



مسر

هفته نامه بین المللی



هفته نامه بین المللی بمسرتحشین مجله ویژه بمسران، اجتماعی و فرهنگی، سال سیم شماره ۷۴۴، پنجشنبه ۱۱ تیرماه ۱۴۰۵، هشت صفحه، یک صد هزار تومان

سر مقاله

من دوست ندارم

این که من دوست ندارم و یا من نمی خوام خیلی با من نمیتونم و همیشه متفاوت است! در این جا ما حق انتخاب داریم و علی رغم اینکه باید بتوانیم و یا بخواهیم می گوایم من نمیخوام و من دوست ندارم!

یکی از بزرگترین مشکلات ما در زندگی مان از همین جا شروع می شود که می گویم من نمی خوام و من دوست ندارم که ریشه در دو مورد تربیت کودکی ما و همچنین شرایط زندگی مان دارد وقتی حق انتخاب را به ما میدهند ما هستیم که انتخاب می کنیم بخواهیم یا نخواهیم! جالب اینکه بشر با خدای خود و... ص ۲



اصغر حسینی نژاد و مهر بانوماه رخ نجفی همسرش

در این شماره

زنشویی چیست؟

۳

خانواده و اهمیت خانواده

۴

روش های مراقبت از پوست در...

۵

سندروم استکهلم چیست؟

۶

انگلیس با بحران سلامت روان

۷

جزئیات مراسم تشییع رهبر شهید انقلاب اعلام شد

ستاد بزرگداشت عروج خونین رهبر شهید انقلاب در اطلاعیه ای زمان تشییع پیکر حضرت آیت الله سید علی حسینی خامنه ای (قدس الله نفسه الزکیه) را اعلام کرد.

ستاد بزرگداشت عروج خونین حضرت آیت الله العظمی خامنه ای قدس الله نفسه الزکیه در جدیدترین اطلاعیه خود اعلام کرد: به اطلاع عموم مردم شریف و عزادار می رساند مراسم وداع، تشییع و تدفین پیکر مطهر آن امام مجاهد شهید و اعضای خانواده ایشان، شهیدان بزرگوار دکتر مصباح الهدی باقری کبی، سیده بشری حسینی خامنه ای، زهرا حداد عادل و زهرا محمدی گلپایگانی (رضوان الله علیهم اجمعین) به شرح زیر برگزار خواهد شد:

- روزهای شنبه ۱۳ و یکشنبه ۱۴ تیرماه ۱۴۰۵ مصادف با نوزدهم و بیستم ماه محرم: مراسم وداع با پیکر مطهر در مصالای امام خمینی (قدس سره) تهران.

- روز دوشنبه ۱۵ تیرماه ۱۴۰۵ مصادف با بیست و یکم ماه محرم: مراسم تشییع در تهران.

- روز سه شنبه ۱۶ تیرماه ۱۴۰۵ مصادف با بیست و دوم ماه محرم: مراسم تشییع در شهر مقدس قم.

- روز پنجشنبه ۱۸ تیرماه ۱۴۰۵ مصادف با بیست و چهارم ماه محرم و شب شهادت امام سجاد علیه السلام: مراسم تشییع در مشهد مقدس و تدفین در حرم ملکوتی امام رضا (علیه آلاف التحية والثناء)

از عموم مردم شریف و عزیز، آزادگان جهان، دلدادگان مکتب اسلام و علاقمندان به ایران دعوت می شود با حضور در این مراسم باشکوه، آن رهبر شهید را بدرقه کنند.

در پایان ضمن تشکر از تمهید و برنامه ریزی های گسترده دستگاه های مسئول و گروه های مردمی برای برگزاری این رویداد، تأکید می شود نقش اصلی در برگزاری این مراسم را مردم شریف و همیشه در صحنه به عنوان صاحبان اصلی عزا برعهده خواهند داشت و جلوه باشکوه و بی نظیری از یک رویداد مردمی رقم خواهد خورد ان شاء الله.

مراقبت های ویژه از سالمندان در گرمای شدید

سالمندان در گرما بیشتر در معرض خطر هستند. با رعایت این نکات، از سلامت خود و عزیزانتان محافظت کنید.

- نوشیدن آب کافی**
(حداقل ۸ لیوان در روز)
در طول روز، حتی اگر احساس تشنگی ندارید، به طور مرتب آب بنوشید.
- پرهیز از خروج در ساعات اوج گرما**
(۱۱ تا ۱۶)
در این ساعات از منزل خارج نشوید و کارهای ضروری را به زمان خنک تر موکول کنید.
- استفاده از لباس نخی و روشن**
لباس های نخی، گشاد و با رنگ روشن به خنک ماندن بدن کمک می کنند.
- خنک نگه داشتن خانه و استفاده از پنکه یا کولر**
پنجه ها را در ساعات خنک باز و در ساعات گرم بسته نگه دارید. استفاده از پنکه یا کولر را فراموش نکنید.
- مصرف میوه و غذاهای سبک**
میوه های آبدار و غذاهای سبک مانند سالاد، سوپ و ماست به حفظ آب بدن کمک می کنند.
- بررسی علائم گرمزدگی**
علائمی مانند سرگیجه، ضعف، تهوع، سردرد، تھریق زیاد یا عدم تعریق را جدی بگیرید. در صورت مشاهده این علائم، سریعاً فرد را به جای خنک منتقل کنید. آب بنوشانید و در صورت شدت علائم، با اورژانس تماس بگیرید.



کار در منزل



...ادامه از شما ره قبل:

اری در فروش راه اندازی کنید این است که شما از طریق لینک های اختصاصی که در پنل کاربری تان می سازید کسب درآمد میکنید. یعنی شما یک سری لینک های اختصاصی مخصوص به خودتان می سازید و هر کسی که روی لینک اختصاصی شما کلیک کند و محصول را از دیجی کالا دریافت کنند پورسانتش را دریافت می کنید. مراحل کسب درآمد از فروشگاه اینترنتی دیجی کالا اگر هیچ محصول و خدماتی برای راه اندازی کسب و کار در منزل ندارید، ایده کار در منزل همکاری در فروش یکی از بهترین و پولسازترین ایده ها برای شما می تواند باشد. در این بخش قصد داریم نحوه کسب درآمد از سیستم همکاری در فروش دیجی کالا و بقیه فروشگاه های اینترنتی را به صورت کامل و مرحله به مرحله به شما آموزش بدهیم. خیلی از دوستان به دنبال یک ایده کار در منزل بدون سرمایه و هزینه اضافی هستند. افراد زیادی قصد راه اندازی کسب و کار در خانه را دارند اما هیچ محصول و خدماتی ندارد و نمی خواهند محصولات آموزشی و دست ساز تولید کنند و بفروشند. در ادامه شما را مرحله به مرحله با ایده کار در منزل همکاری در فروش آشنا خواهیم کرد.

۱- اولین مرحله برای اینکه بتوانید از این روش کسب و کار در خانه استفاده کنید این است که باید یک وب سایت راه اندازی کنید. وقتی سایت راه اندازی می کنید باعث می شود که افراد زیادی به صورت کاملاً رایگان با کسب و کار شما آشنا شوند. بهترین سیستم همکاری در فروش در ایران، سیستم همکاری در فروش دیجی کالا است. برای اینکه بتوانید از طریق این سیستم کسب و کارتان را در خانه راه اندازی کنید نیاز به یک سایت دارید. اگر می خواهید سایت تان را راه اندازی کنید اصلاً جای نگرانی نیست! یعنی نیاز به یادگیری علم برنامه نویسی است و نیازی به سرمایه زیاد! شما با استفاده از سایت ساز وردپرس که کاملاً رایگان می توانید خودتان سایت تان را با سلیقه شخصی خودتان راه اندازی کنید.

۲- در مرحله دوم باید در سیستم همکاری در فروش دیجی کالا ثبت نام کنید. اگر در اینترنت عبارت "سیستم همکاری در فروش دیجی کالا" را جستجو کنید می توانید وارد پنل همکاری در فروش دیجی کالا شوید و خیلی راحت ثبت نام کنید و اطلاعاتتان را برای آنها ارسال کنید تا احراز هویتتان انجام شود. وقتی در پنل همکاری در فروش دیجی کالا عضو شوید، وقتی احراز هویتتان تکمیل شد و سایتتان را تایید کردند می توانید شروع به ساخت لینک های تخصصی برای هر محصول کنید. کسی که از طریق لینک هایی که می سازید وارد سایت شما شود و محصولی را سفارش بدهد شما پورسانتش را دریافت میکنید.

