février 2022 -No22

Bonjour Français

Magazine mensuel de l'institut Milad

ماهنامه فرهنگ یاران فردا - شماره ۲۲-بهمن ۱۴۰۰

MAGAZINE

بسم الله الرحمن الرحیم

Bonjour Français

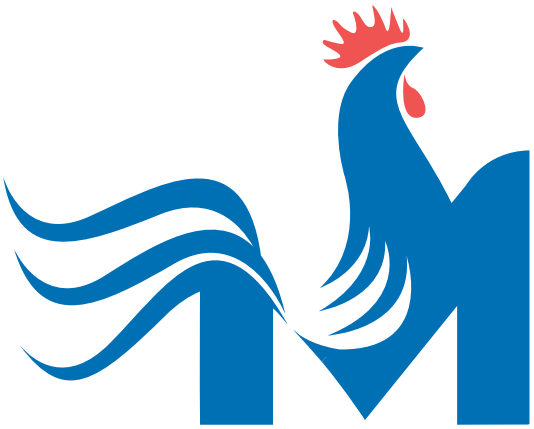
Magazine virtuel de l'institut Milad
Première année / février 2022/ ***No 22***
ماهنامه فرهنگ یاران فردا - شماره ۲۲- بهمن ۱۴۰۰

Président et directeur de la publication : Milad Asemipour
Rédaction : Hanieh Khosravan
Design et réalisation : Mahdiar Pirzadeh

Adresse :
Unité *4*, No *42*, Rue de Vâlinejad, Ave. Vâli-e-Asr
Site Internet : www.miladlh.com
E-mail : milad.asemipour@gmail.com
Tél : *+98(0)21 88877742 / +98(0)9013239008*

Ce numéro est gratuit et n'est pas vendable.

این شماره رایگان و غیر قابل فروش است



À Bonjour Français, il est essayé de fournir du contenu utilisable pour tous les niveaux de la langue française. Les rubriques sont présentées alors en différentes couleurs qui signifient leur niveau.

La signification des couleurs :

- Rouge: *A1*
- Bleu: *A2*
- Blanc: *B1*
- Rose: *B2*

Iranologie..... 4
Tourisme..... 13
Histoire courte..... 19
Personnage du jour.... 23
Lifestyle..... 25
Psychologie..... 33
Cuisine..... 40
Articles reçu..... 42
JeuX 46
L'actu 47
Astrologie 49

L'Art iranien regroupe la production artistique de l'Iran et l'ancienne Perse. Cela inclut de nombreuses disciplines comme la poésie, l'architecture, la mosaïque, la miniature persane, le tissage, la poterie, la calligraphie, les travaux du métal et de la pierre.

B1

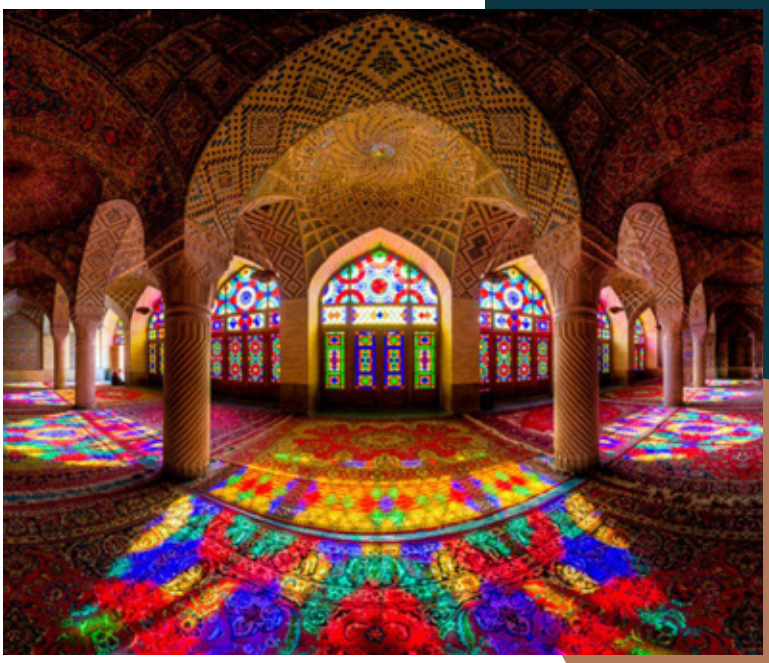
Les Beaux-Arts persans

Peinture et miniature

L'historienne de l'Orient Basil Gray pense que «l'Iran a offert au monde un art particulièrement unique qui est excellent dans son propre genre».
Les grottes dans la province du Lorestan en Iran possèdent une imagerie animalière peinte ainsi que des scènes de chasse. D'autres peintures similaires dans la province du Fars et à Sialk sont vieilles d'au moins 5 000 ans.
On pense généralement que la peinture en Iran a atteint son apogée en Iran à l'époque de Tamerlan quand des maîtres comme Kamaleddin Behzad ont donné vie à un nouveau style de peinture.
Les peintures de l'époque Qajare sont une combinaison d'influences européennes et des écoles de miniature de l'époque Safavide comme celles introduites par Reza Abbasi. Des maîtres comme Kamal-ol-molk ont ensuite développé l'influence européenne en Iran. C'est à l'époque Qajare que la « peinture de café » a émergé en Iran. Les sujets de ce style étaient souvent de nature religieuse, représentant des scènes de l'histoire du chiisme ou autres.

Musique

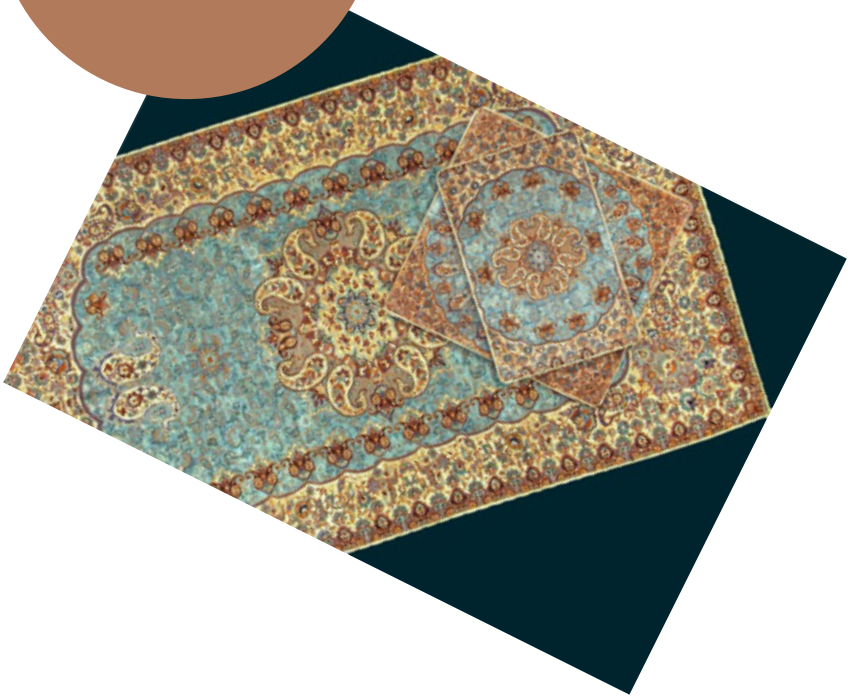
Au cours de l'histoire documentée de l'Iran, une musique distincte s'est développée accompagnée par de nombreux instruments de musique, dont certains ont été les premiers prototypes d'instruments de musiques modernes utilisés de nos jours.

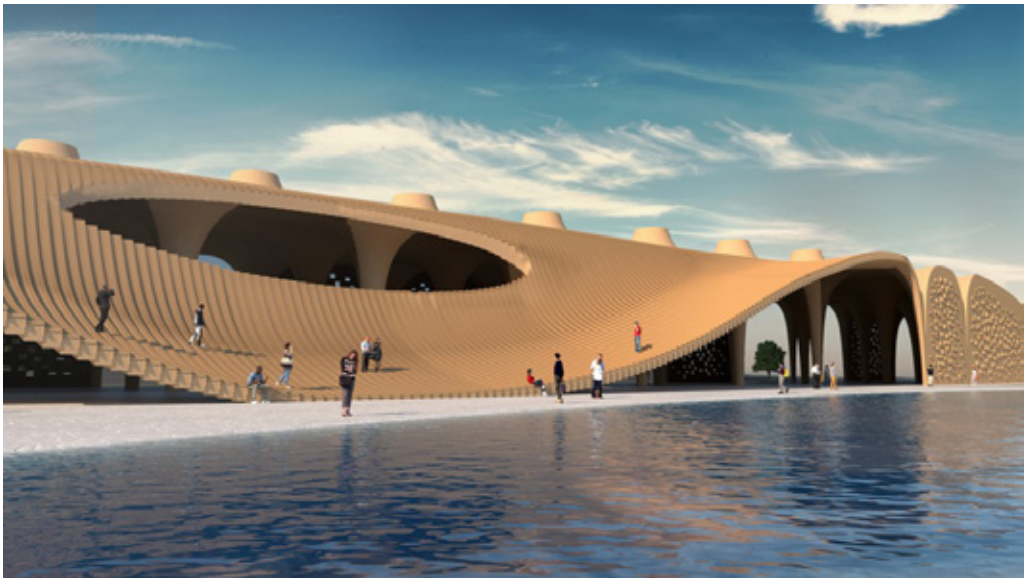


Les références les plus anciennes à des musiciens en Iran sont rencontrées à Suse et à Élam au IIIe millénaire av. J.-C. Les bas-reliefs, sculptures et mosaïques antiques à Bishapour montrent une culture musicale raffinée.

