info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۱۹۶۴
دوشنبه / ۲۲ آذر / ۱۴۰۰
۸ / جمادی الاولی / ۱۴۴۴
13 / December / 2021

صاحب امتیاز: موسسه هنگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۵۳۸۳۸-۳۲۵۴۱۴۹۵-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۵۳۸۳۸
فکس اینترنتی پیام آشنا: ۰۲۱-۸۹۷۶۶۷۲۹
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۴۶
چاپ: کارگر

کافه پیام

برای انعکاس نظرات و گلایه ها و پیشنهادات خود درباره مسائل البرز با پیام آشنا تماس بگیرید

۳۲۵۵۳۸۳۸
۳۲۵۴۱۴۹۵
۰۹۰۱۴۰۴۸۳۳۳

مکث

خداحافظی با جریمه‌های یک میلیونی

بر اساس آخرین رنگ بندی کرونایی کشور هیچ شهری در وضعیت قرمز کرونایی قرار ندارد و این یعنی دیگر جریمه یک میلیون تومانی نداریم! اما همچنان ابهاماتی در طرح قرنطینه هوشمند وجود دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، جریمه‌های کرونایی در جلدهما طرحی بود برای کاهش سفر در ایام کرونایی، بر اساس این طرح خروج پلاک‌های بومی و ورود پلاک‌های غیربومی از شهرها با وضعیت قرمز کرونایی یک میلیون و از شهرها با وضعیت نارنجی ۵۰۰ هزار تومان جریمه به دنبال داشت.

بر اساس آخرین رنگ بندی کرونایی کشور با عبور از موج پنجم کرونا، هیچ شهری در وضعیت قرمز کرونایی قرار ندارد و این یعنی دیگر جریمه یک میلیون تومانی برای تردد‌های غیرمجاز جلدهای نداریم؛ بر اساس این رنگ بندی، ۸ شهرستان در وضعیت نارنجی، ۱۱۹ شهرستان در وضعیت زرد و ۳۲۱ شهرستان در وضعیت آبی قرار دارند.

بر اساس این گزارش، هم‌اکنون شهرستان‌های اشنویه (آذربایجان غربی)، طبس، نهبندان (خراسان جنوبی)، بافت، زرند، سیرجان (کرمان)، باقق، بهاباد (یزد) در وضعیت نارنجی کرونا قرار دارند. خارج شدن تمامی شهرها از وضعیت قرمز و واکسینه شدن اکثر افراد به معنی مجاز شدن سفر نیست چراکه کرونا همچنان در کشور وجود دارد و جان هموطنان رامی گیرد.

پلیس: دیگر جریمه یک میلیون تومانی نداریم/ هنوز چیزی در مورد قرنطینه هوشمند به پلیس اعلام نشده است

سردار تیمور حسینی- جانشین رئیس پلیس راهور با تأیید این خبر گفت: همانگونه که اعلام شد تنها ۸ شهر در وضعیت نارنجی قرار دارند و خوشبختانه هیچ شهری در وضعیت قرمز کرونایی نیست و این یعنی دیگر جریمه یک میلیون تومانی نداریم و فقط جریمه‌های ۵۰۰ تومانی شهرهای نارنجی یا برجا است.

وی در پاسخ به سوال دیگری مبنی بر اینکه آیا قرنطینه هوشمند به پلیس اعلام شده یا خیر، گفت: هنوز از جزئیات این طرح چیزی به پلیس اعلام نشده و مبنای محدودیت‌های جلدهای همان طرح قبلی است که بر اساس رنگ بندی ها، جریمه‌ها اعمال می‌شد.

قرنطینه هوشمند همچنان مبهم است/ اجرا از ۲۱ آذر یا ۲۹ آذر؟

احمد وحیدی- وزیر کشور در حاشیه جلسه ستاد ملی مقابله با کرونا به تاریخ ۱۶ آذرماه ۱۴۰۰ از اجرای قرنطینه هوشمند در مرحله‌های مختلف خبر داد و گفت: از یکشنبه- ۲۱ آذرماه ۱۴۰۰ در قالب پنج مرحله به صورت یک هفته در میان ابتدا در سازمان‌های اجرایی اتفاق می‌افتد.

وی افزود: پس از اجرای این طرح در سازمان‌های اجرایی؛ این طرح در بخش حمل و نقل عمومی و اصناف و سایر مراکز خدماتی و رفاهی اجرا خواهد شد.

