	■	ی	ا	ی
۱۵	ت	ه	م	■	ت	م	ا	ل	س	ن	گ	ی	ن	ش	د

فال امروز

فروردین

با مشکل مالی روبه‌رو می‌شوید و برای حل این مشکل چاره‌ای ندارید به غیر از اینکه از پس‌انداز خود کمک بگیرید. مدتی است که ایده جدیدی به فکرتان رسیده، با این حال این ایده را جدی نمی‌گیرید؛ ادامه این شرایط به صلاح شما نیست. ایده‌ای که در سر دارید را اجرا کنید و مطمئن باشید انجام این ایده دستاوردهای زیادی به کارنامه زندگی شما اضافه می‌کند. عازم سفری غیرمنتظره و ناگهانی خواهید شد.

اردیبهشت

کسی به‌غیر از خوبی و محبت از شما چیز دیگری ندیده و از هر فرصتی برای کمک به دیگران بهره می‌گیرید، امروز چنین فرصتی پیش می‌آید تا با گرفتن دست افتادگان، نوع‌دوستی خود را به اطرافیان ثابت کنید. فردی به شما پیشنهاد سرمایه‌گذاری می‌کند، این پیشنهاد را جدی بگیرید و زمینه افزایش درآمدتان را فراهم کنید. ایده‌های جدید و سودآوری به ذهن شما می‌رسد این ایده‌ها را جدی بگیرید.

خرداد

روز را با انرژی و نشاط شروع کرده‌اید و تا پایان روز شاداب و سرزنده خواهید بود. روحیه ولخرجی دارید و اهل پس‌انداز و صرفه‌جویی نیستید؛ این روحیه را کنار بگذارید و به خودتان قول بدهید که قسمتی از درآمدتان را برای روز مبادا پس‌انداز کنید. فرصتی از روز را به بودن در کنار اعضای خانواده اختصاص دهید و از هم‌صحبتی با اهل منزل لذت ببرید. در محل‌کار یا منزل به مشکلی بر می‌خورید.

تیر

بیشتر از همیشه حواستان را به انجام کارها جمع کنید چرا که احتمال سهل‌انگاری شما وجود دارد. یکی از دوستان نزدیک پیشنهاد وسوسه‌انگیزی را برای افزایش درآمد مطرح می‌کند، این پیشنهاد را جدی بگیرید و مطمئن باشید اجرای آن، سود چشمگیری روانه حساب‌های بانکیتان می‌کند. از حضور در جمع پرهیز می‌کنید و تنهایی را ترجیح می‌دهید، اما این رویکرد زمینه گوشه‌گیری و منزوی‌شدن شما را به دنبال دارد.

مرداد

اعتمادبه‌نفس کمی دارید و این وضعیت زمینه شکست شما را در برخورد با مشکلات فراهم کرده است. امروز زمان مناسبی است که به خودتان قول بدهید این روحیه را کنار بگذارید و در آینده با اعتمادبه‌نفس کامل به مصاف مشکلات بروید. نظر خود را به اطرافیان اعمال می‌کنید و با زورگویی حرف خود را به کرسی می‌نشانید؛ این رویکرد شما را به فرد منفوری تبدیل کرده و کسی از شما دل خوشی ندارد.

شهریور

به لحاظ مالی روز خوبی را آغاز کرده‌اید و از جایی که انتظارش را نداشتید، سودی روانه حساب‌های بانکیتان خواهد شد. تمامی این پول را خرج نکنید و قسمتی از آن را برای روز مبادا کنار بگذارید. حرف‌های نیش‌داری می‌زنید و اطرافیان را با زبان خود آزار می‌دهید؛ قبل از اینکه این رویکرد باعث شود اطرافیان شما را کنار بگذارند، لحن کلام خود را تغییر دهید و با دیگران مهربان باشید.

مهر

نگرانی‌های خود را با اطرافیان درمیان نمی‌گذارید. قبل از اینکه این روحیه زمینه افسردگی شما را فراهم کند، با فردی که سنگ صبور شماست، درد دل کنید و بار غصه‌های خود را زمین بگذارید. به فکر افزایش درآمد هستید، اما بی‌گدار به آب نزنید و پولی که با هزارویک زحمت به‌دست آورده‌اید را پس از مشورت با افراد باتجربه، سرمایه‌گذاری کنید. علاقه‌ای که به فراگیری علم و دانش دارید را دست‌کم نگیرید.

آبان

یکی از آشنایان از شما تقاضای پول دارد؛ هر کاری از دستتان بر می‌آید برایش انجام دهید و مطمئن باشید پولی که به وی قرض می‌دهید را زودتر از چیزی که فکرش را بکنید باز پس می‌دهد. با اتفاق غیرمنتظره‌ای روبه‌رو خواهید شد؛ اجازه ندهید این اتفاق شما را از مسیر دلخواهتان در زندگی دور کند. بر اعصاب خود مسلط باشید و کنترل اوضاع را در اختیار بگیرید. اطرافیان امروز حسابی هوای شما را دارند.

آذر

روز خوبی را آغاز نکرده‌اید و سلامتیتان در خطر است، در چنین شرایطی شرط عقل این است که بیشتر از همیشه مواظب سلامتیتان باشید و روز را به گونه‌ای به پایان برسانید که سلامتتان به خطر نیفتد. رفتار سخاوتمندانه‌ای با اطرافیان دارید و در دست‌ودلبازی برای دوستان و آشنایان کم نمی‌گذارید؛ این روحیه را ادامه دهید و مطمئن باشید اطرافیان سخاوتمندی‌های شما را نادیده نخواهند گرفت.

دی

اهمیت زیادی به سلامت خود می‌دهید و مواظب جسم و جان خود هستید، این روحیه را ادامه دهید و به خاطر داشته باشید که سلامتی سلطنت ناپیداست. روحیه پرخاشگرانه‌ای که دارید را کنار بگذارید و مطمئن باشید کنار گذاشتن این روحیه زمینه سود و منفعت شما را فراهم می‌کند. یکی از اعضای خانواده گرفتار مشکل مالی است، هر کاری که از دستتان برمی‌آید را برای حل مشکل این فرد انجام دهید.

بهمن

وضعیت مالیتان بهبود پیدا می‌کند و از جایی که حتی فکرش را نمی‌کنید، سود سرشاری روانه حساب‌های بانکیتان خواهد شد. دوستان برای حل مشکلی که امروز با آن روبه‌رو هستید به کمک شما می‌آیند؛ محبت دوستان را بدون پاسخ نگذارید و به دنبال فرصتی برای جبران لطف اطرافیان باشید. اتفاق فرخنده‌ای در زندگی شما می‌افتد؛ این اتفاق را به بهانه‌ای برای شادی در کنار اعضای خانواده تبدیل کنید.

اسفند

روز حساسی را در پیش دارید و تصمیم مهمی باید اتخاذ کنید، اجازه ندهید این شرایط شما را نگران کند و تصمیم نادرستی بگیرید. به لحاظ مالی روز خوبی پیش روی شماست و پولی به دستتان می‌رسد، اما از آنجایی که در همیشه روی یک پاشنه نمی‌چرخد، بهتر است پولی که امروز روانه حساب‌های بانکیتان شده را خرج نکنید و قسمتی از آن را برای آینده کنار بگذارید.