

جزوه جامع طراحی نشریات

دانشجویی (ویژه ی دانشجویان دانشگاه های علوم پزشکی)

چشمواره منطقه ای
هم آوایی زاگرس و کارون

معاونت فرهنگی و دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی
آبادان با همکاری دانشگاههای علوم پزشکی منطقه ۴

مدرس:
یسرا علوان نصاری



بِسْمِ اللَّهِ
الرَّحْمَنِ
الرَّحِيمِ

مقدمه

این جزوه به عنوان مکمل تدریس کلاسی، تمام نکات کاربردی لازم برای طراحی و صفحه آرایی نشریات دانشجویی دانشگاه های علوم پزشکی را در یک منبع واحد گردآوری کرده است. هدف آن است که دانشجوی پس از مطالعه این جزوه و انجام تمرین های آن، بتواند:

✓ نشریه حرفه ای را از آماتور تشخیص دهد و معیارهای ارزیابی آن را بداند.

✓ اصول بنیادین صفحه آرایی شامل گرید، حاشیه، ستون بندی و فضای سفید را درک کرده و اجرا کند.

✓ تایپوگرافی فارسی را به درستی در نشریه به کار گیرد.

✓ رنگ، تصویر، جدول و نمودار را متناسب با موضوع علوم پزشکی طراحی کند.

✓ از هوش مصنوعی به صورت اخلاقی و کارآمد در فرآیند تولید نشریه استفاده کند.

✓ نشریه دانشجویی را به یک محصول چندرسانه ای تبدیل کند.

✓ فرآیند عملی تولید یک شماره نشریه را از صفر تا چاپ مدیریت کند.

۱-۱. نشریه خوب چه شکلی است؟

۱. خوانایی بالا (Readability):

متن با فونتی خوانا، فاصله خط مناسب، طول خط کنترل شده و در ستون‌هایی تنظیم شده که چشم خواننده خسته نمی‌کند. خوانایی یعنی خواننده می‌تواند متن را به راحتی و با سرعت مناسب بخواند، بدون آنکه مجبور شود به شکل کلمات فکر کند.

۲. سلسله‌مراتب بصری روشن (Visual Hierarchy):

خواننده با یک نگاه می‌فهمد کدام عنصر مهم‌تر است: تیتر اصلی، زیرتیتر، متن بدنه، کپشن تصویر یا نقل قول. این سلسله‌مراتب با تفاوت اندازه، وزن فونت، رنگ و فاصله ایجاد می‌شود.

۳. یکپارچگی بصری (Visual Consistency):

تمام صفحات نشریه از یک سیستم طراحی واحد پیروی می‌کنند: همان گرید، همان فونت‌ها، همان پالت رنگی، همان سبک تیترگذاری. یک نشریه خوب شبیه یک آلبوم عکس بی‌نظم نیست؛ شبیه یک ساختمان منسجم است که همه اتاق‌هایش از یک معماری واحد پیروی می‌کنند.

۴. استفاده هوشمندانه از فضای سفید:

نشریه خوب پر نیست. فضای سفید در آن جا افتاده است، نه بر اثر تنبلی، بلکه با طراحی آگاهانه. فضای سفید به متن نفس می‌دهد، عناصر را از هم تفکیک می‌کند و چشم را راهنمایی می‌کند.

۵. تناسب فرم و محتوا:

طراحی نشریه با محتوای آن هم‌خوان است. یک نشریه علمی-پزشکی نباید شبیه یک مجله سبک زندگی طراحی شود. لحن بصری باید با لحن محتوایی مطابقت داشته باشد.

۱-۲. تفاوت نشریه حرفه‌ای و آماتور

تفاوت نشریه حرفه‌ای و آماتور غالباً نه در ابزار، بلکه در توجه به جزئیات است. نشریه‌ای که با نرم‌افزار حرفه‌ای ساخته شده اما اصول طراحی در آن رعایت نشده باشد، همچنان آماتور است. در مقابل، نشریه‌ای که با ابزار محدود اما با آگاهی طراحی شده، می‌تواند حرفه‌ای به نظر برسد.

شاخص	نشریه حرفه‌ای	نشریه غیر حرفه‌ای
گرید	سیستم منظم و پیوسته	بدون گرید مشخص یا گرید ناپایدار
تایپوگرافی	۲-۳ فونت با سلسله‌مراتب روشن	چندین فونت بدون هماهنگی
رنگ	پالت محدود و هدفمند	رنگ‌های متنوع بدون منطق
تصویر	کیفیت بالا، نسبت ابعاد یکدست	کیفیت پایین، ابعاد نامنظم
ترازبندی	خطوط تراز مشخص و پیوسته	تراز نامنظم و کج
فضای سفید	آگاهانه و کنترل شده	یا بسیار کم یا بی‌هدف
تیترها	سلسله‌مراتب روشن	تیترها از نظر بصری هم‌اندازه
شماره صفحات	حضور منظم و در جای ثابت	گاه وجود دارد، گاه نه
جلد	طراحی شده با هویت مشخص	پیر از متن و تصویر بدون تمرکز
شناسنامه	کامل و در جای مشخص	ناقص یا جا افتاده در گوشه‌ای

۱-۳. اشتباهات رایج در نشریات دانشجویی

بسیاری از نشریات دانشجویی، فارغ از موضوع و دانشگاه، اشتباهات مشابهی دارند که شناخت آن‌ها اولین گام به سوی حرفه‌ای شدن است:

۱. تراکم بیش از حد:

دانشجویان فکر می‌کنند هرچه متن بیشتر و تصویر بیشتر، نشریه غنی‌تر است. نتیجه: صفحاتی شلوغ و خسته‌کننده که خواننده فرار می‌کند. المان‌های کمتر گاهی بهتر است.

۲. فونت‌های متنوع:

استفاده از ۵-۶ فونت مختلف در یک نشریه یکی از شایع‌ترین اشتباهات است. هر فونت شخصیتی دارد و استفاده از فونت‌های زیاد، شخصیت نشریه را خنثی می‌کند.

۳. نبود سیستم رنگ:

استفاده از رنگ‌های تصادفی بدون پالت رنگی مشخص. هر صفحه رنگ‌بندی متفاوتی دارد و نشریه شبیه مجموعه‌ای از صفحات نامرتب می‌شود.

۴. ترازبندی نامنظم:

متن‌ها، تصاویر و تیترها نسبت به یکدیگر و نسبت به حاشیه‌ها تراز نیستند. این موضوع، ناخودآگاه حس بی‌نظمی به خواننده منتقل می‌کند.

۵. تصاویر بی‌کیفیت:

استفاده از تصاویر کم‌وضوح، واترمارک‌دار، یا کشیده‌شده (با نسبت ابعاد تغییر یافته) یکی از نشانه‌های قطعی غیر حرفه‌ای بودن است.

۶. تکرار بدون تنوع:

همه صفحات شبیه هم هستند بدون آنکه محتوای متفاوت، طراحی متفاوت بخواهد. یا برعکس، همه صفحات کاملاً متفاوت اند بدون آنکه رشته‌ای وحدت بخش آن‌ها را به هم وصل کند.

۷. نادیده گرفتن جریان خوانش (Reading Flow):

خواننده از کجا شروع می‌کند، کجا می‌رود و کجا تمام می‌کند؟ اگر جریان خوانش نامشخص باشد، خواننده گم می‌شود.

۸. کپشن‌های ناقص یا نامناسب:

تصویری چاپ می‌شود بدون آنکه خواننده بداند چه ارتباطی با متن دارد، چه کسی آن را گرفته، یا چه چیزی را نشان می‌دهد.

۹. غفلت از صفحه آخر:

بسیاری از نشریات دانشجویی صفحه آخرشان نیمه تمام، خالی یا شامل یک تصویر بی‌ربط است. صفحه آخر جای خداحافظی است؛ باید ظرافت داشته باشد.

۱۰. نبود شناسنامه:

شناسنامه نشریه (شامل نام، شماره، تاریخ، هیئت تحریریه، صاحب امتیاز، مدیرمسئول و...) گاه فراموش می‌شود یا در جای نامناسبی قرار می‌گیرد.

۴-۱. اصول ساده زیبایی شناسی

زیبایی شناسی در صفحه آرایي به معنای تزئین نیست؛ به معنای ایجاد نظم است که خواننده از تعامل با آن لذت می برد. پنج اصل ساده اما بنیادین:

۱. سادگی (Simplicity):

هرچه عنصر کمتر، تأثیر بیشتر. هر عنصر اضافی - خط تزئینی، آیکون بی ربط، رنگ اضافی - از پیام اصلی توجه را منحرف می کند. پیش از افزودن هر عنصر پرسید: «این عنصر چه وظیفه ای دارد؟» اگر پاسخ نداشت، حذف کنید.

