گوناگون

تراز نیروی انسانی آموزش‌وپرورش مثبت می‌شود

معاون برنامه‌ریزی و توسعه متابع وزارت آموزش و پرورش از تخصیص ۷۰ درصد از اعتبارات سرانه به مدارس شبانه‌روزی و ایاب‌وذهاب دانش‌آموزان روستا مرکز خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مرکز اطلاع‌رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش، علی فرهادی در گردهمایی مشترک اعضای شورای معاونان و مدیران کل آموزش و پرورش استان‌ها اظهارکرد: با وجود محدودیت‌های مالی، تا پیش از آغاز سال تحصیلی جدید، ۷۰ درصد از اعتبارات مربوط به سرانه مدارس شبانه‌روزی و ایاب‌وذهاب دانش‌آموزان تخصیص یافته و نگرانی‌ها در این حوزه مرتفع خواهد شد.

وی در ادامه از تدوین و پایش مستمر برنامه عملیاتی سال ۱۴۰۴ و استفاده از ظرفیت کامل نیروی انسانی خبر داد.

فرهادی با بیان این‌که تدوین برنامه عملیاتی سال ۱۴۰۴ آموزش‌وپرورش براساس اسناد بالادستی و اهداف برنامه هفتم توسعه انجام گرفته است، اظهار کرد: مدیران کل استان‌ها نه تنها مسئول اجرای مطلوب این برنامه‌ها هستند، بلکه باید نظارت مستمری نیز بر روند تحقق اهداف داشته باشند.

وی با اشاره به پروژه مهر و آغاز سال تحصیلی جدید، گفت: در بخش سرانه مدارس شبانه‌روزی و ایاب‌وذهاب دانش‌آموزی، تا قبل از شهریور ماه، از اعتبار موجود ۷۰ درصد مشخصاً برای نیازهای ایاب‌وذهاب دانش‌آموزی و مدارس شبانه‌روزی تخصیص می‌یابد و ۳۰ درصد دیگر نیز به مدارس عادی خواهد رسید. بدین ترتیب می‌توانیم تا اسفند ماه، دغدغه‌ای بابت هزینه‌های مدارس نداشته باشیم.

فرهادی با اشاره به متابع انسانی، ادامه داد: همان‌گونه که در سال گذشته نیز وعده داده بودیم، پاداش استمرار خدمت بازنشستگان به موقع پرداخت شد و حتی برای افراد جاماندند نیز پرداخت‌ها در فروردین و اردیبهشت انجام گرفت تا هیچ فردی معطل نماند.

وی در ادامه افزود: در سال جاری، با احتساب قبولی‌های آزمون استخدامی، فارغ‌التحصیلان دانشگاه فرهنگیان و شهید رجایی و همچنین مدیریت صحیح بازنشستگی‌ها پیش‌بینی می‌کنیم تراز نیروی انسانی آموزش‌وپرورش مثبت باشد و به سمت ارتقای کیفیت آموزشی حرکت کنیم.

فرهادی با تشریح جزئیات برنامه عملیاتی سال ۱۴۰۴، گفت: در این برنامه ۳۵۳ برنامه و ۱۰۹۴ گلم و اقدام مشخص لحاظ شده که تمام پیمایش‌ها و فعالیت‌ها به صورت روزانه و هفتگی در سامانه ویژه پایش و ثبت خواهد شد.

معاون برنامه ریزی و توسعه متابع وزارت اموزش و پرورش گفت: انتظار داریم کلیه همکاران برنامه عملیاتی و کتاب مربوطه را که به زودی به استان‌ها ارسال خواهد شد، به صورت جدی مطالعه و هرگونه اقدام و پیشرفت را در سامانه ثبت کنند.

فرهادی ضمن تأکید بر لزوم توجه به کیفیت‌بخشی و عدالت آموزشی، تأکید کرد: همه برنامه‌ها و اقدامات مبتنی بر اسناد بالادستی و سند تحول بنیادین آموزش و پرورش تدوین شده است. امیدواریم با همکاری و همدلی همه همکاران، به ویژه مدیران کل و کارشناسان برنامه‌ریزی استان‌ها بتوانیم سال تحصیلی آینده را با کیفیت و آرامش بیشتری برای فرهنگیان و دانش‌آموزان رقم بزنیم.

