info@payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۲۶۳
شنبه / ۲۷ / اسفند / ۱۴۰۱
۲۵ / شعبان / ۱۴۴۴
18 / March / 2023

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۳۸-۳۲۵۳۴۴۲۳-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

خوانده

امروز با حافظ

سهو و خطای بنده گَرَش اعتبار نیست
معنی عفو و رحمتِ آمُرزگار چیست؟
زاهد شرابِ کوثر و حافظ پیاله خواست
تا در میانه خواسته کردگار چیست

خوانده

بهار آمد بهار آمد سلام
آورد مستان را
از آن پیغامبر خوبان پیام
آورد مستان را

مولانا

اذان گرج — اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۴۸	۰۶:۱۱	۱۲:۱۴	۱۸:۱۶	۱۸:۳۴

برگه

اگر مردم یکدیگر را دوست نداشتند، فصل بهار هیچ کاربردی نداشت...

ویکتورهوگو

برش

پدربزرگ پهپادها؛ دربار دنخستین هواگرد بدون سرنشین

شاید این گونه به نظر برسد که هواگردهای بدون سرنشین مانند پهپادهای نظامی، فناوری جدیدی است اما باید به این نکته اشاره داشت که آمریکا برای نخستین بار بیش از ۱۰۰ سال پیش یک هواگرد بدون سرنشین را به پرواز درآورد. این بمب پرنده به نام "کترینگ باگ" (Kettering Bug) شناخته می‌شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از عصر ایران، امروزه فناوری هواگردهای بدون سرنشین یا پهپاد یک جزء کلیدی در میدان نبرد محسوب می‌شود و با سرعتی چشمگیر در حال پیشرفت است. بسیاری بر این باورند که تا رسیدن روزی که نیازی به حضور انسان‌ها در میدان جنگ نباشد، دیگر فقط مساله زمان مطرح است. شاید این گونه به نظر برسد که هواگردهای بدون سرنشین مانند پهپادهای نظامی، فناوری جدیدی است اما باید به این نکته اشاره داشت که آمریکا برای نخستین بار بیش از ۱۰۰ سال پیش یک هواگرد بدون سرنشین را به پرواز درآورد. این بمب پرنده به نام "کترینگ باگ" (Kettering Bug) شناخته می‌شد.

تاریخچه کترینگ باگ/ Kettering Bug

توسعه چنین ماشینی در جنگ جهانی اول آغاز شد، زمانی که ارتش آمریکا از مخترع آمریکایی چارلز کترینگ (Charles Kettering)، خواست تا یک بمب پرنده را طراحی کند. سلاحی که بتواند بدون خلبان پرواز کند. کمی بیش از یک دهه پس از نخستین پرواز انسان، جنگ جهانی اول میزبان یک رقابت تسلیحاتی بزرگ هوایی شده بود. در این میان، آلمان و بریتانیا جهش‌های بزرگی در طراحی هواپیماهایی تنها چهار سال داشتند. زمانی که جنگ جهانی اول آغاز شد، نبرد هوایی بین هواپیماهای شناسایی بود که خدمه آنها به معنای واقعی کلمه آنها را به سمت یکدیگر پرتاب می‌کردند و سرعتی بیش از ۷۰ مایل بر ساعت (۱۱۲ کیلومتر بر ساعت) نداشتند. در پایان جنگ جهانی اول، هواپیماهای جنگنده اختصاصی معرفی شده بودند و توانایی پرواز با سرعت ۱۵۰ مایل بر ساعت (۲۴۱ کیلومتر بر ساعت) را داشتند. این در شرایطی بود که چندین مسلسل که برای شلیک با پروانه هواپیما هماهنگ شده بودند را نیز حمل می‌کردند. آمریکا شاید چنین پیشرفت چشمگیری در آن زمان نداشت، اما آنها نیز با معرفی هواگرد بدون سرنشین خود تقریبا چیزی به همان اندازه تاثیرگذار خلق کردند.