البته عصر همان روز اطلاعیه‌ای از سوی کمیته اجتماعی ستاد ملی مقابله با کرونا منتشر شد. در این اطلاعیه آمده بود «این طرح به صورت فازبندی اجرا می‌شود و شامل دستگاه‌های اجرایی، حمل و نقل درون شهری، واحدها و فعالیت‌های صنفی، حمل و نقل برون شهری و تردد خودروهای شهری می‌شود. همچنین زمان آغاز فاز مرحله اول این طرح یکشنبه ۲۹ آذر ۱۴۰۰ است. همچنین حداقل زمان فازبندی برای اجرای هر یک از مراحل پنجگانه یک هفته است».

همین تناقض در زمان اجرای قرنطینه هوشمند برای شکست موفقیتی که مهار موج پنجم به دست آمده است کفایت می‌کند! البته اگر قرار باشد این طرح به صورت جدی اجرا شود، باید جزئیات آن هرچه سریع‌تر به واحدهای اجرایی اعلام شود تا با اطلاع رسانی‌های به موقع باعث نارضایتی مردم نشوند.

گزارش روز

واکاوی گزارش ۱۰۰ روزه به مردم؛ «جان و نان» تا «آب و امید اجتماعی»

۱۰۰ روز پس از آغاز به کار دولت سیزدهم، رئیس جمهوری گزارش شفافی اقدامات و تلاش های انجام شده را به مردم ارائه کرد؛ واکاوی سخنان تلویزیونی دیشب (یکشنبه ۱۴ آذر) حاوی نکاتی بود که برخی از آنها در تیترهای خبری دیده شد و برخی نکات مهم دیگر، کمتر مورد توجه قرار گرفت و پاره‌ای از خرق عادت‌ها در رفتار برخی مسئولان نیز دیده شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا پلاس، در یک برآورد کلی، سخنان آیت‌الله رئیسی را می توان حول سه بخش مسائل بهداشتی و کرونا، اقتصاد و سیاست خارجی تقسیم بندی کرد. در این میان رئیس دولت، پرده از برنامه ها و تلاش هایی برداشت که کمتر رسانه‌ای شده بود. در شرایطی که بسیاری از مسئولان (از گذشته تا امروز) تلاش داشته‌اند تا نمرانی گاه عجیب خود، کارنامه عملکرد خود را مثبت نشان دهند، پاسخ صریح رئیس‌جمهوری درباره نمره ۱۰۰ روزه دولت این بود: «نمره را باید مردم بدهند. دلوری و قضاوت مردم در این رابطه منصفانه و عادلانه است.»

الف- کرونا و جان مردم

درباره کرونا و مشکلاتش، صحنه سلامت کشور نشان می‌دهد شرایط مبارزه و مجاهدت مدافعان سلامت، کاملا دگرگون شده است؛ هنوز بیشتر از چند ماه از روزهای تلخ مرگ‌وسیر چند صدنفره و صف های شلوغ واکسن و دلاره نمی گذرد. در این چند ماه با تغییر رویکرد دولت و شتاب فوق العاده واکسیناسیون کرونا، مناسب ترین توصیف از سوی رئیس‌جمهوری مطرح شد: آنجا که گفت «دولت از مردم ممنون است زیرا یک زمانی مردم به دنبال واکسن بودند اما اکنون دولت به دنبال مردم است تا واکسن تزریق کنند». بر اساس گزارش رئیس جمهوری، ورود حداقل ۱۰۰ میلیون دُز واکسن تا مصدر پول دولت، تحویل کابینه سیزدهم شده بود؛ اقدامات دولت در این حوزه با تامین و ذخیره سازی کالاهای اساسی آغاز شده و چند ماموریت دشوار دیگر در دستور کار است: نخست ممانعت از خلق پول و افزایش نقدینگی که به تورم منجر خواهد شد و نیز تامین حقوق میلیون ها حقوق‌بگیر دولت بدون استقراض از بانک مرکزی و دوم راه‌اندازی سامانه های جامع و متصل اقتصادی و سرانجام موضوع ارز ترجیحی و مدیریت یارانه های ارزی، به گونه‌ای که حقی از مشترکان کم‌مصرف تضییع نشود.