✓ مدل مطلوب (سادگی)



✗ مدل نامطلوب (پیچیدگی)



۴-۱. اصول ساده زیبایی‌شناسی

زیبایی‌شناسی در صفحه‌آرایی به معنای تزئین نیست؛ به معنای ایجاد نظم است که خواننده از تعامل با آن لذت می‌برد. پنج اصل ساده اما بنیادین:

۲. نظم (Order):

چشم انسان به دنبال الگو می‌گردد. وقتی عناصر بر اساس یک سیستم منظم قرار می‌گیرند، چشم آرام می‌گیرد و ذهن می‌تواند به محتوا تمرکز کند. نظم یعنی هر عنصر در جای خود است.

۳. تناسب (Proportion):

نسبت‌ها در طراحی مانند ریتم در موسیقی است. تناسب بین متن و فضای سفید، بین تیتر و متن، بین تصویر و ستون‌های متن، همه نسبتی هستند که حس زیبایی‌شناختی ایجاد می‌کنند. نسبت طلایی (Golden Ratio) و سیستم‌های پیمایش (Modular Scale) ابزارهایی برای ایجاد تناسب آگاهانه هستند.

۴. تضاد (Contrast):

تفاوت‌گذاری آگاهانه: بزرگ-کوچک، پررنگ-کمرنگ، تیره-روشن، رنگی-بی‌رنگ. تضاد به چشم می‌گوید کجا نگاه کند. بدون تضاد، همه چیز هم‌سطح می‌شود و هیچ چیز برجسته نمی‌ماند.

۵. ریتم (Rhythm):

تکرار آگاهانه عناصر - فاصله بین تیترها، اندازه تصاویر، سبک نقل قول ها - ریتمی ایجاد می‌کند که نشریه را منسجم می‌کند. ریتم در طراحی مانند ضرب‌آهنگ در موسیقی است: تغییرات آن انتظار خواننده را هدایت می‌کند.

۰-۲. فرآیند عملی تولید یک شماره نشریه

پیش از ورود به جزئیات طراحی، بد نیست با فرآیند کامل تولید یک شماره نشریه از صفر تا چاپ آشنا بشویم. این فرآیند در نه مرحله انجام می شود:

مرحله ۱: انتخاب موضوع و جلسه تحریریه
هیئت تحریریه دور هم جمع می شوند و موضوع اصلی شماره را انتخاب می کنند. در این جلسه، موضوعات پیشنهادی بررسی، اولویت بندی و نهایی می شوند. خروجی: یک موضوع اصلی + فهرست مقالات و بخش ها.

مرحله ۲: نقشه صفحات (Flatplan)
قبل از نوشتن یک کلمه، یک نقشه صفحات طراحی کنید. روی یک کاغذ، تمام صفحات نشریه را از جلد تا صفحه آخر رسم کنید و برای هر صفحه بنویسید چه محتوایی قرار می گیرد. این نقشه کمک می کند:

- ✓ توازن محتوا در نشریه حفظ شود
- ✓ صفحات خالی یا تراکم بیش از حد پیش گیری شود
- ✓ جریان خوانش منطقی باشد
- ✓ زمان صفحه آرایی کاهش یابد

مرحله ۳: جمع آوری محتوا
نویسندگان مقالات خود را می نویسند. عکس ها و تصاویر جمع آوری می شوند. مصاحبه ها انجام می شوند. در این مرحله، کیفیت محتوا مهم تر از کمیت است.

مرحله ۴: ویرایش محتوایی

سردبیر و ویراستار، مقالات را از نظر محتوایی بررسی می‌کنند: دقت علمی، انسجام، لحن، و ساختار. مقالات بازنگری می‌شوند تا اصلاح شوند یا در صورت لزوم رد می‌شوند.

مرحله ۵: ویرایش زبانی و غلط‌گیری

ویراستار زبانی، مقالات تأییدشده را از نظر غلط‌گیری، دستور زبان، و روانی بازبینی می‌کند. در این مرحله تیتورها نیز نهایی می‌شوند.

مرحله ۶: صفحه‌آرایی

صفحه‌آرا، محتوا را بر اساس گرید و سیستم طراحی نشریه در صفحات قرار می‌دهد. این مرحله با نرم‌افزار صفحه‌آرایی و طراحی (مانند InDesign یا Scribus) انجام می‌شود.

مرحله ۷: بازبینی علمی و اخلاقی

یک نسخه اولیه چاپ می‌شود و توسط هیئت تحریریه بررسی می‌شود. دقت علمی، منابع، تصاویر، و ملاحظات اخلاقی کنترل می‌شوند.

مرحله ۸: اصلاحات و Preflight

اصلاحات نهایی اعمال می‌شود. فایل برای چاپ آماده می‌شود: بررسی CMYK، فونت‌های Embed شده، حاشیه برش (Bleed)، رزولوشن تصاویر، و یکدستی صفحات.

مرحله ۹: چاپ و انتشار

نمونه پیش‌چاپ (Proof) نهایی بررسی می‌شود. پس از تأیید، چاپ انجام می‌شود. نسخه دیجیتال نیز آماده و در پلتفرم‌های مکمل منتشر می‌شود.

۱-۲. تفاوت نشریه دانشجویی علوم پزشکی با نشریات عمومی

نشریه دانشجویی علوم پزشکی با نشریات عمومی دانشجویی تفاوت‌های مهمی دارد که ناشی از ماهیت محتوا و مخاطب آن است:

۱. دقت علمی برتر:

در نشریه علوم پزشکی، دقت علمی محتوا حیاتی است. یک خطای علمی در نشریه پزشکی می‌تواند به اشتباه فهم عمومی درباره بیماری، درمان یا بهداشت منجر شود. بنابراین، صفحه‌آرا باید به گونه‌ای باشد که اطلاعات علمی به روشنی و بدون ابهام منتقل شود.

۲. حضور داده‌های آماری:

نشریات علوم پزشکی معمولاً شامل داده‌های آماری، جدول‌های مقایسه‌ای و نمودارهای سلامت هستند. این عناصر باید با دقت طراحی شوند تا خواننده بتواند داده‌ها را به درستی تفسیر کند. یک نمودار نامناسب می‌تواند داده‌های صحیح را گمراه‌کننده نمایش دهد.

۳. حساسیت اخلاقی:

موضوعاتی مانند بیماری‌های صعب‌العلاج، سلامت روان، اخلاق پزشکی و حقوق بیمار نیازمند حساسیت اخلاقی بالایی در نحوه نمایش هستند. تصاویر بیماران، استفاده از رنگ‌های نامناسب برای موضوعات حساس، یا طنز نامناسب در موضوعات جدی می‌تواند بی‌اخلاقی تلقی شود.

۴. مخاطب ویژه:

مخاطب نشریه دانشجویی علوم پزشکی ترکیبی از دانشجویان، اساتید، پرسنل درمانی و گاهی بیماران است. سطح زبان و پیچیدگی محتوا باید برای این طیف مخاطب تنظیم شود. صفحه‌آرایی باید این طیف محتوا را مدیریت کند بدون آنکه نشریه دوقطبی شود.

۵. اولویت خوانایی بر تزئین:

در نشریه علوم پزشکی، انتقال اطلاعات مهم‌تر از زیبایی‌گرایی صرف است. یک جدول مقایسه‌ای داروها باید واضح و خوانا باشد، حتی اگر جذابیت بصری کمتری از یک صفحه‌آرایی تزئینی دارد.

۶. حضور تصاویر تخصصی:

تصاویر بافت میکروسکوپی، رادیوگرافی، آناتومی یا تصاویر بالینی نیازمند کپشن‌های دقیق و علمی هستند و باید با کیفیت بالا و در اندازه مناسب چاپ شوند.

۷. استناد و ارجاع:

نشریات علوم پزشکی باید به منابع علمی استناد کنند. صفحه‌آرایی باید جایگاهی برای ارجاعات، منابع یا پاورقی‌ها در نظر بگیرد بدون آنکه صفحه شلوغ شود.

