



ماجرای ترازوی پسته‌ها گلستان اندیشه‌ها
مدیر مسئول: محمود جدیری سرویس: بهره‌بردار: حمیدری
نشانی: کریم باقر تعین، خیابان فرهنگ، جنب کانون
کرامت‌انسان، سمنی، دادگستری
تلفن: ۰۲۱-۲۲۵۲۳۸۸۸-۲۲۵۲۳۸۸۸-۲۲۵۲۳۸۸۸
۲۲۵۲۰۰۱
اینماز در طرح آموزشی کوی پوز تهر فرهنگ و ورزش
اسلامی: FVIA۸۰۰
چاپ: کارگر

۱۳۵۵ امروز با حافظ
گر سنگ از این حدیث بنالد عجب مدار
صاحب‌دلان حکایت دل خوش ادا کنند
می خور که صد گناه ز اغیار در حجاب
بهنر ز طاعتی که به روی و ریا کنند

راه عشق از روی عقل از
بهر آن پس مشکلست
کآن نه راه صورت و
پایست گآن راه دلست
ستلی

اوقات شرعی
ان صبح ۰۴:۴۹ طلوع آفتاب ۰۶:۱۲ انان ظهر ۱۲:۵۱ غروب آفتاب ۱۷:۴۸ انان مغرب ۱۷:۴۸
برگه
زندگی کمندی است برای کسی که فکر می کند و تراژدی است برای کسی که احساس می کند...
وليام شكسپير



گزارش روز

وقتی مردانگی سمی می شود!



تصویر جامه ما از نقش پلری، مردهایی است که کم نمی آورند، غافل از این که شرایط سخت اقتصادی و چالش های زندگی می تواند هر کسی را فرسوده کرده به خصوص کسانی را که چندان به خودشان اهمیت نمی دهند و ناگهان فروریختن شان یک خلوده را درگیر می کند

به گزارش پیام آشنا به نقل از خراسان، پشت فرمان، در ترافیک بعدازظهر، به چراغ قرمز خیره مانده است. دستها روی فرمان جا مانده و صدای بوق ها از دور به گوش می رسد در دشت فهرست طولانی کارهای امروز می چرخد: هزینه مهد قسط خلاقه، فشنل مدرن، مکالمه نیمه تمام با همسر و ته همه این ها، خستگی ای که هیچ استراحتی درمانش نمی کند. چیزی شبیه سنگینی ناملوم در قفس سینه اش نشسته مدت ها است وقتی برای خودش ندارد. آخرین بار که چیزی برای دل خودش خریده، پادش نمی آید. اصلاً در این تورم و گرانی خودش اولونتی ندارد. همه از او انتظار دارند «محکم» بماند. لنگار مرد بودن یعنی لنگار خستگی، اما پشت این چهره آرام، ذهنی نشسته که هر روز کمی بیشتر فرسوده می شود. همین طور که در فکر است خودروهایی پشت سر بوق می زند. یکی بدویزه ای می گوید اما مرد حوصله پاسخ هم ندارد. چیتن لحظه ای می شود فرسودگی، وقتی انتخاب از بین حالت های مختلف برایت فرقی ندارد. وقتی کم آوری.

اشاره

چرا اقطارها کمربند ایمنی ندارند؟

تایم حال فکر کرده ای چر اقطارها بر خلاف خودرو و هواپیما، کمربند ایمنی ندارند؟ پشت این تصمیم ظاهراً ساده، دلایل علمی و فنی دقیقی وجود دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از هفت صبح، شاید برایتان عجیب باشد که چرا در حالی که خودروها و هواپیماها همگی کمربند ایمنی دارند، در قطارها خبری از آن نیست. اگر اهل سفر با وسایل حمل و نقل عمومی باشید احتمالاً این سوال برایتان پیش آمده که چرا اقطار، یکی از معدود وسایل نقلیه ای فاقد کمربند ایمنی است. پاسخ به این پرسش چندان ساده نیست و فقط به هزینه نصب یا بی توجهی شرکت های ریلی مربوط نمی شود.

اول از همه باید بدانیم که تصادف های ریلی خیلی کم اتفاق می افتد. طبق آمار کمیسیون اروپا در سال ۲۰۱۹، احتمال مرگ مسافران قطار در کشورهای عضو اتحادیه اروپا فقط حدود ۰.۰۰۹ نفر در هر یک میلیارد کیلومتر مسافر است. به زین ساده تر، سفر با قطار تقریباً سه برابر ایمن تر از سفر با اتوبوس و حدود ۲۸ برابر ایمن تر از سفر با خودرو است. به همین دلیل، قطار یکی از امن ترین روش های جابه جایی در جهان به حساب می آید.