در کنار این مورد یک نکته قابل تامل دیگر، اجبار دولت کنونی به پرداخت «هفده تا ۱۰ هزار میلیارد تومان» فاکتورهایی است که از پیش خرج شده؛ مجموعه این شرایط منجر به این شد که همه همت دولت معطوف به عدم تورم زایی بودجه سال ۱۴۰۱ باشد؛ همزمان «معاون اول دولت مسئول ستاد تنظیم بازار است».

راهکار اینکاری دولت نیز برای پرداخت حقوق کارکنان بدون استقراض از بانک مرکزی قابل توجه است: الگوی دولت سیزدهم همچنان که در روش پرداخت حقوق سه ماه گذشته دنبال شده مبتنی بر دو ایده است. نخست «استفاده از درآمدهای دولت از طریق نظارت بر مالیات و فرار مالیاتی» و دوم «هولدینگ دارایی‌های راکد دولت». با این توضیح که «دولت باید زمین و امکانات را به کار بگیرد در قانون آمده مازاد آنچه در اختیار دولت است واگذار و تبدیل به پول شود و به مصرف برسد».

با اتمام این روند، امید می رود روند مخرب رشد خلق پول در اقتصاد کشور در سال های آتی متوقف شود و به همان نسبت از میزان تورم و گرانی بکاهد.

ب- اقتصاد و نان مردم

موضوع معیشت اما پیچیده تر و دشوارتر است و زمان بیشتری از سخنان رئیس‌جمهوری به آن اختصاص یافت: رئیسی، موضوع مهم و یکی از دغدغه‌های اولویت‌دار دولت را «بعد از جان مردم، مساله نان و معیشت مردم» برشمرد و از شرایطی خاص گفت که در آن مصدر امور، تحویل کابینه سیزدهم شده بود: اقدامات دولت در این حوزه با تامین و ذخیره سازی کالاهای اساسی آغاز شده و چند ماموریت دشوار دیگر در دستور کار است: نخست ممانعت از خلق پول و افزایش نقدینگی که به تورم منجر خواهد شد و نیز تامین حقوق میلیون ها حقوق‌بگیر دولت بدون استقراض از بانک مرکزی و دوم راه‌اندازی سامانه های جامع و متصل اقتصادی و سرانجام موضوع ارز ترجیحی و مدیریت یارانه های ارزی، به گونه‌ای که حقی از مشترکان کم‌مصرف تضییع نشود.

در کنار این مورد یک نکته قابل تامل دیگر، اجبار دولت کنونی به پرداخت «هفده تا ۱۰ هزار میلیارد تومان» فاکتورهایی است که از پیش خرج شده؛ مجموعه این شرایط منجر به این شد که همه همت دولت معطوف به عدم تورم زایی بودجه سال ۱۴۰۱ باشد؛ همزمان «معاون اول دولت مسئول ستاد تنظیم بازار است».

راهکار اینکاری دولت نیز برای پرداخت حقوق کارکنان مقطعی، تغییر الگوی کلان مصرف در کشور را نیز تحت پوشش قرار دهد.

د- کاهش فاصله و افزایش امید اجتماعی

رئیس‌جمهوری پیش از آنکه به موضوع‌های سیاست خارجی و اراده قوی دولت برای رفع تحریم ها بپردازد، به مقوله امید و اعتماد مردم هم اشاره و تاکید کرد: «هر کنار موضوع‌های جاری اجتماعی و اقتصادی و دیپلماتیک، از همه مهم‌تر این است که امید و اعتماد مردم آسیب دیده بود و از وظایف دولت بود که اعتماد مردم را بازآفرینی کند».

راهکار دولت برای افزایش امید و سرمایه اجتماعی بر دو محور عدالت و کاهش فاصله مسئولان با مردم استوار است. آنچه دولت درباره ارتباط عدالت اجتماعی و نسبت آن با «امنیت سرزمینی» گفت نیاز به بحثی جداگانه دارد که ایرانپلاس به طور جداگانه به آن خواهد پرداخت: درباره فاصله مردم و مسئولان و سفرهای استانی، به نظر می رسد دولت سیزدهم با درس آموزی از رفتارهای گذشته- سازوکاری نوین آفریده است.