معاون برنامه‌ریزی و توسعه متابع وزارت آموزش و پرورش از مدیران کل خواست تا صدور و ابلاغ به موقع دستورالعمل‌ها را مورد توجه ویژه قرار داده و با استفاده از ظرفیت‌های نرم‌افزاری و سامانه‌های به‌روز، زمینه تحقق برنامه‌ها و عدالت آموزشی را فراهم آورند.

نسل بتا پشت فرمان نخواهد نشست!

لوین می‌گوید که نسل بتا دیگر رانندگی نخواهند کرد و اگر به نسلی پس از آن بگویید که خودتان رانندگی می‌کردید، باور نخواهند کرد!

به گزارش پیام آشنا به نقل از خبرآنلاین، برای بسیاری از ما، رانندگی با خودرو یک روال روزمره است؛ با این حال، برای کودکانی که از این پس تا سال ۲۰۳۹ متولد می‌شوند (معروف به نسل بتا)، رانندگی با خودرو می‌تواند یک مفهوم کاملاً بیگانه باشد! این حداقل چیزی است که اوری لوین (Uri Levine)، کارآفرین و بنیانگذار اپلیکیشن ویزفکر می‌کند.

لوین می‌گوید که نسل بتا دیگر رانندگی نخواهند کرد و اگر به نسلی پس از آن بگویید که خودتان رانندگی می‌کردید، باور نخواهند کرد! او خودروها را با اسنوورها مقایسه کرد که ۵۰ سال پیش به ایرانتور نیاز داشتند اما اکنون دیگر ندارند.

آینده‌ای کاملاً خودران؟

بنیانگذار ویز فکر می‌کند که روبوتاکسی‌ها رانندگی با خودروهای شخصی را کاملاً غیرضروری خواهند کرد. او در گفتگو با بیزینس انسایدر پیش‌بینی کرد که در یک دهه، بیشتر خدمات حمل و نقل پولی کاملاً خودران خواهند بود و شما در شهر به سختی رانندهای را خواهید دید.

این تغییر می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای داشته باشد. روبوتاکسی‌ها نه تنها نحوه جابجایی ما را تغییر می‌دهند، بلکه می‌توانند صنعت لجستیک را نیز تغییر داده و نیاز به سیستم‌های حمل و نقل عمومی سنتی را کاهش دهند.

کاهش هزینه‌ها، زمان آزاد بیشتر

استفاده از حمل و نقل خودران نیز می‌تواند از نظر مالی برای مصرف‌کنندگان متعلق باشد. در حال حاضر، بیشتر پولی که برای گرفتن اوبر پرداخت می‌شود، به راننده داده می‌شود. وقتی راننده را از معادله حذف کنید، می‌توانید هزینه یک سفر را از ۱۰۰ دلار به حداقل ۲۵ دلار کاهش دهید. استفاده از خدمات حمل و نقل خودران همچنین زمان زیادی را که مردم معمولاً صرف رانندگی می‌کنند، به آنها باز گرداند.

انقلاب حمل و نقل در اینجا متوقف نخواهد شد. لوین معتقد است که در آینده، ممکن است دیگر نیازی به مراجعه به فروشگاه‌های لباس یا کفش نداشته باشید، زیرا ون‌های خودران که توسط فروشگاه‌ها اداره می‌شوند، می‌توانند کالاها را مستقیماً به خریداران تحویل دهند.

هنوز راهی طولانی در پیش است

مهمترِ از همه این پیش‌بینی‌ها و توصیفات، باید به این نکته اشاره کنیم که این اتفاق یک شبه رخ نخواهد داد. ویمو (Waymo) از سال ۲۰۲۰ خدمات حمل و نقل خودران را ارائه می‌دهد و اگرچه در پنج سال گذشته میلیون‌ها سفر را ارائه کرده است، اما این سرویس هنوز تنها در تعداد انگشت‌شماری از مکان‌ها در ایالات متحده فعالیت می‌کند. در اکثر کشورها خدمات روبوتاکسی خودران مانند این، کاملاً وجود ندارد و سال‌ها طول خواهد کشید تا دیگر خدمات مشابه ایجاد شوند.

