info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۱۳۴
شنبه ۱۹/ شهریور/ ۱۴۰۱
۱۳ / صفر / ۱۴۴۴
10 / September / 2022

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۲۲۵۲۳۸۲۸-۲۲۵۲۴۲۴۲-۰۲۶ فکس: ۲۲۵۲۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۴
چاپ: کارگر

مکث

ساقی‌ها زیر ذره‌بین پلیس مدرسه!

با اینکه چند سالی از به صدا در آمدن زنگ خطر مصرف مولدمخدر در مدارس از سوی کارشناسان حوزه مبارزه با مولدمخدر می‌گذرد اما نه وزارت آموزش و پرورش و نه مدیران مدارس زیر بار این مسئله نرفتند

به گزارش پیام آشنا- به نقل از مهر، محیط مدرسه یکی از تأثیرگذارترین محیط‌ها در رشد نوجوانان است. محیطی که می‌تواند مسیر زندگی یک نوجوان را تا آخر عمر مشخص کند. از طرفی، دوران نوجوانی نیز با فراز و نشیب‌ها و هیجانات روحی و احساسی فراوانی آمیخته است که می‌تواند برای شکوفایی استعداد نوجوانان یا در خطر قرار گرفتن آینده‌ی یک چالقوی دو لبه باشد. هم‌شهری در گزارشی به مسئله‌ای نگران‌کننده درباره مدارس پرداخته است.

با اینکه چند سالی از به صدا در آمدن زنگ خطر مصرف مولدمخدر در مدارس از سوی کارشناسان حوزه مبارزه با مولدمخدر و فعالان حوزه می‌گذرد اما نه وزارت آموزش و پرورش و نه مدیران مدارس زیر بار این قضیه نرفتند. براساس آمار اعلام شده از سوی شورای هماهنگی مبارزه با مولدمخدر در ایران تنها ۱.۲ درصد دانش‌آموزان مدارس کشور درگیر اعتیاد شده‌اند. نشست تخصصی معاونان، مشاوران، مدیران کل و دبیران شورای هماهنگی مبارزه با مولدمخدر استان‌های کشور که تحت عنوان پیشگیری از اعتیاد، مشارکت‌های مردمی و اشتغال بهبودیافتگان در تهران برگزار شد فرصت خوبی بود برای اینکه دغدغه‌ها و نگرانی‌های دستگاه‌های مسئول در حوزه اعتیاد بی‌پرده از نگرانی اعتیاد در مدارس بیان شود. دبیر کل ستاد مبارزه با مولدمخدر در این همایش با اشاره به بازشدن پای مولدمخدر به برخی از مدارس، از هماهنگی‌های لازم با پلیس برای کنترل غیرمحسوس اطراف مدارس خبر داد و گفت: از ابتدای بازگشایی مدارس به‌صورت فیزیکی، شعاع اطراف مدارس و فروشندگان اطراف مدارس بطور غیرمحسوس کنترل خواهند شد. سردار اسکندر مومنی در حالی سن اعتیاد در کشور را ۲۴ سال اعلام می‌کند که معتقد است این رقم در مقایسه با نرخ جهانی خیلی متفاوت است: «شاید بعضاً مشاهده شود افراد با سنین کمتر نیز مصرف مواد داشته باشند اما معدل سن اعتیاد در کشور ۲۴ سال و چند ماه است اما این نرخ در دنیا ۱۹ سال است.»

طرح بایرگیران زندگی در مدارس

حدود ۳۰ سال پیش بود که طرح بایرگیران زندگی با هدف کاهش آسیب‌های اجتماعی در بین دانش‌آموزان در مدارس اجرا شد و البته نتایج خوبی هم در آموزش مهارت‌ها گفتن به بچه‌ها داشت. دبیر کل ستاد مبارزه با مولدمخدر معتقد است در سال تحصیلی جدید باید با استفاده از ظرفیت عظیمی که وزارت آموزش و پرورش دارد طرح بایرگیران زندگی در مدارس با محوریت پیشگیری از اعتیاد اجرا شود. به‌گفته مومنی، تاکنون ۴۰ هزار مدرسه تحت پوشش طرح یادشده قرار دارند و قرار است امسال این مدارس تا پایان سال تحصیلی جدید به ۸۰ هزار مدرسه برسد. «محتوایی در سامانه شاد قرار دارد و در آینده تولید می‌شود تا معلمان و والدین با این محتواها آشنا شده و آموزش لازم در حوزه پیشگیری از مولدمخدر را ببینند و به دانش‌آموزان منتقل کنند.»