بر اساس گزارش رئیس جمهوری، پیش از سفرهای استانی «اینها وضعیت استان بررسی مشکلات استان جمع‌بندی، نیازهای با اولویت، بررسی و در واقع اعتبارات پیش‌بینی می‌شود و دستگاه‌های مربوطه با بانک‌ها جلسه می‌گذارند که چقدر امکان تامین اعتبارات است». سپس «هیاءت صورت جلسه می‌شود و همه بخش‌ها امضا می‌کنند و در واقع مصوبه سفر می‌شود و بعد به سفر می‌رویم بعد که به استان سفر می‌کنیم مصوبه‌ها اعلام می‌شود».

این رویکرد در کنار نظارت سوجهی برای اجرای مصوبه‌ها، حکایت از برنامه ای نوین برای سفرهای استانی دارد. «اولین نظر، مردم هستند که کارها انجام شود؛ دوم، استفاد به عنوان عالی ترین مقام دولت در استان و سوم، در معاونت اجرایی ریاست جمهوری، یک بخشی برای پیگیری مصوبات سفر است».

نکته جالب دیگر درباره سفرهای استانی که رئیس‌جمهوری به آن اشاره کرد: «هر استان‌ها پروژه جدید آغاز نمی کنیم آنقدر پروژه نیمه‌تمام در کشور داریم و می‌توان گفت برای دهه‌سال پروژه نیمه‌تمام در کشور وجود دارد. من جایی نمی‌روم کلنگ جدید بزنم و همین کلنگ‌هایی که زده شده باید پیگیری شود».

گزارش ۱۰۰ روزه دولت البته؛ نکات دیگری هم داشت: اما یک برداشت از این سامانه و اندی فعالیت در جمله پایانی رئیسی نمود داشت: «من بیش از همیشه به آینده کشور امیدوارم».

قابل توجه

بهترین فیلمنامه قرن ۲۱ مربوط به کدام فیلم است؟

فیلمنامه فیلم ترسناک «برو بیرون» در صدر فهرست انجمن نویسندگان آمریکا از ۱۰۱ فیلمنامه برتر قرن ۲۱ قرار گرفت.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روزنامه نشنال، فیلم برو بیرون (Get out) به کارگردانی و نویسندگی جوردن پیل صدرنشین فهرست انجمن نویسندگان آمریکا از ۱۰۱ فیلمنامه برتر ۲۱ سال گذشته شد. فیلم برو بیرون با بازی دنیل کالویا، کاترین کیتر، الیسون ویلیامز، برادلی ویتفورد و کیلب لندری جونز داستان شخصیت رنگین پوست و جوان به نام کریس را روایت می کند که همراه نامزدش به دیدار خانواده سفیدپوست او می‌رود و رفته رفته اسراری شوکه کننده درباره آنها کشف می کند. این فیلم ترسناک که فیلمنامه آن حالا به عنوان بهترین فیلمنامه قرن بیست و یکم انتخاب شده، در سال ۲۰۱۸ نیز برنده اسکار بهترین فیلمنامه غیراقتباسی شده بود. برخی از دیگر فیلم‌هایی که در ۱۰ رتبه اول این فهرست قرار گرفته بودند نیز جایزه اسکار را در کارنامه داشتند. از جمله این آثار می‌توان به فیلم کره‌ای انگل که در سال ۲۰۲۰ اسکار بهترین فیلم و بهترین فیلمنامه غیراقتباسی را دریافت کرد و فیلم مهتاب که در سال ۲۰۱۷ اسکار بهترین فیلم و بهترین فیلمنامه اقتباسی را برد، اشاره کرد. پس از برو بیرون، فیلم‌های محبوبی چون درخشش ابدی یک ذهن پاک و شبکه اجتماعی در رتبه دوم و سوم بهترین فیلمنامه‌های قرن ۲۱ قرار گرفتند.

در ادامه ۱۰ فیلم برتر این فهرست را مشاهده می کنید:

۱. برو بیروون (۲۰۱۷) نوشته جوردن پیل
۲. درخشش ابدی یک ذهن پاک (۲۰۰۴) به قلم چارلی کافمن
۳. شبکه اجتماعی (۲۰۱۰) نوشته آرون سورکین براساس کتابی با نام میلیاردهای تصادفی نوشته بن مزریک
۴. انگل (۲۰۱۹) به قلم بونگ جون هو و هان جین وون
۵. جایی برای پیرمردها نیست (۲۰۰۷) نوشته جوئل و ایتن کوئن براساس رمانی به همین نام از کورمک مک کارتی
۶. مهتاب (۲۰۱۶) نوشته بری جنکینز
۷. خون به پا خواهد شد (۲۰۰۷) به قلم پل توماس اندرسون
۸. حرامزاده‌های لعنتی (۲۰۰۹) نوشته کوئنتین تارانتینو
۹. تقریبا مشهور (۲۰۰۰) نوشته کامران کرو
۱۰. یادگاری (۲۰۰۰) نوشته کریستوفر نولان براساس داستانی کوتاه از جاناتان نولان

اشاره

ترک عادت موجب مرض نیست!