نظر شما چیست؟ آیا امادیاد فرمان را به دست یک الگوریتم بسپارید؟ در هر صورت، تا زمانی که این تحولات رخ دهند، از رانندگی لذت ببرید.

زنان و خانواده

بیمه رایگان زنان سرپرست خانوار عشایر و روستایی

مدیرعامل صندوق بیمه اجتماعی کشاورزان، روستاییان و عشایر از اجرای طرح‌های حمایتی جدید برای بیمه زنان سرپرست خانوار، ارائه خدمات تحصیلی به دانش‌آموزان روستایی و افزایش ۶۰ درصدی مستمری‌ها در سال جاری خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، حامد قادرمزری -مدیرعامل صندوق بیمه اجتماعی کشاورزان، روستاییان و عشایر- اظهار کرد: صندوق بیمه اجتماعی کشاورزان، روستاییان و عشایر افراد ۱۸ تا ۵۰ ساله سرپرست خانوار را که در مناطق روستایی، عشایری و کشاورزی سکونت دارند، تحت پوشش قرار می‌دهد و عمدتاً جامعه هدف این صندوق، ساکنان روستاها هستند.

به گفته وی، پیش‌بینی می‌شود حدود ۸ تا ۹ میلیون نفر در روستاها، مناطق عشایری و بین قشار کشاورز ایران فاقد هر نوع پوشش بیمه‌ای باشند که در ۶۲ هزار و ۲۸۵ آبادی کشور پراکنده هستند.

قادرمزری تصریح کرد: در حال حاضر ۳.۳ میلیون نفر عضو این صندوق هستند و حدود ۶۵ درصد از جامعه کشاورزان، روستاییان و عشایر می‌توانند تحت پوشش صندوق قرار گیرند. بخش عمده‌ای از این افراد دارای فرزندانی در مقاطع ابتدایی، راهنمایی و دبیرستان هستند که بر اساس تفاهم‌نامه همکاری منعقدشده میان بنیاد علوی و صندوق بیمه اجتماعی، دانش‌آموزان مقطع اول و دوم متوسطه، در صورتی که سرپرست خانوار بیمه‌شده صندوق باشد، می‌توانند سراسری و حتی آزمون‌های استخدامی استفاده کنند.

وی در ادامه با اشاره به بیمه زنان سرپرست خانوار گفت: سال گذشته تفاهم‌نامه‌ای با سازمان بهزیستی امضا کردیم تا تمامی زنان سرپرست خانوار در روستاها با پرداخت ۱۰۰ درصد حق بیمه توسط دولت، به‌صورت رایگان تحت پوشش بیمه قرار گیرند. در حال حاضر حدود ۶۰ هزار نفر از زنان سرپرست خانوار تحت پوشش بیمه هستند.

مدیرعامل صندوق بیمه اجتماعی افزود امروز نیز تفاهم‌نامه‌ای با سازمان بهزیستی منعقد می‌شود تا تمامی زنان سرپرست خانوار ساکن شهرهای زیر ۲۰ هزار نفر با پرداخت کامل حق بیمه از سوی دولت، به‌صورت رایگان بیمه شوند.

قادرمرزی در بخش دیگری از سخنان خود درخصوص وضعیت متناسب‌سازی مستمری‌بگیران این صندوق توضیح داد: در سال ۱۴۰۳ مکاتبات و برنامه‌ریزی‌ها در این زمینه با دولت و مجلس آغاز شد و تا پایان اسفند، همسان‌سازی مستمری‌ها براساس قانون برنامه هفتم قطعاً عملیاتی خواهد شد. با اجرای متناسب‌سازی، حداقل ۶۰ هزار نفر از زنان سرپرست خانوار تحت پوشش بیمه هستند.