قائم‌مقام دبیر کل ستاد مبارزه با مولدمخدر هم با نظر سردارمومنی موافق و معتقد است برای تحقق «هفت پیشگیری» در خصوص مصرف مولدمخدر، هیچ راهی جز رویکرد «جتماعی‌سازی» نداریم: «در وزارت آموزش و پرورش در حال پیگیری طرح بایرگیران زندگی هستیم. طرحی که در محور نخست آن به‌دنبال توانمندسازی دانش‌آموزان در دوران ابتدایی و متوسطه اول و دوم، در محور دوم مدیریت سوژه‌ها و مداخله برای دانش‌آموزان آسیب‌دیده و محور آخر تشکیل اثرگذار و توانمند کانون‌های بایرگیران زندگی در مدارس است.»

به‌گفته علیرضا کاظمی، برای افزایش کیفیت اجرای این طرح، جشنواره نوجوان سالم و بایرگیران زندگی، در کنار دو حوزه بهره‌گیری از ظرفیت انجمن اولیا و مربیان و سازمان ملی تعلیم و تربیت کودک با تمرکز بر مهدکودک‌ها در سال آجرا به آن اضافه می‌شود. «تاکنون ۴۰ هزار کانون با پوشش بیش از ۴ میلیون دانش‌آموز ایجاد شده است.» قائم‌مقام دبیر کل ستاد مبارزه با مولدمخدر که بر اجرای نهضت پیشگیری معتقد است ادامه داد: هیچ نهادی مثل آموزش و پرورش و دانشگاه فرهنگیان نمی‌تواند در این نهضت پیشگیری بایرگر نظام جمهوری اسلامی ایران باشد. درست است در طول سال‌هایی که دلواپسان نسل آتی کشور زنگ اعتیاد در مدارس را به صدا در آوردند و آموزش و پرورش یک تنه در برابر همه آنها ایستاد و زیر بار نرفت اما حالا رئیس دانشگاه فرهنگیان، با تأکید بر اهمیت کار معلمان در پیشگیری از مصرف مولدمخدر، می‌گوید معلمان نقش برایی در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی بین دانش‌آموزان دارند. «هزعم متخصصان، ۵ تا ۱۳ سالگی یعنی تا پایان دوره متوسطه اول سن «بحران» است. هر کار خوبی که دانش‌آموزان باید در این سنین بیاموزند باید پایه‌ریزی شود و اهمیت کار معلمان در اینجا آغاز می‌شود.»

رضا صحرایی معتقد است معلمان به‌گونه‌ای آموزش می‌دهند که آموزش دیده‌اند و اگر امروز پیشگیری از مولدمخدر به سر فصل دغدغه‌های نظام تبدیل شده است. دانشگاه فرهنگیان نیز موظف است پیشگیری را در سرفصل خود قرار دهد. «حالا به ۲۵ هزار معلم مستقیماً و ۲۵ هزار معلم غیرمستقیم به نظام تعلیم و تربیت وارد می‌شوند و معلمان باید کودکان را متناسب با ظرفیت‌های زمان خود تربیت کنند. امروز شاهد خلأ شناختی و ادراکی بین معلمان و دانش‌آموزان هستیم به‌طوری که معلمان در دنیای خود و دانش‌آموزان در دنیای خودشان هستند و این خلأ باعث شده نتوانیم از معلم با تمام ظرفیت استفاده کنیم. معضل اعتیاد در مدارس از آن دست معضلات اجتماعی است که اگر شوخی گرفته شود دامن همه را می‌گیرد. بنابراین امید است حالا که در آستانه فصل بازگشایی مدارس از نقشه راه پیشگیری از اعتیاد در قالب طرح بایرگران زندگی در آموزش و پرورش رونمایی شده مسئولان ذیربط هم با درک واقعیات موجود بستری را فراهم کنند که دست توزیع کنندگان مولدمخدر از مدارس کشور کوتاه شود.

توزیع مواد مخدر در حوالی مدرسه

فتانه حسینی- روانشناس و درمانگر اعتیاد می‌گوید: متأسفانه در سال‌های اخیر مصرف گل در بین دانش‌آموزان بسیار زیاد شده و محل توزیع این مواد اغلب در حوالی مدارس، کافی‌نت‌ها، تنفلات فروشی و واحدهای صنفی اطراف مدرسه است. دانش‌آموزانی که آلوده به مولدمخدر هستند خود را با علامتی مانند: بیقراری، اضطراب، افسردگی، بی‌نظمی، افت تحصیلی و تیرگی پوست نشان می‌دهند: دانش‌آموزی که نه تمرکز کافی دارند و نه درصورت نرسیدن مواد، احساس امنیت و آرامش دارند.