موضوع	توصیه
تصاویر بالینی	رزولوشن حداقل ۳۰۰ dpi؛ کپشن علمی دقیق
نمودارهای آماری	محورها برچسب‌دار؛ منبع داده ذکر شود
حقوق بیمار	از تصویر بیماران بدون رضایت کتبی استفاده نکنید
اصطلاحات	در پانویس یا واژه‌نامه توضیح داده شوند
سلامت روان	زبان بصری همدلانه؛ از تصاویر مایوس‌کننده پرهیز کنید

۲-۳. ملاحظات حقوقی و آیین‌نامه‌ای در دانشگاه‌های علوم پزشکی

نشریات دانشجویی در دانشگاه‌های علوم پزشکی ایران تحت نظارت معاونت فرهنگی-اجتماعی وزارت بهداشت فعالیت می‌کنند. پیش از طراحی و انتشار نشریه، موارد زیر باید بررسی و رعایت شوند:

مجوز انتشار: دریافت مجوز فعالیت نشریه از دانشگاه و معاونت فرهنگی وزارت بهداشت الزامی است.

شناسنامه نشریه: تعیین صاحب امتیاز، مدیرمسئول و سردبیر و ثبت آن‌ها در مراجع ذیصلاح.

محتوای علمی: مطالب پزشکی و سلامت باید با تأیید اساتید یا متخصصان مرتبط منتشر شوند.

حریم خصوصی بیماران: رعایت اصول اخلاق پزشکی در استفاده از تصاویر و اطلاعات بیماران.

آیین‌نامه دانشگاه: هر دانشگاه ممکن است آیین‌نامه خاص خود را برای نشریات دانشجویی داشته باشد. حتماً با معاونت فرهنگی دانشگاه هماهنگ کنید.

کپی‌رایت: رعایت حقوق مؤلف در استفاده از تصاویر، مقالات و محتوای دیگران.

۱-۳. تعریف گرید (Grid)

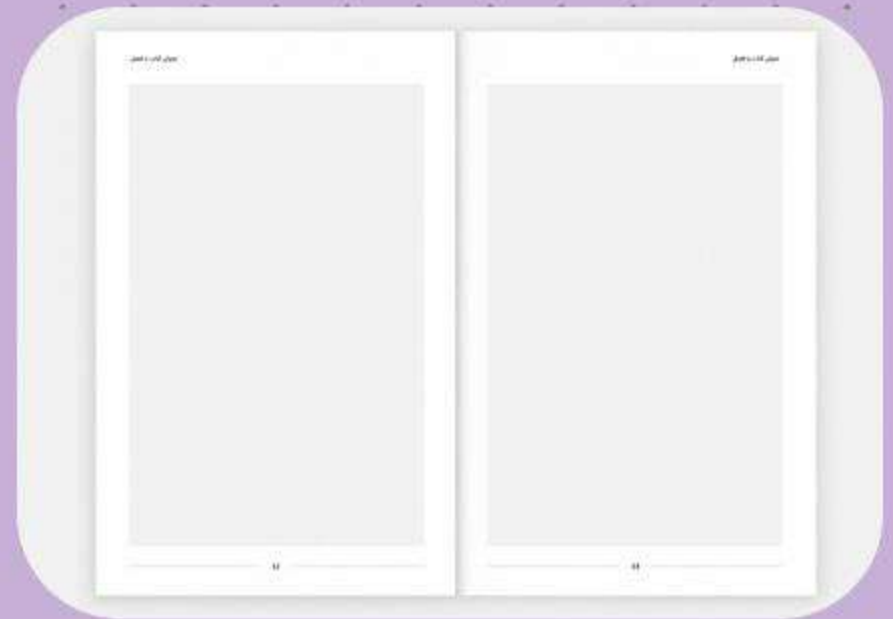
گرید اسکلت پنهان صفحه است. مجموعه‌ای از خطوط راهنمای افقی و عمودی است که موقعیت عناصر صفحه-متن، تصویر، تیتر، جدول-را تعیین می‌کند. گرید مانند نقشه شهر است: ساختمان‌ها در امتداد خیابان‌ها قرار می‌گیرند، نه پرتاب شده در فضای خالی.

چرا گرید مهم است؟

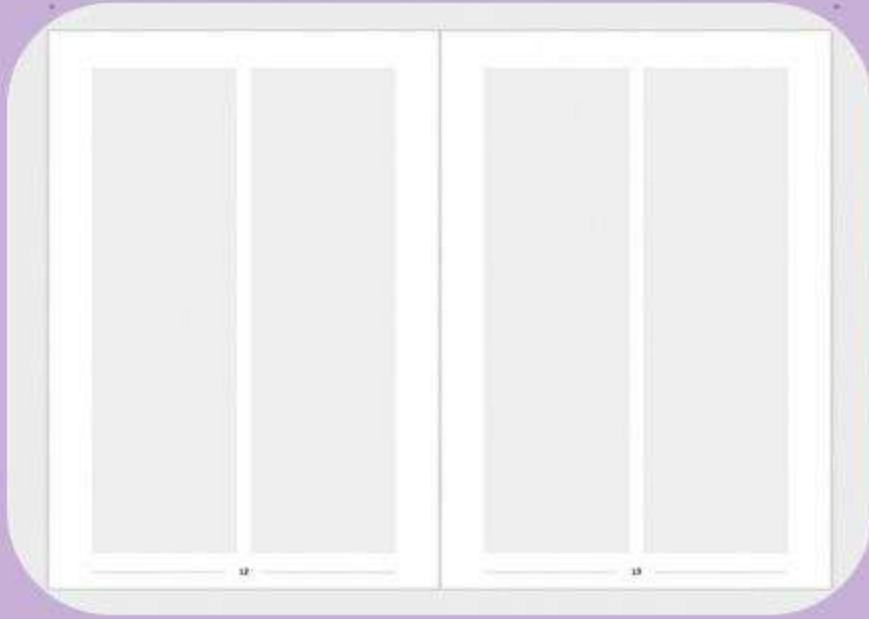
نظم و یکپارچگی در تمام صفحات نشریه ایجاد می‌کند.
تصمیم‌گیری درباره جای عناصر را تسهیل می‌کند.
خوانایی را با کنترل طول خط و موقعیت متن افزایش می‌دهد.
همکاری تیمی را ساده می‌کند؛ همه از یک سیستم واحد پیروی می‌کنند.

نوع گرید	توضیح	کاربرد
گرید تک‌ستونه	یک ستون متن در مرکز صفحه	نشریات متنی ساده، مقالات علمی
گرید دوستونه	دو ستون موازی با فاصله مشخص	رایج‌ترین نوع در نشریات دانشجویی
گرید سه‌ستونه	سه ستون باریک‌تر	نشریات متراکم‌تر، مجلات خبری
گرید ماژولار	شبکه‌ای از سلول‌های مساوی (ماتریسی)	نشریات با عناصر بصری متنوع
گرید ترکیبی	ترکیب ستون‌های با عرض متفاوت	نشریات با طراحی خلاقانه‌تر

گرید تک ستونه:



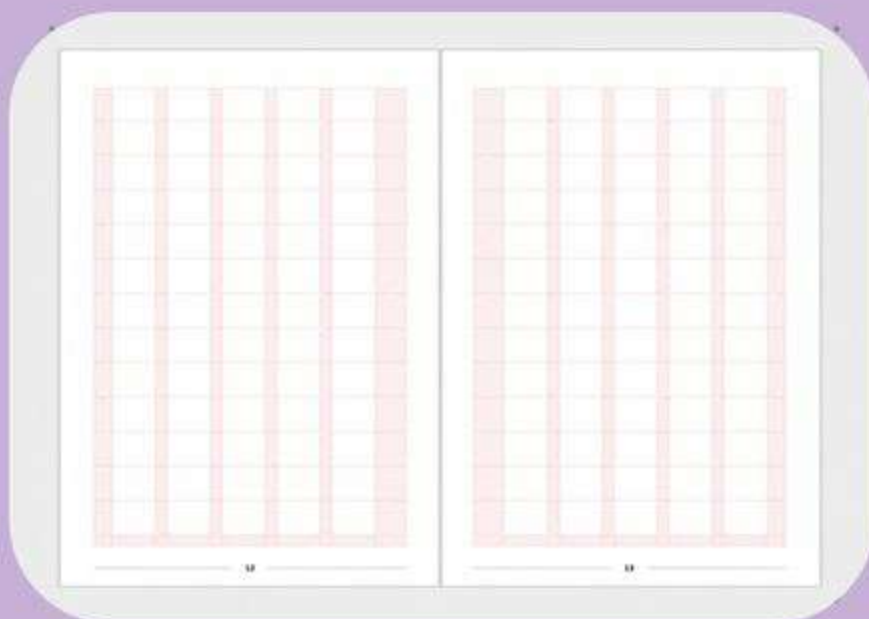
گرید دو ستونه:



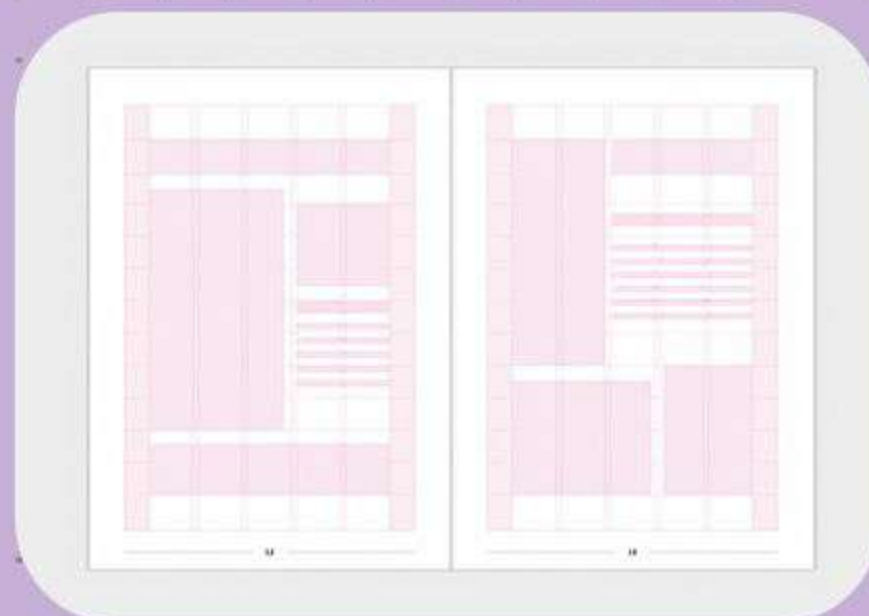
گرید سه ستونه:



گرید ماژولار:



گرید ترکیبی:



۲-۳. فاصله بین ستون‌ها (Gutter)

گاتر (Gutter) فاصله بین دو ستون متن است. این فاصله از آن است که متن ستون چپ با ستون راست قاطی نشود و چشم خواننده بتواند بدون خطا از انتهای یک ستون به ابتدای ستون بعدی بپردازد.

مقادیر پیشنهادی:

نشریات A۴ دو ستونه: ۵ تا ۸ میلی‌متر

نشریات A۴ سه ستونه: ۴ تا ۶ میلی‌متر

نشریات با اندازه بزرگ‌تر: ۸ تا ۱۲ میلی‌متر

نکات:

گاتر خیلی کوچک باعث می‌شود چشم ستون‌ها را اشتباه بخواند.

گاتر خیلی بزرگ فضای مفید صفحه را کاهش می‌دهد.

در نشریات دو صفحه‌ای، گاتر مرکزی باید کمی بزرگ‌تر باشد تا بخشی از متن در شکستگی مرکزی گم نشود.

۳-۳. حاشیه‌ها (Margins)

حاشیه‌ها فضای سفید دور صفحه هستند که متن و عناصر درون آن قرار نمی‌گیرند. حاشیه‌ها چهار کارکرد دارند:

- **کشف بصری:** چشم به حاشیه‌ها تکیه می‌کند تا موقعیت عناصر را درک کند.
- **جای دست:** فضایی برای نگه‌داشتن نشریه بدون پوشاندن متن.
- **تنفس بصری:** فضایی که صفحه را از احساس تنگی نجات می‌دهد.
- **یادداشت:** جایی برای نوشتن یادداشت خواننده (در نشریات علمی مهم است).

برش اطلاعات چیست؟

برش اطلاعات به وضعیتی گفته می‌شود که در آن بخشی از متن یا تصویر در هنگام چاپ یا برش، از بین می‌رود. این اتفاق معمولاً به دلیل تعیین نامناسب حاشیه‌ها رخ می‌دهد.

انواع حاشیه

- **حاشیه یکنواخت:** در این نوع حاشیه، همه طرف‌های صفحه حاشیه یکسانی دارند.
- **حاشیه متغیر:** در این نوع حاشیه، اندازه حاشیه‌ها در هر طرف صفحه متفاوت است.
- **حاشیه نامتقارن:** در این نوع حاشیه، حاشیه‌های بالا و پایین با حاشیه‌های چپ و راست متفاوت است.

عوامل مؤثر بر تعیین اندازه حاشیه

نوع سند: نوع سند (کتاب، مجله، روزنامه، پوستر و ...) بر اندازه حاشیه‌ها تأثیر می‌گذارد.

اندازه صفحه: اندازه صفحه (A4، A5 و ...) تعیین می‌کند که چه میزان فضا برای حاشیه‌ها در دسترس است.

نوع محتوا: نوع محتوا (متن، تصویر، جدول و ...) نیز بر روی اندازه حاشیه‌ها مؤثر است.

فونت و اندازه متن: انتخاب فونت و اندازه متن نیز در تعیین اندازه حاشیه‌ها نقش دارد.

روش چاپ: روش چاپ (چاپ افست، دیجیتال و ...) نیز می‌تواند بر اندازه حاشیه‌ها تأثیرگذار باشد.

اندازه‌های رایج حاشیه

بالا (Top): ۲/۵ تا ۳ سانتی‌متر

پایین (Bottom): ۲/۵ تا ۳ سانتی‌متر

بیرون (Outside): ۲ تا ۲/۵ سانتی‌متر

داخل / عطف (Inside): ۳ تا ۳/۵ سانتی‌متر (برای جبران فضای دوخت)

۵-۳. تعادل و ترازبندی (Balance & Alignment)

تعادل (Balance):

تعادل یعنی توزیع بصری عناصر در صفحه به گونه‌ای که هیچ سمتی سنگین‌تر از سمت دیگر به نظر نرسد. دو نوع تعادل داریم:

تعادل متقارن (Symmetrical Balance): عناصر در دو سمت صفحه آینه‌ای قرار می‌گیرند. حس رسمی و آرام می‌دهد. مناسب صفحات علمی و جدی.

تعادل نامتقارن (Asymmetrical Balance): عناصر با اندازه‌ها و وزن‌های متفاوت متعادل می‌شوند. حس پویا و خلاقانه می‌دهد. مناسب صفحات داستانی و گزارشی.

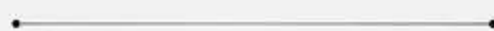


تعادل متقارن (Symmetrical Balance):

عناصر در دو سمت صفحه آینه‌ای قرار می‌گیرند.

حس رسمی و آرام می‌دهد.

مناسب صفحات علمی و جدی.



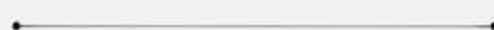
تعادل نامتقارن (Asymmetrical Balance):

عناصر با اندازه‌ها و وزن‌های متفاوت

متعادل می‌شوند.

حس پویا و خلاقانه می‌دهد.

مناسب صفحات داستانی و گزارشی.



ترازبندی (Alignment):

هر عنصر در صفحه باید با چیزی تراز باشد—با گرید، با عنصر دیگر، یا با حاشیه. ترازبندی به این معنی نیست که همه چیز خط‌شکنی باشد، بلکه به این معنی است که هیچ عنصری به‌طور تصادفی قرار نگرفته است.

نوع تراز	توضیح	کاربرد
چپ‌چین (Left-aligned)	متن از سمت چپ شروع می‌شود	کمتر در زبان فارسی استفاده می‌شود
راست‌چین (Right-aligned)	متن از سمت راست شروع می‌شود	رایج‌ترین حالت در زبان فارسی
وسط‌چین (Centered)	متن در مرکز قرار می‌گیرد	تیترها، جلد، سرصفحه
هر دو طرف (Justified)	متن از هر دو طرف تراز می‌شود	نشریات رسمی؛ نیاز به تنظیم فاصله کلمات

۳-۶. فضای سفید (White Space)

فضای سفید بخشی از صفحه است که هیچ متنی یا تصویری در آن قرار ندارد. «سفید» در اینجا به معنای رنگ سفید نیست—به معنای فضای خالی است که ممکن است هر رنگی داشته باشد.

انواع فضای سفید:

فعال (Active): فضای خالی که عمداً طراحی شده تا عناصر را برجسته کند یا چشم را راهنمایی کند.

غیرفعال (Passive): فضای خالی که بر اثر طراحی ضعیف ایجاد شده و نقشی ندارد.

