گوناگون

ماموگرافی منظم جان زنان مبتلا به سرطان سینه را نجات می دهد

مطالعه جدید نشـــان می دهد ماموگرافی منظم می تواند احتمال ابتلا به سرطان های پیشرفته سینه را کاهش دهد.

به گزارش پیام آشـــنا به نقل از مهر، محققـــان اروپایی، داده‌های حدود ۵۵۰هزار زن سوئدی را که تحت غربالگری ماموگرافی قرار گرفته بودند را بررسی کردند.

محققان، نرخ ابتلا به سرطان سینه پیشرفته و سرطان‌های سـینه مرگبار را در مدت ۱۰سال بعد از تشخیص سرطان در زنـان که تحت ماموگرافی قرار گرفته بودند و آنهایی که ماموگرافی انجام نداده بودند را بررسی کردند.

نتیجه مطالعه نشان داد در مقایسه با زنانی که ماموگرافی انجام نداده بودند، زنان تحت ماموگرافی، ۲۵درصد کمتر با نرخ ابتلا به سرطان سینه پیشرفته و ۴۱درصد کمتر با نرخ سرطان‌های سینه مرگبار در مدت ۱۰سال مواجه بودند.

«لستفان دافی»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه کوئین مری لندن، در این باره می گوید: «این مطالعه نشان می‌دهد که در شرکت کنندگانی که ماموگرافی انجام داده بودند خطر ابتلا به سرطان سینه کشنده به شکل چشمگیری کاهش یافته بود».

محققان معتقدند ماموگرافی ریسک مرگ ناشی از سرطان سینه را فراتر از آنچه که قبلاً تصور می‌شد کاهش می‌دهد و با وجود بهبودهای اخیر در فرایند درمانی ســـرطان سینه، تشخیص زودهنگام و اولیه ان به مراتب مهم‌تر است.

محققان توصیه می کنند زنان ۴۰ســـال به بالا بهتر است به طور مرتب ماموگرافی انجام دهند.

کدام گروه‌های خونی بیشتر به کرونا مبتلا می‌شوند؟

یک قیق تخصص خون و انکولوژی با تأکید بر اینکه یا تفاوتی میان احتمال ابتلا به کرونا در گروه‌های خونی وجود ندارد، یا این اختلاف بسـیار کم است. گفت: تنها برخی مطالعات نشان داده است گروه خونی A اندکی بیشتر در بیماری که به کرونا مبتلا شدند نسبت به جمعیت عادی بیمار شده دیده می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا دکتر قدیانی با بیان اینکه داشتن کم خونی به معنای مستعد بودن در ابتلا به بیماری کووید۱۹ نیســت، گفت احتمال ابتلا به بیماری کرونـا در افرادی که دچار کم‌خونی هستند مانند سایر افراد است اما در صورتی که برخی از افراد کم‌خون به کرونا مبتلا شوند، پیش آگهی بدتری خواهند داشت.

به عنوان نمونه کم‌خونی داسی شکل یکی از این مواردا ست که سبب می‌شـود لازم باشد افراد مبتلا به آن مراقبت‌های بیشتری از خود داشته باشند. وی افزود این در حالی است که اگر انواع کم‌خونی‌های دیگر را دارید، می‌توانید با مشورت پزشک خود مانند سایرین پرهیز کرده و نکات بهداشـتی را رعایت کنید. این قوق تخصص خون و انکولوژی، در پاسـخ به این سوال که آیا نوع گروه خونی با احتمال ابتلا به کرونا ارتباطی دارد یا خیر، تصریح کرد: برخی مطالعات نشان داده است گروه خونی A مختصری بیشتر در بیماری که به کرونا مبتلا شدند نسبت به جمعیت عادی دیده می‌شود. اما این افزایش مختصر است و حتی در برخی مطالعات هم نشان داده نشده است. به طور کلی می‌توان گفت با تفاوتی میان گروه‌های خونی وجود ندارد یا اختلاف به حدی کم است که اصلا اهمیتی ندارد. بنابر اعلام کامل خبری دانشـگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، وی در پاسخ به این پرسش که آیا مبتلایان به کرونا می‌توانند خون اهداء کنند یا خیر، تصریح کرد: بیماری که در حال حاضر مبتلا به کرونا هستند نباید خون اهدا کنند. این افراد پس از بهبودی کامل بهتر است اقدام به اهدای پلاسمای خون خود کنند. افرادی که هیچ علامتی از کرونا ندارند نیز بهتر است خون اهدا کنند؛ چرا که بیماران هستند که به فرآورده‌های خونی نیاز دارند و ممکن است کمبود فرآورده‌های خونی منجر به فوت آنها شود. بنابراین توصیه می کنم همه افراد جامعه که سالم‌اند و علائم کرونا را ندارند، خون اهدا کنند.