لزوم ساماندهی نیروهای داوطلب پرستاری و پزشکی در بحران‌ها

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بر لزوم ساماندهی نیروهای داوطلب پرستاری و پزشکی در مواقع جنگ و بحران تأکید کرد و گفت: در دوران دفاع مقدس، این سازماندهی وجود داشت و تیم‌های انصاری، همواره با تجهیزات لازم آماده خدمت‌رسانی بودند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از بـــدا محمدرضا ظفرقندی در دیدار با رئیس و اعضای شـــورای عالی ســـازمان نظام پرســـتاری با تأکید بر عزم جدی برای پیگیری اجرای تعرفه خدمات پرستاری، گفت: با وجود محدودیت‌های بودجه‌ای و کسورات مالی، همه تلاش‌ها برای تحقق خواسته‌های به حق جامعه پرستاری به کار گرفته خواهد شد.

وزیر بهداشـــت در ادامه، ارتقای سواد سلامت جامعه را به‌ویژه در زمان بحران، از اولویت‌های نظام ســـلامت دانست و تولید محتوای تخصصی در حوزه پرستاری را اقدامـــی راهبردی برای افزایش آگاهی عمومی و توانمندسازی مردم برشمرد.

پاسخ مثبت حدود هزار پرستار به فراخوان دوران جنگ

رئیس کل سازمان نظام پرستاری کشور در این دیدار با اشـــاره به بازخوردهای مثبت مردم از عملکرد نظام سلامت در جریان بحران اخیر از وزیر بهداشت و دولت به‌دلیل مدیریت هوشمندانه بحران قدردانی کرد.

احمد نجاتیان با اشاره به تشکیل ستاد بحران در سازمان نظام پرستاری کشور، گفت: در ۱۲ روز جنگ، شخصاً و با همراهی معاونان، اعضای هیات‌مدیره و شورای عالی به‌صورت مستمر از بیمارســـتان‌های تهران، شهرری، اندیشه، ملارد و ســـایر مراکز درمانی بازدید کردیم تا در کنار همکاران باشیم و پیام آمادگی نظام سلامت را منتقل کنیم.

وی با اشاره به برگزاری فراخوان داوطلبانه گفت: پس از تشدید بحران فراخوانی منتشر شد که با استقبال حدود هزار داوطلب مواجه شد. خوشبختانه نیازی به استفاده از این نیروها نشد اما این آمادگی، نشان از ظرفیت بالای پرستاری کشور دارد.

نجاتیان افزود: با هدف تقویت روحیـــه کادر درمان، مجموعه‌ای از محتوای آموزشی برای پرستاران و عموم مردم تولید شـــد که بر مدیریت استرس، تاب‌آوری و پشتیبانی روانی در دوران جنگ تمرکز داشت.

وی ضمن اشاره به ارسال نامه قدردانی به رئیس‌جمهور افزود: پاسخ و قدردانی دولت از کادر پرستاری برای ما بسیار ارزشمند بود و قوت قلبی برای ادامه مسیر اســـت.

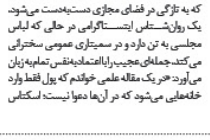
رئیس کل ســـازمان نظام پرستاری نسبت به چالش تاب‌آوری در میان پرســـتاران هشـــدار داد و گفت: در روزهای ابتدایی فشار روانی ستگیتی بر پرستاران، به‌ویژه بانوان وجود داشت و بسیاری تحت فشار خانواده برای ترک تهران بودند. خوشبختانه با تدابیر وزارت بهداشت برای اسکان خانواده‌ها، بخشی از این بحران مهار شد. این تجربه، نشان داد، باید بیش از گذشته بر تاب‌آوری نیروی انسانی و ریشه‌های روانی نظام سلامت تمرکز کنیم.

وی گفت: با وجود اقدامات متنیت در حوزه اســـتخدام پرســـتاران، توزیع نیرو به شکل متناسبی انجام نشد و در برخی اســـتان‌ها همچنان با کمبود شدید پرستار مواجهیم. انتظار می‌رود با حمایت وزارت بهداشت و با هماهنگی دستگاه‌های اجرایی، این نقیصه برطرف شود.