چرا فضای سفید مهم است؟

خوانایی را افزایش می‌دهد.
 به چشم فرصت استراحت می‌دهد.
 عناصر مهم را برجسته می‌کند.
 حس حرفه‌ای بودن و اعتماد به نفس منتقل می‌کند.
 جریان خوانش را هدایت می‌کند.

قاعده عملی: اگر فکر می‌کنید فضای سفید زیاد است، احتمالاً درست است. اگر فکر می‌کنید صفحه شلوغ است، حذف کنید.

What is
White Space
in design



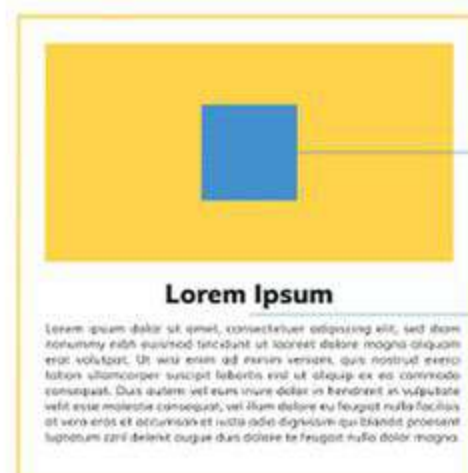
What is
White Space
in design



White space, also known as **Negative space**, refers to the empty areas around and between the elements in a design.

pc.artz

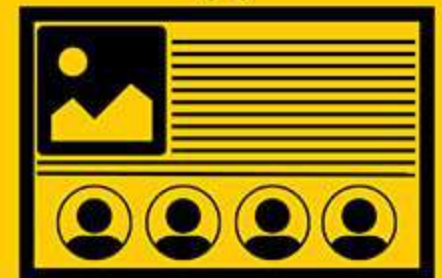
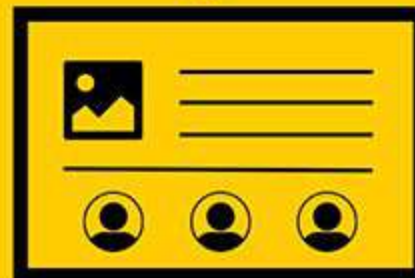
Active and Passive White Space



• **Active White Space**
Refers to the space added in a design layout intentionally to create more focus on specific parts of the design.

• **Passive White Space**
Is added in a more organic way to increase readability and comprehension of the design.

White Space



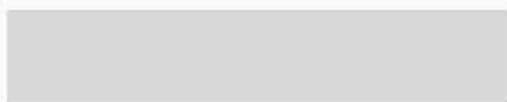
۷-۳. کنتراست و سلسله‌مراتب بصری (Contrast & Visual Hierarchy)

کنتراست:

کنتراست تفاوت آگاهانه بین عناصر است. کنتراست به چشم می‌گوید: «اینجا متفاوت است؛ اینجا نگاه کن.»

کنتراست وزن

فونت سنگین در کنار فونت سبک

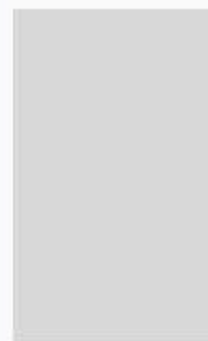


لورم ایپسوم متن ساختگی با تولید سادگی نامفهوم از صنعت چاپ، و با استفاده از طراحان گرافیک است، چاپگرها و متون بلکه روزنامه و مجله در ستون و سطرانچنان که لازم است، و برای شرایط فعلی تکنولوژی مورد نیاز، و کاربردهای متنوع با هدف بهبود ابزارهای کاربردی می باشد، کتابهای زیادی در شصت و سه درصد گذشته

کنتراست اندازه

تیتربزرگ در کنار متن کوچک

لورم ایپسوم



لورم ایپسوم متن ساختگی با تولید سادگی نامفهوم از صنعت چاپ، و با استفاده از طراحان گرافیک است، چاپگرها و متون بلکه روزنامه و مجله در ستون و سطرانچنان که لازم است، و برای شرایط فعلی تکنولوژی مورد نیاز، و کاربردهای متنوع با هدف بهبود ابزارهای کاربردی می باشد، کتابهای زیادی در شصت و سه درصد گذشته حال و آینده، شناخت فراوان جامعه و متخصصان را می طلبد، تا با

کنتراست شکل

تفاوت در فرم عناصر



کنتراست رنگ

متن با تضاد رنگی

لورم ایپسوم متن ساختگی با تولید سادگی نامفهوم از صنعت چاپ، و با استفاده از طراحان گرافیک است، چاپگرها و متون بلکه روزنامه و مجله در ستون و سطرانچنان که لازم است، و برای شرایط

کنتراست جهت

تغییر جهت عناصر

لورم ایپسوم

لورم ایپسوم متن ساختگی با تولید سادگی نامفهوم از صنعت چاپ، و با استفاده از طراحان گرافیک است، چاپگرها و متون بلکه روزنامه و مجله در ستون و سطرآنچنان که لازم است، و برای شرایط فعلی تکنولوژی مورد نیاز، و کاربردهای متنوع با هدف بهبود ابزارهای کاربردی می باشد، کتابهای زیادی در شصت و سه درصد گذشته حال و آینده، شناخت فراوان جامعه و متخصصان را می طلبد، تا با نرم افزارها شناخت بیشتری را برای طراحان رایانه ای علی الخصوص طراحان خلاقی، و فرهنگ پیشرو در زبان فارسی ایجاد کرد، در این صورت می توان امید داشت که تمام و دشواری موجود در ارائه راهکارها، و شرایط سخت تایپ به پایان رسد و زمان مورد نیاز شامل حروفچینی دستاوردهای اصلی، و جوابگوی سوالات پیوسته اهل دنیای موجود طراحی اساسا مورد استفاده قرار گیرد.

کنتراست بافت

تفاوت در بافت بصری عناصر

کنتراست بافت

تغییر بافت عناصر

بافت
بافت
بافت
بافت
بافت

کنتراست بافت زمانی ایجاد می شود که عناصر دارای بافت های متفاوت در کنار هم قرار می گیرند. این تفاوت می تواند میان بافت های واقعی مانند گشاد زبر و صاف یا میان بافت های دیداری مانند سطوح خشن و نرم باشد. استفاده از این کنتراست باعث جذب توجه و ایجاد حس عمق و جذابیت در صفحه می شود.



کنتراست فضای خالی

لورم ایپسوم متن ساختگی با تولید سادگی نامفهوم از صنعت چاپ، و با استفاده از طراحان گرافیک است، چاپگرها و متون بلکه روزنامه و مجله در ستون و سطرآنچنان که لازم است، و برای شرایط

سلسله‌مراتب بصری:

سلسله‌مراتب یعنی ترتیب اهمیت عناصر در صفحه. چشم خواننده باید بداند اول کجا نگاه کند، دوم کجا، سوم کجا. این ترتیب با کنترل است ایجاد می‌شود.
سلسله‌مراتب استاندارد یک صفحه نشریه:

تیترا اصلی (بزرگ‌ترین، پررنگ‌ترین)

زیرتیترا / لید (کوچک‌تر از تیترا، بزرگ‌تر از متن)

متن بدنه (استاندارد)

نقل قول (متمایز از متن یا رنگ یا فونت متفاوت)

کپشن (کوچک‌ترین، معمولاً خاکستری)

پانویس (در پایین صفحه، کوچک)

• سلسله‌مراتب در طراحی نشریه •

سلسله‌مراتب یعنی ترتیب اهمیت عناصر در صفحه.

چشم خواننده باید بداند اول کجا نگاه کند، دوم کجا، سوم کجا. این ترتیب با کنتراست ایجاد می‌شود.

معماری پایدار؛ راهی برای آینده بهتر

1 تیتر اصلی

(بزرگ‌ترین، پررنگ‌ترین)

اولین چیزی که چشم می‌بیند. موضوع اصلی صفحه را معرفی می‌کند.

2 زیرتیتر / لید

(کوچک‌تر از تیتر،

بزرگ‌تر از متن)

اطلاعات کلیدی و جذب توجه بیشتر برای ورود به متن.

3 متن بدنه

(استاندارد)

بدنه اصلی محتوا که جزئیات موضوع را توضیح می‌دهد.

4 نقل قول

(متمایز از متن با رنگ

یا فونت متفاوت)

برای تأکید بر یک ایده یا دیدگاه مهم.

5 کپشن

(کوچک‌ترین، معمولاً خاکستری)

توضیح مختصر درباره

تصویر یا نمودار.