La Musique perse traditionnelle dans sa forme contemporaine a ses racines dans l'époque Naseri, qui ordonna l'ouverture d'une maison des artisanats, où tous les maîtres artisans se retrouveraient pour concevoir des instruments et pratiquer leur art.

Le Mugham d'Azerbaïdjan est classé par l'Unesco au titre de «Patrimoine oral et immatériel de l'Humanité.»





Architecture

L'architecture d'Iran est une architecture avec une tradition et un héritage très ancien. Comme Arthur Pope le définit, « l'impact le plus sensible de l'architecture persane est très souple. Pas accablante mais dignifiée, magnifique et impressionnante ».

Calligraphie

L'écrivain Will Durant dit :
«Les Iraniens antiques, avec un alphabet de lettres, utilisaient des crayons et des stylos pour écrire, au lien des tablettes utilisées à l'époque ». Telle était la créativité déployée dans l'art de l'écriture. L'importance de l'art de la calligraphie dans les travaux de poteries, les objets métalliques et les bâtiments historiques était telle qu'on aurait l'impression d'un manque sans la calligraphie ornementale qui les décorait.

Les enluminures, et spécialement dans le Coran et des travaux tels que le Shâh Nâmâ, le Divân de Hafez, le Golestan, le Boustan et autres sont reconnues comme des œuvres d'une très grande valeur pour leur seule calligraphie. De très nombreuses œuvres calligraphiques sont préservées dans des musées et des collections privées dans le monde entier, comme au musée de l'Ermitage de Saint-Pétersbourg et à la Galerie d'art Freer de Washington entre autres.

Cinéma

Avec plus de 300 récompenses internationales dans les 25 dernières années, les films iraniens sont toujours reconnus dans le monde entier. Le réalisateur le plus connu est peut-être Abbas Kiarostami.

Motifs

L'art iranien a développé au long des siècles des motifs particuliers destinés à décorer l'artisanat produit en Iran. Ces motifs peuvent avoir pour origine les motifs ancestraux des tribus nomades (comme les motifs géométriques employés dans les kilims ou les gabbehs), une recherche géométrique poussée sous l'influence de l'islam ou encore des motifs d'inspiration plus orientale comme le Boteh, qu'on peut retrouver en Inde ou au Pakistan.

Khatam-kari

Travail de marqueterie fine et minutieuse dont les plus anciens exemples remontent à l'époque Safavide : le khatam était alors tellement apprécié de la cour que certains princes en apprenaient la technique au même titre que la musique ou la peinture.

Ce type d'artisanat consiste à réaliser des motifs d'incrustations réalisant le plus souvent des formes en étoile, au moyen de fines baguettes de bois (ébène, teck, jujubier, oranger, rosier), laiton (pour les parties dorées), et os de chameau (parties blanches). L'ivoire, l'or et l'argent peuvent également être utilisés pour les pièces de collection. Ces baguettes sont d'abord assemblées en faisceaux triangulaires, eux-mêmes ré-assemblés et collés en faisceaux selon un ordre strict pour former un cylindre d'environ 70 cm, dont la tranche montre l'unité de base de la décoration finale : une étoile à six branches contenues dans un hexagone.

Ces cylindres sont alors tranchés en cylindres plus courts, puis comprimés et séchés entre deux plaques de bois, avant de subir une dernière coupe réalisant des tranches d'environ 1 mm d'épaisseur. Ces dernières sont alors prêtes à être plaquées et collées sur l'objet-support à décorer avant de subir une finition par laquage. Elles peuvent subir un chauffage préalable pour être ramollies, si l'objet est galbé, afin d'en épouser les courbes. Les objets décorés sont légion : boîtes, jeux d'échecs ou de backgammon, cadres, pipes, bureaux, ou même instruments de musique. Le khatam peut également être associé aux fameuses miniatures persanes, réalisant ainsi de véritables œuvres d'art.

Issu de techniques importées de Chine et magnifiées par le savoir-faire perse, cet artisanat existe depuis plus de 700 ans et est encore particulièrement vivace à Ispahan et à Chiraz.

Bonjour Français

MILAD INSTITUT

MILAD INSTITUT

انستیتو میلاد برگزار می‌کند؛

ویژه تقویت مکالمه، درک شنیداری و رفع
ایرادات گرامری / مناسب سطح A2 به بالا

Bonjour Français

دوره بحث آزاد

ولیعصر/ بالاتر از ونک/ خ والی‌نژاد
پلاک ۴۲/ طبقه سوم/ واحد۴
تلفن تماس: ۸۸۸۷۷۷۴۲
مدیریت: ۰۹۰۱۳۲۳۹۰۰۸

milad.institut | miladinstitut

Histoire du tourisme

B1

Tourisme

Le mot tourisme désigne le fait de voyager pour son plaisir hors de ses lieux de vie habituels, et d'y résider de façon temporaire, mais aussi un secteur économique qui comprend en plus de l'hôtellerie l'ensemble des activités liées à la satisfaction et aux déplacements des touristes.

Le voyage d'agrément existe depuis l'Antiquité mais le tourisme apparaît à partir du xviiie siècle en Angleterre avec le développement du Grand Tour, grand voyage. En 1803, le terme « touriste » apparaît dans la langue française, dérivant du mot anglais tourist apparu en 1800, désignant des voyageurs parcourant des pays étrangers avec d'autres buts que les affaires, l'exploration scientifique ou le prosélytisme religieux, avant de revenir chez eux.

Le mot « tourisme » arrive plus tard sans recouvrir une définition plus précise que celle donnée par le Supplément Larousse de 1877 : « Tourisme, habitude de touriste ». Sa définition s'affine à partir des années 1960. En 2000, quatre organisations internationales donnent une définition commune au terme :

« Le « tourisme » comprend les activités déployées par les personnes au cours de leurs voyages et de leurs séjours dans les lieux situés en dehors de leur environnement habituel pour une période consécutive qui ne dépasse pas une année, à des fins de loisirs, pour affaires et autres motifs non liés à l'exercice d'une activité rémunérée dans le lieu visité ».

Les formes du tourisme

Le tourisme se présente sous diverses formes avec notamment le tourisme balnéaire, sports d'hiver ou encore tourisme vert, voire selon des thématiques comme le tourisme d'affaires, culturel, de mémoire, de naissance ou encore l'écotourisme.

Au niveau du tourisme mondial, la moitié des touristes internationaux recensés en 2016 voyagent à des fins de détente, loisirs et vacances, contre 15 % à titre de tourisme d'affaires, et un quart environ pour d'autres motivations : visites aux parents et amis, religion, pèlerinage. 54 % des visiteurs internationaux voyagent vers leur destination par avion, tandis que le reste voyage par transports terrestres (46 %) : par la route (39 %), le rail (2 %) ou l'eau (5 %).

Tourisme créatif

Le tourisme créatif existe, comme forme de tourisme culturel, depuis les origines mêmes du tourisme. Ses racines européennes renvoient au Grand Tour qu'effectuaient les

jeunes aristocrates européens dans le but de découvrir d'autres cultures en réalisant des voyages basés sur l'expérience. Plus récemment le tourisme créatif a été reconnu comme tel par Crispin Raymond et Greg Richards, qui, en tant que membre de ATLAS - Association for Tourism and Leisure Education ont dirigé un grand nombre de projets et études pour la Commission Européenne.

Tourisme d'affaires

Le tourisme est également lié au monde du travail par le biais du tourisme d'affaires et par celui des pratiques appelées en anglais « incentive ». Le premier concerne toute l'offre touristique (divertissement, découverte) qui entoure les voyages d'affaires, les congrès, les séminaires, les salons - et la France est encore pour quelques années la première destination mondiale des salons et congrès. Le second (« incentive ») consiste en des voyages organisés pour le personnel d'une entreprise (en français : voyage de stimulation). Il peut comprendre des épreuves sportives ou ludiques, mais aussi des activités culturelles, en complément de séminaires ou de réunions.