کترینگ باگ: بمب پرنده بدون سرنشین

کترینگ باگ شبیه یک هواپیمای نیمه معمولی به نظر می‌رسد. اما در واقع یک بمب پرنده است و به نوعی پیشگامی برای موشک کروز مدرن محسوب می‌شود. چارلز کترینگ قبلا شرکت آزمایشگاه‌های مهندسی دیتون (Dayton Engineering Laboratories)، که بیشتر به نام دلکو (Delco)، شناخته می‌شود را تاسیس کرده بود. دلکو یک تولیدکننده پیشرو در زمینه سامانه‌های الکترونیکی در خودرو بود و در نهایت توسط شرکت جنرال موتورز خریداری شد. پس از ورود آمریکا به جنگ جهانی اول در سال ۱۹۱۷، نبوغ چارلز کترینگ نیز به کار گرفته شد. وظیفه طراحی یک بمب پرنده با قابلیت اصابت به هدفی در فاصله ۴۰ مایلی (۶۴ کیلومتر) به کترینگ سپرده شد. اُرویل رایت (Orville Wright)، فردی که اعتبار نخستین پرواز سرنشین‌دار تاریخ را کسب کرده بود، مشاور این پروژه بود. فرزون بر این، المر امبروز اسپری (Elmer Ambrose Sperry) در طراحی سامانه هدایت این بمب پرنده همکاری می‌کرد. اسپری بنیانگذار شرکت اسپری (Sperry Corporation) بود که در زمینه الکترونیک و ابزارآلات هوادوری پیشگام بود. آنچه این گروه ایجاد کرد یک هواپیمای کوچک دوبال به طول ۳۸ متر با فاصله دو تک بال ۴۵ متر بود. بال‌ها از مقوا ساخته شده بودند در شرایطی که بدنه از چوب ساخته شده بود. یک پیشرانه چهار سیلندر که توانایی تولید ۴۰ اسب بخار نیرو را داشت امکان پرواز با سرعت کروز ۵۰ مایل بر ساعت (۸۰ کیلومتر بر ساعت) را فراهم می‌کرد. در مجموع، این بمب پرنده ۵۳۰ پوند (۲۴۰ کیلوگرم) وزن داشت که شامل ۱۸۰ پوند (۸۱ کیلوگرم) مواد منفجره می‌شد. کترینگ باگ با کمک یک سامانه دلی تد ترک (Dolly-and-track system)، پرتاب می‌شد و زمانی که در هوا قرار می‌گرفت، کترینگ باگ با استفاده از یک سامانه پنوماتیک و الکتریکی، با همراهی یک ترموسکوپ وارتفاع‌سنج به سمت هدف هدایت می‌شد. پیش از پرتاب، ایرانوردهای کترینگ باگ سرعت باد، جهت آن و فاصله از هدف را تعیین می‌کردند. پس از مشخص شدن این موارد، آنها تعداد دفعاتی که پیشرانه در مسیر خود به سمت هدف چرخش می‌کند را محاسبه می‌کردند. پس از تکمیل چرخش‌های از پیش تعیین شده، پیشرانه خاموش شده و بال‌ها جدا می‌شدند و بدنه پر از مواد منفجره با کمک نیروی گرانش به سمت سطح زمین سقوط می‌کرد. در تئوری، این فناوری، بسیار موثرتر از گلوله‌های توپخانه بود که مواد منفجره کمتر را در فاصله کوتاهتری حمل می‌کردند.

آیا سامانه کترینگ باگ در آن زمان به کار گرفته شد؟

اگرچه قابلیت‌های کترینگ باگ روی کاغذ فوق‌العاده بود، اما هرگز خدمت در نیروی نظامی را تجربه نکرد. جای شگفتی نداشت که پیچیدگی کترینگ باگ به معنای غیرقابل اعتماد بودن آن بود. یک نمونه اولیه از این بمب پرنده در اواخر جنگ جهانی اول آماده شد و نخستین پرواز در دوم اکتبر ۱۹۱۸ انجام شد. پس از پرتاب، دماغه کترینگ باگ به سمت بالا رفت و این هواگرد دچار واماندگی شده و سقوط کرد. در آزمایش‌های بعدی، کترینگ باگ در چندین مورد عملکرد خوبی داشت، اما این برای آن که به عنوان یک سلاح آماده برای جنگ در نظر گرفته شود، کافی نبود. در مسیر رسیدن به هدف، کترینگ باگ از قرار خطوط نیروهای خودی عبور می‌کرد. غیرقابل اعتماد بودن هواگردی که ۸۱ کیلوگرم مواد منفجره را حمل می‌کرد و خطر سقوط آن روی نیروهای خودی، طبیعتا ایده‌آل نبود. در مجموع ۴۵ دستگاه از کترینگ باگ ساخته شد و پژوهش در مورد این بمب پرنده تا اوایل دهه ۱۹۲۰ ادامه یافت. اگرچه امروز بسیار ابتدایی به نظر می‌رسد، اما کترینگ باگ نقطه عطف مهمی در زمینه جنگ و هواوردی محسوب می‌شود. در حقیقت، پروژه این هواگرد کوچک تا زمان جنگ جهانی دوم به صورت محرمانه باقی مانده بود. در حال حاضر، یک کپی در اندازه کامل از کترینگ باگ در موزه ملی نیروی هوایی آمریکا در دیتون ایالت اوهایو قرار دارد.