گزارش روز

ماچطور می‌توانیم برای فیفا خط قرمز بگذاریم؟

ورود زنان به ورزشگاه‌ها از دید بسیاری از ناظران عادی می‌شود و از تب و تاب می‌افتد اما آیا پرونده موضوعی که سال‌ها به عنوان یک مطالبه قلمداد می‌شد بسته خواهد شد؟

به گزارش پیام آشنابه نقل از ایرنا: تکرار حضور زنان در ورزشگاه‌ها و در جریان مسابقات مختلف فوتبال، باعث شده تا از جذابیت و داغی این سوژه در اخبار و گزارش‌های رسانه‌ای و نیز شبکه‌های اجتماعی کاسته شود و می‌رود تا تبدیل به امری عادی شود.

البته این باعث نشده تا مخالفان ورود زنان به استادیوم‌ها از خود واکنشی نشان ندهند به عنوان مثال حمیدرضا ترقی- عضو شورای مرکزی موتلفه چند روز پیش توئیت زده است: این نوع سوءاستفاده از اجازه حضور بانوان در استادیوم ورزشی با حضور مردان، نشان داد که عده‌ای زنان ظرفیت اخلاقی کافی برای رفتن به این محیط‌های هیجانی را ندارند.

در مقابل، هاجر چنارلی در گفتگویی رسانه‌ای اظهار داشته در هفته‌های گذشته مشاهده کردیم که در شرایطی عادی و فضایی مناسب بانوان وارد ورزشگاه‌ها شدند و مشکل و حاشیه‌ای نیز ایجاد نشد وی با بیان اینکه «کاملا موافق حضور بانوان در ورزشگاه‌ها هستم و به نظرم با آغاز این حضور کار بسیار درستی انجام شد»، اظهار امیدواری کرده این حضور در سایر مسابقات نیز ادامه داشته باشد.

چرا رفتن زنان به ورزشگاه تبدیل به مسئله اجتماعی شد؟

هیچ وقت کاملا مشخص نشد که اصلا چرا رفتن زنان به ورزشگاه برای تماشای بازی‌های فوتبال ممنوع است اما برای تماشای والیبال چنین ممنوعیتی وجود ندارد هیچ وقت مسئولان ورزشی یا فرهنگی کشور به طور شفاف پاسخی به این ماجرا ندادند و این اواخر گفته می‌شد زیرساخت حضور زنان در ورزشگاه مهیا نیست.

ابوالفضل اقبالی- پژوهشگر مطالعات اجتماعی در یک گفتوگوی زنده در فضای مجازی در این زمینه می‌گوید: درباره این که چرا این موضوع تبدیل به یک موضوع اجتماعی شده می‌توان به سه سطح صحبت کرد: اولین سطح این است که جامعه ایرانی در حدود دو تا سه دهه اخیر، شاهد تغییرات فرهنگی و اجتماعی بوده است. با جریان توسعه سیاسی و گسترش مفاهیمی مثل آزادی مدنی و حقوق زنان و برابری اجتماعی، عرصه‌ای برای پیگیری مطالبات حقوق شهروندی زنان گشوده شد. این تغییرات اجتماعی و فرهنگی که در جامعه ما رخ داد، زنان را به این سمت سوق داد که به دنبال حقوق و فرصت‌های همسطح اجتماعی با مردان باشند؛ از حقوق در سطح خانواده تا حقوق و فرصت‌های اجتماعی مانند دوچرخه سواری و حضور در ورزشگاه‌ها و... این موضوع نسبتی با مسائل سیاسی و بین‌المللی نیز برقرار می‌کند. در بُعد بین‌المللی آن برخی می‌گویند فرایند کنونی یک جور اراده برای خلع سلاح کردن است به طور مثال فیفا وارد موضوع شده و از ایران مطالبه می‌کند تا به مقصود برسد. به گفته اقبالی، مسئله ورزشگاه رفتن زنان به تدریج تبدیل به یک مشکل می‌شود که برای حل آن نهادهای مختلف درگیر می‌شوند زیرا ماجرا را با حکمرانی فرهنگی جمهوری اسلامی ایران گره می‌زنند و نهایتا به وضعیتی رسیدیم که برخی اعلام داشتند ایدهای برای حل آن نداریم. این پژوهشگر مطالعات اجتماعی می‌افزاید: از موارد مانند ممنوع بودن دستگاه ویدیو که در دهه ۶۰ با آن مخالفت و بعد آزاد شد تا دستگاه ماهواره و صیافت اینترنت و حضور زنان در ورزشگاه به حکمرانی فرهنگی برمی‌گردد. گفته می‌شود حالا چون سرمایه اجتماعی را در سویر مارکت و قصابی از دست داده‌ایم، حداقل در مسائل اجتماعی و فرهنگی خیلی فشار نیاوریم که سرمایه اجتماعی ریزش نکند. این به معنی انفعال است. در ابتدا حکمرانی حرام است و بعد که فشارهای بین المللی اتفاق می‌افتد آن را آزاد می‌کنیم. این که چرا زنان فقط برای رفتن به استادیوم‌های فوتبال با ممنوعیت مواجه می‌شوند برای من هم سوال است. ولی آن‌چه در ابتدا برای مخالفت بیان شد، مخالفت فقهی مراجع بود که گفته شد نگاه به بدن نامحرم حرام است. در حالی که فرم لباس بازیکنان در فوتبال با والیبال تفاوت چندانی ندارد. این یک دوگانگی سیاست است.