در صورت بستن کمربند فقط توسط بخشی از مسافران، افراد بدون کمربند می توانند هنگام برخورد به دیگران یا مستلماً آسیب ببینند و خطر را بیشتر کنند. اما ماجرا فقط به امر ختم نمی شود. تفاوت اصلی در ماهیت تصادف است. در تصادف های خودرویی، خودروی کمربند خالی از تریاب، سرشیش به بیرون خودرو یا برخورد با مصلی جلو می شود. اما در قطار، شرایط متفاوت است. برخی مسافران نشسته اند و برخی ایستاده یا در حال حرکت در واگن هستند. در چنین وضعیتی، اگر عمده ای کمربند بسته باشد و عمده ای نه، افراد بدون کمربند ممکن است هنگام برخورد مانند جسم تریاب شوند. به دیگران برخورد کنند و خطر را افزایش دهند.

گزارش های ایمنی ریلی نشان می دهد که طراحی مصلی ها در قطارها خود نقش حفاظتی مهمی دارد. در واقع، بیشتر آسیب های ثانویه هنگام برخورد ناشی از ضربه بدن مسافر به مصلی جانبی است. و همین مصلی ها بهترین مانع برای کاهش شدت جراحات است. محسوب می شوند بر سر می شان. داده است که کمربند ایمنی در قطارها نمی تواند بیشترین سطح حفاظت مطلوب را فراهم کند زیرا همه مسافران از آن استفاده نمی کنند و مسافران بدون کمربند به اجسام متحرک خطرناک تبدیل می شوند.

باین حال، تلاش هایی برای بررسی استفاده از کمربندهای صنعتی در قطارها انجام شده است. اما نتایج متناقض بودند. کسانی که از کمربند استفاده می کردند آسیب کمتری می دیدند، اما برای افرادی که آن را بسته بودند، به ویژه زنان کوتاه قد و نوجوانان، شدت آسیب های گردنی افزایش یابد می کرد. به همین دلیل، اجرای این طرح در عمل چندان مؤثر ارزیابی نشد.

حتی اگر فرض کنیم همه مسافران بتبشیتند و کمربند بتبندند، باز هم چالش دیگری وجود دارد: رفتار مسافران و کارکنان بسیاری از مردم ترجیح می دهند در قطار بنواتند از آن ها راه بروند یا از جای خود بلند شوند و کارکنان قطار نیز نمی خواهند مسئول کنترل کمربندها همان طور که استندین دیتمایر، مدیر پیشین تحقیقات در اداره فدرال ایمنی آمریکا گفته است: هر هیچ نقطه ای از جهان، قطارها از کمربندهای استفاده نمی کنند. مردم می خواهند در قطار آزادی حرکت داشته باشند و این یکی از دلایل محبوبیت سفر ریلی است.

در نتیجه، نبود کمربند ایمنی در قطار نه از روی سهل انگاری، بلکه نتیجه بررسی های دقیق فنی، رفتاری و آماری است. قطارها به گونه ای طراحی شده اند که حتی بدون کمربند، یکی از ایمن ترین شیوه های سفر در جهان باقی بماند.



فرسودگی یعنی فراموشی از خود در رون ششما. فرسودگی، فقط به خستگی کزی محدود نیست. بیشتر نوعی تحلیل رفتن روان است. روان ششما می گویند این حالت حاصل فشردن مداوم و ناتوانی در بازی انرژی است. فرسودگی تدریجی که در آن فرد همچنان فعال است اما انگیزه ها در او فروپاشی شده اند. او می دهد بدون آن که شوقی داشته باشد. در ظاهر ممکن است فقط «هی حوصلگی» دیده

وقتی مردانگی سمی می شود

وقتی مردانگی سمی می شود خیلی وقتها تصویری که از مردان می سازیم، انشده است. تصویری که نقش ایستکی به ادما تحمیل می کند. مثل همان عیرت کلیشه ای «مرد که برهنه نمی کند» که از کودکی به پسرها می گویند. مردی را تصور کنید که از قورت بدهد، بی زگرش شد. همان دستا استوارهای ساده به زانی تازه بازنویسی شدند. مثل این که

فرسودگی یک قربانی ندارد

فرسودگی فقط خستگی نیست. فرسودگی، فراموشی از خود در رون ششما. فرسودگی، فقط به خستگی کزی محدود نیست. بیشتر نوعی تحلیل رفتن روان است. روان ششما می گویند این حالت حاصل فشردن مداوم و ناتوانی در بازی انرژی است. فرسودگی تدریجی که در آن فرد همچنان فعال است اما انگیزه ها در او فروپاشی شده اند. او می دهد بدون آن که شوقی داشته باشد. در ظاهر ممکن است فقط «هی حوصلگی» دیده

فرسودگی یک قربانی ندارد

فرسودگی فقط خستگی نیست. فرسودگی، فراموشی از خود در رون ششما. فرسودگی، فقط به خستگی کزی محدود نیست. بیشتر نوعی تحلیل رفتن روان است. روان ششما می گویند این حالت حاصل فشردن مداوم و ناتوانی در بازی انرژی است. فرسودگی تدریجی که در آن فرد همچنان فعال است اما انگیزه ها در او فروپاشی شده اند. او می دهد بدون آن که شوقی داشته باشد. در ظاهر ممکن است فقط «هی حوصلگی» دیده