۳- بعد از این که در پنل همکاری در فروش دیجی کالا ثبت نام کردید باید برای سایتتان شروع به تولید محتوا کنید. اگر اصول تولید محتوا را کامل یاد بگیرید می توانید در زمینه هایی که هیچ مهارت و تخصصی نداشته باشید بهترین و با کیفیت ترین محتوا را تولید کنید. پس اگر ابتدای راه هستید ... ادامه دارد...

دو روز کنار ساحل استراحت کنید برای همین سفر کوتاه و لذت بخش باید تامین بودجه کنید که باید کمی بیشتر کار کند با اتومبیل شخصی و یا وسایل عمومی سفر کنید و در جاده برانید شاید ترافیک باشد و خسته شود و بعد به دنبال یک مکان مناسب بپزید برای اقامت و همچنین خوراک خود را تهیه کنید و خلاصه... وقتی فکرش را میکنید این تفریح و استراحت هم سخت است پس بهتر است که آخر هفته در خانه بمانید و از همان امکانات موجود کمال استفاده را ببرید!

این را من می خواهم و آن را من نمی خواهم... راحت طلبی راه پیشرفت نیست و موفقیت بیشک سخت است و سختی مورد علاقه هیچ کس نیست!

من نمی خواهم، من دوست ندارم و من... را باید بیشتر وقت ها کنار گذاشت!

به امید موفقیت و پیروزی برای شما ...

یا حق

جعفر صابری

سینو هه پزشکی فرعون



"□ سینو هه" شبی را به مستی کنار نیل به خواب می رود و صبح روز بعد یکی از برده های مصر که گوش ها و بینی اش به نشانه بردگی بریده بودند را بالای سر خودش میبیند، در ابتدا میترسد، اما وقتی به بی آزار بودن آن برده پی می برد، با او هم کلام میشود.

برده از سینو هه خواهش میکند او را سر قبر یکی از اشراف ظالم و معروف مصر ببرد و چون سینو هه با سواد بود، جملاتی که خدایان روی قبر آن شخص ظالم را نوشته اند برای او بخواند.

سینو هه از برده سوال میکند که چرا می خواهد سرنوشت قبر این شخص را بداند؟ و برده می گوید: سال ها قبل من انسان خوشبخت و آزادی بودم، همسر زیبا و دختر جوانی داشتم، مزرعه پر برکت اما کوچک من در کنار زمین های بیکران یکی از اشراف بود. روزی صاحب این قبر با پرداخت رشوه به ماموران فرعون زمین های مرا به نام خودش ثبت کرد و مقابل چشمانم به همسر و دخترم تجاوز کرد و بعد از اینکه گوش ها و بینی مرا برید و مرا برای کار اجباری به معدن فرستاد، سالهای سال از دختر و همسرم بهره برداری کرد و آنها را به عنوان خدمتکار فروخت و الان از سرنوشت آنها اطلاعی ندارم، اکنون از کار معدن رها شده ام، شنیده ام آن شخص مرده است و برای همین آمده ام ببینم خدایان روی قبر او چه نوشته اند ... سینو هه با برده به شهر مردگان (قبرستان) می رود و قبر نوشته ی آن مرد را اینگونه می خواند :

"او انسان شریف و درستکاری بود که همواره در زندگی اش به مستمندان کمک می کرد و ناموس مردم در کنار او آرامش داشت و او زمین های خود را به فقرا می بخشید و هر گاه کسی مالی را مفقود می نمود ، او از مال خودش ضرر آن شخص را جبران می کرد و او اکنون نزد خدای بزرگ مصر (آمون) است و به سعادت ابدی رسیده است..." در این هنگام ، برده شروع به گریه می کند و می گوید: "آیا او انقدر انسان درستکار و شریفی بود و من نمی دانستم؟ درود خدایان بر او باد ای خدای بزرگ ای آمون مرا به خاطر افکار پلیدی که در مورد این مرد داشتم ببخش..."

سینو هه با تعجب از برده می پرسد که چرا علیرغم این همه ظلم و ستمی که بر تو روا شده ، باز هم فکر می کنی او انسان خوب و درستکاری بوده است؟ و برده این جمله ی تاریخی را می گوید که : "وقتی خدایان بر قبر او اینگونه نوشته اند، من حقیر چگونه می توانم خلاف این را بگویم؟"

و سینو هه بعد ها در یادداشت هایش وقتی به این داستان اشاره می کند، مینویسد: "انجا بود که پی بردم حماقت نوع بشر انتها ندارد و در هر دوره می توان از نادانی و خرافه پرستی مردم استفاده کرد"

سینو هه پزشکی فرعون میکا والتاری | جلد دوم - ص ۱۳۲

من دوست ندارم

خالقش هم همین مشکل انتخاب را دارد و در بیشتر مواقع که خداوند تقدیری را برایمان رگم زده با اسرار می گوایم که ما دوست نداریم و ما نمی خواهیم این طرز تفکر خواستن و نخواستن در بیشتر مواقع چنان گریبان گیرمان می شود که سالها با آن در گیر خواهیم شد و در مقابلش عزممان را جزم می کنیم که به خواست خود برسیم و آنچه را که دوست داریم را به نتیجه برسانیم، و عجباً در مورد فراوانی لطمات شدید را هم به خود میزنیم و با لجبازی مسیری را می رویم که شاید بطور کلی هم به نفع ما نباشد.

اینکه ما تابع باشیم و سر در مقابل همه موارد فرو بیندازیم هم درست نیست اما تشخیص درست آن چه تقدیر است و در توان ما برای تغییرش و آنچه قابل تغییر است دو موضوع متفاوت است که خداوند باید درک تفکیکش را نصیب ما بنماید و صد البته تجربه و مشاوره خوب هم در انتخاب راه درست بی تاثیر نیست.

بسیاری از ما به دلیل تربیت کودکی مان هر چه که دوست نداشته باشیم را قبول نداریم بی آنکه بدانیم بسیاری از اتفاقات و جریانات زندگی در دست ما نیست و ما نمی توانیم در قبول یا رد آن نقش مهمی را داشته باشیم ، زندگی و کائنات طوری رگم میخورد که ما باید با آنچه در پیش روی داریم معقولانه برخورد نمایم در واقع اصل زندگی همین است و ما به وجود آمده ایم تا زندگی کنیم با خوبی ها و بدی هایش با آنچه دوست داریم و آنچه دوست داریم .

بیشتر آدمها فکر میکنند هر کسی مشغول کاری است آن را دوست دارد اما واقعیت این است که بیش از پنجاه درصد آدم ها از شرایط و موقعیت کاری خود ناراضی هستند ولی ناچار می باشد از این تعداد برخی تن در داده اند و مابقی ناچار هستند و به همین دلیل هم بیشتر وقت ها کار ها خوب انجام نمی شود یکی از علل عقب ماندگی جوامع و عدم رشدشان هم همین موضوع است که کار و شرایط فعلیشان را دوست ندارند!

مسائلی هست که به زبان ساده میگوید حتی حیوانات بارکش هم زخمشان زیر بار خوب میشود ! به نوعی زخم این درد ها هم باید با تحمل خوب شوند!

بطور کلی انسان ها از نظر مغزی بیشتر تمایل به ادامه شرایط موجود زندگی خود را دارند و با تغییر سخت کنار می آیند ، عادت کردن یک کار ا انجام دهند ساده و آسان و یکنواخت !

اما آنها که تصمیم میگیرند کار های متفاوت را هر چند هم که سخت باشد به انجام برسانند زودتر به موفقیت میرسند .

همیشه ساده ترین راه بهترین راه نیست و گاهی باید سختی را به جان خرید فرض کنید برای یک سفر تفریحی تصمیم میگیرد که آخر هفته به یک منطقه زیبای بروید و یکی



زگیل پا چیست و چگونه درمان می‌شود؟

پزشک تاییدکننده: دکتر امیر خوش وقت
نویسنده: صدف حقیقت



ادامه دارد...

در مقابل، زگیل پا ناشی از عفونت با ویروس اچ پی وی است که توده‌های برآمده و زبری هستند و ممکن است نقاط سیاه کوچکی در وسط آنها وجود داشته باشد. زگیل‌ها به‌طور معمول در نواحی دچار فشار و اصطکاک، مانند زیر پا، مشاهده می‌شوند و ممکن است دردناک باشند.

علائم زگیل پا

زگیل پا علائم خاصی دارد که می‌تواند تشخیص این عارضه را ساده کند. ایجاد برآمدگی در کف پا و درد هنگام راه رفتن از علائم اصلی این مشکل است. از جمله این علائم می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

برآمدگی‌های کوچک و زبر روی کف پا یا انگشتان پا این زگیل‌ها ممکن است رنگی مشابه پوست اطراف داشته باشند یا تیره‌تر و سیاه به نظر برسند.

در برخی زگیل‌ها، نقاط سیاه کوچکی دیده شده که نمایانگر عروق خونی هستند.