چطور الگوی خود را بسازیم؟

طی روزهایی که ورود زنان به ورزشگاه‌ها به سمت عادی شدن می‌رود این گزاره زیاد به گوش می‌رسد که با افشار مراجع بین‌المللی، زنان توانستند بعد از تجربه چند مسابقه ملی برای دیدارهای باشگاهی هم راهی استادیوم‌ها شوند و از درهای آن عبور کنند. این در حالی است که پیش از این هم همین فشارها وجود داشت اما عملا این مطالبه بیشتر بهره‌برداری تبلیغاتی و سیاسی می‌شد اقبالی در این زمینه اظهار می‌دارد: همان طور که حضور زنان در ورزشگاه تبدیل به مطالبه و مسئله می‌شود و پس از کش‌وقوس‌های مختلف بالاخره مجوز می‌گیرد. امتداد آن به این سمت می‌رود که شهروندان می‌گویند ما می‌خواهیم با خانواده و همسر و خواهر و برادر به ورزشگاه برویم به صورت مختلط به تماشای بازی‌ها بنشینیم. در این شرایط مجبوریم با وجود مخالفت‌های موجود در این زمینه به برخی از این مطالبه‌ها که در ادامه مطرح می‌شود نیز جواب مثبت بدهیم. این پژوهشگر مطالعات اجتماعی ادامه می‌دهد: فیفا پس از موضوع ورود زنان به ورزشگاه، بحث داوری زنان برای مسابقه‌های مردان را هم مطرح کرده و مورد دیگر نیز به مرور مطرح می‌شود. هیچ راهکاری برای این وجود ندارد. زیرا سلطه نهادهای بین المللی در حوزه‌های مختلف مثل بهداشت و علوم و اقتصاد و ورزش پذیرفته شده است. وقتی ما به اعتبار مجلس‌های علمی بین المللی احترام می‌گذاریم از سلطه نهادهای بین المللی در عرصه علمی آگاهی داریم. وقتی استانداردهای حوزه پزشکی را به استانداردهای جهانی نزدیک خودمان از نگرانی‌ها بسیاری از این درخواست‌ها می‌کنیم. ناگزیریم بسیاری از این درخواست‌ها بین المللی را بپذیریم. مگر این که با اقناع جامعه همراه کنیم و برای فیفا خط قرمز بگذاریم که به طور مثال درخواستی مانند رقص وسط زمین نداشته باشد. به گفته اقبالی، باید به این فکر کنیم که الگوی مشارکت زنان چه در ورزش حرفه‌ای و هواداری چطور باید باشد و آیا تنها الگو همین الگوی مرداند؟ به همین زیرساخت‌های موجود است؟ یعنی آیا برای تماشای ورزشی مثل فوتبال، الگوی مناسبی جهت هواداری نمی‌توان طراحی کرد؟ به نظر می‌رسد که این طور نیست و می‌توان پاسخ‌های کارآمدتری به این نیاز داد. اگر این اتفاق رخ بدهد، به الگوهایی از هواداری فوتبال با شرایط مناسب برای زنان می‌رسیم که حداقل چالش‌های حاضر را ندارد. از ابتدا نباید ممنوعیت فقهی را تنها راهکار قلمداد می‌کردیم و باید به این سمت می‌رفتیم که به الگوی دیگری برسیم که متناسب با نظر فقها باشد.