گاهی اوقات صحبت از اصلاح الگوی رفتاری در زندگی شهروندی به گوش می‌رسد، رسانه‌ها و مسئولان از ضرورت انجام این عمل می‌گویند و مردم نیز سعی در انجام آن دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جوان، اصلاح الگوی رفتاری یعنی چه؟ زمانی که از اصلاح الگوی رفتاری صحبت می‌کنیم، دقیقا از چه صحبت می‌کنیم؟

در ابتدای کار بهتر است این ضرب‌المثل بسیار اشتباه را کنار بگذاریم که ترک عادت موجب مرض است؛ ترک عادت، رفتارهای کلیشه‌ای و اشتباه ما موجب بهبودی و پیشرفت است. پس این ضرب‌المثل رایج و اشتباه توجیه و دلیلی است برای انجام تکرار رفتارهای اشتباه گذشته.

آیا ترک عادت واقعاً موجب مرض است؟

اگر در جایی هستیم که باید در صف بایستیم، طبق عادات اشتباه قبل در داخل صف می‌زنیم و نوبت را رعایت نمی‌کنیم. زمانی که در ترافیک هستیم بی‌دلیل بوق اتومبیل را به صدا درآورده و فقط باعث سلب آسایش می‌شویم. یا حتی وقتی که به اینترنت و شبکه‌های مجازی وابسته شده‌ایم و این وابستگی بیش از حد سلامتی و زندگی عادیمان را دچار چالش می‌کند یا مثلا دچار اضافه وزن هستیم، ورزش نمی‌کنیم، نمک و چربی اضافه مصرف کرده که به سلامتی خود ضرر می‌رسانیم. آیا ترک این رفتارها اغلب موجب مرض است یا پافشاری و اصرار به انجام آن‌ها موجب مرض می‌شود؟

۲۱ روز برای تغییر رفتار

حال برای تغییر اصلاح الگوی رفتاری چه باید کرد؟ تغییر رفتار و اصلاح الگوی رفتاری اغلب در اکثر ما سخت و حتی غیرممکن است. چگونه است که با وجود رفتارهای ناخوشایند و اشتباه اغلب آن‌ها را انجام می‌دهیم؟ چون به این رفتارها عادت کرده‌ایم. ایجاد تغییر مستلزم سپری‌شدن روزهای سخت است. البته سختی که به هر حال قابل انجام است. برای حل یک مسئله مهم پذیرش و قبول آن است و این پذیرش برای تغییر الگوی رفتاری و اصلاح آن لازم است. تغییر رفتار شغلی است به شرط اینکه خود فرد بخواهد. در این صورت فقط ۲۱ روز لازم است. در این مدت باید مدام تکرار کنیم من می‌توانم فلان رفتار اشتباه را کنار بگذارم حتی بنویسیم روی کاغذ نوشته و آن را جلوی دید خود قرار دهیم. هرگز هیچ فردی نمی‌تواند دیگری را تغییر دهد. این تنها به خواست خود فرد امکان‌پذیر است.

رفتارها مسیری هستند، نه ارثی

اگر افراد خواهان تغییر و بهترشدن امور و اوضاع در کل جامعه هستند، اما نمی‌دانند که اینها تغییر را باید از خود آغاز کرد. اگر خودمان را تغییر دهیم و رفتارهای صحیح را در پیش بگیریم، همین رفتار را فرزندمان در پیش گرفته و ما را الگوی خود قرار می‌دهد. افراد اینه اعمال یکدیگرند، یعنی اگر در منزل و خانواده خشونت و پرخاشگری را در پیش بگیریم، فرزند ما هم پرخاشگر را خواهد آمد. رفتارها مسری هستند نه ارثی یعنی اگر بگوییم «چون والدین پرخاشگر هستند ما هم پرخاشگری را به ارث برده‌ایم» این جمله غلط است. ما در واقع از آن‌ها یاد گرفته‌ایم که پرخاشگر باشیم و این اخلاق را از آن‌ها به ارث نبرده‌ایم. ما رفتارها را ولو صحیح یا غلط به ارث نمی‌بریم بلکه یاد می‌گیریم. صفات رنگ چشم، قد، تنه مو و... را از والدین یا از اجداد خود به ارث می‌بریم نه رفتارها را. پس بین این دو بسیار تفاوت است.