گزارش روز

آنچه باید از اعتراضات علیه کودتای نتانیاهو بدانید

متفاوت‌ترین اعتراضات علیه نتانیاهو در سرزمین‌های اشغالی

از روز هفتم زلوبه ۲۰۲۳ خیابان‌های شهرهای بزرگ سرزمین‌های اشغالی معلم از معترضانی است که با «طرح اصلاحات دیولعالی» مورد نظر کابینه جدید «بنیامین نتانیاهو» مخالف هستند. اعتراضاتی که از مخالفت با اصلاح دیوان عالی شروع شد ولی گزاف نیست اگر بگوییم آنچه این روزها در اسرائیل می‌گذر در جهان بی‌سابقه یا بسیار کم سابقه است. چرا سرزمین‌های اشغالی به چنین روزی رسیده است؟

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، کابینه نتانیاهو می‌خواهد قدرت دیولعالی را کم کرده و این دیوان را تحت نفوذ دولت قرار دهد. در واکنش به این طرح در ۱۰ هفته گذشته معترضان مخالفت خود را اعلام کرده اند و بیش از ۳۰۰ هزار نفر در شهرهای مختلف به خیابان ها آمده اند. اما با توجه به اینکه کابینه نتانیاهو بر خواسته خود اصرار می‌ورزد انتظار می‌رود این بحران ادامه پیدا کند.

دیوان عالی، در کنار کابینه و کنست (پارلمان) سومین قوه در ساختار رژیم اسرائیل است و نقش قوه قضاییه را دارد. این دیوان در سرزمین‌های اشغالی بجز رسیدگی به دعاوی اشخاص حقیقی و حقوقی و اختیاراتی در حوزه سیاسی و بوروکراتیک نیز برخوردار است. در واقع دیولعالی آخرین ایستگاه در روند تبدیل یک لایحه به قانون به حساب می‌آید.

دولت نتانیاهو یک دولت راستگرا به حساب می‌آید و علت خصومت دیولعالی با دولت‌ها و احزاب راست‌گرای اسرائیل در مشی نسبتا لیبرال قضات آن است برخلاف رویه دیولعالی در ایالات متحده که عمدتا اعضای آن را قضات محافظه‌کار تشکیل می‌دهند و در نتیجه با حزب دموکرات در تقابل است و جمهوری‌خواهان عمدتا از آن حمایت می‌کنند. در سرزمین‌های اشغالی احزاب میانه و چپ گرا حامی دیولعالی هستند و احزاب راست‌گراتر و محافظه‌کارتر خود را نقطه مقابل دیوان می‌انگارند.

بروز ۴ سال بی‌ثباتی سیاسی در خیابان

یادتان باشد که ۴ سال است که در سرزمین های اشغالی دچار بحران سیاسی هستیم و کابینه‌های مستعجل نمی توانند دولتی پایدار را تشکیل دهند و انتخابات ها یکی پس از دیگری برگزار می شود. در حالیکه کابینه نتانیاهو در روز ۲۹ دسامبر ۲۰۲۲ به قدرت رسید و به نظر می‌رسید رژیم اسرائیل پس از ۴ سال بحران سیاسی و ناتوانی در تشکیل «کابینه‌های ائتلافی دارای اکثریت قاطع» موفق شده بر این بحران فایق بیاید و ثباتی سیاسی و اجتماعی احتمالاً دست کم تا حدود نوسال در سرزمین‌های اشغالی وضعیت پایدار و قابل قبولی خواهد یافت. اما انتشار محتوای لوبه اصلاحات قضایی باعث شد، تنها ۸ روز پس از بازگشت بی بی به قدرت، اعتراضات مردمی آغاز شود (از روز هفتم زلوبه ۲۰۲۳)، گزاف نیست اگر بگوییم چنین رویدادی در جهان بی‌سابقه یا بسیار کم‌سابقه است.