مکث

درباره یک کلیپ پربازدید در فضای مجازی

واقعا پول از خانه‌های پرسروصدا فراری است؟



**به تازگی ویدئویی از یک روان‌شـــناس اینستاگرامی پربازدید شده که می‌گوید طبق یک مقاله علمی، پول فقط وارد خانه‌هایی می‌شود که در آن‌ها دعوا نیســـت! اسکناس از ســـر و صدا خوشش نمی‌آید!» چنین جمله‌ای در ظاهر لطیف و شاعرانه اســـت، اما در واقع نمایندهای دقیق از پدیده‌ای خطرناک به نام روان‌شناسی زرد یا «روان‌شناسی عامه‌پسند تحریف‌شده» است؛ نوعی از گفتار که نقاب علم به چهره دارد اما در بنیاد نه علم است و نه مسئولانه.

اسکناس احساس دارد؟

اول از همـــه هیچ ســـند علمی بـــا پژوهش معتبر روان‌شـــناختی وجود ندارد که ثابت کند اســـکناس «حســـس» دارد یا از «صروصدا» بدش می‌آید. پول، یک ابزار اقتصادی است نه یک موجود زنده با سلیقه یا ترجیح. استفاده از چنین استعاره‌هایی برای فهم مفاهیم پیچیده ایرادی ندارد، به‌شرطی که روشن شود استعاره است، نه واقعیت علمی. اما مشکل اصلی آن جاست که گوینده ادعا می‌کند ایـــن موضوع در هیک مقاله علمی» آمده است. این شیوه بیان، ارجاع گنگ و بدون متنیع به مقالات علمی تاکتیکی رایج در میان برخی از فعالان شـــبکه‌های اجتماعی است که می‌خواهند برای حرف‌های بدون پشتوانه خود، اعتباری مصنوعی فراهم کنند. وقتی شـــنونده بشنود «تحقیقات ثابت کرده»، ناخودآگاه تمایل دارد حرف را بپذیرد، حتی اگر هیچ‌گونه نشانی از تحقیق واقعی در کار نباشد.

خطر این نوع گفتار چیست؟

۱. سادگی گمراه‌کننده: در جهانی پر از پیچیدگی‌های روانی، اجتماعی و اقتصادی، شنیدن این که «پول به خانه‌هایی می‌جروبحث‌تو رود» می‌تواند تسکین‌دهنده باشد. اما این گونه ساده‌سازی واقعیت، نه تنها به درک ما کمک نمی‌کند بلکه ما را از مواجهه با علت‌های واقعی مشـــکلات‌مان بازمی‌دارد. بسیاری از خانواده‌هایی که درگیر فقر هســـتند، نه به دلیل «دعوا»، بلکه به دلیل تبعیض بحران اقتصادی، بازنابرابری‌های ساختاری با این مسئله مواجه هســـتند.

۲. سرزنش پنهان: این نوع جملات، بی‌ای رحمی پنهانی به افراد می‌افهماند که اگر پول ندارند لابد خودشـــان مقصرند؛ چون در خانه‌شان سروصدا است! این نوع پیام‌ها با نوعی قربانی‌ملامتی همراه است که احساس گناه را افزایش می‌دهد و عزت‌نفس را پایین می‌آورد.

۳. تخریب وجهه علم: وقتی روان‌شناســـی در قالب حرف‌های اغراق‌آمیز و شبه‌علمی عرضه شود، اعتماد عمومی به علم خدشه‌دار می‌شود. مردم، بعد از مواجهه با چند مورد از این گفته‌های نادرست، ممکن است کل علم روان‌شناسی را بی‌فایده یا فریبکارانه ببینند.

۴. بازارگرمـــی با احســـاســـات مـــردم: جملاتی از این دســـت عمدتاً برای جلب توجه، افزایش فالوور و فروش محصولات آموزشی به کار می‌رود. روان‌شناسی زرد، برخلاف روان‌شناسی علمی که مدعش کمک به درک عمیق‌تر و رشد فردی است، احساسات مخاطب را به بازی می‌گیرد و با وعده‌های ساده، جلب اعتماد می‌کند.