اول بیذیریم سپس تغییر دهیم

برای اصلاح الگوی رفتاری از خود باید شروع کرد. نه از افراد محیط و اجتماع. اگر ایراد و اشکال در رفتار خود را پذیرفتیم، پس می‌توانیم درصدد اصلاح آن برآییم. در غیر این صورت بالاجبار نمی‌توان کسی یا چیزی را تغییر داد. این اجبار و زور باعث سرخوردگی و افسردگی افراد می‌شود. اگر همواره بخش‌های منفی خود را انکار کنیم، درصدد رشد رفتارهای غلط خود هستیم حتی گاهی اوقات همین رفتارها اگر ترک نشود باعث ایجاد یک بزه و یک فرد تبهکار می‌شود. اگر از کودکی یاد بگیریم که رفتارهای بسیار خشن و ضد اجتماعی انجام دهیم و در یک محیط و خانواده متشنج تربیت شده‌ایم، پس ناخواسته فرد تبدیل به یک فرد ضداجتماعی می‌شود که از شخصیت ضداجتماعی خود تبعیت کرده و به غیر نوع و هم نوع خود اذیت می‌زند. اگر نهالی کج کاشته شود تا آخر عمر کج بار می‌آید. دیوار کج تا ثریا کج است. مگر اینکه خود فرد بخواهد و بتواند با اصلاح رفتارها و تغییر الگوهای رفتاری خویش، درصدد جبران برآید. یک درخت کج همواره کج نمی‌ماند. فقط اراده فرد شرط است. چون انسان موجودی است که دارای اختیار آفریده شده و می‌تواند از اجبار و جبر محیطی که حاکم بر اوست، بگریزد. پس پذیرش، قبول و حل مسئله و تغییر آن و صد البته اراده فرد در تغییر رفتارهای اشتباه، مهم‌ترین نکات و پیش شرط‌های لازم است. ختم کلام اینکه ترک عادت موجب مرض نیست و اکثر ما نیازمند اصلاح الگوهای رفتاری هستیم.

خرداد

هم او که دلتنگت کند
سرسبز و گلرنگت کند
هم اوست آرد در دعا هم او
دهد مزد دعا

مولانا

اذان ترج اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۳۸	۰۷:۰۸	۱۲:۰۰	۱۶:۵۳	۱۷:۱۳

برگه

انجام بهترین کار در این لحظه، شما را در بهترین مکان در لحظه بعدی قرار می‌دهد.

ایرا وینفری

افزایش ۱۳۰ درصدی اجاره خانه ظرف ۲ سال گذشته

شهر تهران ۱۴۰۰
۵۱.۶ درصد افزایش
دیگر شهرها ۱۴۰۰
۵۴.۹ درصد افزایش
مهر ۱۴۰۰ نسبت به مهر ۹۹
شهر تهران
۴۸.۴ درصد افزایش
دیگر شهرها
۵۱.۳ درصد افزایش
آبان ۱۴۰۰ نسبت به آبان ۹۸
شهر تهران
۲۸.۷ درصد افزایش
دیگر شهرها
۳۱.۹ درصد افزایش

@Tasnimnews_fa
TASNIM NEWS
Tasnimnews

رسانه چه خبر

«خدا، بداهه‌گری و هنر زندگی» منتشر شد

مهر: کتاب «خدا، بداهه‌گری و هنر زندگی» نوشته ماریان مک کیبن دانا به‌تازگی با ترجمه لیدا عظیم زاده توسط انتشارات کتاب درمانی به بهای ۴۹۹۰۰ تومان، منتشر شد. مقدمه این کتاب به قلم سوزان. ای ایزاک است.