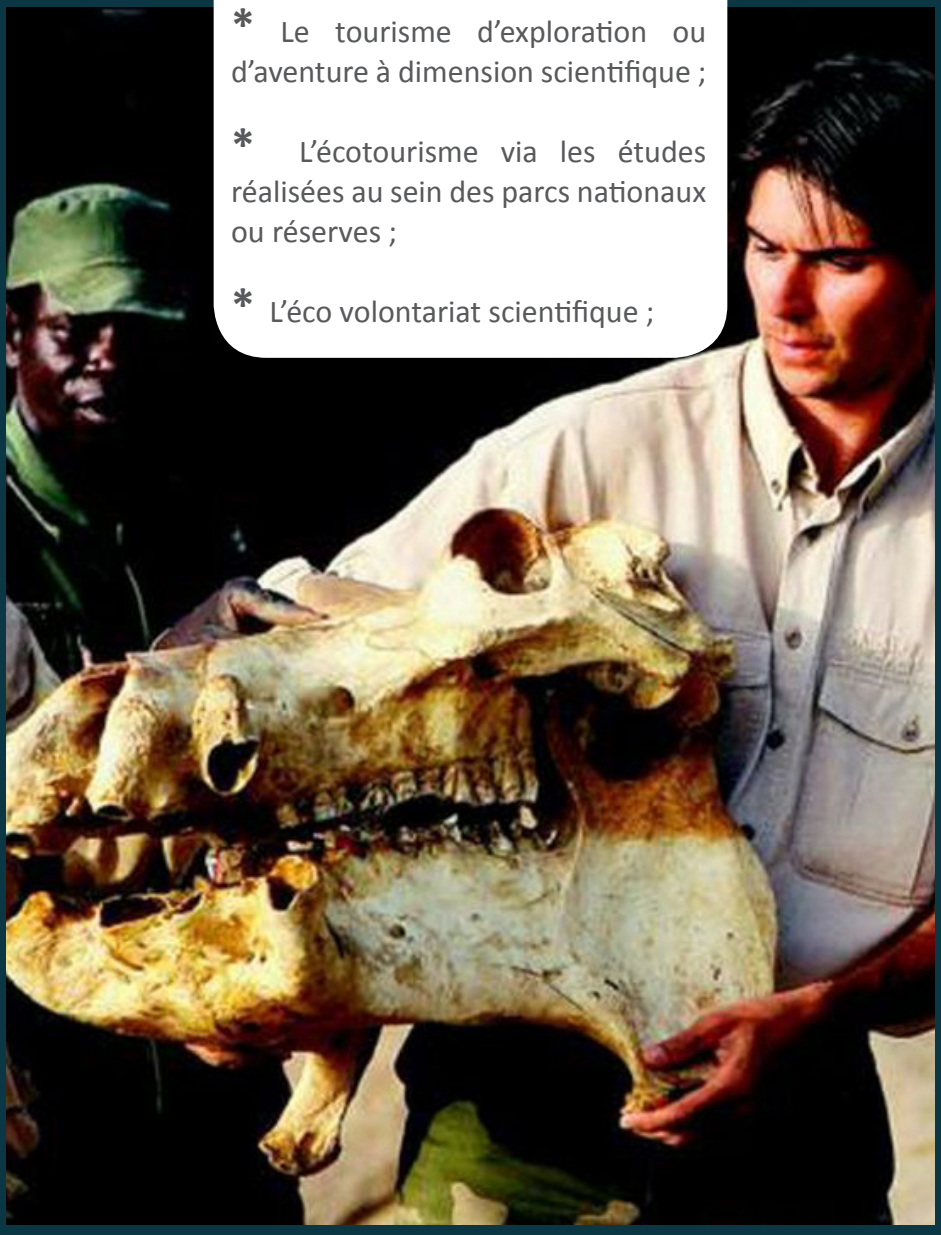
Tourisme scientifique

La notion de tourisme scientifique reste évolutive. Cette forme de tourisme particulière est pensée pour constituer une passerelle entre le tourisme et le monde scientifique. Il est possible de distinguer différentes formes de pratiques :

* Le tourisme d'exploration ou d'aventure à dimension scientifique ;

* L'écotourisme via les études réalisées au sein des parcs nationaux ou réserves ;

* L'éco volontariat scientifique ;



E-tourisme

L'avènement de l'e-tourisme est à l'origine de la désintermédiation et la consolidation du secteur du tourisme (dématérialisation du billet papier en billet électronique, développement de grandes plateformes de distribution, etc.). Internet offrant de nouvelles sources d'informations sur les destinations, cela favorise le développement du tourisme participatif tel que le mouvement greeter, une offre de tourisme non marchand qui permet aux touristes de rencontrer les habitants et qui aide à réinventer les rapports entre visiteurs et populations visitées.

Tourisme sombre

Apparu plus récemment, le tourisme sombre (ou noir) (de l'anglais dark tourism) consiste à visiter des endroits évoquant souffrance, mort et peur : le camp d'extermination d'Auschwitz, l'île de Gorée, la centrale de Tchernobyl.

Bonjour Français

milad.institut | miladinstitut

Histoire courte

Qui sait ?

« Célibataire, préparez-vous à rencontrer le grand amour sous le signe de l'eau, entouré de rouge, protégé par le chiffre 3 et chargé de l'énergie de la pierre d'obsidienne. »

Les prédictions données par le jeu de carte divinatoire du magazine Astrologie Féminine avaient de quoi laisser perplexe. Oubliées les 23 lames du tarot des chats, des insectes ou des fleurs. Oubliées les indications sur votre avenir en vertu de la science du tirage de carte. Place au numéro spécial Saint-Valentin avec ses réponses extrêmement précises et totalement floues sur son avenir amoureux.

Un homme en slip rouge, dans une piscine, le numéro 3 écrit sur son bonnet et avec un pendentif en pierre d'un noir scintillant ?
Non. Il avait une alliance et il embrassait à pleine bouche une grande brune quand Éloïse le croisa près des vestiaires.
Un pompier au sourire ravageur avec le chiffre 3 écrit au dos de sa tenue ? Un pompier, c'est-à-dire un homme qui s'habille en rouge et noir et qui manipule de l'eau...

Non plus. Le sourire ravageur était adressé au joli jeune homme placé derrière elle dans la foule qui assistait à l'intervention.
Ou alors... Un galant jeune homme dans le bus, une écharpe rouge à trois pompons autour du cou, une bouteille d'eau minérale en main et de magnifiques cheveux noirs qui lui retombaient de façon trop craquante dans les yeux ?
Toujours pas. Le grand amour ne pouvait pas être un vulgaire pickpocket, frôlant, souriant et dépouillant les jeunes étudiantes en mal d'amour.

— Et si je n'y arrivais pas, Léonard ?
— Arriver à quoi ?
— À trouver l'amour de ma vie !
— Mais, pourquoi tu dis ça ?
— J'ai déjà tout essayé. Les amis d'amis, les soirées, les bancs de la fac, les sites de rencontre...
— Et d'après toi c'est le stupide jeu de carte d'un stupide magazine d'astrologie qui va

A2

résoudre tes problèmes de cœur et t'apporter le grand amour ?
— Alors, premièrement, ni les cartes, ni le magazine ne sont stupides. Irrationnels, tout au plus. Et il se trouve que l'amour ne s'accorde pas toujours avec la raison, n'est-ce pas ? Deuxièmement, je sais parfaitement que ce ne sont pas les cartes qui font mon avenir. C'est moi. Elles ne font que me montrer une piste, une voie que je suis libre de suivre ou pas. Et enfin, troisièmement, Monsieur le terre à terre, il se trouve que je ne crois pas au hasard et je reste persuadée que si j'ai obtenu ce résultat c'est pour une raison bien précise.
— Laquelle ?
— Mon grand amour sera rouge, eau, chiffre 3 et pierre d'obsidienne ! En fait, il faut juste que j'ajuste mon interprétation pour que ça marche.
Léonard, son voisin du rez-de-chaussée, barman la nuit et accessoirement étudiant le jour, la regarda d'un air dubitatif.
— Si tu le dis, déclara-t-il avant de continuer à essuyer des verres et s'occuper des autres clients.

La Saint-Valentin approchait inexorablement et Éloïse ne trouvait toujours pas. Elle se promena longuement dans les parcs les jours de pluie, soupira langoureusement devant des livres de voyage dans des librairies, feuilleta doucement de gros ouvrages très sérieux sur la mer dans des bibliothèques et se dandina en robe moulante et bleue dans des boîtes de nuit. À chaque fois qu'elle pensait voir un homme qui pouvait correspondre, à chaque signe ou indice, son cœur faisait des bonds puis déchantait

les minutes qui suivaient. Pas libre, pas beau, pas assez, trop...
Le soir de la Saint-Valentin, quelques heures avant minuit, Éloïse était toujours seule. Dans un rire sans joie, elle s'avoua vaincue. Ce n'était pas cette année que son célibat allait prendre fin. Tant pis ! Elle décida de sortir pour se changer les idées. Et se retrouva, à minuit, après une soirée à faire la folle avec ses copines, complètement affalée sur le comptoir du bar de son ami, le regard perdu dans le liquide rose et bleu de son cocktail en train de ruminer sur ses plantages amoureux.

— Je suis maudite, Léonard.
— Non. Tu es seule, nuance.
— Ah, ça va ! Tu n'as pas besoin d'être cruel non plus. Ce n'est pas comme si, toi, t'étais célib' depuis plus de deux ans.
— Non, mais j'ai une autre méthode que toi pour trouver le grand amour.
— Laquelle ? Tu couches en premier et tu regrettes ensuite ?
— Non. Je ne le cherche tout simplement pas.