درد یا ناراحتی حین راه رفتن یا ایستادن (پا درد نشانه چیست؟)

در اندازه و شکل به‌صورت تک یا چند عددی ظاهر می‌شوند.

خونریزی

روی پات برآمدگی داری و نمی‌دونی چیه؟

برای تشخیص میخچه از زگیل حالا نوبت بگیر.

دکتر پوست آنالینفوق تخصص پوست و مو

زگیل پا در کودکان

زگیل پا در کودکان هم دیده می‌شود و در لایه خارجی پوست زیر پاها ایجاد شده و زمانی توسعه می‌یابد که ویروس از طریق خراش‌های ریز، شکستگی یا نقاط ضعیف در کف پا وارد شود. اگر درمان نشوند، زگیل‌ها می‌توانند برای کودکان از چند ماه تا ۲ سال و برای بزرگسالان چند سال باقی بمانند. در واقع، زگیل پا در کودکان، رشد توده پوستی غیرخطرناکی است که ممکن است حین راه رفتن کودک احساس درد کند. ویروس باعث رشد سریع لایه بالایی پوست و تشکیل زگیل می‌شود. زگیل پا در کودکان معمولاً خود به خود طی چند ماه یا سال بهبود می‌یابد.

ایا زگیل پا باعث درد میشود؟

بله، زگیل پا باعث درد و ناراحتی می‌شود به‌ویژه زمانی که زگیل در نواحی تحت فشار مانند پاشنه پا کف پا قرار داشته باشد. در این شرایط زگیل فشار بیشتری حین راه رفتن یا ایستادن ایجاد کرده و باعث درد و ناراحتی می‌شود.

متن انگلیسی:

Plantar warts may be painful. They may cause you to change how you stand, walk or run to avoid pain. Over time, these changes to your natural posture or movement may cause pain, discomfort or stress in the muscles, tissues or joints in your feet and ankles. Plantar warts can also

زناشویی چیست؟



ادامه از شماره قبل:

زمینه روابط زناشویی دستورات ویژه برای سلامت و سعادت بشر دارد. در بسیاری از احادیث از معصومین، بکرات در این خصوص توضیحات مفصل داده شده است، امام صادق (ع) دستورات و توضیحات بسیار مفصل در این خصوص دارد که کاملاً با علم امروز مطابقت دارد.

پیشنهاد ویژه: وکیل مهریه

پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) که سرچشمه کمالات بشری و در واقع معلم واقعی بشریت است با سفارش‌ها و کلمات نورانی خود همواره در رابطه با زناشویی بر این نکته تأکید داشته است که با رفتار و عملکرد خوب و مناسب در کانون خانواده و ایجاد روابط حسنه بین زن و شوهر می‌توان محیطی با صفا و پر از مهر و صمیمیت به وجود آورد تا در پرتو آن بتوان به سعادت دنیوی و اخروی نایل گردید.

پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) دوری از ازدواج و زناشویی را عامل اساسی انحراف و گناه تلقی می‌کند و ازدواج را موجد ایمان و تقوا در انسان؛ می‌فرماید: تشکیل خانواده بده، وگرنه گناه کار از دنیاخواهی رفت. آن حضرت تشکیل زندگی مشترک را بزرگ‌ترین بنای اسلام قلمداد می‌نماید و آن را دارای برکات و ثمرات فراوانی می‌داند.

در همین زمینه در سخنی از امام باقر علیه السلام آمده است: «فاطمه علیه السلام در خانه علی علیه السلام کار خانه؛ خمیر کردن، نان پختن و نظافت را به عهده گرفت. علی علیه السلام نیز کارهای بیرون خانه را، مانند: آوردن هیزم و تهیه مواد خوراکی به عهده داشت.»

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «علی علیه السلام هیزم می‌آورد، آب مورد نیاز خانه را تأمین میکرد و خانه را جارو مینمود. حضرت زهرا علیه السلام نیز آرد میکرد خمیر آماده می‌نمود و نان می‌پخت.»

آنچه باید در مورد رابطه زناشویی بدانیم

آنچه باید در مورد رابطه زناشویی بدانیم

حال که با اهمیت زناشویی در خانواده آشنا شدیم زمان آن رسیده است که آنچه باید در مورد رابطه زناشویی بدانیم و همچنین قانون جدید مهریه را مورد بررسی قرار دهیم.

بسیاری از افراد بر این باور هستند که زناشویی تنها به معنای برقراری رابطه جنسی با همسر می‌باشد، اما باید بگوییم وظایف دیگری نیز هستن که به بنیان‌گذاری رابطه زناشویی مستحکم کمک میکنند که در بخش‌های بالایی در رابطه با آن‌ها صحبت کرده ایم.

یکی از نکات مهم برای اولین رابطه زناشویی که باید بدانید، ایجاد همدلی و صحبت کردن با همسران است. ادامه دارد...

با افزایش سن این خوراکی را بیشتر بخورید

تصور کنید راز حفظ توانایی بالا رفتن از پله‌ها، بلند شدن راحت از صندلی و کاهش خطر زمین خوردن در سالمندی، در قفسه آشپزخانه شما پنهان شده باشد. پژوهشی تازه نشان می‌دهد کره بادام‌زمینی، این خوراکی محبوب و ساده، ممکن است نقش مهمی در حفظ قدرت عضلات با افزایش سن داشته باشد.



همشهری آنالین - مریم شیرافکن: با بالا رفتن سن، بدن به‌طور طبیعی بخشی از توده عضلانی خود را از دست می‌دهد. این روند از حدود ۳۰ سالگی آغاز می‌شود و پس از ۵۰ سالگی سرعت بیشتری می‌گیرد. نتیجه این تغییرات، کاهش قدرت، ضعف تعادل و افزایش احتمال زمین خوردن است؛ مشکلی که سالانه میلیون‌ها سالمند را در سراسر جهان درگیر می‌کند.

اما محققان استرالیایی در یک مطالعه جدید به نتیجه‌ای جالب رسیده‌اند: افزودن روزانه کره بادام‌زمینی به رژیم غذایی می‌تواند به حفظ عملکرد عضلات پا کمک کند.

یک قاشق ساده، یک تغییر قابل توجه

با افزایش سن این خوراکی را بیشتر بخورید
در این پژوهش، بیش از ۱۰۰ فرد بالای ۶۵ سال به مدت شش ماه مورد بررسی قرار گرفتند. نیمی از شرکت‌کنندگان روزانه حدود ۴۳ گرم کره بادام‌زمینی مصرف کردند، در حالی که سایر افراد رژیم غذایی معمول خود را ادامه دادند.

نتایج نشان داد افرادی که کره بادام‌زمینی مصرف می‌کردند، در آزمون‌های سنجش قدرت پا عملکرد بهتری داشتند. آن‌ها سریع‌تر از حالت نشسته بلند می‌شدند و توان عضلانی بیشتری در اندام تحتانی نشان دادند؛ قابلیت‌هایی که برای حفظ استقلال و انجام فعالیت‌های روزمره اهمیت زیادی دارد.

چرا کره بادام‌زمینی مفید است؟

کره بادام‌زمینی فقط یک خوراکی خوشمزه نیست؛ بلکه ترکیبی ارزشمند از مواد مغذی را در اختیار بدن قرار می‌دهد:



پروتئین گیاهی برای کمک به حفظ توده عضلانی
چربی‌های مفید برای سلامت قلب و عروق
منیزیم برای عملکرد بهتر عضلات
ویتامین E با خواص آنتی‌اکسیدانی
انرژی کافی برای حفظ فعالیت‌های روزانه
نکته جالب اینکه با وجود دریافت کالری بیشتر، شرکت‌کنندگان این مطالعه افزایش وزن قابل توجهی نداشتند.