در بحث ورود زنان به ورزشگاه‌ها منفعل ظاهر نشویم

حذف روسیه از جام جهانی فوتبال به واسطه حمله به اوکراین یا رفتارهای سیاسی دیگر از طرف فیفا یا سایر نهادهای بین المللی ورزشی دیده شده اما ماجرا این‌جا است که ایران برای حضور در عرصه‌های بین المللی ورزشی باید برخی درخواست‌های فرهنگی و ورزشی فدراسیون‌های جهانی را بپذیرد و در عین حال نمی‌توانیم از اصول فرهنگی خود کوتاه بیاییم و باید این دو را به موازات هم پیش ببریم و در مورد تلاقی، حداقل با رایزنی با فدراسیون‌های جهانی، موضوع را به نوعی پیش ببریم که هر دو طرف رضایت داشته باشند. ولی این به معنی حذف یا کنار کشیدن از یک رقابت ورزشی نیست. اقبالی در پاسخ به این سوال که آیا می‌توان ورزش‌ها را برای پیشگیری از دخالت بین المللی، به طور کلی حذف کرد، بیان می‌دارد: حذف ورزش‌ها به طور کلی امکان پذیر نیست. یعنی نمی‌توان گفت که برخی ورزش‌ها را حذف کنیم و اصلا جمهوری اسلامی ایران هم چنین تصمیمی نمی‌گیرد. باید برنامه جامعی برای چوالان داشته باشیم که سرگرمی هم بخشی از این برنامه باشد. موضوع این است که ما معنی سرگرمی را بد فهمیدیم و این طور فکر می‌کنیم که سرگرمی یعنی پر کردن وقت‌های خالی با مسائل جالب. در حالی که چنین مفهومی از سرگرمی در نظام سیاست‌گذاری فرهنگی و اجتماعی نداریم. سرگرمی با تفریح متفاوت است. تفریح با رویکرد فعالانه نسبت به گذران وقت همراه است، اما سرگرمی یعنی ما بی‌کاریم و نمی‌دانیم چه کار کنیم و به طور مثال پاساژگردی می‌کنیم. موضوع پر کردن اوقات فراغت در کشور ما بد فهمیده شده است. در گذشته جامعه این طور نبود و برای همه ساعت‌های خود برنامه داشت. وقتی فراغت با سرگرمی یکی دیده شود دیگر نمی‌توان ورزش را حذف یا فضای مجازی را فیلتر کرد. وی ادامه می‌دهد: باید درباره حق شهروندی زنان در هواداری فوتبال تدبیر عاقلانه و عالمانه‌تری داشته باشیم. اقدام اشتباه این است که حرکت در این مسیر را با گام‌های خسیسانه بردارییم. اگر الگوی مشارکت و مداخله نسبت به حضور زنان دقیق‌تر باشد و زیرساخت‌ها نیز شکل بگیرد، با چالش‌های مشابه مواجه نمی‌شویم. این چالش‌ها زمانی ایجاد می‌شود که از نظر ایده و الگو و گزینه‌های موجود، دست خالی باشیم. این که به جای ۴ هزار نفر، به ۴۰۰ نفر از بانوان مجوز ورود به ورزشگاه داده می‌شود نیز انفعال و اشتباه است. چرا از ابتدا به ۴۰۰ یا ۵۰۰ نفر اجازه ورود داده می‌شود. این رفتار مثل این است که تعدادی از افراد را مثل فنر فشرده کرده و رها کنیم.