Éloïse releva la tête et fronça les sourcils en croisant le grand sourire énigmatique de son ami. Autour d'eux, le bar s'était vidé, le bois et le verre de la décoration avaient pris des teintes orangées et la musique était devenue plus douce tout à coup. Intriguée, elle l'observa récupérer quelque chose sous le comptoir et marcher jusqu'à elle. Elle écarquilla les yeux en découvrant ce qu'il venait de poser devant elle.
— Moi, je tente ma chance. Après tout, qui sait ?

Sur le comptoir il y avait un grand verre à jus vide. Il le remplit d'eau puis, sans la lâcher du regard, y fit tomber trois pierres polies d'un noir brillant. Ensuite, avec un petit sourire au coin des lèvres, il ajouta une grosse fraise bien rouge sur le bord du verre et poussa le verre vers elle. Éloïse passa quelques secondes à faire des allers-retours entre l'homme qui écoutait patiemment ses jérémiades tous les jours et qui avait en plus décidé de porter un joli tee-shirt rouge sur lequel il y avait écrit « Joyeuse Saint-Valentin ! »

Elle éclata de rire et se jeta dans ses bras. Les lèvres collées à celles de son Valentin d'un soir ou d'une vie, Éloïse savoura cet instant sans se poser de questions, pour une fois. Enfin, si, une.

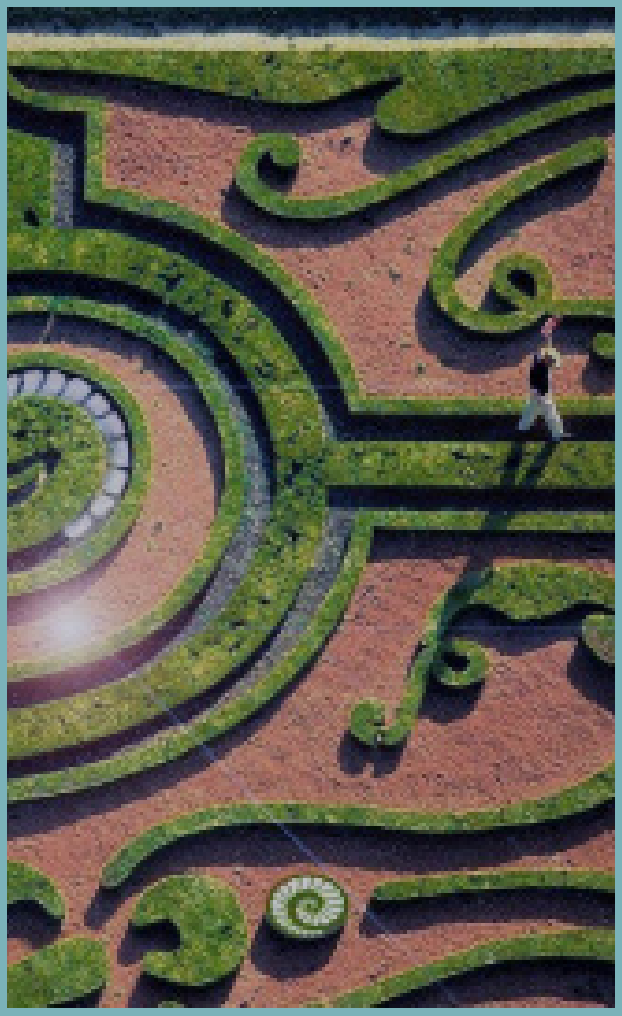
Qui sait?

Par: Maïra Richards

SEPANJ STUDIO

www.sepanjstudio.com

استودیو طراحی و برندسازی سپنج



"سپنج" خدمات یکپارچه ی خود را با توجه به نیاز مشتریان، از ســـازمان های کوچک و متوسط تا بزرگ به اثر گذار ترین شکل ممکن ارایه می دهد که شامل موارد زیر است:

- تدوین استراتژی بازاریابی
- بخش بندی بازار و تعیین موقعیت کســـب وکار و هدف گذاری
- برند سازی و طراحی المان‌های برند
- تدوین واجرای استراتژی پیام
- -طراحی و تدوین محتوا و متن تبلیغاتی
- طراحی کمپین های خلاقانه بر اساس استراتژی تعیین شده
- هویت سازی یکپارچه برای مشتریان بر اساس استراتژی
- دیجیتال مارکتینک
- توسعه ی برند در شبکه های اجتماعی
- طراحـــی گرافیک تجاری، طراحی ســـایت و تهیه و تولید مستندهای تبلیغاتی

sepanjstudio 09126935291

Personnage du jour

Molière (Jean-Baptiste Poquelin) Paris, 1622 – 1673

Biographie

Molière est le dramaturge le plus célèbre du XVIIème siècle. Il est né à Paris au 15 janvier 1622 sous le nom Jean-Baptiste Poquelin. Il est connu pour ses œuvres brillantes de théâtre et connu comme la maîtrise théâtrale et l'homme de théâtre.

La vie de Molière semblait toute tracée : il aurait dû exercer le métier de son père, qui est tapissier du Roi. Il fait de bonnes études et commence le droit à Orléans. Cependant son intérêt est ailleurs.
Il fait la connaissance des penseurs libertins comme Gassendi. Il est surtout passionné par le théâtre et va voir de nombreux spectacles. En 1643, il signe un contrat avec la troupe de « L'Illustre théâtre » mais l'entreprise tourne courte faute d'argent. Molière va en prison pour dettes.

Dès sa libération, il part en 1645 avec une troupe itinérante en province et ce pendant plus de treize ans. Il commence alors avec de courtes pièces comme La Jalousie du barbouillé ou une pièce d'une plus grande valeur, Le Dépit amoureux.

B1

En 1658, il regagne Paris et s'assure de hautes protections. Il joue deux pièces devant la cour qui sont fort appréciées. Il prend possession d'un théâtre du Palais-Royal et ne ces cessera d'être jusqu'à sa mort comédien, metteur en scène et dramaturge.

La pièce L'École des femmes (1662) est son premier grand succès. Mais avec la reconnaissance du Roi et celle du public commencent les ennuis avec la critique et certains membres bien- pensants, fort proches de la mère de Louis XIV, Anne d'Autriche. Louis XIV lui assure son succès sans faillir, accepte d'être le parrain de son fils et nomme la troupe de Molière « La troupe du Roi », ce qui lui permet de faire preuve de largesse. La santé de Molière commence à s'altérer et sa jeune femme Armande Béjart
le trompe. Il perd un fils en 1664. Cependant, il continue à écrire. Il est victime d'une hémorragie sur scène, lors de la représentation du Malade imaginaire et meurt quelques heures après, en 1673.

Par : Yeganeh Moradi

Artirani

Persian Handmade

WWW.ARTIRANI.COM

TEL 09122129733

Dix conseils pour profiter de la vie

La vie se déroule si vite que nous avons souvent l'impression de courir avec elle sans pouvoir savourer les moments qu'elle nous offre. Malgré toutes les fois où nous nous disons qu'il faut relaxer, nous retombons dans la routine effrénée et sommes vite dépassés par les événements.
Voici 10 conseils pour être plus heureux et profiter de la vie.

B1

1. Ressaisissez-vous

Si la tristesse survient, c'est que vous accordez peut-être trop d'importance aux événements qui sont hors de votre contrôle. Tentez d'identifier ce que vous pouvez concrètement contrôler en examinant certains aspects de votre vie. Le travail conjugué aux obligations familiales, les relations sociales et votre condition physique sont les principaux éléments sur lesquels vous pouvez agir. Concentrez-vous sur ceux-ci et oubliez ce qui est superflu.

2. Apprenez à respirer

Nous avons appris à respirer dès notre naissance. Ce fut le premier mouvement de notre vie. Il est essentiel de le faire correctement, non seulement dans les moments difficiles et stressants, mais plusieurs fois par jour, lentement et profondément. Ce simple exercice vous procurera la paix et la détente. Ces sentiments sont primordiaux pour affronter les petits désagréments quotidiens. Inscrivez-vous à des cours de yoga, vous y découvrirez de meilleures techniques de respiration.

3. Ne faites pas tout en même temps

Votre quotidien est comme une montagne pleine d'étapes à gravir. Vous paniquez en vous demandant si vous pourrez y arriver. Dressez une liste en établissant vos priorités et cochez-y les éléments au fur et à mesure. Identifiez ce que vous pouvez remettre à plus tard et prévoyez sur cette liste, des instants de repos et de détente. Et surtout, vivez le moment présent !

4. Prenez des risques

La vie devrait être un parcours d'exploration. Ne craignez pas le changement et la variété, ils élargiront votre vision du monde. Il se peut que vous trébuchiez, il faudra alors vous relever pour progresser et vous dépasser. Vous apprendrez ainsi à mieux vous connaître et vous serez fiers de vous. Il s'agit d'une belle récompense à vos efforts.