خانواده و اهمیت خانواده

ادامه از شماره قبل:

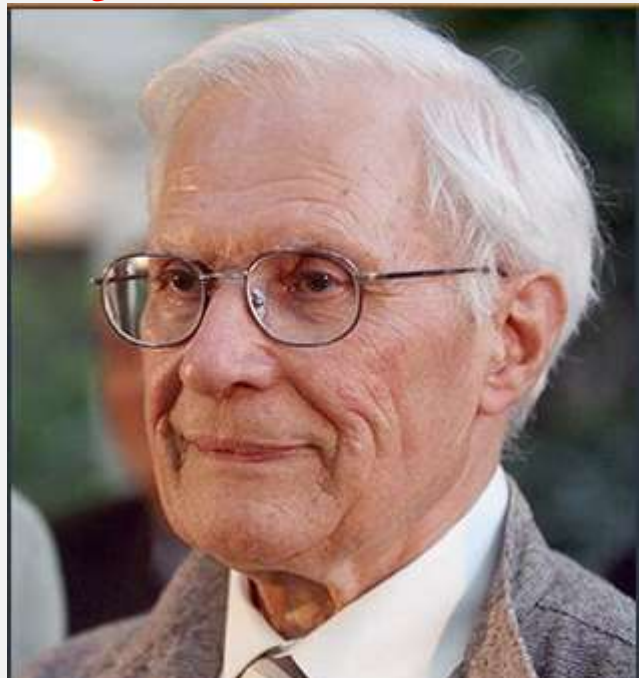
دینی جامعه به چالش نشست و یکی، دیگری را بر نمی تابید. با شکل گیری تاسیسات مدنی نوینی همچون مدارس (که در تعقیب نخستین الگوی مدرسه نوین رشدیه بود)، دانشگاهها، دادگاههای مدنی و تصویب قوانین کیفری و جزایی نوین، سازمان های اداری و بروکراسی، شناسایی هویت های فردی با صدور شناسنامه ها و ثبت ازدواج و طلاق بیرون از ید اقتدار سنتی دین و متولیان دینی، نهاد خانواده نیز دستخوش تغییرات اساسی گردید. بطوریکه وظایفی همچون آموزش، اشتغال، تربیت، همسرگزینی، هویت یابی و جامعه پذیری افراد خانواده از زیر سیطره پدر خارج و به سایر نهاد های اجتماعی واگذار شد. در این شرایط به دلیل مقاومت متولیان سنت و دین از یکسو و ناتوانی متولیان نوگرایی در پیشبرد موفق این فرایند و در نتیجه فرسایشی شدن این روند، بسیاری از نهادها و کارکردهای آن با شرایط پارادوکسیکالی روبرو گردید که بیشترین ناهنجاری ها را میتوان در نهاد خانواده ردیابی کرد.

۱. الگوی ازدواج بعنوان خاستگاه اصلی تشکیل خانواده دستخوش تغییرات مهمی شده است. اولین تغییر مربوط به الگوی همسرگزینی است. امروزه میان ارزشهای والدین و فرزندان برای انتخاب همسر تفاوت و گاه تضاد های آشتی ناپذیری بروز کرده است. بطوریکه جوانان دیگر تن به ازدواج های فامیلی نمی دهند و از درون همسری یا ازدواج با خویشاوندان و عشیره مشترک سرباز میزنند. متغییر سن نیز اشکال متفاوتی بخود گرفته است. از طرفی جوانان در سنین جوانی (از نظر روانشناختی تا ۲۴) به ازدواج روی نمی آورند و متوسط سن ازدواج به حدود ۲۷ سال رسیده است و از طرف دیگر با افرادی ازدواج می کنند که کمترین فاصله سنی را با او دارند. عامل سن و فزونی سن شوهر نسبت به زن در ساختار سنتی مبین و مقوم اطاعت پذیری زنان و استحکام نسبی خانواده بوده است. علاوه بر این هویت فردی نیز در انتخاب همسر نقش تعیین کننده ای بدست آورده است چنانکه همسرگزینی به اقتدای هویت خانوادگی افراد صورت نمی گیرد. عواملی نظیر تحصیل، شغل، ثروت و دارایی، زیبایی و قابلیت های فردی نسبت به عواملی چون آبروی خانوادگی، اسم و رسم، تبار و منزلت اجتماعی، تدین و اخلاق دینی و سنتی از اهمیت بیشتری برخوردار گردیده است. امروزه بخصوص در اجتماعات نیمه سنتی- مدرن و شهرهای بزرگ، موضوع تعیین مهریه و چگونگی احقاق حقوق زن در صورت جدایی از شوهر از مهمترین مراحل فرایند همسرگزینی بشمار میرود. شکل افراطی و مرض گونه این فاکتور چنان است که همچون الگوی کلیدی اقتصاد سیاسی نظام سرمایه داری "پول- کالا- پول" زن همچنان بعنوان کالا در معادله "جهیزیه- دختر- مهریه" قرار گرفته و سنجیده میشود.

۲. همسرگزینی سنتی با همه محدودیت هایش، در ساختار بسته مناسبات دکتروپسر دارای کارکردی بود که در شکل نیمه مدرن آن، فاقد این کارکرد شده و به دلیل عدم شناخت کافی و لازم دختر و پسر از یکدیگر از یکسو و اهمیت عوامل اقتصادی در سنجش و گزینش همسر از سوی دیگر نرخ طلاق و گسیختگی پیمان ازدواج بطور روزافزون زیاد شده است. شناخت سطحی و بسنده کردن بسیاری از الگوهای ازدواج به زیبایی، پول و امکانات رفاهی همسر و همچنین نبود امکان هم نشینی هنجارمند و فارغ از انگها و تهمت های اجتماعی در ایجاد رابطه آشنایی و مراوده آزاد میان دکتروپسر به صورتی آشکار و قانونمند به دلیل مقاومت ساختارهای دینی و سنتی در این نوع از مناسبات انسانی، منجر به تشکیل خانواده هایی می گردد که تنها تضمین پایداری آن گاه مهریه سنگین و ترس از عواقب اجتماعی و اقتصادی برای زن و یا فرزندان حاصل طلاق میباشد.

۳. همسرگزینی از عروسی تا گور با شکل نمادین لباس سفید عروسی در شروع و تن پوش سفید مرگ در پایان که بازمانده از ساختار کهنه و سنتی خانواده ایرانی است، با مضموم شمردن و احتراز فراگیر از طلاق، چنان به انسداد و بن بست های خانواده ای به عنوان یک سیستم باز منجر شده است که دیگر کمتر خانواده ای در ایران امروز میتواند یافت که در معرض نابسامانی، تشنّت و ستیز و ستیزه جویی نباشد. شواهد مربوط به نرخ بالای طلاق در بین مهاجران ایرانی در سایر کشورها که زمینه های امنیت اقتصادی و اجتماعی زنان را فراهم می آورند، گویای این مهم است که در صورتیکه امنیت اقتصادی و اجتماعی زنان متاهل افزایش یابد، میل به جدایی در بین زنان و حتی مردان متاهل نیز بیشتر میشود. ادامه دارد...

ایران شناس نامدار فرانسوی در ۱۰۱ سالگی در گذشت



شارل هانزی دو فوشه کور، ایران شناس برجسته فرانسوی در ۱۰۱ سالگی درگذشت. شارل هانزی دو فوشه کور (۱۹۲۵ - ۱۹ ژوئن ۲۰۲۶)، ایران شناس، مترجم و استاد نامدار فرانسوی، در ۱۰۱ درگذشت. او از بزرگترین پژوهشگران غربی معاصر در زمینه زبان و ادبیات فارسی است.

دو فوشه کور در سمه آک (Séméac) فرانسه متولد شد. دهه پنجاه میلادی را به آموختن زبان عربی در تونس و الجزایر گذراند و از ۱۹۶۰ به مدت شش سال به تحصیل زبان و ادبیات فارسی در مؤسسه ملی و تمدنهای شرقی پاریس و سپس دانشگاه سوربن و مدرسه مطالعات عالی پرداخت و با دفاع از رساله خود، «وصف طبیعت در اشعار غنائی فارسی قرن پنجم»، فارغ التحصیل شد.

دو فوشه کور در سال ۱۹۶۶ به عضویت گروه مطالعات ایرانی مرکز ملی تحقیقات علمی (CNRS) درآمد و مأمور تحقیق در نسخه های خطی ایران شد. او از سال ۱۹۷۲ تدریس زبان و ادبیات فارسی را در مؤسسه ملی زبانها و تمدنهای شرقی آغاز کرد. همچنین از ۱۹۷۵ به مدت چهار سال مدیریت بخش ایران شناسی مؤسسه فرانسوی پژوهش در ایران (IFRI) را بر عهده داشت و در همین دوران مجله بین المللی Abstraca Iranica را پایه گذاری کرد و چندین سال مدیر آن بود. دو فوشه کور در سال ۱۹۹۸ به سمت مدیریت واحد مطالعات شرقی و زبان عربی در دانشگاه سوربن برگزیده شد و چند سال مدیر بخش دکتری زبان و تمدن خاور نزدیک در همان دانشگاه بود.