نوشابه های قندی برای قلب زنان مضر است

طبق نتایج یک مطالعه جدید، زنانی که مقادیر زیادی نوشابه گازدار، آبمیوه های شـیرین و سـایر نوشابه های قندی را مصرف می کنند در معرض ریسـک بالاتر ابتلا به بیماری قلبی قرار دارند.

به گزارش پیام آشـــنا به نقل از مهر، به گفته محققان دانشگاه کالیفرنیا، زنانی که یک نوشیدنی یا بیشتر در روز می‌نوشند در مقایسه با زنانی که هرگز چنین نوشیدنی‌های مصرف نمی‌کنند حدود ۲۰درصد بیشتر با ریسک بیماری قلبی مواجه هســـتند و تنها نوشـــابه‌های گازدار مشکل‌زا نیستند بلکه نوشیدنی‌های میوه‌ای هم همراه با شکر افزودنی پرریسک هستند.

«جریل آندرسون»، پژوهشگر ارشد تیم تحقیق، در این باره می گوید: «ما پیش بینی می کنیم که چندین دلیل موجب می‌شود قند ریسک بیماری قلبی را افزایش دهد.» وی در ادامه می‌افزاید: «مواد قندی موجب افزایش میزان گلوکز و غلظت انسولین در خون شده که میزان اشتها را افزایش داده و منجر به چاقی، فاکتور پرخطر اصلی بیماری قلبی عروقی، می‌شـود.» آندرســون تاکید می کند: «فعلاوه میزان بیش از اندازه قند در خون با فشـــار اکسایشی و التهاب، مقاومت انسولین، الگوی نامناسم کلسترول و دیابت نوع۲ مرتبط است. مشکلاتی که ارتباط قوی ای با ابتلا به تصلب شریان، تنگ شـــدن تدریجی عروق خونی، دارند.» بیش از ۱۰۰هزار زن در کالیفرنیا در این مطالعه شرکت کردند. محققان دریافتند افرادی که روزانه یک نوشیدنی قندی یا بیشتر می‌نوشیدند در مقایسه با زنانی که به ندرت نوشابه مصرف می کردند یا اصلاً چنین نوشابه‌های نمی‌نوشیدند ۲۶درصد بیشتر با احتمال نیاز به جراحی نظیر آنژیوپلاستی برای کاهش جریان خون مواجه بودند و ۲۱درصد بیشتر با ریسک سکته روبرو بودند. به گفته محققان، کاهی اوقات افراد از نوشـــابه‌های رژیمی اسـتفاده می کنند که آنها هم به دلیل داشتن مواد شیرین کننده مصنوعی نظیر ساخارین برای سلامت مضر هستند. انجمن قلب آمریکا، ســـالم‌ترین نوشیدنی را آب آشامیدنی معرفی می کند که فاقد قند، شیرین کننده‌های مصنوعی و کالری است.