مکث

وقتی روی لینک مخرب کلیک کردید، این ۵ کار را فوراً انجام دهید

آیا می دانستید یک کلیک روی لینک مخرب می تواند دستگاه شما را در کمتر از ۳۰ ثانیه آلوده کند؟ این ۵ اقدام حیاتی می تواند باعث نجات از بحران حملات فیشینگ شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اینستا، در دنیای امروز که حملات فیشینگ با بهره گیری از هوش مصنوعی و مهندسی اجتماعی پیشرفته، پیچیده تر از همیشه شده اند، کلیک یک لینک یا می تواند عواقب فاجعه آمیزی به همراه داشته باشد.

این حملات می توانند بلافاصله پس از کلیک به سولستفاده از آسیب پذیری های مرورگر یا سیستم عامل، اقدام به دانلود مخفیانه بدافزار، سرقت نام (Session) های فعال یا هدایت شما به صفحات جعلی کنند. واکنش سریع و آگاهانه در دقائق اولیه، کلید جلوگیری از یک نقص امنیتی بزرگ است.

پنج گام طلایی برای نجات از حملات

۱. فیشینگ: قطع فوری اتصال به اینترنت اولین و حیاتی ترین قدم، جداسازی دستگاه از شبکه است. برای این کار، کلید شبکه را جدا کنید یا اتصال Wi-Fi و داده همراه را غیرفعال کنید.
۲. اجرای اسکن کامل با آنتی ویروس: این کار از تکمیل دانلود بدافزار، ارتباط سرور مهاجم با دستگاه شما و سرایت آلودگی به دیگر دستگاه های شبکه جلوگیری می کند.
۳. تغییر رمزهای عبور حساب های مهم: اگر احتمال می دهید اطلاعات ورود شما لو رفته باشد، بلافاصله رمزهای عبور را تغییر دهید. رمز عبور حساب های حساس مانند ایمیل، بانکداری آنلاین و شبکه های اجتماعی را عوض کنید.
۴. تهیه نسخه پشتیبان از داده های حیاتی: قبل از هر اقدامی برای پاکسازی پیشرفته، حتماً از اطلاعات مهم خود محافظت کنید. فایل های ضروری (مانند اسناد و عکس ها) را روی یک حافظه خارجی مستقل (مانند هارد اکسترنال) ذخیره کنید.

مکث

وقتی روی لینک مخرب کلیک کردید، این ۵ کار را فوراً انجام دهید

آیا می دانستید یک کلیک روی لینک مخرب می تواند دستگاه شما را در کمتر از ۳۰ ثانیه آلوده کند؟ این ۵ اقدام حیاتی می تواند باعث نجات از بحران حملات فیشینگ شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اینستا، در دنیای امروز که حملات فیشینگ با بهره گیری از هوش مصنوعی و مهندسی اجتماعی پیشرفته، پیچیده تر از همیشه شده اند، کلیک یک لینک یا می تواند عواقب فاجعه آمیزی به همراه داشته باشد.

این حملات می توانند بلافاصله پس از کلیک به سولستفاده از آسیب پذیری های مرورگر یا سیستم عامل، اقدام به دانلود مخفیانه بدافزار، سرقت نام (Session) های فعال یا هدایت شما به صفحات جعلی کنند. واکنش سریع و آگاهانه در دقائق اولیه، کلید جلوگیری از یک نقص امنیتی بزرگ است.

پنج گام طلایی برای نجات از حملات

۱. فیشینگ: قطع فوری اتصال به اینترنت اولین و حیاتی ترین قدم، جداسازی دستگاه از شبکه است. برای این کار، کلید شبکه را جدا کنید یا اتصال Wi-Fi و داده همراه را غیرفعال کنید.
۲. اجرای اسکن کامل با آنتی ویروس: این کار از تکمیل دانلود بدافزار، ارتباط سرور مهاجم با دستگاه شما و سرایت آلودگی به دیگر دستگاه های شبکه جلوگیری می کند.
۳. تغییر رمزهای عبور حساب های مهم: اگر احتمال می دهید اطلاعات ورود شما لو رفته باشد، بلافاصله رمزهای عبور را تغییر دهید. رمز عبور حساب های حساس مانند ایمیل، بانکداری آنلاین و شبکه های اجتماعی را عوض کنید.
۴. تهیه نسخه پشتیبان از داده های حیاتی: قبل از هر اقدامی برای پاکسازی پیشرفته، حتماً از اطلاعات مهم خود محافظت کنید. فایل های ضروری (مانند اسناد و عکس ها) را روی یک حافظه خارجی مستقل (مانند هارد اکسترنال) ذخیره کنید.