استاد دو فوشه کور در طول بیش از هفت دهه فعالیت علمی، سهمی ماندگار در شناساندن فرهنگ و ادب فارسی به جهان فرانسوی زبان و گسترش مطالعات ایران شناسی داشت. شهرت علمی او بیش از همه به سبب پژوهش های عمیق درباره ادبیات کهن فارسی، به ویژه ترجمه و شرح دیوان حافظ به زبان فرانسوی است. کتاب Moralia که با عنوان اخلاقیات؛ مفاهیم اخلاقی در ادبیات فارسی از سده سوم تا سده هفتم هجری به فارسی ترجمه شده است از مهم ترین آثار پژوهشی اوست و از منابع معتبر در شناخت اندیشه اخلاقی و عرفانی در ادبیات فارسی به شمار می آید. بنیاد موقوفات دکتر محمود افشار که در خردادماه ۱۳۸۶ شانزدهمین جایزه ادبی و تاریخی دکتر محمود افشار را به پاس تحقیقات ارزنده درباره زبان فارسی به شارل هانزی دو فوشه کور اهدا کرده است، درگذشت این استاد را به خانواده او، جامعه ایران شناسی و مردم میهن دوست و قدرشناس ایران تسلیت گفته و یاد و نامش را گرامی داشته است.

بی ادب راباده کم ده بزم را برهم زند

هر کسی را قدر جاش باده در طریش بریز.



نقش والدین در شکل‌گیری شخصیت کودک

ادامه از شماره قبل:

۵. آیا سبک تربیتی والدین تأثیرگذار است؟
بله، سبک تربیتی والدین تأثیر زیادی بر روی شخصیت فرزندان دارد. والدین می‌توانند از سبک‌های مختلف تربیتی استفاده کنند، اما سبک مقتدرانه معمولاً بهترین نتایج را در ایجاد شخصیت‌های مستقل و با اعتماد به نفس به همراه دارد.

۶. چگونه می‌توان محیط خانوادگی مثبتی ایجاد کرد؟
برای ایجاد یک محیط خانوادگی مثبت، والدین باید ارتباطات عاطفی قوی با فرزندان برقرار کنند و فضایی امن و محبت‌آمیز فراهم آورند. برقراری گفتگوهای باز و فعال و توجه به نیازهای عاطفی و جسمی فرزندان از مهمترین عوامل هستند.

۷. چگونه می‌توان به فرزندان کنجکاو و عشق به یادگیری آموزش داد؟
والدین می‌توانند با فراهم کردن فرصت‌های یادگیری متنوع و جذاب، و تشویق فرزندان به پرسشگری و کشف دنیای اطراف خود، به رشد کنجکاو و عشق به یادگیری در آن‌ها کمک کنند. ارائه کتاب‌های جذاب، بازی‌های آموزشی و فعالیت‌های خلاقانه نیز مؤثر است.

۸. چگونه والدین می‌توانند به فرزندان در حل مسائل کمک کنند؟
والدین می‌توانند با آموزش مهارت‌های حل مسئله و تشویق فرزندان به تفکر مستقل، به آن‌ها کمک کنند تا خودشان راحل‌های مناسب را پیدا کنند. این شامل برقراری گفتگو درباره مشکلات و تشویق به بررسی گزینه‌های مختلف است.

۹. چرا توجه به نیازهای عاطفی فرزندان مهم است؟
توجه به نیازهای عاطفی فرزندان باعث می‌شود که آن‌ها احساس امنیت و ارزشمندی کنند. این احساسات به رشد روانی و عاطفی سالم کمک کرده و در نتیجه بر روی روابط اجتماعی و شخصیتی آن‌ها تأثیر مثبت می‌گذارد.

۱۰. چگونه می‌توان به فرزندان درباره انتقادهای اجتماعی آموزش داد؟
والدین می‌توانند با بحث درباره مسائل اجتماعی و فرهنگی و تشویق فرزندان به بیان نظرات و احساسات خود، آن‌ها را درک و تحمل انتقاد را آموزش دهند. ایجاد فضایی که در آن فرزندان احساس کنند می‌توانند آزادانه صحبت کنند، نیز بسیار مؤثر است. نتیجه‌گیری نهایی:

بمطور کلی، نقش والدین در شکل‌گیری شخصیت فرزندان بسیار پیچیده و چندبعدی است. از رفتارهای روزمره گرفته تا نوع تربیت و ایجاد محیط‌های سالم و مثبت، همه این‌ها در شکل‌گیری شخصیت فرزندان تأثیر دارند. والدین با پذیرش این مسئولیت و تلاش برای بهبود روش‌های تربیتی خود می‌توانند شخصیت‌های قوی، مستقل و با اعتماد به نفس را در فرزندان خود پرورش دهند. فرزندان، در نهایت، بازتابی از ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای والدین خواهند بود و این مسئله نیاز به توجه و دقت خاصی دارد.

با ایجاد محیطی مثبت و محبت‌آمیز، والدین می‌توانند به آینده‌ای روشن و موفق برای فرزندان خود کمک کنند و آن‌ها را برای ورود به جامعه آماده کنند. در این فرآیند، مهمترین نکته این است که والدین باید به‌طور مداوم یاد بگیرند و رشد کنند تا بتوانند بهترین حمایت را از فرزندان خود به عمل آورند.

تحت موعظه سیری فروش این است

که از مصاحب نابخش احترام‌ز کنید



سماق زیاد بخورید

با کباب یا برنج یا مرغ با هر چی میتونید سماق بخورید. شما یکی از ۱۰ آنتی اکسیدان برتر گیاهی است و تا ۳ برابر خرما اثر ضد سرطانی دارد پس سماق را فراموش نکنید.

روش‌های مراقبت از پوست در نوجوانان (انواع مشکلات پوستی و درمان آنها)



ادامه از شماره قبل:

در این زمان بهترین راه به جای پودر، استفاده از کاغذ هایی با جذب بالا یا دستمال مرطوب است که تمام چربی اضافی را جذب نموده و پوست شما را درخشان می‌کنند.

از آرایش زیاد اجتناب کنید

تا زمانی که در پایان روز پوست خود را تمیز کنید، داشتن کمی آرایش کافی است. چرا که آرایش بیش از اندازه، برای پوست ظریف نوجوانان بسیار سنگین است. در عوض، می‌توانید از مرطوب کننده های رنگی استفاده کنید. همچنین توجه داشته باشید که برس های آرایش خود را حتماً به طور منظم بشویید.

رژیم غذایی خود را بررسی کنید

معمولاً آکنه و جوش‌ها بیشتر مرتبط با تغییرات هورمون، کم غذایی و یا مسائل مربوط به رژیم غذایی هستند. استفاده از مواد مغذی برای حفظ سلامت پوست بسیار حیاتی بوده و پوست شما برای سالم ماندن به آن نیاز دارد. بنابراین یک برنامه رژیم غذایی سالم را دنبال کنید که هم برای پوست و هم برای سلامت کلی شما مفید و ضروری است. همچنین، توجه داشته باشید که آنچه می‌خورید سبب بروز حساسیت در شما نشود.

زیاد آب بنوشید

از آنجا که آب، پوست شما را هیدراته و درخشان نگه می‌دارد، توصیه می‌شود روز خود را با یک لیوان آب سرد (یا گرم) شروع کنید. همچنین در طول روز و در زمانی که بیرون از خانه، دانشگاه و ... می‌گذرانید نیز نوشیدن آب را فراموش نکنید و حتماً یک بطری آب به همراه داشته باشید. اگر نوشیدن آب به تنهایی خسته کننده است، از برش های لیمو، خیار و یا سایر میوه ها درکنار آب استفاده کنید.

از ضد آفتاب استفاده کنید

استفاده از کرم ضد آفتاب نیاز به سن بالایی ندارد و حتی استفاده از آن برای نوجوانان ضروری است. هنگامی که بیرون از منزل یا به مدرسه و دانشگاه می‌روید، می‌توانید از یک کرم ضدآفتاب با طیف وسیع استفاده کرده و همه مناطقی را که در معرض نور خورشید هستند، پوشش دهید. مشکلات پوستی، از مسئله هایی است که معمولاً افراد در سنین نوجوانی با آن روبرو می‌شوند. اما باید آن را پذیرفت و از همه مهم تر با انجام مراقبت های پوستی متناسب با نوع پوست، از پیشروی این مشکلات جلوگیری نمود.

به زندان نفس خوش تر، که با نا اهل دباغ



سندروم استکهلم چیست؟ علائم، دلایل ابتلا و نحوه درمان



ادامه از شماره قبل:

تقویت شبکه حمایتی و بازگشت تدریجی به روابط سالم یکی از مراحل اثرگذار در درمان، بازسازی ارتباط با افرادی است که نقش حمایتی دارند. این شبکه کمک می‌کند فرد از انزوایی که باعث تشدید وابستگی شده بود خارج شود. حضور اطرافیان امن، حس تعلق و امنیت را تقویت می‌کند و زمینه را برای بازسازی هویت مستقل فراهم می‌سازد.

آموزش مهارت‌های مدیریت استرس

شرایط طولانی تهدید و ترس باعث فرسودگی روانی می‌شود. آموزش مهارت‌هایی مانند کنترل تنفس، تکنیک‌های آرام‌سازی و شناسایی محرک‌های اضطراب به فرد کمک می‌کند در مواقع تنش، واکنش‌های سالم‌تری نشان دهد. این توانایی‌ها به کاهش احتمال بازگشت به چرخه وابستگی کمک می‌کند.