در آینه رمضان

دعای روز بیست‌وسوم ماه مبارک رمضان

بسم‌الله‌الرحمن‌الرحیم
«اللّهمّ افـسَلْنی فیه من الذُّنوب وطَهِّرْنی فیه من العُیوب واملَئْ قلبی فیه بِتَقْوی القلوب یامَنْ عَذَرات المُذْنِبین»
«خدایا بشوی مرا در این ماه از گناه و پاکم کن مرا از عیب‌ها و آزمایش کن دلم را در آن به پرهیزکاری دل‌ها ای چشم‌پوش لغزش‌های گناهکاران»

آیت‌الله مجتهدی تهرانی در شرح فراز «اللّهمّ افسَلْنی فیه من الذُّنوب» می گوید: در این دعا از خدا می‌خواهیم تا ما را از گناهان شســـت و شو دهد. اگر قصد رفتن به میهمانی داشته باشیم خودمان را شســـت و شو می‌دهیم و تمیز می کنیم، حالا ماه رمضان میهمان خدا هستیم آیا خودمان را دلمان را از گناه تمیز کرده‌ایم؟

وی می‌افزاید: ماه رمضان ماهی است که شما را دعوت کرده‌اند به میهمانی خدا و رفتن به میهمانی مقدماتی دارد از جمله شست و شو دادن؛ اما در ماه رمضان کسی به فکر این نیست که خودش را تمیز کند.

راه پاک شدن انسان از گناهان

این استاد اخلاق ادامه می‌دهد: باید خودمان را شست و شو بدهیم تا لیاقت حضور در مهمانی خدا را داشته باشیم، پس اگر می‌خواهید از روزه ماه رمضان استفاده کنید باید از گناه شست و شو پیدا کنید.

این مجتهد و عالم ربانی در ادامه می گوید: برای اینکه از خدا بخواهیم تا ما را پاک کند باید نیمه شب از خواب برخیزیم و مانند کودکان اشک بریزیم و گریه کنیم و چون خدا مهربان اســـت ما را می‌بخشد. وی در ادامه در شرح فراز «وطَهِّرْنی فیه من العُیوب» اظهار می کند: خدایا من را از عیبم پاک کن؛ عیب‌ها عبارتند از: تهمت، غیبت، دروغ، ریا، تکبر، حسد و .. بدانید که اگر عیب داشته باشیم، ثواب کامل اعمالمان نوشته نمی‌شود.

اســـتاد بزرگ اخلاق در ادامه شرح دعای روز بیست و سوم در توضیح فراز «وامْتَحِنْ قَلْبی فیه بِتَقْوی القُلوب» می گوید: در این بخش از دعای روز بیست و سوم ماه رمضان می گوییم: خدایا دلم را آزمایش کن تا با اهل تقوا هماهنگ شوم. آنهایی که تقوای دل دارند، تقوای دل از تقوای زبان بهتر و ارزشـــمندتر است. ما گاهی زبانمان ترس خدا را اعتراف می کند، اما در دلمان ترس خدا نیست. وی ادامه داد: در دین، چراغ قرمز به معنای حرام و چراغ سبز به معنای حلال است.

سلامت

۲ ماه پس از بهبودی مبتلایان به کرونا، فرصت طلایی اهدای پلاسما

مدیر عامل سازمان انتقال خون گفت: یک تا دو ماه پس از بهبـــودی از ابتلا به ویروس کرونا به دلیل میزان مناســـب آنتی بادی و کیفیت بالای پلاسما، فرصت طلایی برای اهدای پلاسما است و بهبود یافتگان به منظور کمک به مبتلان به کرونا نباید این فرصت را از دست بدهند.

به گزارش پیام آشـــنا به نقل از ایرنا پیمان عشـــقی افزود: مبتلایان به ویروس کرونا توجه داشته باشند بعد از گذشت ۲۸روز از ابتلا، بهبود یافته اند و هیچ منعی برای حضور در جامعه ندارند و می توانند با اطمینان خون و پلاسما اهداء کنند.