برش

نور آبی فرآیند پیری را سرعت می‌بخشد

نتایج مطالعه‌ای جدید نشان می‌دهد نور آبی صفحه گوشی اثرات خطرناکی روی بدن دارد که یکی از آنها تسریع فرآیند پیری است. به ما اغلب درباره خطرات استفاده طولانی‌مدت از گوشی‌های هوشمند هشدار داده شده است و اکنون این مطالعه جدید می‌گوید که یکی از این خطرات می‌تواند سرعت‌بخشیدن به فرآیند پیری باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از فرادید، محققان از دانشگاه اورگون در آمریکا مطالعه‌ای انجام دادند و در آن اثرات نور آبی را روی مگس میوه آزمایش کردند. آنها شواهدی پیدا کردند که نشان می‌دهد عملکردهای ابتدایی سلولی ما می‌تواند تحت تأثیر این نور که از گوشی‌های هوشمند و سایر ابزار الکترونیکی ساطع می‌شود قرار گیرد. دکتر جادویگا گیبالتوویز، نویسنده ارشد این مطالعه و استاد زیست‌شناسی منسجم در دانشگاه اورگون، می‌گوید: «قرارگیری اقرافی در معرض نور آبی که از هر وسیله‌ای از تلویزیون گرفته تا لپ‌تاپ و گوشی‌های هوشمند منتشر می‌شود، طیف وسیعی از اثرات مخرب در سطح سلولی به همراه دارد که شامل آسیب به سلول‌های پوست و چربی و سلول‌های عصبی می‌شود. ما برای نخستین بار نشان دادیم که سطح برخی متابولیت‌های خاص (مواد شیمیایی‌ای که برای عملکرد صحیح سلول‌ها ضروری هستند) در مگس‌های میوه که در معرض نور آبی قرار می‌گیرند تغییر شکل می‌دهد. مطالعه ما پیشنهاد می‌دهد که پرهیز از قرارگرفتن اقرافی در معرض نور آبی می‌تواند یک استراتژی مناسب ضد پیری باشد.» این تیم تحقیقاتی در مطالعه خود دریافت که در مگس‌های میوه‌ای که در معرض نور آبی قرار گرفته بودند، ژن‌های محافظتی در برابر استرس فعال شده بود. مگس‌های میوه‌ای که در تاریکی مداوم زندگی کرده بودند عمر طولانی‌تری داشتند. گیبالتوویز می‌گوید: «برای آنکه بفهمیم چرا نور آبی پرانرژی فرآیند پیری را در مگس‌های میوه تسریع کرده است، سطح متابولیت را در بدن مگس‌های میوه‌ای که به مدت دو هفته در معرض نور آبی قرار گرفته بودند با سطح متابولیت در بدن مگس‌هایی که در تاریکی به سر برده بودند، مقایسه کردیم». متابولیت‌ها موادی هستند که وقتی بدن در حال تجزیه چربی‌هایی از قبیل دارو، غذا و مواد شیمیایی - یا هر چیز دیگری که وارد بدن‌تان می‌کنید - است، ساخته یا مصرف می‌شوند. این مطالعه نشان داد که قرارگرفتن در معرض نور آبی تفاوت قابل توجهی در سطح متابولیت‌ها در سلول‌های سر مگس ایجاد می‌کرد. آنها به طور خاص نشان دادند که سطح سوکسینات متابولیت افزایش می‌یافت اما سطح گلوتامات کاهش پیدا می‌کرد. گیبالتوویز می‌گوید: «سوکسینات برای تولید سوخت برای عملکرد ورشد هر نوع سلولی ضروری است. سطح بالای سوکسینات بعد از قرارگرفتن در معرض نور آبی می‌تواند با فرآیندی مقایسه شود که در آن بزنین به داخل خودرو پمپاژ می‌شود اما به خودرو نمی‌رسد. یافته دیگر دردسرساز این بود که مولکول‌هایی مثل گلوتامات که مسئول برقراری ارتباط بین سلول‌های عصبی بودند بعد از قرارگرفتن در معرض نور آبی در پایین‌ترین سطح قرار داشتند». نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که بعد از قرارگرفتن بدن در معرض نور آبی، سلول‌ها در نامطلوب‌ترین سطح خود عمل می‌کنند که باعث مرگ زودهنگام می‌شود. اگر افراد بسیار طولانی در معرض نور آبی قرار بگیرند، فرآیند پیری‌شان تسریع می‌شود. محققان می‌گویند: «از نوری نسبتاً قوی روی مگس‌ها استفاده کردیم. انسان‌ها در معرض نور ملایم‌تری قرار می‌گیرند. بنابراین آسیب سلولی ممکن است آنقدرها بسیار نباشد. هرچند به تحقیقات بیشتری در این زمینه نیاز است.