درمان‌های تخصصی برای اختلالات همراه

در مواردی که فرد دچار افسردگی، اضطراب شدید یا اختلال استرسی پس از سانحه شده باشد، مداخلات درمانی جداگانه‌ای نیاز است. این مداخلات می‌تواند شامل روان‌درمانی عمیق‌تر یا تجویز دارو توسط متخصص باشد. هدف از این فرایند، ایجاد پایداری روانی برای تکمیل روند بازسازی شناختی و عاطفی است.

جمع‌بندی پایانی

در نگاه کلی، سندروم استکهلم نمونه‌ای از پیچیدگی واکنش‌های انسانی در شرایط تهدید، سلطه و انزوای شدید است. این پدیده زمانی شکل می‌گیرد که ذهن برای کاهش فشار مداوم، پیوندی عاطفی با منبع خطر ایجاد می‌کند و به تدریج برداشت فرد از واقعیت، امنیت و وابستگی دچار دگرگونی می‌شود.

از مرحله شکل‌گیری اولیه گرفته تا بروز علائم شناختی و عاطفی، مجموعه‌ای از عوامل مانند ناتوانی در کنترل شرایط، وابستگی اجباری برای بقا، خستگی روانی و قطع ارتباط با شبکه حمایتی نقش محوری دارند. نشانه‌های آن نیز اغلب در قالب اعتماد به فرد آزردهنده، دفاع از او، کوچک‌نمایی آسیب‌ها، وابستگی شدید و بی‌اعتمادی نسبت به دیگران ظاهر می‌شود.

ز خود بگذر که با این چار پیوند

نشاید رست ازین هفت آه‌نین بند

گل و سنگ است این ویرانه منزل

درو ما را دو دست و پای در گل

درین سنگ و درین گل مرد فرهنگ

نه گل بر گل نهد نه سنگ بر سنگ

خواص طالبی ☺؛ گنجینه تابستانی از خواص بین‌نظیر برای سلامت بدن



ادامه از شماره قبل:

در طالبی به تنظیم چرخه قاعدگی کمک کرده و دردهای دوران قاعدگی را کاهش می‌دهند.

۱۰. خواص طالبی در بارداری

طالبی منبع عالی فولات (اسید فولیک) است. فولات برای پیشگیری از نقص‌های مادرزادی لوله عصبی در جنین (مانند اسپینا بیفیدا) ضروری است. همچنین، ویتامین A و C موجود در طالبی سیستم ایمنی مادر را در دوران حاملگی تقویت کرده و به تکامل جنین کمک می‌کند. آب فراوان و فیبر طالبی نیز به عملکرد بهتر روده و جلوگیری از یبوست در دوران بارداری کمک می‌کند. مصرف قطعات کوچک طالبی می‌تواند به کاهش حالت تهوع دوران بارداری نیز کمک کند.

خواص زردآلو؛ ارزش غذایی، فواید برای سلامت، زیبایی، پوست و مو

خواص طالبی ☺؛ گنجینه تابستانی از خواص بین‌نظیر برای سلامت بدن

۱۱. خواص طالبی برای لاغری و کاهش وزن

طالبی یک گزینه عالی برای افرادی است که به دنبال کاهش وزن هستند. این میوه با داشتن کالری بسیار پایین (تنها ۵۴ کالری در هر فنجان) و فیبر بالا، احساس سیری طولانی‌مدتی ایجاد می‌کند و از پرخوری جلوگیری می‌نماید. طالبی فاقد چربی و کلسترول است و کربوهیدرات آن از نوع قند طبیعی (فروکتوز) است که سطح قند خون را به آرامی افزایش می‌دهد. ۹۰ درصد آب بودن این میوه نیز به سبزدایی طبیعی بدن و بهبود متابولیسم کمک می‌کند. مصرف طالبی به عنوان میان‌وعده یا در سالاد میوه، یک راه هوشمندانه برای لاغری بدون احساس گرسنگی است.

۱۲. خواص طالبی برای کبد چرب

طالبی به دلیل خواص ادرارآوری خود، به دفع بهتر سموم از بدن و در نتیجه کاهش فشار بر روی کبد کمک می‌کند. در طب سنتی، از طالبی برای درمان سوءمزاج سرد کبد استفاده می‌شود که می‌تواند ناشی از آلودگی هوا، خواب نامناسب و تجمع رادیکال‌های آزاد باشد. آنتی‌اکسیدان‌های موجود در طالبی از بافت کبد در برابر آسیب محافظت کرده و به بهبود عملکرد آن کمک می‌کند.

طالبی در طب سنتی ایران؛ میوه‌ای با طبع گرم و تر در طب سنتی ایران، هر ماده غذایی دارای طبع (مزاج) خاصی است که بر اساس آن، تأثیر آن بر بدن تعیین می‌شود. طبع طالبی گرم و تر است. به همین دلیل، مصرف آن برای افرادی که مزاج سرد و خشک دارند بسیار مفید بوده و می‌تواند به تعادل مزاج آن‌ها کمک کند. با این حال، افرادی که طبع گرم و تر دارند باید در مصرف آن احتیاط کنند.

از منظر طب سنتی، طالبی دارای ویژگی‌های درمانی متعددی است:

مقوی و نیروبخش است و به افزایش انرژی بدن کمک می‌کند.

اشتها را افزایش می‌دهد و برای افرادی که بی‌اشتها هستند مفید است.

این زنان بیشتر آلزایمر می‌گیرند
نتایج یک پژوهش تازه نشان می‌دهد زنان مبتلا به پارکینسون ممکن است بیش از مردان در معرض تغییرات مغزی مرتبط با آلزایمر قرار داشته باشند؛ یافته‌ای که می‌تواند راه را برای تشخیص زودهنگام افراد پرخطر و توسعه درمان‌های هدفمند برای پیشگیری از افت حافظه هموار کند.



آلزایمر زنان

به گزارش همشهری آنلاین، اکنون دانشمندان دریافته‌اند که بیماری‌های مغزی، همیشه زنان و مردان را به یک شکل تحت تأثیر قرار نمی‌دهند و نتایج پژوهش جدید نشان می‌دهد، زنان مبتلا به بیماری پارکینسون ممکن است بیش از مردان در معرض تغییرات مغزی مرتبط با بیماری آلزایمر قرار بگیرند.

پارکینسون، بیماری مزمن و پیشرونده مغز است که عمدتاً بر حرکت تأثیر می‌گذارد. لرزش، سفتی عضلات، کندی حرکت و اختلال در تعادل از مهم‌ترین علائم آن هستند. با پیشرفت بیماری، بسیاری از بیماران دچار مشکلات حافظه و کاهش توانایی‌های شناختی نیز می‌شوند.

از سوی دیگر، آلزایمر، شایع‌ترین نوع زوال عقل در سالمندان است که به تدریج حافظه، تفکر و توانایی انجام فعالیت‌های روزمره را مختل می‌کند. پزشکان سال‌هاست می‌دانند که برخی مبتلایان به پارکینسون دچار تغییرات مغزی مشابه آلزایمر می‌شوند، اما تاکنون مشخص نبود که این تغییرات در زنان و مردان به یک اندازه رخ می‌دهد یا خیر.

نتایج پژوهش ارائه شده در کنفرانس ۲۰۲۶ آکادمی نورولوژی اروپا (EAN) نشان می‌دهد که زنان مبتلا به پارکینسون بیش از مردان در معرض تغییرات مغزی مرتبط با آلزایمر هستند.

پژوهشگران کلینیک مایو در آریزونا، اطلاعات مربوط به ۲۳۰ بیمار را بررسی کردند که ابتلای آنان به پارکینسون پس از مرگ و از طریق کالبدشکافی و بررسی دقیق بافت مغز تأیید شده بود. تمام شرکت‌کنندگان در طرح «مطالعه آریزونا درباره سالمندی و بیماری‌های تحلیل‌کننده عصبی» و برنامه «اهدای مغز و بدن» حضور داشتند. این افراد در طول زندگی هر سال تحت ارزیابی‌های پزشکی و آزمون‌های حافظه قرار می‌گرفتند و پس از مرگ نیز بافت مغزشان به‌طور دقیق بررسی شد.

تمرکز اصلی پژوهش روی پلاک‌های آمیلوئیدی، توده‌های چسبنده‌ای از پروتئین بود که میان سلول‌های مغزی تجمع می‌کنند و یکی از شاخص‌ترین نشانه‌های بیماری آلزایمر به شمار می‌روند.

ادامه دارد...