وی ادامـــه داد: همچنیـــن اهداکنندگان خون و پلاسما اطمینان داشته باشند که ویروس کرونا بـــه هیچ وجه از طر یق خون و اهدای آن منتقل نمی شود و همه مر اکز اهدای خون و همچنین تجهیزات کاملا اســـتریل اســـت و توصیه های بهداشتی در آنها رعایت می شود. بنا براین اهدا کنندگان با اطمینان خاطر به این مراکز مراجعه و خون اهدا کنند.

مدیرعامل ســـازمان انتقال خون ایران گفت: از زمانی که ایران مطالعات پلاسمای بهبود یافتگان از ویروس کرونا را شروع کرد یکی دو هفته بعد از ما کشورهای دیگر اروپایی و آمریکایی نیز شروع به این مطالعات کردند اما تاکنون هیچ گونه نتیجه این مطالعات به چاپ نرسیده است.

عشـــقی ادامه داد: مطالعات پلاســـما درمانی در دهه قبل نیز بر روی بیماری‌های عفونی تنفسی خطرناک انجام شده بود که نتیجه امیدوار کننده‌ای را در پی داشت.

مدیرعامل سازمان انتقال خون خاطرنشان کرد: در بیماران مبتلا به ویروس کرونا نیز ســـازمان انتقال خون به عنوان یک پژوهشـــگر و از منظر طب انتقال خون ایران، این مطالعات را در دست بررسی دارد.

وی ادامه داد: ســـازمان انتقال خون ایران متولی تأمین خـــون و فرآورده های مورد نیاز کشـــور اســـت، بنابراین اخبار مربوط بـــه پژوهش‌های پلاســـما درمانی در بیماری‌های عفونی را رصد می کند، باید بتوانیم ذخایر پلاسما و همین طور فرآورده‌های درمانی خود را برای مقابله با بیماری کووید۱۹ که معلوم نیســـت که دوره شیوع و آن چه زمانی به اتمام میرسد را داشته باشیم.

مدیرعامل سازمان انتقال خون تاکید کرد: نکته‌ای که بسیار اهمیت دارد این است که بیماران بهبود یافته باید توجه داشته باشند که آنتی بادی موجود در پلاسمای آنها به مرور زمان رو به کاهش خواهد رفـــت بنابراین بعد از یک ماه بهبودی می توانند برای اهدای پلاسمای خود اقدام کنند، زیرا هر چه از این زمان بگذرد سطح آنتی بادی در پلاسمای آنها کاهش می یابد.

وی تاکید کرد: این زمان علاوه بر این که بهترین زمان برای اهدای پلاســـما توسط بهبود یافتگان ویروس کرونا قلمداد می شـــود زمانی است که به دلیل ازدیاد بیماران مبتلا به ویروس کرونا نیز بیشترین نیاز به اهدای پلاسما احساس می‌شود.

ترفندهای مفید سلامتی که خوب است عادت شوند

چند عادت ساده سلامتی که به شما توصیه می کنیم به عادت‌های روزمره خود اضافه کنید و ببینید چقدر بیشتر احساس انرژی و شادابی خواهید داشت.

هر روز سر ساعت مشخصی غذا بخورید

وقتی بدنتان نمی‌داند انتظار چه چیزی را باید داشـــته باشد، دچار استرس می‌شـــود. عادت سادهای مثل هر روز ســـر ساعت مشخص غذا خوردن می‌تواند هورمون استرسـتان را کاهش دهد. ضمناً تنظم داشتن ساعت تغذیه برای ریتم شبانه‌روزی بدن نیز اهمیت دارد، چون می‌تواند سیگنال‌های پیوسته و قابل اعتمادی بفرستد.

چای سبز و سفید بیشتر بنوشید

تحقیقات نشـــان داده است چای می‌تواند خطر حمله قلبی، بعضی از ســـرطان‌ها، دیابت نـــوع دوم و بیماری پارکینســـون را کاهش دهد. چای ســـبز و چای سفید بیشتر از چای سیاه آنتی اکسیدان دارند.