رکورد عجیب تظاهرکنندگان

اعتراضات از هفتم زلوبه تا کنون با شدت ادامه یافته و وارد دهمین هفته خود شده است. تل آویو، قدس و حیفا در این مدت شاهد شدیدترین و بیشترین اعتراضات بوده‌اند. معترضان نتانیاهو را متهم به پیشبرد یک «کودتای سفید» یا «انقلاب قانونی» کرده اند.

روند اعتراضات نیز هم از نظر کمی و هم لحاظ کیفی در طول زمان افزایشی بوده است. بدین معنا که ابتدا اعتراضات تنها در شب‌ها و آخر هفته‌ها برگزار می‌شد. اما از هفته هشتم، روزهای چهارشنبه نیز به زمان‌های برگزاری تجمع افزوده شد و همچنین میزان جمعیت معترضان در این مدت رو به افزایش بوده و در برخی از شب‌ها بیش از ۲۰۰ هزار نفر در خیابان‌های شهرهای مختلف دیده شده اند به گزارش تایمز اسرائیل روز چهارشنبه هفته گذشته در سراسر سرزمین‌های اشغالی بیش از ۵۰۰ هزار تن به اعتراض پرداخته اند. یادتان باشد که کل جمعیت ساکنین سرزمین‌های اشغالی نزدیک به ۱۰ میلیون نفر است و این جمعیت در کف خیابان عددی چشمگیر محسوب می‌شود.

چرا نتانیاهو با دیوان عالی پدرکشتگی دارد؟

همچنین احزاب مخالف کابینه نیز همگی از قضات ارشد پیشین، مشاوران امنیت ملی پیشین، اقتصاددانان نیز نسبت به پیامدهای اقتصادی منفی طرح تغییرات قضایی هشدار داده و خواستار توقف این روند شده اند. حتی برخی از شرکت‌های فناوری و صاحبان سرمایه در نوماه اخیر روند خارج کردن سرمایه خود از اسرائیل را آغاز کرده و برخی از اسرائیلی‌های مخالف گفته‌اند که در فکر زندگی در کشور دیگری هستند. در این میان اقتصاد اسرائیل در نتیجه این بحران تحت تاثیر قرار گرفته و ارزش «شیکل»، واحد پول اسرائیل، در برابر ارزهای خارجی کاهش یافته است.

نیروهای موساد و ارتش در کنار معترضین!

در این میان برای نخستین بار شاهد آن هستیم که حتی سران پیشین موساد، از جمله «یوسی کوهن»، رئیس سابق این سازمان نیز در یک نامه انتقادی خواستار توقف پرونده اصلاحات قضایی شده اند. فراتر رسانه‌های اسرائیلی از آن خبر داده اند که موساد حتی به کارشناسان خود اجازه داده، اگر مخالف اصلاحات قضایی هستند، در اعتراضات مردمی شرکت کنند. همچنین انتشار اخباری از تمرد برخی از نیروهای ارتشی ذخیره اسرائیل از فرمان‌ها به دلیل پرونده اصلاحات قضایی برای کابینه نتانیاهو شوکه کننده بوده است. گروهی از خلبانان ذخیره ارتش اعلام کرده اند که دیگر حاضر به شرکت در دوره های تمرینی نیستند و تا پروژه اصلاحات قضایی کنار گذاشته نشود، در ارتش خدمت نخواهند کرد. این خبر نشان از آن دارد که دوقطبی شکل گرفته بر سر برنامه کابینه نتانیاهو، بدنه کارشناسی دولت، نهادهای حکومتی و ارتش را نیز درنوردیده و شدیداً ریشه‌دار شده است.