England Facing Children's Mental Health 'Crisis' as Referrals Hit 1mln

More than 1 million children were referred to mental health services across England last year, with referrals up 10% from the year previous, according to a report by the children's commissioner, Rachel de Souza. She said the country faced a "crisis" in young people's mental health.

The number of patients who had an active referral to children and young people's mental health services across England surpassed 1 million for the first time in 2024-25. This was almost double the number recorded in 2018-19, and an almost 10% rise on the previous year, The Guardian reported.



De Souza said there was "no disguising the fact the figures in this report are stark".

Anxiety remained the most common reason for referrals, accounting for 16% of them.

Minesh Patel, associate director for evidence, advocacy and performance at Mind, said, "The scale of demand and the unmet need set out in this report is deeply concerning. With more than 1 million children now referred to mental health services, but many waiting months or years for support, it's clear that the system is struggling to respond to the mental health challenges that young people are experiencing."

"It is particularly worrying that over a third of children are still waiting for treatment – many for more than two years. The longer young people go without good-quality mental health support, the more unwell they can become, increasing the likelihood of needing to access support from crisis and A&E services. A deterioration in a young person's mental health can also have serious impacts on their relationships, education and future opportunities," Patel added.

He said, "The UK government's upcoming mental health strategy is a pivotal opportunity to transform the mental health of the next generation. This requires a shift towards mental health support that is responsive, tailored and person-centred,

و به تازگی کتاب گل واژه های تاتی اسفرورین به چاپ رسیده است.



ارائه بایسته های قابل قبول زبان تاتی از اینجانب تنها نماینده تات زبان در کنفرانس بایسته های قانون گذاری دانشگاه شهید بهشتی تهران

برگزاری همایش ملی تجلیل از نیم قرن تلاش و کوشش نویسنده اسفرورینی سید علی اصغر حسینی نژاد با مشارکت مقامات ارشد شهرستانی، شهری و مردم فرهنگ دوست اسفرورین و شخصیت‌های شاخص از سیاستمدان دانش آموزی شهرستان ابهر و شهر هیدج.

According to the government information website, Seyyed Abbas Salehi, Minister of Culture and Islamic Guidance, on the sidelines of the Art Tent Ceremony, the Ashura Rituals and Art Circle held at the Tehran City Theater, stated to reporters: Referring to the unique role of art in narrating historical events, he stated: It seems that art has a power in narration that there is no alternative to it. This movement began last year, and this year, the second period of the "Art Tent" has found significant differences from the first period in terms of content and duration; especially since it is held simultaneously with the days of Muharram and the funeral ceremony of the martyred leader of the Islamic Revolution.

Stating that the history and civilization of Iran have always been tied to the two components of mourning and epic, he added: Our dear Iran has been a mixture of mourning and epic throughout its history, both before and after Islam. This combination is considered one of the main characteristics of the history and civilization of Iran; A history that, for various reasons, has brought tragedy and mourning alongside epics, sacrifice, and bravery.

The Minister of Culture continued: Today, Iran is also a manifestation of these two wings of mourning and epics, and art demonstrates this capacity in all its branches; from music, which has a long history of narrating mourning and epics, to the performing arts and visual arts, which have been the illustrators and narrators of these two concepts throughout history.

He emphasized: Art can convey this narrative in the best way, and for this reason, no other tool will replace the capacity of art in representing historical, emotional, and epic events.

استاد سید علی اصغر حسینی نژاد

نویسنده و محقق تاریخ نگار و مدرس متولد ۱۳۲۵ اسفرورین

سید علی اصغر حسینی نژاد متولد ۱۳۲۵ اسفرورین ۴ کلاس اول ابتدایی را در دبستان مولوی اسفرورین با یک معلم در قسمتی از اربابی و کلاس پنجم را در دبستان رشیدیه شال و از اسفرورین خارج شدم. ۱۳۷۵ در آموزش و پرورش کرج بازنشسته شدم ۴ سال از طول خدمت ۳۰ ساله در این وزارت خانه را بعنوان اولین فرهنگی اعزامی از استانهای زنجان و قزوین مأمور به خدمت در مدارس خارج از کشور (بحرین) سپری کرده ام. اکنون دل در گرو زبان تاتی و اسفرورین در کرج اقامت دارم.

سال ۱۳۴۸ ازدواج کردم و صاحب یک پسر و یک نو پس هم هستم.

آثار فرهنگی

همکاری با روزنامه های دو زبانه استانی ابهر و خرمدره و زنجان با بیش از یک صد مقاله

کتاب های به چاپ رسیده

آبادی من اسفرورین

-آبادی من اسفرورین جلد دوم به همراه یک حلقه پکیج (DVD) بصورت ویدیو در ارتباط با آداب و رسوم و فرهنگ سنتی این قوم.

ابهر، فراتر از یک خاطره

تانی رد پای مادها با مقدمه ای از پروفیسور میر جلال الدین کزازی پارسی گوی شاهنامه پژوه و ایران شناس

این قند پارسی که ز بنگاله میرسد.

از کلاگا تا عمارت

تاتی در دو قدمی انقراض

برگزیده زبانها و ضرب المثل های رایج در ایران ویرایش قرآن مجید ترجمه دکتر عمران رحیمی فر اسفرورینی به زبان تاتی

در دست چاپ

۱ زبان ها و ضرب المثل های رایج در ایران

۲ -تناسخ او

د آماده چاپ

۱ -بهرنگین میراث فرهنگی استان زنجان

ه - و بعد از آن

۱ - کلاغ لان (مصور)

۲ - مهر گیاه

۳ - بدانیم تا بمانیم

و کار در صدا و سیما

و به تازگی کتاب گل واژه های تاتی اسفرورین ۱ شرکت بعنوان (نویسنده و پژوهشگر در ارائه سریال ۹۰ قسمتی «تانی زبون»، سیمای استانی قزوین، سال ۱۴۰۰

شرکت و اجرای برنامه های دوره می چهل ستون و کلک مینودری و دیار تات در صدا و سیمای استان قزوین

۳ - همکاری با خبرگزاری صدا و سیما در مستند تانی اشتیهادری و نقش آن در جنگ ایران و عراق گزارش خبری ساعت ۲۰ سیمای البرز.

۴- دور همی (ارسی) ویژه تات ها در سیمای البرز

۵ -برنامه هموطنز) دیار ماندگار شهرستان تاکستان

پخش در شبکه ملی سراسری نسیم

۶ -دور همی (رادیونی در خانه مارکار (هتل) یزد

مقالات

همایش تاتی و تانیها در سطح وزارت میراث فرهنگی و گردشگری

همایش فرهنگ و تمدن و تاریخ شهر هرات افغانستان در دانشگاه طباطبایی تهران



فرهنگی اجتماعی

شماره پیاپی : ۷۴۴ سال بیست و نهم
صاحب امتیاز و مدیر مسئول: **افسانه بونسی**
سر دبیر: فائزه خان جان خان

هینت تحریریه: دکتر والہ کردستانی(ش-ا)- مهدی نصرالهی- فاطمه صابری- سید مصطفی موسوی- زهرا اسودی- محمد جواد صابری- الهام اسودی- سعید سلامت- مهوش صابری- یعقوب کهریابی- نیره کهریابی- محمد یوسف صابری

تهران - خیابان اشرفی اصفهانی - باغ فیض میدان باغ فیض - خیابان قربانی شریف پلاک ۸ واحد ۵ کد پستی : ۱۴۷۳۱۵۷۹۹۶ تلفن: ۴۴۶۰۸۶۷۲ فکس: ۴۴۶۰۸۴۱۹

چاپخانه گلبرگ : صادق احمدی
ناظر چاپ: ۰۹۰۲۰۰۶۸۴۱۵

سایت : www.hamsarmagazine.ir
www.ashti.ir

برای دیدن برنامه های تلویزیون آشتی
از این بارکد ها استفاده نماید:



هفته نامه بین المللی همسر اولین مجله رسمی
کشور در حوزه خانواده است و از سال ۱۳۷۶ تا
کنون هر هفته پنج شنبه ها به چاپ می شود

<https://eitaa.com/hamsarmagazine>

درد بر شما دوستان عزیز و ضمن عرض تشکر فراوان از همیاری و همکاری شما دوستان همراه همکاری شما در خصوص جمع آوری دارو ها ما را با داشت تا در خصوص جمع آوری کتاب ها به خصوص کمک درسی و یا حتی لوازم منزل نیز با شما طرح جمع آوری و ساماندهی را مطرح کنیم تا در صورت امکان کتاب ها بخصوص کتابهای کمک آموزشی که شاید دیگر به درد شما نخورد و ناجار به عنوان کاغذ باطله استفاده خواهد شد را جمع آوری کرده و برای عزیزانمان در نقاط محروم ارسال کنیم . یا اگر لوازم منزلی داریم که کمتر استفاده می کنیم و یا دلمان را زده و می خواهیم تبدیل به احسن کنیم را برای هدیه به دیگران ارسال نماییم . ما با مرکز نیکوکاری مردم با مادر در خدمت این نیات خیر شما هستیم . کافی با ما تماس بگیرید.