بیشتر وایستید

وقتی ساعت‌های طولانی می‌نشینید، تری گلیسـریدتان بالا می‌رود. کلسترول خوبتان افت می کند و بدنتان دچار التهاب می‌شود. در نتیجه زمینه‌ی مساعدی برای حمله قلبی یا سکته مغزی فراهم خواهد شد. خوشبختانه زیاد تنشـــتن یکی از ریسک فاکتورهای سکته مغزی است که کاملا تحت کنترل شماست.

قبل از رانندگی گردن آب بنوشید

مطالعات نشـــان می‌دهد حتی کم‌آبی یا دهیدراسیون خفیف بدن نیز می‌تواند تمرکز حواس راننده را کاهش دهد و ایمنی رانندگی را به خطر بیندازد. در مطالعه‌ای، دانشـــمندان دو تست رانندگی مشابه انجام دادند که در یکی از تست‌ها افراد، روز قبل از رانندگی و روز رانندگی، مقدار زیادی آب نوشـــیده بودند و در تست دیگر، افراد در این دو روز مقدار کمی آب نوشـــیده بودند. این افراد وقتی بدنتان دهیدراته بود، مرتکب ۱۰۱ خطای رانندگی شده بودند اما زمانی که هیدراته بودند، تنها ۴۷ خطای رانندگی داشتند.

دست چپتان را مشت کنید

این بار که با موقعیتی اســـترس برانگیز روبرو شدید که مجبور هم بودید دقت فیزیکی‌تان را حفظ کنید (مثلاً راه رفتن در مسیری خطرناک)، دست چپتان را مشت کنید. همین ترفند ساده کمکتان می کند خونسردی‌تان را حفظ کنید. احساس بد در زمان استرس و تنش، تاثیر از فعالیت مغز در تیمرکزی قیرمسلط مغز است و پرت کردن حواس در این مسیر (با مشت کردن دست چپ در صورتی که راست دست هستید و برعکس) می‌تواند جلوی فکر و خیال زیاد را که منجر به خطا و اشـــتباه می‌شوند بگیرد.

پنجره‌ها را باز کنید

هوای داخل خانه ممکن است بدتر از هوای آلوده‌ی بیرون باشد. مایع آلودگی هوا در خانه زیادند: اسپری‌ها، شمع و بخـــارات پخته‌پز و... همگی می‌توانند هوای داخل را به شـــدت آلوده کنند. هر چند ایـــن مواد در مقدار کم بی‌ضررند؛ اما وقتی با هم ترکیب می‌شـــوند می‌توانند در بـــدن التهاب ایجاد کرده و فشـــار خون را بالا ببرند. ســـاعت‌هایی از روز که هوا خوب اســـت پنجره‌ها را باز و هوای داخل را تهویه کنید.

شبکه‌های اجتماعی و ایمیل هایتان را کمتر چک کنید

این هم راهی دیگر برای کاهش اســـترس: شـــما واقعاً مجبور نیستید روزی چند بار ایمیل یا پیام‌هایتان را چک کنید. کمتر چک کردن اینباکس‌ها می‌تواند به میزان چشمگیری استرس روزانه‌تان را کاهش بدهد.

خشکی چشم دارید؟ یک نفس عمیق بکشید

محققان ژاپنی از ۲۰زن خواستند سه دقیقه یا به صورت معمول یا به صورت عمیق و شکمی نفس بکشند بعد از تنفس ترمال، حجم اشک چشم یکسان باقی مانده بود، اما بعد از ۱۵ دقیقه تنفس عمیق، ۴۸درصد میزان تولید اشک بیشتر شده بود. تنفس عمیق می‌تواند تعادل میان بخشـــی از سیستم عصبی را که به تولید اشک مرتبط است بازیابی کند.

روزنه

چگونه درست "ماسک" بزنیم؟

استفاده از ماسک در روزهای کرونایی، به‌ویژه در اماکن عمومی و در مکان‌هایی که تردد و رفت‌و آمد جمعیت زیاد اســـت، توصیه می‌شود. اما باید توجه کرد که نحوه صحیح استفاده از ماسک را بیاموزیم.