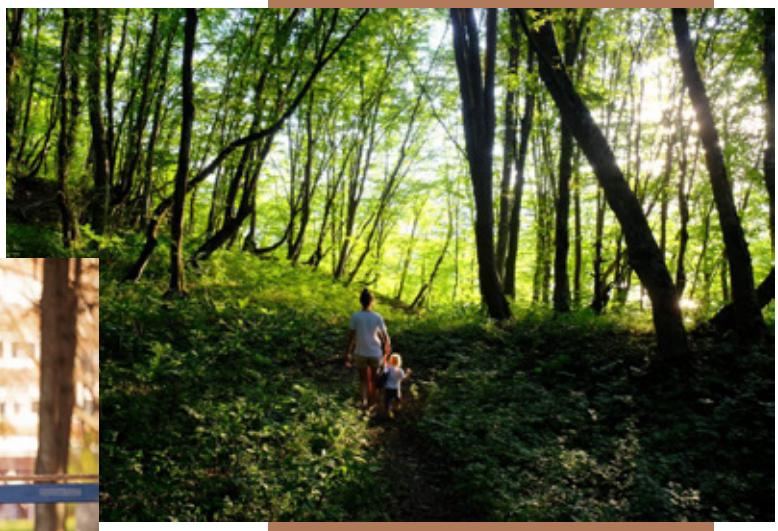
5. Chassez la culpabilité

Le sentiment de culpabilité est un véritable poison de l'existence, surtout celle des femmes. Vous vous sentez coupable dès que vous trouvez plaisir à quelque chose. Vous vous sentez

coupable de n'avoir pas agi correctement ou parfaitement. Bref, la culpabilité est une prison où s'installent la honte et le manque d'estime personnelle. Faites-en sorte de vous libérer de ce faux sentiment qui ne repose sur rien et qui entrave votre vie.

6. Sortez de la maison et prenez l'air

Vous n'êtes pas tenus d'aller jusqu'au bout du monde pour découvrir des merveilles. Sachez explorer ce qu'il y a autour de vous, comme les produits de votre région, la nature qui la distingue des autres. Faites connaissance avec vos voisins et allez visiter vos amis et votre famille.



7. Faites du sport

L'activité physique accomplie régulièrement procure la bonne forme et libère l'hormone du bonheur. Nul besoin de vous inscrire à des cours d'entraînement ou à des sports qui ne vous conviennent pas. La marche est le sport par excellence, car elle est accessible à tous.

Oubliez votre véhicule et enfilez des vêtements confortables et des chaussures convenant pour chaque saison. Adoptez la marche sportive, rapide et soutenue. En hiver, privilégiez les premières heures du jour pour profiter de la lumière. Cette activité toute simple et peu coûteuse redessinera doucement votre silhouette, si elle est pratiquée quotidiennement.

8. Simplifiez-vous la vie

Faites le ménage en éliminant les objets superflus qui traînent et qui fatiguent votre vue depuis plusieurs années. Mener une vie simple représente un bon moyen d'accéder au bonheur et de profiter de la vie sans les petits irritants. Posséder davantage de biens se traduit souvent par avoir davantage de préoccupations.

9. Luttez contre l'ennui

Rire davantage est le meilleur moyen pour contrer l'ennui. Entourez-vous de ceux qui vous font rire. Regardez et lisez des œuvres humoristiques. Jouez des tours gentils à ceux que vous aimez pour les égayer. Ces petits gestes chasseront les pensées nég

10. Créez des occasions festives

Mangez et buvez ce qui vous fait envie, et disons-le, sans excès! Trouvez le temps d'aller au cinéma, de jouer dans la neige avec vos enfants et vos petits-enfants. Organisez des rencontres impromptues et simples, à la dernière minute, dans le but de vous sortir du quotidien. Vous ferez plaisir à vos proches et vous vous ferez du bien. Donner et partager font partie des grandes satisfactions de la vie.

Conclusion

En définitive, les façons de profiter de la vie sont faciles à trouver, à la condition d'ouvrir nos horizons, de ne pas nous laisser anéantir par les soucis et de nous concentrer sur les moments heureux que la vie nous présente.

MILAD INSTITUT

MILAD INSTITUT

انستیتو میلاد برگزار می‌کند؛

ویژه تقویت مکالمه، درک شنیداری و رفع
ایرادات گرامری / مناسب سطح A2 به بالا

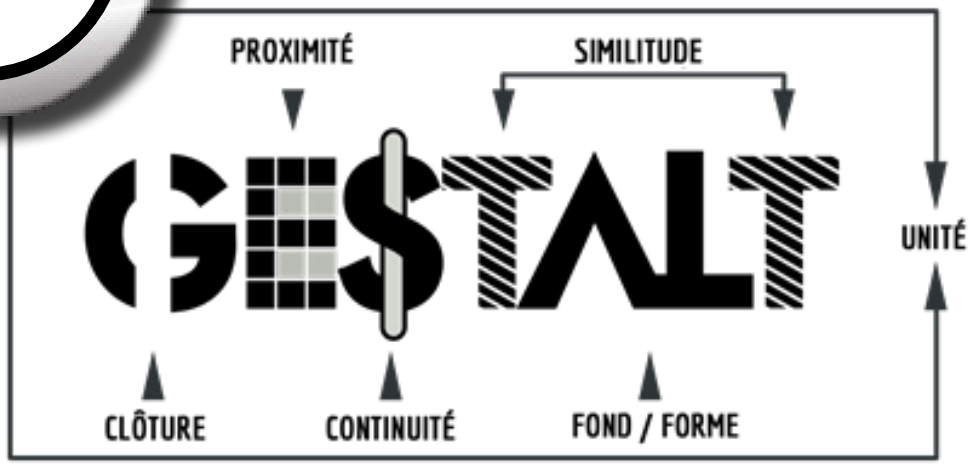
Bonjour Français

دوره
بحث
آزاد

ولیعصر/ بالاتر از ونک/ خ والی‌نژاد
پلاک ۴۲/ طبقه سوم/ واحد۴
تلفن تماس: ۸۸۸۷۷۷۴۲
مدیریت: ۰۹۰۱۳۲۳۹۰۰۸

milad.institut | miladinstitut

La Gestalt Théorie



Abstract:

En allemand, “gestalten” signifie mettre en forme, donner une structure signifiante. Gestalt est un terme complexe qui n’a pas vraiment d’équivalent dans les autres langues.
La théorie de la Gestalt définit les principes de la perception. Elle est originaire d’Allemagne au début du 20ème siècle.
On peut citer parmi ses fondateurs Max Wertheimer (1880-1943), Wolfgang Köhler (1887-1967) et Kurt Koffka (1886-1941), et Christian von Ehrenfels qui théorisa la forme dans l’article « Über Gestaltqualitäten » Cette théorie pose comme principe que le tout est différent de ses composants.
Ses lois soulignent la manière dont nous percevons les formes et leur attribuons un sens. Nous percevons en premier lieu des formes globales et non des détails. Notre cerveau fait une synthèse, un assemblage qui rend l’ensemble compréhensible rapidement.

Mots clés:
La créativité, la Gestalt, Les lois de la gestalt , Max Wertheimer

Introduction

Gestalt est un mot allemand qui signifie “tout”. “La traduction de ce mot en argot est liée au moment où l’on demande à quelqu’un de résumer quelque chose. Avant de pouvoir le faire, il doit être capable de reconnaître, d’examiner ou du moins de s’efforcer d’identifier les parties individuelles dont le tout est composé. Les partisans de l’école de la Gestalt, lorsqu’ils discutent de la personnalité, se réfèrent à ces composants séparés comme des “sous-moi”. Ils croient qu’aux sous-sol souvent en conflit les uns avec les autres.

Par exemple, un subconscient agressif peut toujours être en conflit avec un subconscient passif, et l'un peut empêcher l'autre de se produire. Parce que nous avons tendance à nous comporter comme un « tout », il est parfois déroutant pour nous de constater que nos motivations et nos comportements sont en contradiction avec ce que nous sommes réellement. En d'autres termes, c'est le contraire de ce que nous voulons être. La Gestalt nous enseigne que différentes manières d'agir à différents moments sont parfaitement légitimes et naturelles. Elle nous enseigne aussi qu'il faut toujours connaître les composantes d'un « tout ». (Schalkras, 2015 : 84).
Du point de vue de la Gestalt, la pensée créative est basée sur le totalitarisme. Le totalitarisme explique les phénomènes à partir de leurs caractéristiques générales. La Gestalt fait référence à la perception générale et organisée d'un phénomène. Les psychologues de la Gestalt mettent l'accent sur le rôle de la perception dans la créativité. Ils voient la créativité comme un processus de résolution de problèmes et la résolution de problèmes comme une question de perception. Les psychologues de la Gestalt n'utilisent pas le terme créativité et utilisent le terme résolution de problèmes au lieu de pensée créative. (Islami et Shapoorian, 2013, 117). De ce point de vue, la créativité est un phénomène purement cognitif et perceptif.