تمه ماجرا کجاست؟

اگر کابینه نتانیاهو هیچ گونه مصالحه‌ای با اپوزیسیون، معترضان و دیولعالی را نپذیرد و بخواهد لایحه اصلاحات قضایی را دقیقاً مطابق نسخه ای که یک دور در کنست تصویب شده (و برای تبدیل شدن به قانون نیازمند دو مرتبه تصویب دیگر در پارلمان است)، پیش ببرد، انتظار می‌رود هم اعتراضات با شدت و حدت زیاد و حتی بیشتر از قبل ادامه یابد. همچنین به نظر می‌رسد با طولانی شدن روند اعتراضات، اقدامات خشن و رادیکال هم از طرف نیروهای پلیس و هم از طرف معترضان افزایش یابد. در این صورت بحران کنونی حتی می‌تواند به فروپاشی کابینه و برگزاری انتخابات زودهنگام منجر شود.

اشاره

سن بلوغ دیجیتالی چنده؟

در دنیای امروز فضای مجازی و اینترنت بخش بسیار مهمی از زندگی ما را تشکیل می‌دهد اما فضای مجازی با وجود امکانات بسیاری که در اختیار کاربران قرار می‌دهد به عنوان یک محیط با احتمال آسیب به کودکان شناخته می‌شود. در سال ۲۰۱۸، مفهوم جدیدی به اسم «سن بلوغ دیجیتالی» پدید آمد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از خراسان، این مفهوم نخستین بار زمانی که فرانسه تصمیم گرفت تا قانون مصوب سال ۱۹۷۸ خود را در زمینه حفاظت از داده‌های شخصی با مصوبه سال ۲۰۱۶ اتحادیه اروپا درباره حفاظت از داده‌ها و اطلاعات شخصی در فضای مجازی تطبیق دهد، مطرح شد. در آن سال، فرانسه سن بلوغ دیجیتالی را ۱۵ سال تعیین کرد و بلژیک هم به حداقل سن ممکن یعنی ۱۳ سال اکتفا کرد اما بلوغ دیجیتال چیست و توصیه‌های روان‌شناسان کودک در این باره چه می‌گوید؟

بلوغ دیجیتال چیست؟

بلوغ دیجیتال به مرحله‌ای از رشد و توسعه در کودکان و نوجوانان اطلاق می‌شود که آن‌ها با فضای مجازی، اینترنت و فناوری‌های دیجیتالی آشنا می‌شوند. در این مرحله قرار بر به طور کامل قادر به استفاده از فناوری‌های دیجیتالی برای بهبود زندگی شخصی و اجتماعی‌شان هستند و باید از خطراتی که ممکن است از استفاده نادرست از این فناوری‌ها برای آن‌ها به وجود بیاید، آگاه باشند. بنابراین بلوغ دیجیتال به مرحله‌ای از توانمندی‌های فردی می‌پردازد که در آن فرد توانایی استفاده از فناوری‌های دیجیتالی به‌صورت مسئولانه و با آگاهی از جنبه‌های امنیتی و خصوصی مربوط به آن‌ها را به‌دست آورده است.

نگرانی ۵۳ درصد والدین اروپایی

نتایج نظرسنجی موسسه یوروبارومتر که در سپتامبر و اکتبر ۲۰۲۱ انجام شده، نشان می‌دهد که بیش از نیمی (۵۳ درصد) شهروندان کشورهای عضو اتحادیه اروپا راجع به فراهم بودن امکان، شرایط و بستر امن حضور و فعالیت کودکان‌شان در فضای آنلاین نگرانند.

این نگرانی در حالی ابراز شده که بیش از ۸۰ درصد شرکت‌کنندگان در این نظرسنجی تاکید داشتند که مزایای استفاده از ابزارهای دیجیتال و اینترنت به هیچ وجه کمتر از آثار منفی اجتماعی آن نیست و این ابزارها تا سال ۲۰۳۰ نقش مهمی در زندگی آن‌ها خواهد داشت. البته اتحادیه اروپا در آوریل سال ۲۰۱۶ ماده‌ای را در چارچوب حفاظت از داده‌ها و اطلاعات شخصی در فضای مجازی تطبیق دهد، مطرح شد. در آن سال، فرانسه سن بلوغ دیجیتالی را ۱۵ سال تعیین کرد و بلژیک هم به حداقل سن ممکن یعنی ۱۳ سال اکتفا کرد اما بلوغ دیجیتال چیست و توصیه‌های روان‌شناسان کودک در این باره چه می‌گوید؟