به گزارش پیام آشـــنا به نقل از ایســـنا در روزهای کرونایی چند نکته بهداشتی را هنگام استفاده از ماسک رعایت کنید.

-اگر ســـالم هستید، جهت جلوگیری از انتقال ویروس کرونا از شخصی که مشکوک به این بیماری است، باید از ماسک استفاده کنید.

- اگر ســـرفه یا عطسه می کنید، حتما باید از ماسک استفاده کنید.

-دقت داشته باشید که ماسک تنها در مواقعی موثر است که علاوه بر استفاده از آن، حتماً شـــستن مکرر دست، با آب و صابون یا ضدعفونی دست با محلول الکلی نیز مدنظر قرار گیرد.

-اگر از ماسک استفاده می کنید، باید بدانید که چگونه به درستی می‌توان از آن استفاده کرد.

-دقت داشـــته باشید که ماسک‌ها اندازه‌های مختلفی دارند و بنابراین باید ماسک در اندازه مناسب را انتخاب کنید

-برای کودکان از ماسک‌های مناسب برای اندازه صورت آنها استفاده کنید.

بنابر اعلام انجمن علمی آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت ایران، ماســـک ها سه لایه دارند. یک لایه بیرونی که رنگی اســـت که مخصوص دفع خارجی مایعات است و همواره باید رو به بیرون باشد. یک لایه میانی که دیده نمی‌شود و به عنوان مانعی برای ورود ذرات ریز بوده و یک لایه داخلی که سفید رنگ است و وظیفه جذب رطوبت را دارد. این لایه همواره باید به طرف دهان شـــما باشد. باید توجه کرد که ماسک‌هایی که ویژگی‌های ذکر شده را ندارند توصیه نمی‌شوند زیرا نمی‌توانند محافظت کافی در برابر بیماری‌های عفونی منتقل شده توسط قطرات تنفسی را ایجاد کنند.

-قبل از استفاده از ماسک، باید دستان خود را با محلول الکلی ۷۰درصد و یا با آب و صابون به مدت ۲۰ثانیه تمیز کنید

-حین استفاده دست را در داخل کش‌ها کرده و ماسک را روی بینی و دهان خود قرار دهید و بدین ترتیب کش‌ها را پشت گوش ببندازید.

-دهان و بینی خود را کاملا با ماسک بپوشانید و مطمئن شوید که هیچ شکافی بین صورت و ماسک شما وجود ندارد.

-ماسک قســـمت ضخیمی دارد (نوار فلزی کوچک) که باید حتما در بالا روی بینی قرار گیرد. بعد از قرارگیری، قســـمت ضخیم را که روی بینی و گونه‌ها است، فشار می دهیم تا هیچ‌گونه هوایی وارد نشود.

-قســـمت پایین ماسک را حتما باید تا زیر چانه کشید.

-هر حین استفاده از ماسک، از لمس کردن ماسک جدا خودداری کنید. در صورت ضرورت، دســـتان خود را با محلول ضدعفونی کننده الکل ۷۰درصد و یا آب و صابون تمیز کنید.

-زمانی که ماسک مرطوب شود، کارایی خود را از دست می دهد. بنابراین، ماســـک را باید با یک ماسک جدید جایگزین کنید و از ماســـک‌های یکبـــار مصرف، دوباره استفاده نکنید.

-جهت دفع ماسک، حتما از قســـمت کش‌ها ماسک را در بیاورید (جلوی ماسک را لمس نکنید) و در کیســـه‌ای گذاشته و آن را در سطل زباله (در صورت امکان سطل درب دار) بیندازید.

-دقت کنید هنگام دفع ماسک دســـتان یا لابه بیرونی تماس نداشته باشد.

-بعد از دور انداختن ماسک حتما دســـت‌های خود را با محلول الکلی ۷۰درصد و یا آب و صابون بشویید.

قربونِ دَسِت، اون شیر آبُ ببند.