چطور فرق روان‌شناسی علمی و زرد را تشخیص بدهیم؟

اگر جملاتی شـــدیدا که با «تحقیقات ثابت کرده» شـــروع شد، اما متهبی دقیق نداشت، شک کنید. اگر حرفی بیش از حد خوب و ساده بود که حقیقت داشته باشد، احتمالاً اغراق یا دروغ اســـت. اگر گوینده بیشتر از علم لباس و دکوراش توجه‌برانگیز اســـت، محتوا را با دقت بیشتری بررسی کنید. ومهم‌تر از همه، یاد بگیریم که همیشه با تفکر انتقادی بشتوییم، نه صرفاً با تحسین یاتسلیم.

فروش امیدهای بی‌پشتوانه!

علم روان‌شناســـی ابزاری قدرتمند برای درک خود، رشد فردی و بهبود کیفیت زندگی است؛ اما فقط زمانی که با صداقت، دقت و تعهد علمی همراه باشد. بازی با واژه‌ها و فروش امیدهای بی‌پشتوانه نه روان‌شناسی اســـت، نه انسان‌دوســـتانه. اگر قرار اســـت روان‌شناس، چرافتی به دســـت بگیرد، باید نور علم واقعی باشد، نه درخشش لباس‌های شب و واژه‌های توخالی.

روایت تجارتی تقریبا ۱۰ تا ۱۵ ساله در ایران

همه چیز به یک مو بند است!

در آرایشگاه‌های شـــیک تهران و شهرستان‌ها زنانی هســـتند که موهای بلندشان را با قیمتی گاه پایین و گاه گزاف می‌فروشـــند. در گذشته ها پریشانی را در وصف گیســـو به کار می بردند و حالا تجارت این پریشانی رواج یافته است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تابناک، ایتجا، موفقط یک چیز اضافی نیســـت؛ برای بعضی‌ها درآمد است. برای بعضی دیگر نشانه زیبایی.

تجـــارت موی طبیعی به عنـــوان یک صنعت چند میلیارد دلاری در جهان، عمدتاً بر پایه خرید موی زنان و تبدیـــل آن به محصولات زیبایی مانند کلاه‌گیس، اکستنشن و پروتز موشکل گرفته است.

در جهان، هند رتبه اول صادرات موی طبیعی (بیش از ۹۰٪ سهم بازار جهانی) را دارد. چین، ویتنام، برمه، بنگلادش، موهای آســـیایی با قیمت متناسب تولید می‌کنند. در اروپای شرقی (اوکراین، روسیه، مولداوی)، موهای بلوند و روشن با قیمت بالا فروخته می‌شود. وارد کننده‌های اصلی مو نیز شـــامل آمریکا، ایتالیا، فرانســـه، ژاپن، کره و امارات متحده عربی می‌شوند.

در یکی از محله‌های کم برخـــوردار، زنی حدود ۴۰ ساله توضیح میدهد: «خترم ۱۲ سالشه. موهاش رو ۳ میلیون فروختیم.»

چرخه ناآشکار خرید و فروش

خریداران مو معمولاً در فضای مجازی یا آرایشگاه‌های خاص فعالیت می کـــنـــد. یک خریدار در تهران می گوید: «موی بالای ۵۰ سانتیمتر و سالم می خریم. قیمت هم بســـتگی به کیفیت داره.» اما این قیمت‌ها همیشه ناعادلانه است. مویی که از یک زن در مشهد با ۲ میلیون تومان خریداری میشود، ممکن است در شمال تهران به ۲۰ تا ۴۰ میلیون تومان فروخته شود. خریداران معمولاً قیمـــت را خیلی پایین می‌آورند: "مـــوی کوتاه؟ ۵۰۰ هزار تا یک میلیون تومان. موی بلند؟ شـــاید ۳ میلیون." اما همیـــن موها وقتی به سالن‌های لوکس می‌رسند، دهها برابر گران‌تر می‌شوند. حتی به بالای ۵۰ میلیون تومان و عددهای بالاتر هم می‌رسد.