بلوغ دیجیتال چیست؟

بلوغ دیجیتال به مرحله‌ای از رشد و توسعه در کودکان و نوجوانان اطلاق می‌شود که آن‌ها با فضای مجازی، اینترنت و فناوری‌های دیجیتالی آشنا می‌شوند. در این مرحله قرار بر به طور کامل قادر به استفاده از فناوری‌های دیجیتالی برای بهبود زندگی شخصی و اجتماعی‌شان هستند و باید از خطراتی که ممکن است از استفاده نادرست از این فناوری‌ها برای آن‌ها به وجود بیاید، آگاه باشند. بنابراین بلوغ دیجیتال به مرحله‌ای از توانمندی‌های فردی می‌پردازد که در آن فرد توانایی استفاده از فناوری‌های دیجیتالی به‌صورت مسئولانه و با آگاهی از جنبه‌های امنیتی و خصوصی مربوط به آن‌ها را به‌دست آورده است.

ثبت‌نام در شبکه‌های اجتماعی از ۸ سالگی

نتایج یک گزارش نشان داد که ثبت‌نام در شبکه‌های اجتماعی «به‌طور متوسط در هشت و نیم سالگی» رخ می‌دهد و بیش از نیمی از کودکان فرانسوی ۱۰ تا ۱۴ سال آزادانه در شبکه‌های اجتماعی فعال هستند. همچنین طبق نظرسنجی لجمن Génération Digital در سال ۲۰۲۲ میلادی ۵۸ درصد از کودکان ۱۱ و ۱۲ ساله حداقل یک حساب در یک شبکه اجتماعی دارند. مدافعان تعیین حداقل سن بلوغ دیجیتالی در اتحادیه اروپا معتقدند، این محدودیت موجب می‌شود که در صورت بروز تخلف یا تخطی، والدین پس از مطلع شدن بتوانند از طریق گفت‌وگو با کودکان، خطرهای فعالیت بدون محدودیت در فضای مجازی را به آن‌ها گوشزد کنند.

حداقل سن استفاده کودکان از فضای مجازی در کشورهای مختلف

حداقل سن استفاده کودکان از فضای مجازی در کشورهای مختلف متفاوت است و معمولاً توسط قوانین و مقررات آن کشور اعلام می‌شود. در بسیاری از کشورها، سن مجاز برای استفاده از شبکه‌های اجتماعی و دیگر سرویس‌های اینترنتی مانند گوگل و یوتیوب به داشتن حداقل ۱۳ سال محدود شده است. مثلا در آمریکا تحت قانون حفاظت از حریم خصوصی کودکان آنلاین، شرکت‌های فناوری مانند فیسبوک اجازه استفاده از خدمات خود را برای افراد زیر ۱۳ سال نمی‌دهد. مگر این که استفاده زیر نظر والدین باشد. اما در برخی کشورها، هیچ محدودیتی برای استفاده از فضای مجازی وجود ندارد و هر کودکی می‌تواند از آن استفاده کند. مثلا در کشورهایی مانند کلفا، کودکان در هر سنی می‌توانند بدون محدودیت از شبکه‌های اجتماعی استفاده کنند. در حالی که در کشورهایی مانند آلمان سن بلوغ دیجیتال ۱۶ سال است. همچنین فرانسه حداقل سن بلوغ دیجیتالی (۱۵ سال، بلژیک ۱۳ سال، اتحادیه اروپا هم ۱۳ سال و... تعیین کرده‌اند.

آموزش کودکان قبل از سن بلوغ دیجیتال

در برخی کشورها مدارس برای آموزش دادن به دانش‌آموزان درباره استفاده از فضای مجازی و دستگاه‌های دیجیتال از سنین پایین‌تر شروع می‌کنند. مثلا در کشورهایی مانند ژاپن، کرجنوبی و چین کودکان به‌صورت رسمی از سنین پایین‌تر به طور مستمر با فناوری آشنا می‌شوند و دروسی درباره استفاده از دستگاه‌های دیجیتال و ایمنی در اینترنت دارند. با این حال، همه کشورها معتقدند که برای آموزش بهتر و ایمنی کودکان و نوجوانان در دنیای دیجیتال همکاری خانواده‌ها بسیار مهم است.