6 پانویس

(در پایین صفحه، کوچک)

اطلاعات تکمیلی یا توضیحات ارجاعی.

معماری پایدار رویکردی است که نیازهای امروز را بدون به خطر انداختن توانایی نسل‌های آینده برای برآوردن نیازهایشان، برآورده می‌کند.



نمونه‌ای از ساختمان با طراحی پایدار و استفاده از گیاهان در نما و بام سبز برای کاهش مصرف انرژی.

در سال‌های اخیر، توجه به محیط‌زیست و منابع طبیعی بیش از پیش اهمیت یافته است. معماری پایدار با استفاده هوشمندانه از انرژی، مصالح بومی و طراحی متناسب با اقلیم، مصرف منابع را کاهش می‌دهد و کیفیت زندگی را بهبود می‌بخشد.

این رویکرد نه تنها به کاهش اثرات منفی بر محیط‌زیست کمک می‌کند، بلکه از نظر اقتصادی نیز به صرفه است. استفاده از نور طبیعی، تهویه مناسب و عایق‌بندی کارآمد از جمله راهکارهایی هستند که در معماری پایدار مورد توجه قرار می‌گیرند.

معماری پایدار ترکیبی از دانش، فناوری و احترام به طبیعت است. این سبک از طراحی، ساختمان‌هایی می‌آفریند که در هماهنگی با محیط پیرامون خود هستند و آینده‌ای سالم‌تر را برای همه رقم می‌زنند.

پایداری تنها یک انتخاب نیست؛

مسئولیتی است در برابر نسل‌های آینده.

1. Sustainable Architecture – A Critical Analysis, Journal of Green Building, 2022.
2. معماری پایدار در ایران؛ فرصت‌ها و چالش‌ها، فصلنامه شهرسازی، سال ۱۴۰۲.

۳-۸. اصول گشتالت در صفحه‌آرایی

گشتالت (Gestalt) مجموعه‌ای از اصول روان‌شناختی است که توضیح می‌دهد چگونه چشم انسان عناصر را گروه‌بندی و تفسیر می‌کند. این اصول در صفحه‌آرایی به‌طور مستقیم کاربرد دارند:

۱. قانون مجاورت (Proximity):

عناصری که به هم نزدیک هستند، به‌عنوان یک گروه دیده می‌شوند. کاربرد: تیترو متن مرتبط را نزدیک هم قرار دهید؛ عناصر نامرتبط را از هم دور کنید.

قانون مجاورت (Proximity)

عناصری که به هم نزدیک هستند، به‌عنوان یک گروه دیده می‌شوند.

کاربرد: تیترو متن مرتبط را نزدیک هم قرار دهید؛ عناصر نامرتبط را از هم دور کنید.

نمونه مطلوب ✓

ارتباط عناصر با نزدیکی آن‌ها مشخص شده است.



محیط زیست

گامی برای آینده‌ای پایدار

محیط زیست سرمایه‌ای ارزشمند برای نسل‌های آینده است. با کاهش مصرف انرژی، استفاده از منابع تجدیدپذیر و مدیریت صحیح پسماند می‌توانیم به حفظ این سرمایه کمک کنیم.



فرهنگ و هنر

آیین تمدن هر جامعه

فرهنگ و هنر، بازتاب‌دهنده تاریخ، باورها و ارزش‌های یک جامعه است و نقش مهمی در هویت‌بخشی و انسجام اجتماعی دارد.

نمونه نامطلوب ✗

به دلیل فاصله زیاد، ارتباط عناصر از بین رفته است.



محیط زیست

گامی برای آینده‌ای پایدار

محیط زیست سرمایه‌ای ارزشمند برای نسل‌های آینده است. با کاهش مصرف انرژی، استفاده از منابع تجدیدپذیر و مدیریت صحیح پسماند می‌توانیم به حفظ این سرمایه کمک کنیم.



فرهنگ و هنر

آیین تمدن هر جامعه

فرهنگ و هنر، بازتاب‌دهنده تاریخ، باورها و ارزش‌های یک جامعه است و نقش مهمی در هویت‌بخشی و انسجام اجتماعی دارد.

۳-۸. اصول گشتالت در صفحه‌آرایی

۲. قانون شباهت (Similarity):

عناصری که شبیه هم هستند—در رنگ، شکل، اندازه یا فونت—به‌عنوان یک گروه دیده می‌شوند. کاربرد: همه تیتراهای یک سطح را با همان سبک طراحی کنید تا خواننده تشخیص دهد آن‌ها هم‌رده هستند.

قانون شباهت (Similarity)

عناصری که شبیه هم هستند—در رنگ، شکل، اندازه یا فونت—به‌عنوان یک گروه دیده می‌شوند.

کاربرد: همه تیتراهای یک سطح را با همان سبک طراحی کنید تا خواننده تشخیص دهد آن‌ها هم‌رده هستند.

نمونه مطلوب ✓

شباهت در سبک تیتراهای هم‌سطح باعث می‌شود خواننده آن‌ها را به‌عنوان یک گروه بشناسد.



محیط زیست

راهکارهایی برای حفظ محیط زیست و کاهش آلودگی هوا، آب و خاک.



منابع انرژی

بررسی انواع منابع انرژی تجدیدپذیر و نقش آن‌ها در آینده پایدار.



انرژی خورشیدی

مزایا، کاربردها و فناوری‌های نوین در استفاده از انرژی خورشیدی.



سلامت قلب

راهکارهایی برای تقویت قلب و کاهش خطر بیماری‌های قلبی و عروقی.



ورزش منظم

اهمیت فعالیت بدنی منظم برای حفظ سلامت جسم و روان.



تغذیه سالم

نقش تغذیه سالم در افزایش انرژی و پیشگیری از بیماری‌ها.

نمونه نامطلوب ✗

عدم شباهت در سبک تیتراها باعث سردرگمی خواننده و تشخیص دشوار هم‌رده بودن آن‌ها می‌شود.



محیط زیست

راهکارهایی برای حفظ محیط زیست و کاهش آلودگی هوا، آب و خاک.



منابع انرژی

بررسی انواع منابع انرژی تجدیدپذیر و نقش آن‌ها در آینده پایدار.



انرژی خورشیدی

مزایا، کاربردها و فناوری‌های نوین در استفاده از انرژی خورشیدی.



سلامت قلب

راهکارهایی برای تقویت قلب و کاهش خطر بیماری‌های قلبی و عروقی.



ورزش منظم

اهمیت فعالیت بدنی منظم برای حفظ سلامت جسم و روان.



تغذیه سالم

نقش تغذیه سالم در افزایش انرژی و پیشگیری از بیماری‌ها.

۳-۸. اصول گشتالت در صفحه‌آرایی

۳. قانون استمرار (Continuity):

چشم عناصری که در یک خط یا منحنی قرار دارند را دنبال می‌کند. کاربرد: متن ستونه‌ای در یک خط عمودی قرار می‌گیرد تا چشم به‌طور طبیعی آن را دنبال کند.

قانون استمرار (Continuity)

چشم عناصری که در یک خط یا منحنی قرار دارند را دنبال می‌کند.

کاربرد: متن ستونی در یک خط عمودی قرار می‌گیرد تا چشم به‌طور طبیعی آن را دنبال کند.

نمونه مطلوب

چشم به راحتی مسیر منحنی و ستون منظم متن را دنبال می‌کند.



معماری همراه با طبیعت

معماری پایدار تلاشی است برای ایجاد تعادل میان نیازهای انسان و احترام به محیط‌زیست.

استفاده از نور طبیعی، تهویه مناسب و مصالح سازگار با محیط‌زیست، از اصول اصلی این رویکرد هستند. طراحی فضایی که با اقلیم و فرهنگ منطقه هماهنگ باشند، نه تنها مصرف انرژی را کاهش می‌دهد بلکه کیفیت زندگی را نیز بهبود می‌بخشد.

معماران با الهام از طبیعت، فرمهایی خلق می‌کنند که هم زیبا هستند و هم عملکردی. ترکیب فناوری‌های نوین با عناصر طبیعی، آینده‌ای پایدارتر برای نسل‌های آینده رقم می‌زند.

شهری که با طبیعت همسو طراحی شود، شهری سلامت‌محور، آرامش‌بخش و سرزنده خواهد بود؛ جایی که انسان و طبیعت در کنار هم رشد می‌کنند.

نمونه نامطلوب

نبود استمرار باعث پرش چشم و خستگی در خواندن می‌شود.