LES LOIS ET PRINCIPES DE LA GESTALT

Bonne forme : c'est la loi principale dont les autres découlent. Un ensemble de parties informes, comme des groupements aléatoires de points, tend à être perçu de prime abord comme une forme globale. Cette forme se veut simple, symétrique, stable.

Bonne continuité : des points rapprochés tendent à représenter des formes que nous percevons dans une continuité, comme des prolongements les uns par rapport aux autres. (Par exemple : une ligne composée de points juxtaposés)

Proximité : lorsque nous regardons des formes, nous regroupons les points d'abord les plus proches les uns des autres.

Similitude : si la distance ne permet pas de regrouper les points, nous nous attacherons ensuite à repérer les plus similaires entre eux pour percevoir une forme globale.

Destin commun : des parties en mouvement ayant la même trajectoire sont perçues comme faisant partie de la même forme.

Clôture : une forme fermée est plus facilement identifiée comme une figure (ou comme une forme) qu'une forme ouverte.

Symétrie : la symétrie rassure et les éléments symétriques d'une composition sont associés en un tout cohérent et signifiant.

Simplicité : les formes simples sont plus facilement comprises et sont plus rapidement interprétées que les formes complexes.

LES PRINCIPES

La Gestalt présente quatre principes de base qui gouvernent notre perception visuelle.

ÉMERGENCE

L'identification d'un objet se fait par comparaison avec des formes qui nous sont familières.

RÉIFICATION

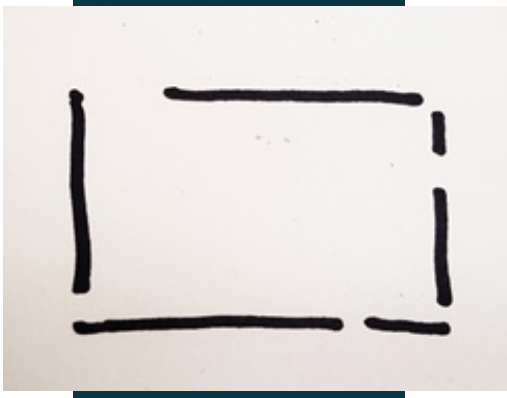
L'esprit comble le vide des éléments manquants pour reconstituer un tout.

MULTISTABILITÉ

L'œil identifie un tout ou un autre tout. Jamais les deux à la fois.

INVARIANCE

Un objet déformé, mis en perspective, changé d'échelle ou même changé de style sera reconnaissable et identifié



comme le même objet. Cette invariance peut nous tromper et donner lieu à des illusions d'optique.

Les théories de base de l'école sur la créativité ont été avancées par le psychologue d'origine hongroise Max Wertheimer (1880-1943). Il considère la créativité comme le processus de destruction d'une perception générale afin d'obtenir une meilleure perception générale et estime que la réflexion sur la résolution de problèmes doit avoir une forme générale, c'est-à-dire que la situation doit être considérée comme un tout. L'ensemble du problème doit prévaloir sur ses composantes et les différents aspects du problème doivent être présentés en relation avec la structure globale de la situation.

Wertheimer conseille d'avoir un esprit ouvert et sans préjugés pour être créatif, ne pas être contraint par les habitudes, éviter le travail à la machine, prêter attention au problème dans son ensemble et relier la structure et la forme du problème à la méditation. . Selon lui, les méthodes d'enseignement traditionnelles, qui reposent sur la répétition et la rétention de contenus, conduisent à des comportements mécaniques qui ne seront pas naturellement productifs. Inversement, lorsqu'on comprend l'essence du problème, on peut l'appliquer à d'autres situations, et c'est la seule façon de penser de façon créative.

Les psychologues de la Gestalt font la distinction entre les méthodes de résolution de problèmes par essais et erreurs et la résolution de problèmes par la perspicacité. Dans la méthode par essais et erreurs, nous appliquons nos connaissances et nos essais et erreurs jusqu'à ce que le problème soit finalement résolu.

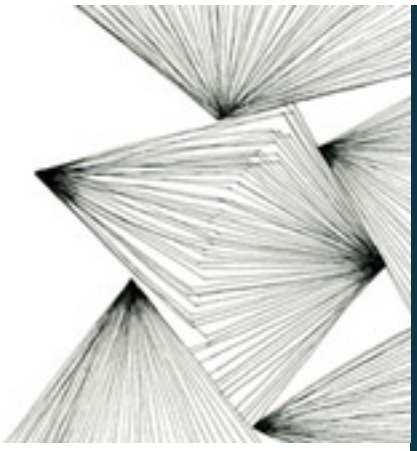
En revanche, dans la méthode de l'insight, une solution soudaine à un nouveau problème peut être obtenue sans essai ni erreur.

Et il s'agit d'une solution soudaine indépendante des connaissances et de l'expérience antérieures des individus, et il est possible que si une personne s'appuie sur des expériences passées, ces expériences entravent sa pensée créative.

Conclusion :

Vous connaissez tous cette situation : lors d'une balade dans la nature, vous croisez un rocher d'une forme particulière. Immédiatement, vous voyez apparaître quelque chose de compréhensible intellectuellement. Une forme émerge, signifiante : un visage, un animal, un objet… Cette volonté du cerveau de trouver une forme intelligible, compréhensible, figurative dans un stimulus visuel informe, se nomme la paréidolie. Lorsque vous cherchez des formes dans les nuages, c'est exactement de cela dont il s'agit. Cela illustre assez justement la vision Gestaltiste de notre perception. Il est assez frappant de constater que nous « recherchons » de façon presque systématique des formes appartement au monde du vivant (visages, animaux, personnage). Cela pourrait s'expliquer par le fait que nous sommes nourris par nos expériences passées poussant notre esprit à faire figurer ce qui nous est le plus familier.

Les psychologues de la Gestalt font la distinction entre une façon de



penser qui utilise les expériences passées pour résoudre des problèmes et une façon créative qui utilise des choses complètement nouvelles indépendamment des expériences passées. Ils croient que se concentrer sur les expériences passées dans la résolution de problèmes peut empêcher de trouver des solutions créatives.

Exemple

À lire

L'Association des poètes morts

L'Association des poètes morts (1989) est un film réalisé par Peter Weir basé sur le roman du même nom, dépeignant les pensées, les idées et les méthodes d'un enseignant créatif et différent. Neil, Todd, Knox, Steven et Gérard sont des étudiants de première année au Walton Collège.

Neil et Todd sont sous la stricte surveillance de leur famille, qui insiste pour que leurs fils deviennent médecins et avocats, mais Todd veut devenir écrivain. Au début de la nouvelle année scolaire, le professeur de littérature anglaise change et une personne nommée John Keating remplace l'ancien professeur.

La méthode d'enseignement de Keating est complètement différente de celle à laquelle les étudiants précédents étaient habitués. Il a un nouveau regard sur la littérature et demande aux élèves de porter un nouveau regard sur les choses, etc. Au cours du film, on voit quelques exemples de techniques créatives que M.professeur pratique avec les élèves. Lors de la première séance du cours, demandez aux élèves de chérir la queue et de se rappeler que la vie est courte et éphémère. Lors de la première séance, la lecture de poésie demande également aux enfants de déchirer l'introduction mécanique et de jeter le manuel. Encore une fois, il demande aux enfants de se mettre debout sur les tables et de regarder autour d'eux sous un autre angle, leur apprenant ainsi que pour avoir un regard différent, il faut changer d'angle de vue. Dans un autre exercice, marcher dans la cour du collège, il demande aux enfants d'arrêter de marcher en groupe et de trouver leur propre marche personnelle.

Cependant, au final, le système éducatif fermé et les parents traditionnels ne tolèrent pas les idées et les méthodes du professeur créatif et le forcent à quitter le collège, les élèves ont accepté ses enseignements et changé leur vision de la vie et de l'éducation.

Par : Sara Noori

دوره
مجازی

MILAD INSTITUT

انستیتو میلاد برگزار می کند؛

دوره مجازی آموزش **زبان فرانسه** در همه ی سطوح
از طریق تماس تصویری
به صورت خصوصی
از هر نقطه دنیا

تماس: ۸۸۸۷۷۷۴۲ / ۰۹۰۱۳۲۳۹۰۰۸

miladinstitut | milad.institut

MILAD INSTITUT

Cuisine Santéli

Ash Reshteh

Ingrédients :

- 400 g de Kashk
- 150 g de pois chiches secs
- 150 g haricots Pinto secs
- 200 g de lentilles
- 1 kilo de herbes (des épinards, de la coriandre, du persil, de la ciboulette, de la menthe)
- 600 g de nouilles iraniennes (Reshteh)
- 200 g d'oignon frit
- 150g d'ail frit
- 4 cuillères à soupe de menthe séchée
- Un peu de sel, de poivre, de Safran, de curcuma

A2

1. La veille, mettez à tremper les haricots sauf les lentilles dans un grand bol d'eau et laissez tremper 24 h en échangeant l'eau deux ou trois fois

2. Égouttez les haricots et placez dans une grande marmite avec 1,5 litre d'eau et une partie de l'ail et l'oignon frit. Faites cuire jusqu'à ce que les haricots soient tendres.