۲ توصیه به والدین

در ادامه چند پیشنهاد به والدین برای رفتار با کودک و نوجوانی که در آستانه سن بلوغ دیجیتال است، آورده شده است:

۱- تعیین محدودیت زمانی

تعیین زمان مشخصی که کودکان و نوجوانان می‌توانند از دستگاه‌های دیجیتال استفاده کنند، می‌تواند به کنترل کردن مصرف آن‌ها و نحوه فعالیت آن‌ها در شبکه‌های اجتماعی کمک کند. همچنین یکسری نرم‌افزارها هم برای مدیریت این مسئله وجود دارد.

۲- تشویق به فعالیت‌های فیزیکی

فعالیت‌های فیزیکی می‌تواند به کودکان و نوجوانان کمک کند تا از استفاده زیاد از دستگاه‌های دیجیتال دوری کنند. بنابراین به‌عنوان والدین، می‌توانید آن‌ها را به فعالیت‌هایی مانند ورزش، بازی‌های حرکتی یا حتی پیاده‌روی تشویق کنید.

۳- استفاده از نرم‌افزارهای مفید

برخی از نرم‌افزارهای دیجیتال می‌توانند به کودکان و نوجوانان کمک کنند تا مهارت‌های مفیدی را در زمینه‌هایی مانند زبان‌آموزی، ریاضیات یا هنر به دست آورند. آن‌ها را هم برای‌شان نصب کنید تا حضور مفیدتری در این فضا داشته باشند.

۴- با کارشناسان مشورت کنید

بر اساس موقعیت فرهنگی‌تان از کارشناسان اجتماعی و فناوری برای مدیریت و نظارت غیرمستقیم بر عملکرد فرزندتان در شبکه‌های اجتماعی مشورت بگیرید.

رسانه چه خبر

اعلام ساعت کاری داروخانه‌های هلال احمر سراسر کشور در ایام نوروز

پایگاه اطلاع‌رسانی جمعیت هلال احمر: هنگوی جمعیت هلال احمر از فعال بودن داروخانه‌های این جمعیت در ایام تعطیلات نوروز ۱۴۰۲ در سراسر کشور خبر داد. وحید سلیمی توضیح داد: در روزهای تعطیل نوروز داروخانه‌های این جمعیت در ۳۴ شهر کشور در نوبت کاری صبح و عصر از ساعت ۹ تا ۱۲ و ۱۵ تا ۱۸ باز خواهند بود. او تاکید کرد: این داروخانه‌ها در روزهای غیرتعطیل فروردین ۱۴۰۲، به روال عادی خود، همچون گذشته آماده خدمت‌رسانی به هموطنان هستند. سلیمی افزود: داروخانه مرکزی هلال احمر در تهران نیز در ایام تعطیلات نوروز از ساعت ۸ صبح الی ۱۳ دایر خواهد بود و در روزهای غیر تعطیل ایام نوروز از ساعت ۷/۳۰ صبح تا ۱۶/۳۰ ارائه خدمت خواهد کرد. همچنین داروخانه مرکزی شماره ۲ (تهرانپارس) روزهای غیر تعطیل از ساعت ۷/۳۰ صبح تا ۱۳ فعال خواهد بود. لازم به ذکر است که داروخانه مرکزی هلال احمر دوشنبه ۲۹ اسفندماه ۱۴۰۱ به دلیل انبارگردانی تعطیل است. داروخانه مرکزی شماره ۲ (تهرانپارس) نیز روز یکشنبه ۲۸ اسفند ماه از (ظهر) و روز دوشنبه ۲۹ اسفندماه ۱۴۰۱ به دلیل انبارگردانی تعطیل خواهد بود.