منبع: Science Focus

فراخوان نقاشان جنب آثار
Kahli Visual Arts Gallery
نگارخانه هنرهای تجسمی کهلی
با همراهی "گروه هنری آذاران"
برگزار می‌کند.
نمایشگاه هنر و نقاشی
کبور بنور گروه آذاران
Art and Immortal Roles Exhibition
Festival of Iranian Young Artists Painters
21 - 26 Oct 2022
زمان ارسال اثر به پیام رسان واتس آپ:
از مورخ ۱۰ شهریور لغایت ۲۲ مهر ماه سال ۱۴۰۱
توجه: زیر هر اثر درج نام و نام خانوادگی هنرمند به نگارش فارسی و انگلیسی و کد ملی الزامی است.
زمان تحویل و انتخاب آثار ۲۳ مهر ماه ۱۴۰۱
زمان برپایی افتتاحیه نمایشگاه ۲۹ مهرماه ۱۴۰۱
هنرمندان میتوانند در زمینه رنگ روغن، اکرلیک، آبرنگ، نگارگری، پستل، مداد شرعی فاقد بنفش
در پایان نمایشگاه پذیرفته شدگان نمایشگاه می توانند از مزایای دریافت لوح سپاس فارسی (دارای هولوگرام، رمز طرح زیر عکس و کدثبت گلدری) با تاییدیه گزارش نمایشگاهی مرکز هنرهای تجسمی وزارت محترم ارشاد برخوردار باشند.
برگزیدگان" نفرات اول تا سوم " این نمایشگاه مفتخر به دریافت جوایز "سنگینه های دست ساز صنایع دستی پارمیان" هدانمیشی خواهد شد".
تمامی شرکت کنندگان می توانند از معرفی نامه تخفیف خرید ۳۰٪ کتابهای هنر تا سقف بی نهایت بهره مند شوند.
شماره واتس آپ جهت ارسال آثار: ۰۹۱۰۱۳۵۳۹۶۶
محمود اروحی آذر
نگارخانه کهلی
تهران، قیطریه،
روبروی پارک قیطریه
خیابان حدادنژاد، نبش
بن بست عزیزی، پلاک ۱
تلفن: ۰۹۱۰۱۳۵۳۹۴۴
kahli.art.gallery@gmail.com

امروز با حافظ

مجو درستی عهد از جهان سست نهاد
که این عجوز، عروس هزار دامادست
نشان عهد و وفا نیست در تبسم گل
بنال بلبل بی‌دل که جای فریادست

فرازی

سرمایه توئی، چون تو شدی، دل که و دین چه
چون روز بشد دیده ز روزن چه نویسد

خاقانی

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۱۹	۰۶:۴۵	۱۳:۰۲	۱۹:۱۹	۱۹:۳۷

برگه

انسان خوبی باش اما وقتت رو برای اثباتش به دیگران تلف نکن...

چارلی چاپلین

عمود ۱۲

سلامت در اربعین حسینی

پیشگیری از وبا

رسانه چه خبر

لباس فرم برای دانش‌آموزان اجباری نیست

فارس: مدیرکل آموزش و پرورش شهر تهران با بیان اینکه لباس فرم برای دانش‌آموزان اجباری نیست، گفت: خانواده‌ها هیچ الزامی به تهیه لباس فرم برای فرزندشان ندارند. علیرضا کریمیان با بیان اینکه لباس فرم برای دانش‌آموزان اجباری نیست، اظهار کرد: به همکاران ابلاغ و حتی توصیه کردیم چنانچه لباس سال گذشته کفاف می‌دهد و مناسب برای امسال است، دانش‌آموزان از همان لباس سال گذشته برای امسال به عنوان لباس فرم استفاده کنند. وی تصریح کرد: اگر خانواده تمایل داشت، می‌تواند لباس فرم برای فرزندش تهیه کند اما اگر تمایل نداشت، لباس فرم اجباری نیست. کریمیان در واکنش به این جمله که «مدارس به خانواده‌ها برای تهیه لباس فرم آدرس و مهلت می‌دهند»، گفت: معمولا مدیر مدرسه توافقی می‌کند و لباس یکسانی را طراحی می‌کنند و این را به صورت اختیاری به اولیا عنوان می‌کنند اما اگر اولیا تمایل به خرید نداشته باشند، از نظر ما اشکالی ندارد. وی ادامه داد: اینکه دانش‌آموزان با لباس‌های فرم متفاوت به مدرسه بروند هیچ اشکالی ندارد؛ زمانی که ما دانش‌آموز بودیم لباس فرم به معنای یکسان و یکدست نداشتیم و اکنون هم اصلا اجباری نیست و خانواده‌ها نیز هیچ الزامی به تهیه لباس فرم برای فرزندشان ندارند. مدیرکل آموزش و پرورش شهر تهران با بیان اینکه موضوع سرویس مدارس و لباس فرم دانش‌آموزی در اختیار انجمن اولیا و مربیان مدرسه است، تصریح کرد: خانواده‌ها می‌توانند از لباس فرم استفاده نکنند اما لباسی در شأن دانش‌آموز با رعایت شئونات دانش‌آموزی برای فرزندشان تهیه کرده باشند.