3. Ajoutez les lentilles et après une demie heure ajoutez les herbes. Mélangez-les bien. Versez un peu d'eau si besoin pour que les légumes soient couverts et laissez mijoter encore une heure

4. Ajoutez les nouilles en les cassant en deux. Mélangez délicatement les nouilles pour bien les séparer et faites encore cuire une trentaine de minutes en mélangeant de temps en temps

5. Faites chauffer un peu d'huile végétale dans une petite poêle, ajoutez la menthe séchée et le curcuma. Mélangez environ 20 secondes. Elle doit noircir sans brûler. Ajoutez dans la marmite et gardez le reste pour servir

6. Préparez le kashk en diluant avec de l'eau. Versez la moitié dans la marmite et gardez le reste pour servir

7. Enfin, ajoutez une pincée de sel et de poivre

8. Dans un grand bol, Versez Ash Reshteh et servez avec le kashk, l'oignon et l'ail frit, la menthe frite et un peu de Safran

Par : Elham Nourkeyhani

Remarque

Dans cette rubrique, nous publions des articles envoyés par nos lecteurs. Nous essayons donc de ne pas manipuler le texte

Pourquoi est-ce que les gens sont intéressés à apprendre une nouvelle langue de nos jours ? Et quels sont les avantages d'apprendre une nouvelle langue ?

Il y a toujours différentes raisons d'apprendre une nouvelle langue, car tout le monde commence à apprendre en fonction du besoin d'une langue particulière ou d'un intérêt personnel. Personnellement, j'ai toujours été intéressée par l'apprentissage de différentes langues, et dans cet article, j'ai essayé de résumer certaines des raisons d'apprendre une nouvelle langue en me basant sur mes expériences personnelles et mes études successives dans ce domaine.

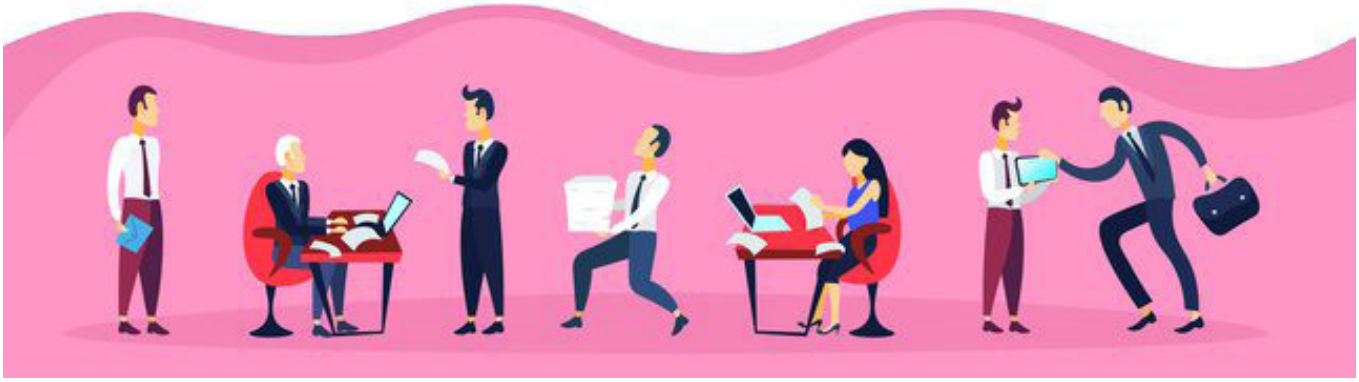
1- Communication pratique et rapide avec les gens du monde et connaissance de nouvelles cultures :

Avec les progrès de la technologie et la diffusion des médias sociaux, les gens du monde entier sont devenus beaucoup plus à l'aise pour communiquer entre eux, ils peuvent communiquer et échanger des informations sur de longues distances, quel que soit leur emplacement sur terre ou même quel que soit le moment. Ainsi, les gens essaient également de communiquer facilement avec d'autres personnes dans différentes parties du monde en apprenant une nouvelle langue ou des langues internationales (telles que l'anglais, le français, l'espagnol, le russe, l'arabe et le chinois) afin de découvrir de nouvelles cultures intéressantes.

2- Apprendre une langue étrangère augmente le statut individuel et social de la personne :

Comme vous le savez, l'apprentissage d'une langue étrangère améliore votre position personnelle et sociale, car vous pouvez rencontrer des personnes prospères et alphabétisées ou même des entreprises internationales prospères dans votre domaine grâce à vos amis étrangers ou à votre carrière et au chemin de votre vie vers le progrès

et l'amélioration, Et tout le monde vous connaît comme une personne qui peut parler une ou plusieurs nouvelles langues et vous pouvez lire et apprendre du matériel et des informations scientifiques nouveaux et anciens dans cette ou ces langues. Bien sûr, tout ce que j'ai dit dépend de vos efforts et de vos envies, car apprendre une langue sans but et sans intérêt ne vous apportera aucun bénéfice particulier.



3-Cela augmente les opportunités de travail :

Connaître une nouvelle langue est toujours un point positif, surtout ces dernières années, lorsque l'apprentissage d'une langue via les médias sociaux et Internet est devenu important, donc connaître une nouvelle langue lors de l'embauche et de la recherche d'un emploi vous différenciera et vous aidera. De nombreuses entreprises, telles que des agences de voyages ou des hôtels, accueillent des employés qui connaissent une nouvelle langue, ou vous pouvez même travailler dans des entreprises et des marques internationales en raison de votre professionnalisme et de votre connaissance de la nouvelle langue.

4-Possibilité de trouver des amis étrangers :

Comme je l'ai dit, en raison du développement d'Internet et des médias sociaux, et malgré les programmes et sites de rencontres, vous pouvez facilement communiquer avec des personnes de différents pays à l'aide de la ou des langues que vous connaissez, quels que soient l'heure et le lieu. Faites-vous des amis avec eux et échangez des informations. Je pense que cela peut être très intéressant et excitant que vous ayez des amis de différents pays.

5-Voyager plus facilement dans le monde :

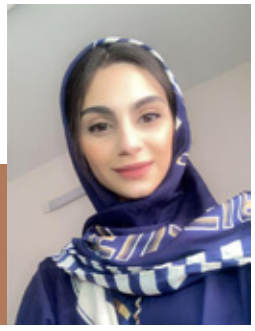
Selon la langue que vous connaissez, vous pouvez voyager dans différentes parties du monde, en particulier dans des pays où les gens parlent une langue que vous connaissez, et cela peut rendre votre voyage beaucoup plus facile et plus excitant car en plus de vous amuser et de visiter des sites historiques et lieux de loisirs, vous pouvez également parler aux populations locales et vous familiariser avec leurs coutumes et obtenir de très bonnes informations de leur part et profiter de votre voyage.

6-Augmenter la confiance en soi :

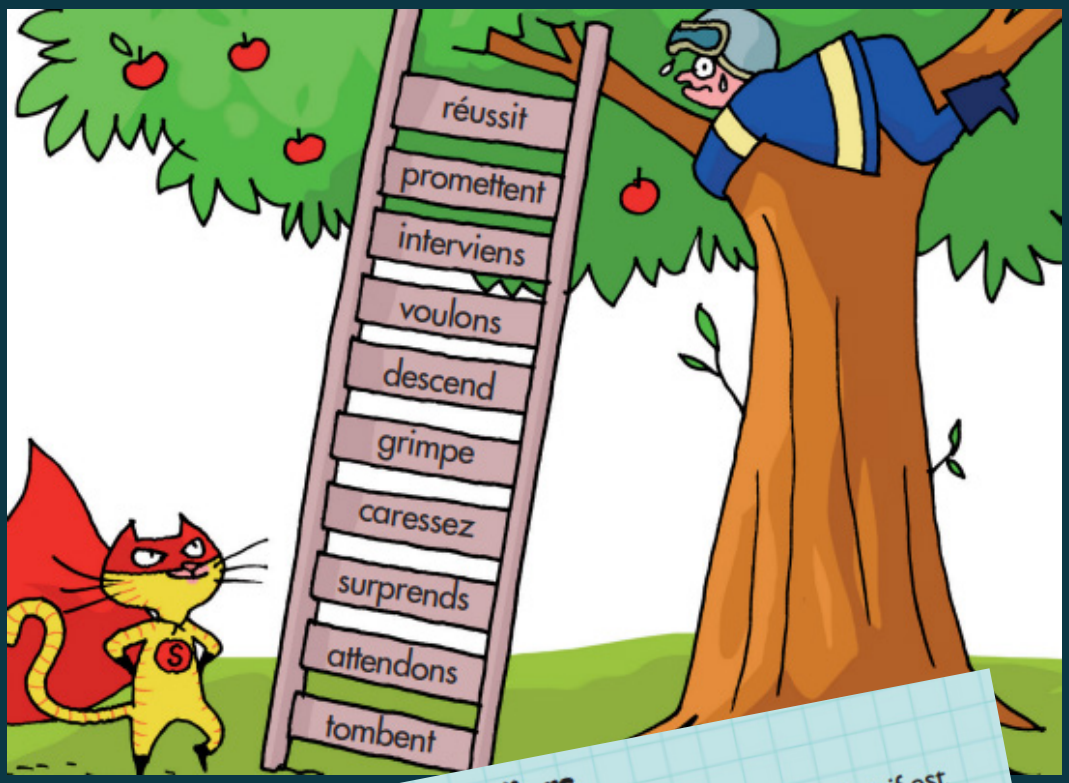
J'ai lu beaucoup d'articles et de recherches sur l'augmentation de la confiance en soi, dont presque tous disaient que lorsque vous relevez un défi avec ses hauts et ses bas, ses difficultés et sa facilité, vous ressentirez le succès et la satisfaction, ce qui augmente votre confiance en vous. Apprendre une nouvelle langue peut toujours être un nouveau défi dans votre vie parce que lorsque vous apprenez une langue, vous essayez de surmonter le stress, la peur et la détermination du courage d'essayer de parler cette nouvelle langue et de cette façon vous vous défiez et en apprenant de vos erreurs et reconnaissant des faiblesses, vous essayez de progresser dans cette voie, et au final, si vous réussissez, vous vous sentirez satisfait et fier de vous, et cela augmentera votre confiance en vous.