۰۲۱۴۴۶۰۸۶۷۲-۰۹۰۲۰۰۶۸۴۱۵

۸ تیر ؛ روز مبارزه با سلاح های شیمیایی و میکروبی

سلاح های شیمیایی، ۸ تیر روز مبارزه با سلاح های شیمیایی، ۸ تیر سالروز بمباران شیمیایی سردشت



۸ تیر ماه سالروز بمباران شیمیایی سردشت روز مبارزه با سلاح های شیمیایی و میکروبی نام دارد. در تاریخ ۷ و ۸ تیرماه ۱۳۶۶، هواپیماهای بمب افکن عراقی با بمب های شیمیایی به ۴ نقطه پر ازدحام و متراکم جمعیتی شهر سردشت حمله کردند و شهر سردشت و اطراف آن را آماج گازهای کشنده شیمیایی قرار دادند. بوی حادثه می آید، آن گاه که شهر در خود می لرزد، آسمان فرو می ریزد، دیوارهای شهر آوار می شود، و عنکبوت های شهر سکوت ابدی اش را سرفه می کند، مسموم می شود، بر خاک می غلتد. شهر جان می دهد.

دیوارها، خاتمه ها، آسمان، زمین، انسان ها، همه و همه نابود می شوند... دیگر سراغی از حیات نیست، هیچ دستی بلند نمی شود؛ هیچ صدایی نیست؛ هیچ چراغی سو سو نمی زند؛ هیچ پنجره ای از این پس، باز شدن را در ذهن خود تصویر نمی کند؛ هوا، بوی فاجعه می دهد؛ هیچ کس هوای این حوالی را نفس نمی کشد... و سردشت مسموم می شود.

• روز مبارزه با سلاح های شیمیایی و میکروبی در تاریخ ۷ و ۸ تیرماه ۱۳۶۶، هواپیماهای بمب افکن عراقی با بمب های شیمیایی به ۴ نقطه پر ازدحام و متراکم جمعیتی شهر سردشت حمله کردند و زن و کودک و خرد و کلان مردم بی گناه آن شهر و اطراف آن را آماج گازهای کشنده و دهشتناک شیمیایی قرار دادند. به همین دلیل ۸ تیرماه سالروز بمباران شیمیایی سردشت، روز مبارزه با سلاح های شیمیایی و میکروبی نامگذاری شده است.



• تعریف سلاح شیمیایی

جنگ افزارهای شیمیایی ابزارها یا موادی هستند که به وسیله آن ها انسان ها و یا موجودات زنده را هدف قرار می دهند. در اثر تماس مستقیم این مواد با هر قسمت از بدن جاندار، بدن وی آلوده شده و جاندار به انواع بیماری ها مبتلا می شود. این مواد می توانند به صورت جامد، مایع و یا گاز استفاده شوند. به عبارت دیگر عوامل شیمیایی به ترکیباتی اطلاق می گردد که در صورت کاربرد مؤثر علیه انسان، حیوان یا گیاه، منجر به مرگ یا ضایعات قابل توجهی دانی می شود.

جنگ افزارهای شیمیایی از نظر نظامی به ۶ گروه سمی و کشنده، ناتوان کننده، استفاده برای کنترل اغتشاش ها، دودزا، ضد گیاه و شعله ها و آتشزا تقسیم می شوند.

سلاح های شیمیایی روز مبارزه با سلاح های شیمیایی، ۸ تیر سالروز بمباران شیمیایی سردشت

اولین باری که عراق از سلاح شیمیایی در جنگ استفاده کرد به ۲۷ مهرماه ۱۳۵۹ برمی گردد

• تاریخچه استفاده از سلاح های شیمیایی و میکروبی اولین بار در سال ۱۷۶۳ میلادی آمریکایی ها سلاح شیمیایی را علیه سرخپوستان که صاحبان اصلی سرزمین آمریکا بودند، به کار گرفتند.

در جنگ جهانی اول (سال ۱۹۱۵ میلادی) سلاح شیمیایی از سوی نیروهای آلمانی به کار گرفته شد و سپس دیگر کشورها استفاده از آن را در برنامه های جنگی خود گنجاندند.

شمیمه

این مقاله در نهم اسفند ماه ۱۳۸۷ به مناسبت کشتار شیمیایی مردم سردشت و حلبچه نوشته و در هفته نامه همسر به چاپ رسیده بود و به مناسبت هفت تیر ماه ۱۳۶۶ سالگرد این فاجعه در سردشت درباره در سایت شخصی دکتر جعفر صابری قرار گرفته است.

تقدیم به روح شهید تازه از دست رفته خیر محترم حاج حسن واحدی که یکی از جانباز شیمیایی سردشت بود .

شمیمه فقط یک نام نیست . شمیمه یک سند است . سندی از برگ تاریخ برای انسانها. شمیمه را نمی شود نگاه داشت و چون یک بنای تاریخی به معرض نمایش گذارد . شمیمه مظلومیت یک قوم نیست بلکه واقعیت یک برج از تاریخ است

گرچه شمیمه در حال حاضر می تواند حرکت کند اما خیلی زود او نیز از حرکت وامی ماند و چون برگ ها و اسناد دیگر تاریخی این ملت به خاک سپرده می شود .

هولوکاست یک واقعیت تاریخی ، است که پس از سالها هزاران مدعی دارد . اما شمیمه و شمیمه ها هیچ با ری ندارند . آیا مگر نه این است که در طول هشت سال دفاع مقدس بیشترین شهید ، جانباز و آواره را مردم مرز نشین کرد ما دادن . آیا زنان و کودکان و سالمندان مرز نشین کرد نبودند که سالهای دفاع مقدس ماندن و با رزمندگان کشورشان یکی شدند و جنگیدن .

گرچه با کمال تعجب پس از هجوم آمریکاییان به عراق اعلام شد که هیچ اثری از تولید سلاح کشتار جمعی در این کشور وجود ندارد اما شمیمه یک از هزار سند است . اما واقعیت چیز دیگری است در زمانی نه چندان دور همانطور که صاحب این قلم بارها گفته بطور کل جریان شیمیایی و مجروحین آن فراموش می شود گرچه خودش هم یکی از این قربانیان است . اما وقتی دنیا چمین را نمی بیند منو امثال من که دیگر جایی نداریم .

وقتی روستای محل سکونت شمیمه مورد حمله موشکهای شیمیایی عراق قرار گرفت او فقط شش ماه داشت بیست و پنج فروردین هزارو سیصدو شصت و شش بود . مادر و خواهر شمیمه شهید شدند چرا که بی خبر از هم جا به پناهگاه گریخته بودند تا از بمباران در عمان بمانند . بوی سیر همجا می آمد و شمیمه شش ماه را وقتی به بیمارستان رساندن بدنش همچون دیگر اهالی روستا پور بود از تاول و نشانه هایی از سوختگی گرچه عکس او چون دیگران در کتابی به چاپ رسید اما ماموران سازمان ملل تشخیص دادن این مردم در جثنی بزرگ همشان آتش بازی کرده اند و این سوختگی نشانی از این آتش بازی است در اخبار آمده که غزه زیر آتش اسرائیل است . در اخبار آمده دفتر مدافعان حقوق بشر در تهران پلمپ شده . در اخبار آمده برای خانها عمل ساکشن بسیار خطرناک است . اما جایی از رفتن شمیمه به دادگاه هلند برای گفتن حرف هایش نیامد . شمیمه بدون وکیل و تنها رفته . و هیچ مدافع حقوق بشری از وکالت وی را نپذیرفته . شاید پول بلیط هواپیمای را هم چون مصدق از خودش داده تا حق را برای این ملت زنده کند .

تاریخ می ماند مثل همین امامزاده ها که سندی هستند . در قرآن کتاب آسمانی که میلیونها نفر به آن اعتقاد دارند سورای هست که در آن به حضرت محمد (ص) بشارت داده می شود که تو نه تنها ابتر و بی پشت نخواهی بود بلکه فرزندان تو بسیار خواهند بود . ما مسلمانان فرزندان آن رسول هستیم و امامزاده ها نشانهایی از صدق این سوره قرآن . شمیمه هم چون آیات قرآن وجود دارد گرچه دنیا بگوید عراق سلاح کشتار جمعی نداشته و مردم ایران خودشان آتش بازی کرده اند و دستشان را سوزانده اند .

جعفر صابری