مینیمال هایی برای زندگی

مینیمال هایی برای زندگی
ما برای ادامه دادن
هیچ‌کس را نداریم جز خودمان
و این کافی‌ست

چارلز بوکوفسکی

معرفی کتاب

کیمیاگر

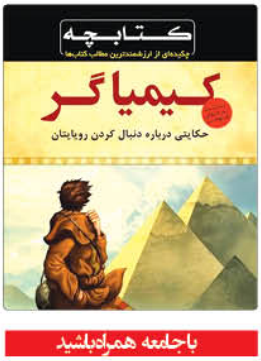
حکایتی درباره دنبال کردن رویاهایتان
نویسنده: پائولو کوئیلو
مترجم: آرش صدر
شادن پژواک

کتابچه کیمیاگر خلاصه رمان کیمیاگر اثر پائولو کوئیلو است. این رمان حکایتی است درباره دنبال کردن رویاهایتان.

کتاب کیمیاگر داستانی در مورد جوانی است که می‌دانست باید افسانهٔ شخصی خود را دنبال کند. هیچ چیز مهم‌تر از دنبال کردن نشانه‌ها برای پیدا کردن مسیر اصلی خود نیست و البته باید قادر باشید تا کاری را انجام دهید که قلبتان می گوید باید تصمیم‌تان را بگیرید. آیا عشـــق گنجی است که قلب به دنبال آن است؟ یا ایـــن که همواره باید به دنبال ثروت بـــود؟ تنها باید به رویاها و خاطره‌های خود تکیه کنید. خدای خودتان را بیابید. آیا او واقعاً معجزه می کند؟ اکثر اوقات در سفرمان به مقصد موفقیت، برایمان پیش می آید که متوجه شـــویم هرآنچه که به دنبالش بودیم و سخت برای بدست آوردنش تلاش میکردیم همان جایی بوده که اول از آنجا شروع کردیم اما ما تازه بعد از کلی جستجو آنرا کشف می کنیم. رمان‌های کوئیلو از پرطرفدارترین رمان‌ها در سراســـر جهان است و که مضامینی نظیر عشق، زندگی، رویا و آرزوها را در قالب داستانی فلسفی و با نگارشی زیبا به تصویر می کشد.

درباره کتاب کیمیاگر

کیمیاگر داستان چوپانی اســـپانیایی به نام سانتیاگو را روایت می کنـــد که زادگاهش را در اندلس ترک می کند و به شـــمال آفریقا می‌رود تا گنجی مدفون را در حوالی اهرام مصر پیدا کند. در این راه، با زنی کولی، مردی که خودش را پادشـــاه می‌داند و یک کیمیاگر آشنا می‌شود و عاشق فاطمه، دختر صحرا می‌شود. هیچ کس نمی‌داند این گنج چیســـت و آیا سانتیاگو می‌تواند بر موانع راهش در صحرا غلبه کند؟ اما چیزی که در آغاز ماجراجویی کودکانی به نظر می‌رسید، سرانجام به جستجوی گنجی مبدل می‌شود که فقط در درون می‌توان آن را یافت.



باجامعه همراه‌باشید

صفحه "جامعه" با رویکردی متفاوت از گذشته با مطالب متنوع در حوزه های جامعه‌شناســـی، روانشناسی، سلامت، تغذیه، دکوراسیون، باغبانی، آموزه های قرآنی، معرفی کتاب، مشاوره و مدیریت خانواده، مسائل حقوقی و قضایی و هزاران موضوع جذاب و خواندنی دیگر، میهمان خانه هایتان است.

امید که بتوانیم با همراهی شما یاران همیشگی پیام آشنا، در راستای ارتقای سبک زندگی گام برداریم.

نظرات، دیدگاه و انتقادات ســـازنده خـــود را با ما در میان بگذاریـــد از مطالب صاحبان قلم در حـــوزه های اجتماعی استقبال می شود.

شماره تماس: ۳۲۵۵۳۸۳۸