واکسن آنفلوآنزای خارجی در داروخانه‌ها توزیع نشده است

ایرنا: سرپرست اداره کل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو گفت: علاوه بر واکسن‌های تولید داخل، یک و نیم میلیون واکسن آنفلوآنزای خارجی نیز به کشور وارد شده اما هنوز در داروخانه‌ها توزیع نشده است و به‌زودی این اقدام انجام می‌شود. حسین شمالی افزود: نیاز سالانه به واکسن آنفلوآنزا دو میلیون و نیم میلیون واکسن است که خوشبختانه امسال با تلاش دانشمندان داخلی، یک میلیون واکسن تولید شده و در اختیار داروخانه‌ها قرار گرفته است. وی تصریح کرد: واکسن آنفلوآنزای داخلی از مواد نوترکیب تولید شده و از نظر ایمنی‌زایی مناسب است. سرپرست اداره کل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو تصریح کرد: داروخانه‌ها ملزم هستند واکسن‌های آنفلوآنزا را در سامانه «تی تک» ثبت کنند و افراد واجد شرایط شامل بیماران خاص، افراد دارای نقص ایمنی بدن، کودکان و سالمندان در اولویت تزریق این واکسن قرار دارند هم‌چنین زنان باردار باید با مشورت پزشک اقدام به دریافت واکسن آنفلوآنزا کنند.

تحرک فیزیکی بیشتر ریسک سرطان سینه را کاهش می‌دهد

مدیکال نیوز: به گفته محققان، فعالیت بدنی بیشتر می‌تواند طیف وسیعی از اثرات مثبت بر سلامتی داشته باشد. محققان ارتباط بین سرطان سینه و فعالیت بدنی و هم‌چنین زمان صرف شده برای نشستن را تجزیه و تحلیل کردند. آنها دریافتند میزان بالاتر فعالیت بدنی و مدت زمان کمتر کم تحرکی خطر ابتلاء به سرطان سینه را کاهش می‌دهد. آنها به این نتیجه رسیدند که تمرکز بیشتر بر ترویج سبک زندگی فعال احتمالاً خطر سرطان سینه را کاهش می‌دهد.

در حالی که تحقیقات نشان می‌دهد به طور کلی یک ارتباط ثابت بین خطر ابتلاء به سرطان سینه و فعالیت بدنی وجود دارد، ارتباط بین زمان بی تحرکی و خطر ابتلاء به سرطان سینه کمتر واضح است و کمتر مورد مطالعه قرار گرفته است. به تازگی، محققان داده‌های مراقبت‌های بهداشتی از ۷۶ مطالعه را تجزیه و تحلیل کردند تا تعیین کنند که آیا بین سطح فعالیت و سرطان سینه ارتباط عالی وجود دارد یا خیر. دکتر بریجید لینچ، معاون بخش اپیدمیولوژی سرطان در انجمن سرطان ویکتوریا استرالیا و یکی از نویسندگان این مطالعه می‌گوید: «حتی افزایش اندک در فعالیت بدنی در سطح جمعیت تعداد تشخیص‌های جدید سرطان سینه را که هر ساله انجام می‌شود، کاهش می‌دهد». برای این مطالعه، محققان داده‌های ۱۳۰،۹۵۷ زن اروپایی را از کنسرسیوم انجمن سرطان سینه تجزیه و تحلیل کردند. محققان دریافتند که میزان بالاتر فعالیت بدنی، با ۴۱ درصد کاهش خطر ابتلاء به سرطان سینه تهاجمی مرتبط است. آنها هم‌چنین دریافتند زنانی که سه روز یا بیشتر در هفته فعالیت بدنی شدید داشتند، ۳۸ درصد کمتر در معرض خطر ابتلاء به سرطان سینه قبل و بعد از یائسگی بودند. محققان هم‌چنین پی بردند زنانی که زمان نشستن بیشتری داشتند، ۱۰۴ درصد بیشتر با خطر ابتلاء به سرطان سه‌گانه منفی در انواع تومورهای هورمونی روبه‌رو بودند.