بیماران سرطانی یا مشتریان ثروتمند؟

بعضی‌ها می‌گویند این موها برای بیماران سرطانی اســـت اما بیشترشان راهی بازار اکستنشن و زیبایی می‌شوند؛ جایی که پول بیشتری در آن جریان دارد. بسیاری از خریداران ادعا می کنند موها برای بیماران تحت شیمی درمانی استفاده می‌شود. اما یک آرایشگر اعتراف می کند: «۹۰ درصد مشتریانم زنان متمولی هســـتند که می خواهند موهایشان پریشت تر به نظر برسد.»

وضعیت مردان در این بازار

موی زنان همیشه خریدار داشته، اما این روزها تقاضا برای موی مردان هم در حال افزایش است. مردانی که موهایشان ریخته، گاهی حاضرند میلیون‌ها تومان برای یک پروتز طبیعی هزینه کنند.

در این میان دلالان این تجارت، سراغ مردان مو بلند هم می رونـد. همین چند روز پیش فیلمی از یک مرد میوانند در آرایشگاه منتشر شد که می گفت قرار است موی بلندتش را به قیمت هفتاد میلیون تومان بفروشد.

فروش موی کودکان؟!

آیا این تجارت همیشه تاریک است؟ نه لزوماً. در بعضی کشورها فروش مو یک شغل قانونی است و مثلا در هندوستان زنان روستایی با فروش موهایشان درآمدی کسب می کنند. مشکل جایی شـــروع می‌شود که کودکان بی‌خبر وارد این چرخه می‌شوند یا وقتی که دلالان از ناآگاهی مردم سوءاستفاده می کنند.

فروش موی کودکان زیر ۱۸ ســـال، غیرقانونی است. اما عملاً بر خوردی صورت نمی گیرد و دختر بچه‌های کوچک، شاید بیش از سایرین در این تجارت به کار گرفته می‌شوند.

رضا شـــافخواه، وکیل پایه یک دادگســـتری، تأکید می کند که این عمل نه تنها خلاف شأن انسانی است، بلکه بر اساس قانون حمایت از اطفال و نوجوانان، باطل محسوب می‌شود. اما آیا این قوانین به تنهایی می‌توانند مانع از ادامه این تجارت شوند

مسائل بهداشتی نگران کننده

موهای جمع آوری شده در آرایشگاه‌ها معمولاً بدون ضدعفونی متاسب فروخته می‌شـــوند. دکتر مریم حسینی، متخصص پوست هشدار میدهد: «هنگامه از موهای آلوده می‌تواند باعث انتقال شـــپش، قارچ و حتی هپاتیت شود.»

در این میان ایجاد مراکز رسمی خرید مو یا قیمتهای منصفانه، آموزش به خانواده‌ها درباره ارزش واقعی مو، نظارت بهداشـــتی بر مراکز جمع آوری مو ومطالعه جامعه شناسانه روی این پدیده، از تاکیدات کاربران فضای مجازی در صفحات مرتبط است.

مینیمال
هایی برای زندگی

یکی از ضعف‌های غمبار روح، و در عین حال یکی از ژرف‌ترین ظرافت‌های آن در این است که هستی آن جز به وساطت تن امکان‌پذیر نیست.

@ Minimalia

از کتاب قهرمان‌ها و گورها
ارنستو ساباتو
ترجمه: مصطفی مفیدی
انتشارات نیلوفر

@MinimaliranBarayeZendegi @Minimalia @MinimaliFortLife

تازه های سلامت

کدامیک مقصر «چاقی» هستند: غذاهای پرکالری یا ورزش نکردن؟

یافته‌های یک پژوهش نشان می‌دهد چاقی، بیشتر نتیجه پیروی از رژیم غذایی پرکالری و مصرف غذاهای فوق فرآوری‌شـــده است تا ورزش نکردن.