شیرین کننده «اریترتیول» با نرخ بالای حمله قلبی و سکته مرتبط است

هلت لاین: تحقیقات جدید نشان می‌دهد که اریترتیول، شیرین کننده مصنوعی رایج و فاقد کالری، ممکن است خطر حمله قلبی و سکته را افزایش دهد. تحقیقات جدید گزارش می‌دهد که شیرین کننده مصنوعی محبوب «اریترتیول» با خطر بیشتر بروز حوادث قلبی عروقی مانند حمله قلبی و سکته مرتبط است. پلاکت‌ها قطعات کوچکی از سلول‌های موجود در خون هستند که به لخته شدن خون و بهبود زخم کمک می‌کنند. تیم تحقیق از کلینیک کلیولند دریافت که وجود این شیرین کننده، باعث می‌شود پلاکت‌ها در لخته شدن خون آسان‌تر عمل کنند، که ممکن است خطر حمله قلبی و سکته را افزایش دهد. به افراد مبتلا به بیماری‌هایی مانند چاقی و بیماری قلبی اغلب توصیه می‌شود از شیرین کننده‌های مصنوعی برای کاهش وزن استفاده کنند، با این حال، نویسندگان خاطرنشان کردند که مطالعات اپیدمیولوژیک قبلاً ارتباطی بین استفاده از این شیرین کننده‌های مصنوعی و شرایطی که برای کمک به آنها در نظر گرفته شده است، پیدا کرده‌اند.

کدام بازی‌ها برای سلامت روان کودکان مفید است؟

ارث: به این دلیل که اضطراب و افسردگی میان کودکان و نوجوانان ایالات متحده در بالاترین حد خود قرار دارد، در سال ۲۰۲۱ در مورد سلامت روان کودکان و نوجوانان وضعیت اضطرار ملی اعلام شد. اگرچه تصور می‌شود که بسیاری از دلایل احتمالی به این وضعیت نگران‌کننده کمک می‌کنند، مطالعه جدیدی نشان داد که کاهش چندین دهه فرصت برای کودکان و نوجوانان برای بازی و شرکت در فعالیت‌های مختلف مستقل از نظارت مستقیم و کنترل بزرگسالان ممکن است عامل مهمی در بحران سلامت روان فعلی باشد که منجر به سطوح بی‌سابقه اضطراب، افسردگی و حتی خودکشی بین جوانان شده است. دیوید بیورکلوند، از نویسندگان این مطالعه در دانشگاه فلوریدا آتلانتیک، گفت: والدین امروز مرتبا در معرض پیام‌هایی در مورد خطراتی هستند که ممکن است متوجه کودکان آن دو بعد نظارت شود. اگر بچه‌ها می‌خواهند به خوبی رشد کنند، به فرصت‌های بسیار برای فعالیت‌های مستقل از جمله بازی‌های خودگردان و مشارکت‌های معنادار در زندگی خانوادگی و اجتماعی نیاز دارند. علاوه بر این آزادی کودکان برای شرکت در فعالیت‌هایی که مستلزم خطر و مسئولیت است (مانند بالا رفتن از درخت) و می‌تواند به محافظت از کودکان در برابر ایجاد ترس کمک کند و با افزایش اعتماد به نفس در مواجهه با شرایط اضطراری اجتماعی، اضطراب آینده را کاهش دهد، طی چند دهه گذشته کاهش یافته و به مشکلات روانی مداومی که کودکان امروزی با آن مواجه هستند، کمک کرده است. کارشناسان اظهار کردند که افزایش زمان مدرسه و زمان برای دستیابی به موفقیت ممکن است نه تنها با از بین بردن زمان و فرصت‌ها برای شرکت در فعالیت‌های مستقل بلکه به دلیل ترس از پیشرفت ناکافی و افت تحصیلی بر سلامت روان کودکان تاثیر بگذارد. برخلاف سایر بحران‌ها، مانند همه‌گیری کووید، کاهش فعالیت مستقل و سلامت روانی در کودکان به تدریج و در طول دهه‌ها در ما رخنه کرده است؛ بنابراین بسیاری به سختی متوجه آن شده‌اند. علاوه بر این برخلاف سایر بحران‌های بهداشتی، این یکی نتیجه یک ویروس بسیار مسری نیست بلکه نتیجه نیت‌های خوب مانند محافظت بیش از اندازه از کودکان و مدرسه است که بیش از حد به آن توجه شده است.