PS : L'une des raisons pour lesquelles mon intérêt pour l'apprentissage de différentes langues a augmenté est que j'ai toujours voulu lire des livres dans la langue d'origine et les lire et les comprendre dans la même langue dans laquelle ils ont été écrits. Les avantages et l'importance de l'apprentissage des langues étrangères sont indépendantes de l'âge, vous pouvez donc commencer à apprendre une nouvelle langue en fonction de vos intérêts, à tout moment et n'importe où, et sachez qu'il n'est jamais trop tard pour réussir.

Par : Reyhaneh Kalateh Aghamohammadi



Aide Max le super matou à faire descendre le pauvre pompier. Attention, il ne doit sauter que sur les barreaux qui comportent un verbe irrégulier conjugué au présent. Entoure-les, puis invente une phrase au présent qui contient au moins deux de ces verbes.



Le présent des verbes irréguliers

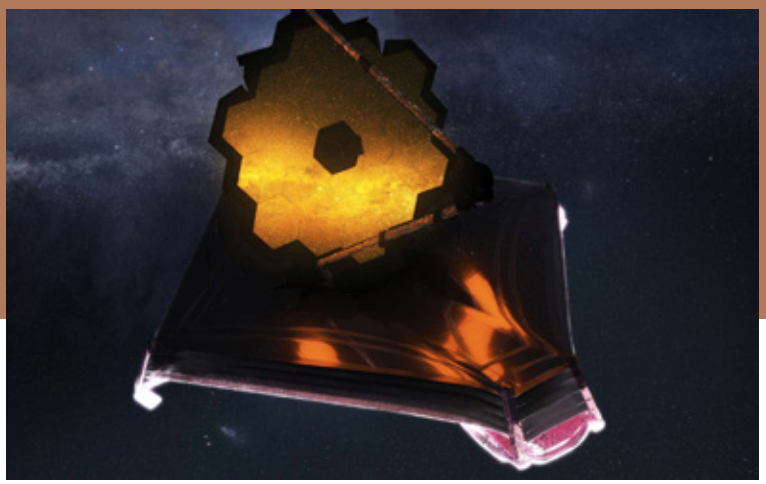
Certains verbes sont **irréguliers** et leur conjugaison au présent de l'indicatif est variable.

- Verbes en -dre comme prendre : je prends, tu prends, il prend
- Verbes en -oir comme pouvoir : je peux, tu peux, il peut
- Verbes en -eindre comme peindre : je peins, tu peins, il peint
- Verbe en -tir comme sentir : je sens, tu sens, il sent
- Autres verbes : vous dites, vous faites, ils vont…

A1

Le télescope spatial Webb livre ses premières images d'une étoile de la Grande Ourse

L'actu



Le télescope spatial James Webb (Nasa) est arrivé à destination, au point dit de Lagrange 2, le 24 janvier dernier. Et il est désormais presque prêt à se tourner vers sa toute première cible. Une étoile située dans la constellation de la Grande Ourse.

Cette fois ça y est. Les quatre instruments principaux du télescope spatial James Webb (JWST, Nasa) sont en train d'être mis sous tension. Et le télescope sera bientôt prêt à se tourner vers sa toute première cible : une étoile baptisée HD 84406. Une étoile de la Grande Ourse, semblable à notre Soleil et située à quelque 260 années-lumière de la Terre. Avec sa magnitude d'environ 6,7, elle n'est pas visible à l'œil nu.

Les images de cette étoile seront prises par la caméra infrarouge proche du JWST (NIRCam). Elles ne serviront pas directement à des fins scientifiques. Mais l'étoile constitue une cible idéale pour aider les ingénieurs à aligner les 18 segments dorés du miroir principal de plus de 6 mètres de large du télescope spatial James Webb. Leur objectif : réussir à former une image nette à partir des 18 images floues que chaque segment devrait d'abord renvoyer.

Le télescope spatial James Webb (Nasa) est arrivé à destination, au point dit de Lagrange 2, le 24 janvier dernier. Et il est désormais presque prêt à se tourner vers sa toute première cible. Une étoile située dans la constellation de la Grande Ourse.

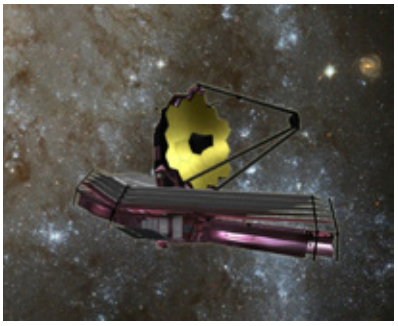
B1

Cette fois ça y est. Les quatre instruments principaux du télescope spatial James Webb (JWST, Nasa) sont en train d'être mis sous tension. Et le télescope sera bientôt prêt à se tourner vers sa toute première cible : une étoile baptisée HD 84406. Une étoile de la Grande Ourse, semblable à notre Soleil et située à quelque 260 années-lumière de la Terre. Avec sa magnitude d'environ 6,7, elle n'est pas visible à l'œil nu.

Les images de cette étoile seront prises par la caméra infrarouge proche du JWST (NIRCam). Elles ne serviront pas directement à des fins scientifiques. Mais l'étoile constitue une cible idéale pour aider les ingénieurs à aligner les 18 segments dorés du miroir principal de plus de 6 mètres de large du télescope spatial James Webb. Leur objectif : réussir à former une image nette à partir des 18 images floues que chaque segment devrait d'abord renvoyer.

Encore beaucoup de réglages à faire Ces ajustements devraient se poursuivre jusqu'à la fin du mois d'avril. Et ils sont jugés comme cruciaux. Si la NIRCam devait échouer dans cette mission, les ingénieurs perdraient toute chance d'aligner le miroir du JWST.

Des dires des scientifiques de la Nasa, HD 84406 apparait comme « une cible parfaite pour commencer notre recherche de photons ». En revanche, une fois que le JWST sera complètement opérationnel -- pas avant le mois de juin prochain, car il faudra notamment encore des semaines avant que ses instruments atteignent leur température de fonctionnement --, l'étoile de la Grande Ourse deviendra trop brillante pour être étudiée par le puissant instrument.



Votre horoscope du mois de février est là !

Le 1er février s'ouvre avec une nouvelle lune électrique en Verseau. Cette lunaison nous ramène aux aspects de Saturne et Uranus de 2021 qui se sont produits le 17 février, le 14 juin et le 24 décembre. C'est le moment de faire ou de défaire toutes les situations pour lesquelles nous avons des doutes.

Mercure termine son voyage rétrograde qui a commencé le 14 janvier le 3 février, permettant à toutes les communications, voyages et informations de circuler. Le problème, c'est que Mercure sera dans sa zone d'ombre post-rétrograde jusqu'au 23 février, ce qui peut encore rendre les choses bizarres. Mercure rentre en Verseau le 14 février, ce qui nous ramène au début de l'année 2022, lorsque la planète trompeuse est entrée pour la

première fois dans le signe d'air. Il s'agit de la deuxième phase de cette histoire Pluton métamorphique se connecte aux nœuds lunaires le 14, faisant de la Saint-Valentin un moment où les partenaires et les relations peuvent évoluer. Pendant ce temps, la pleine lune en Lion du 16 nous incite à nous engager et à trouver du réconfort dans ce que nous aimons.

La seconde moitié du mois nous demande de nous plonger dans nos émotions : l'expansif Jupiter en Poissons et le vivifiant Uranus en Taureau s'harmonisent le 17 février, apportant de nouvelles perspectives étonnantes et excitantes. Puis, le 18, le Soleil entre en Poissons, renforçant notre intuition et nos émotions pour les 30 prochains jours. Le mois de février se termine en beauté avec le retour très attendu de Pluton, qui a le potentiel de transformer complètement les choses.

Bonjour Français