به گزارش پیام آشنا به نقل از پایگاه مدیکال اکسپرس، همه روی این موضوع اتفاق‌نظر دارند که چاقی یک همه‌گیری جهانی، به‌ویژه در کشورهای متمدنی است و عامل مهم بیماری‌ها و ضعف سلامت عمومی به‌شـــمار می‌رود؛ اما درباره اینکه علت اصلی چاقی، رژیم غذایی است یا ورزش نکردن، اختلاف‌نظرهایی وجود داشته است.

کالری‌های مصرفی باید به‌عنوان انرژی مصرف شوند؛ چه از طریق فعالیت بدنی و چه از طریق فعالیت‌هـــای پایه. فعالیت‌های پایه فرایندهای ذاتی درون بدن هستند که انرژی مصرفی می‌کنند، مانند تنفس یا هضم غذا. آنچه مشخص نشده، به عنوان سوال باقی ماند، این اســـت که «چاقی» به کدام علت، ایجاد می‌شود: چون به طور متوســـط کالری زیادی دریافت شده که بیش از میزان لازم برای فعالیت‌های عادی است و یا اینکه میزان کالری دریافت‌شده معقول بوده اما فعالیت کافی برای مصرف آن انجام نشده است.

در پژوهشـــی که یافته‌هـــای آن به‌تازگی به صـــورت مقاله‌ای در مجموعه مقالات آکادمی ملی علوم Proceedings of the National Academy of Sciences منتشـــر شـــده، محققان روی مقوله رژیم غذایی در برابر ورزش تمرکز کردند.

بر اساس یافته‌های آنان، چاقی در کشورهای توسعه‌یافته‌تر از نظر اقتصادی شایع‌تر است. اما به نظر می‌رسد که مردم این کشورها در کل، انرژی بیشتری نیز مصرف می‌کنند. با این حال، این شامل حال همه افراد نمی‌شود.

محققان لاغران گزارش کرده‌اند که اندازه بدن، مانند قد، به طور کلی در مناطق صنعتی بزرگ‌تر اســـت. در وزن و مصرف انرژی نیز به دلیل ســـن و جنس، نوسانات وجود دارد. محققان با تنظیم این عوامل، داده‌های خود را بیشتر اصلاح کردند.

آنان دریافتند کـــه کل انرژی مصرفی روزانه (مجموع کالری‌هایی که بدن در طول روز می‌ســـوزاند)، ارتباط ضعیفی با چاقی دارد و حدود ۱۰ درصد از افزایش بروز چاقی در کشورهای توسعه‌یافته‌تر را تشکیل می‌دهد. در عوض، مصرف بیشتر غذاهای فوق فرآوری‌شده (UPF)، مانند گوشت‌های فرآوری‌شده، غذاهای آماده و کیک‌های میان‌وعـــده، از عوامل ایجاد چاقی اســـت و درصـــد غذاهای فوق فرآوری‌شده در رژیم غذایی با درصد چربی بدن همبســـتگی مثبت دارد.

این پژوهشگران با اینکه معتقدند ورزش‌نکردن عامل اصلی چاقی نیســـت؛ اما ورزش منظم را توصیه می‌کنند؛ زیرا در هر حال کلید پیشگیری از بیماری‌ها و حفظ سلامت روان، بهتر محســـوب می‌شود. آن‌ها همچنین بر لزوم تأکید بر کاهش مصرف غذاهای فرآوری‌شده به‌منظور کمک به مقابله با بحران چاقی تأکید می‌کنند. اما قصد دارند به مطالعه درباره آنچه باعث می‌شـــود برخی غذاها به چاقی منجر شـــوند، ادامه دهند؛ زیـــرا به نظر می‌رســـد غذاهای فوق فرآوری‌شده به روش‌های متخصص‌پاورری بر بدن تأثیر می‌گذارند.

در این مقاله آمده است: خوش‌طعمی بیش از حد، چگالی انرژی، ترکیب مواد مغذی و ظاهر غذاهای فوق فرآوری‌شده ممکن است سیگنال دهی سیری را مختل و افراد را به خوردن بیش از حد تشویق کند. همچنین مشخص شده است که فرآوری باعث می‌شود درصد کالری مصرفی بیشتری به جای دفع، جذب بدن شود.