معماران با الهام از طبیعت، فرمهایی خلق می‌کنند که هم زیبا هستند و هم عملکردی. ترکیب فناوری‌های نوین با عناصر طبیعی، آینده‌ای پایدارتر برای نسل‌های آینده رقم می‌زند.



طراحی فضایی که با اقلیم و فرهنگ منطقه هماهنگ باشند، نه تنها مصرف انرژی را کاهش می‌دهد، بلکه کیفیت زندگی را نیز بهبود می‌بخشد.

استفاده از نور طبیعی، تهویه مناسب و مصالح سازگار با محیط‌زیست، از اصول اصلی این رویکرد هستند.



معماری پایدار تلاشی است برای ایجاد تعادل میان نیازهای انسان و احترام به محیط‌زیست.

شهری که با طبیعت همسو طراحی شود، شهری سلامت‌محور، آرامش‌بخش و سرزنده خواهد بود؛ جایی که انسان و طبیعت در کنار هم رشد می‌کنند.



چرا این اتفاق می‌افتد؟ چشم انسان کوتاه‌ترین و روان‌ترین مسیر را برای حرکت انتخاب می‌کند؛ وقتی عناصر در امتداد یک خط یا منحنی قرار می‌گیرند، مغز آن‌ها را به‌صورت یک مسیر پیوسته ادراک می‌کند و دنبال می‌کند.



۳-۸. اصول گشتالت در صفحه‌آرایی

۴. قانون بستن (Closure):

چشم اشکال ناتمام را تکمیل می‌کند. کاربرد: نیازی نیست همه کادرها را کامل بکشید؛ چشم خودش تکمیل می‌کند و این می‌تواند طراحی را سبک‌تر کند.

قانون بستن (Closure)

چشم اشکال ناتمام را تکمیل می‌کند.

کاربرد: نیازی نیست همه کادرها را کامل بکشید؛ چشم خودش تکمیل می‌کند و این می‌تواند طراحی را سبک‌تر کند.

نمونه مطلوب ✓

عناصر ناتمام هستند، اما چشم آن‌ها را کامل می‌بیند.



مغز انسان به دنبال سادگی و آشنایی است. وقتی شکلی ناقص باشد، ذهن به‌صورت ناخودآگاه آن را کامل می‌کند. این ویژگی در طراحی، باعث ایجاد خلاقیت، سادگی و تمرکز بیشتر می‌شود.

نمونه نامطلوب ✗

وقتی شکل‌ها کامل رسم می‌شوند، طراحی سنگین و شلوغ به نظر می‌رسد.



۳-۸. اصول گشتالت در صفحه‌آرایی

۵. قانون شکل-زمینه (Figure-Ground): چشم عناصر را به شکل (پیش‌زمینه) و زمینه (پس‌زمینه) تقسیم می‌کند. کاربرد: با کنتراست رنگ و فاصله، مشخص کنید کدام عنصر شکل و کدام زمینه است.

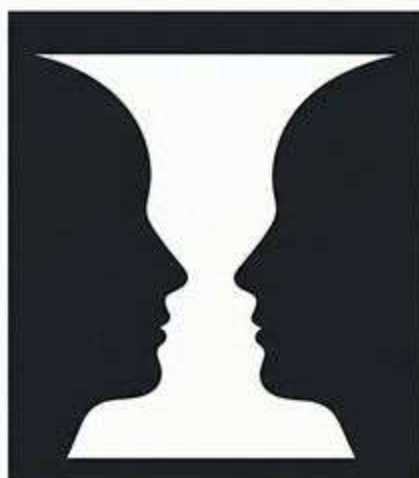
۵. قانون شکل-زمینه

(Figure-Ground)

چشم عناصر را به شکل (پیش‌زمینه) و زمینه (پس‌زمینه) تقسیم می‌کند.

کاربرد:

با کنتراست رنگ و فاصله، مشخص کنید کدام عنصر شکل و کدام زمینه است.



شکل و زمینه با هم جابه‌جا می‌شوند. در این تصویر، هم گل‌دان دیده می‌شود و هم دو چهره.



استفاده از کنتراست رنگ برای تفکیک شکل و زمینه. در این مثال، گربه (شکل) با رنگ روشن دیده می‌شود و پس‌زمینه با رنگ تیره.

شکل (پیش‌زمینه)



عنصر اصلی که چشم روی آن تمرکز می‌کند.

زمینه (پس‌زمینه)



فضایی که شکل در آن قرار دارد.

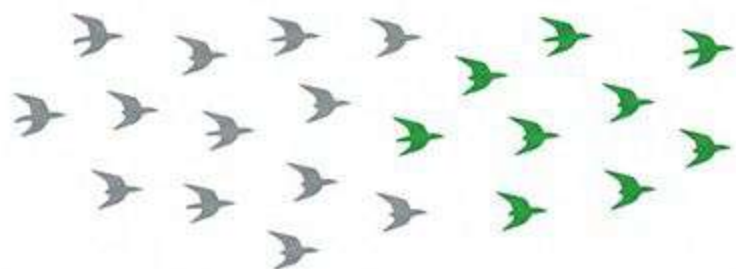
۳-۸. اصول گشتالت در صفحه‌آرایی

۶. قانون سرمشترک (Common Fate): عناصری که در یک جهت حرکت می‌کنند یا به نظر می‌رسند حرکت می‌کنند، گروه‌بندی می‌شوند. کاربرد: طراحی‌های داینامیک یا نمودارهای روندی.

6. قانون سرمشترک (Common Fate)

عناصری که در یک جهت حرکت می‌کنند یا به نظر می‌رسند حرکت می‌کنند، گروه‌بندی می‌شوند.

نمونه بصری



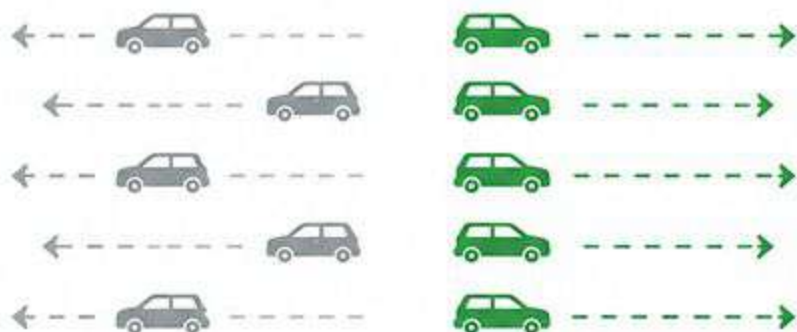
توضیح

چشم انسان تمایل دارد عناصری را که در یک جهت حرکت می‌کنند یا به نظر می‌رسد حرکت می‌کنند، به عنوان یک گروه واحد تفسیر کند.

کاربرد



در طراحی‌های داینامیک، اینفوگرافیک‌ها، نمودارهای روندی و عناصر ناوبری می‌توان از این قانون برای هدایت چشم و ایجاد انسجام بصری استفاده کرد.



۴-۱. مبانی تایپوگرافی فارسی

تایپوگرافی فن تنظیم متن برای خوانایی، زیبایی و انتقال پیام است. در زبان فارسی، تایپوگرافی چالش‌های ویژه‌ای دارد:

حروف فارسی پیوسته می‌نویسند و شکل حروف بسته به موقعیت (ابتدا، میان، پایان، منفرد) تغییر می‌کند.

نقطه‌گذاری و کشیدگی‌ها (کشش حروف) در فونت‌های فارسی متفاوت است.

فاصله‌گذاری کلمات از اهمیت زیادی برخوردار است. ارقام فارسی و انگلیسی با هم متفاوتند و باید به‌طور یکدست استفاده شوند.

برخی فونت‌های فارسی برای چاپ بهینه نشده‌اند و در سایز کوچک خوانایی پایینی دارند.

انتخاب فونت برای نشریه

نشریه فارسی به ۲ فونت نیاز دارد: یکی برای تیترها و یکی برای متن. توصیه:

تیتر: فونت با شخصیت و قابلیت دیده شدن-مثل پیدا، یکان بخ، ساحل، شبنم

متن: فونت خوانا و ساده-مثل وزیر، IRANSans، Sahel، Anjoman

تعداد فونت: حداکثر ۲ فونت اصلی + ۱ فونت برای موارد خاص (مثل کد، نقل قول)

۲-۴. طول خط (Measure / Line Length)

طول خط تعداد کاراکترهایی است که در یک خط قرار می گیرد. طول خط یکی از مهم ترین عوامل خوانایی است.

قاعده طلایی: ۴۵ تا ۷۵ کاراکتر در هر خط (شامل فاصله ها). حدود ۶۶ کاراکتر ایده آل است.