در معرفی این کتاب آمده است:

«این کتاب راه به اعماق می‌برد و راهی بهتر به شبهای تاریک روح باز می‌کند. می‌توانیم یاد بگیریم شکست و ابهام را بپذیریم، بدون آنکه تسلیم شویم. می‌توانیم پاسخ دهیم به ترادژی، به فاجعه، به شکست و به بدبختی‌ها و دشواری‌ها، همان طور که مک کیبن دانا از طریق جلوه زیبایی انجام داده است.

کتاب «خدا، بداهه‌گری و هنر زندگی» دشواری ها و معماهای حل نشدنی هم دارد. می‌دانید که تکرار مکررات و بیهودگی‌ها روح شما را خواهد کشت. به نظر نگارنده، زندگی فرصتی برای کشف و یافتن خدا در میان تمام شگفتی‌ها و آشفتگی‌های این جهان است. چه می‌شود اگر سرنوشت به دست خدا نباشد؟

چه می شود اگر پاسخ خداوند «آری و نه» نباشد. چه می‌شود اگر خداوند از ما بازخواست کند و از ما بپرسد: چه می‌خواهی؟ و ما بداهه‌گری را آغاز کنیم.»

فرهنگیان ۸۰ درصد مربی دانشگاه تهران را دریافت خواهند کرد!

تسنیم: عضو کمیسیون برنامه و بودجه مجلس گفت: براساس تغییراتی که در رتبه‌بندی فرهنگیان اعمال شده است، فرهنگیان ۸۰درصد مربی دانشگاه تهران را دریافت خواهند کرد و براین اساس حداکثر ۸میلیون تومان افزایش حقوق خواهند داشت.

رشد ۴.۷ درصدی تولید خودرو تا پایان آبان‌ماه

ایرنا: بررسی عملکرد خودروسازان حاکی از تولید ۶۵۱ هزار و ۴۰۸ دستگاه انواع خودرو از ابتدای امسال تا پایان آبان‌ماه است. آماری که در هم‌سنجی با پارسال رشد ۴.۷ درصدی نشان می‌دهد.

زمان تزریق واکسن کووید۱۹ بر واکنش ایمنی بدن تاثیر دارد

هلت دی نیوز: محققان به میزان آنتی‌بادی بالاتری در کارکنان مراقبت‌های بهداشتی که بعدازظهر واکسن خود را دریافت کردند، پی بردند از اینرو معتقدند که پاسخ به واکسن ممکن است تحت تأثیر ریتم شبانه‌روزی بدن باشد.

دکتر الیزابت کلرمن- نویسنده ارشد این مطالعه از بیمارستان عمومی ماساچوست، گفت: مطالعه مشاهده‌ای ما اثبات این مفهوم را ارائه می‌دهد که زمان از روز بر پاسخ ایمنی به واکسیناسیون کووید تأثیر می‌گذارد، یافته‌هایی که ممکن است بر بهینه‌سازی اثربخشی واکسن تأثیر داشته باشد.

کلرمن تاکید کرد که واکسینه شدن، صرف نظر از زمان روز، حیاتی‌ترین گام در پیشگیری از ابتلاء به کووید۱۹ است. محققان میزان آنتی بادی را در بین تقریباً ۲۸۰۰ کارمند مراقبت‌های بهداشتی در بریتانیا که نمونه خون آنها در زمان واکسیناسیون به عنوان بخشی از برنامه پیشگیری از عفونت در بریتانیا جمع آوری شده بود، ارزیابی کرد.

محققان مدلی را برای بررسی تأثیر میزان آنتی بادی بر اساس زمان از روز واکسیناسیون، نوع واکسن، سن، جنسیت و تعداد روزهای پس از واکسیناسیون ایجاد کردند.

آنها دریافتند که واکنش‌های آنتی بادی به طور کلی برای همه افرادی که در اواخر روز واکسینه شده بودند بالاتر بود. سایر گروه‌هایی که پاسخ آنتی بادی بالاتری داشتند، زنان و افراد جوان بودند.

کلرمن در ادامه افزود: «ما باید یافته‌های خود را تکرار کنیم و درک بهتری از فیزیولوژی زمینه‌ای کروناویروس و پاسخ بدن به واکسیناسیون‌ها ایجاد کنیم. این تحقیق اولین قدم برای نشان دادن اهمیت پاسخ روزانه به واکسن کووید۱۹ است.» محققان بر انجام تحقیقات بیشتر در این زمینه تاکید دارند.