طول خط ارزیابی	توضیح
کمتر از ۴۵ کاراکتر	کوتاه- چشم باید زیاد جهش خط کند
۴۵ تا ۷۵ کاراکتر	مطلوب
بیشتر از ۷۵ کاراکتر	طولانی- چشم خط بعدی را پیدا نمی کند

۳-۴. فاصله خط (Leading / Line Height)

فاصله خط فاصله عمودی بین خطوط متن است. فاصله خط مناسب به چشم اجازه می‌دهد از یک خط به خط بعدی بزود بدون آنکه خط را گم کند.

قاعده: فاصله خط معمولاً ۱.۲ تا ۱.۵ برابر اندازه فونت است.

فاصله خط پیشنهادی	نوع متن
۱.۴ تا ۱.۶ برابر فونت	متن بدنه (Body)
۱.۱ تا ۱.۲ برابر فونت	تیترها
۱.۲ تا ۱.۳ برابر فونت	کپشن‌ها
۱.۳ تا ۱.۵ برابر فونت	نقل قول

مثال: اگر فونت متن ۱۰pt است، فاصله خط باید حدود ۱۴ تا ۱۶pt باشد.

نکته: فونت‌های Sans-serif معمولاً به فاصله خط بیشتری نیاز دارند تا متن «نفس بکشد». در فونت‌های فارسی، به دلیل ارتفاع پایین حروف، فاصله خط معمولاً در بازه ۱.۴-۱.۶ مطلوب است.

۴-۴. هم‌ترازی (Alignment) در فارسی

هم‌ترازی نحوه قرارگیری متن نسبت به حاشیه‌های ستون است:

نوع	توضیح	مزایا	معایب
راست چین (Flush Right)	متن از سمت راست تراز است، خط چپ نامنظم	طبیعی‌ترین حالت برای فارسی	خط چپ نامنظم (ragged)
هر دو طرف (Justified)	متن از راست و چپ تراز است	ظاهر منظم و رسمی	فاصله کلمات نامساوی (rivers)
وسط چین (Centered)	متن در مرکز ستون	رسمی و متوازن	خوانایی پایین برای متن بلند

توصیه برای نشریات دانشجویی:

متن بدنه: راست چین یا هر دو طرف (Justified)

تیترها: راست چین یا وسط چین

کپشن ها: راست چین

نقل قول ها: راست چین با تورفتگی

مشکل Justified در فارسی: در حالت Justified، اگر فاصله کلمات به طور نامساوی بزرگ و کوچک شود، خطوط سفید عمودی در متن ایجاد می شود که به آن «ریورز» (Rivers) می گویند. برای جلوگیری:

کلمات را با دقت بشکنید (در صورت امکان در محل مناسب).
تنظیمات فاصله کلمات (Word Spacing) را تنظیم کنید.

۴-۵. سلسله مراتب تیترها (Heading Hierarchy)

تیترها نقشه راه خواننده هستند. سلسله مراتب تیترها باید از نظر بصری کاملاً روشن باشد تا خواننده بداند در کجای متن است.

سطح	نام	اندازه	وزن	کاربرد
H1	تیتر اصلی	۲۴-۳۶pt	پررنگ	تیتر مقاله
H2	زیرتیتر	۱۸-۲۲pt	پررنگ	بخش های اصلی مقاله
H3	زیر-زیرتیتر	۱۴-۱۶pt	پررنگ/متوسط	زیربخش ها
H4	تیتر جزئی	۱۲-۱۴pt	متوسط	موارد ریز
Body	متن بدنه	۱۰-۱۱pt	معمولی	متن اصلی
Caption	کپشن	۸-۹pt	معمولی/کمرنگ	توضیح تصویر

قواعد:

هر تیتربزرگ‌تر از تیتربزرگ‌ترین و کوچک‌تر از تیتربالایی خود باشد.

تیتربهای هم‌سطح در تمام نشریه به یک شکل طراحی شوند.

فاصله قبل از تیتربیشتر از فاصله بعد از تیتربباشد (تیترببه متن زیر خود نزدیک‌تر است).

هرگز تیتربدون محتوای زیر آن نگذارید.

۴-۶. پاراگراف‌بندی

قاعده: هر پاراگراف یک ایده را منتقل می‌کند. وقتی ایده تمام شد، پاراگراف تمام شده است.

نکات پاراگراف‌بندی در نشریه:

طول پاراگراف مناسب: ۳ تا ۷ خط. پاراگراف‌های طولانی خواننده را خسته می‌کنند.

فاصله بین پاراگراف‌ها: یا با تورفتگی (Indent) ابتدای پاراگراف یا با فاصله (Space) بین پاراگراف‌ها-نه هر دو.

۴-۷. اجزای بیوه (Widows) و یتیم (Orphans)

این دو از خطاهای تایپوگرافی هستند که نشانه آماتور بودن است:

(بیوه) (Widow):

خط آخر یک پاراگراف که تنها در بالای ستون بعدی یا صفحه بعد قرار می گیرد. مانند اینکه یک کلمه تنها و رها شده باشد.

(یتیم) (Orphan):

خط اول یک پاراگراف که در پایین ستون یا صفحه قبلی تنها مانده و بقیه پاراگراف در صفحه بعد است.

راه حل ها:

1. تنظیم فاصله خط (Leading) به مقدار کم (۱-۰۵ pt) برای جابه جایی یک خط.
2. تغییر متن (در صورت امکان) برای کوتاه یا بلند کردن پاراگراف.
3. تنظیم فاصله قبل/بعد پاراگراف.
4. استفاده از قابلیت Keep Lines Together در نرم افزار صفحه آرایی.
5. شکست دستی خط در جای مناسب.

۵-۱. روان‌شناسی رنگ در نشریات پزشکی

رنگ در نشریات علوم پزشکی نه فقط تزئینی، بلکه پیام‌رسان است. رنگ اشتباه می‌تواند پیام اشتباه بدهد:

رنگ	حس منتقل‌شده	کاربرد در نشریه پزشکی
آبی	اعتماد، آرامش، علم	رایج‌ترین رنگ در نشریات پزشکی
سبز	سلامت، رشد، زندگی	موضوعات سلامت عمومی، محیط زیست
سفید	پاکیزگی، خلأ، آرامش	پس‌زمینه اصلی، فضای سفید
قرمز	اورژانس، هشدار، خون	با احتیاط — فقط برای هشدار یا موضوعات خاص
نارنجی	انرژی، گرمی	موضوعات تغذیه، سلامت کودک
بنفش	تخصص، خرد	موضوعات تخصصی، تحقیقاتی
خاکستری	بی‌طرفی، رسمی	متن کمرنگ، کپشن‌ها، جداول

توصیه‌های رنگی برای نشریات علوم پزشکی:

پالت رنگی محدود: ۲-۳ رنگ اصلی + خنثی‌ها

رنگ غالب: آبی یا سبز (حس پزشکی و سلامت)

رنگ تأکیدی: نارنجی یا طلایی (برای برجسته‌سازی)

پس‌زمینه: سفید یا کرم ملایم

متن: خاکستری تیره (#۲۸۲۵۱D) به جای سیاه خالص (کاهش کنتراست خشن)



پالت پیشنهادی ۱

کلاسیک پزشکی



رنگ اصلی



#01696F

رنگ تأکیدی



#DA7101

پس زمینه



#F7F6F2

متن



#28251D

متن کم رنگ



#7A7974

کاربرد نمونه در نشریه پزشکی



تیتر و سرصفحه ها



نمودارها و داده ها



نمادها و آیکون ها

اطلاعات بیشتر

دکمه ها و تأکیدها



پالت پیشنهادی ۲

سلامت سبز



رنگ اصلی



#2D6A4F

رنگ تأکیدی



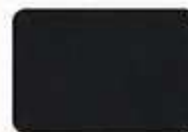
#40916C

پس زمینه



#FFFFFF

متن



#1B1B1E

کاربرد نمونه در نشریه پزشکی



تیتر و سرصفحه ها



نمودارها و داده ها



نمادها و آیکون ها

اطلاعات بیشتر

دکمه ها و تأکیدها



پالت پیشنهادی ۳

رسمی آکادمیک



رنگ اصلی



#1B263B

رنگ تأکیدی



#D4A017

پس زمینه



#FAFAFA

متن



#333333

کاربرد نمونه در نشریه پزشکی



تیتر و سرصفحه ها



نمودارها و داده ها



نمادها و آیکون ها

اطلاعات بیشتر

دکمه ها و تأکیدها

