



ترامپ و نتانیاهو نماد «مردانگی سمی» هستند

خاویر باردم، بازیگر برنده اسکار در جشنواره فیلم کن با انتقاد شدید از «فتر مردانه سمی» در سیاست جهانی سیاستمدارانی مانند دونالد ترامپ را مسئول گسترش خشونت و جنگ دانست. او روز یکشنبه در نشست خبری فیلم جدیدش گفت: «فتر مردانه سمی این رهبران، هزاران کشته در خاورمیانه و اوکراین بر جای گذاشته است.» باردم تأکید کرد فرهنگ قدرت‌نمایی، سلطه‌جویی و خشونت، نه تنها در روابط فردی، بلکه در سطح رهبری سیاسی جهان نیز دیده می‌شود و پیامدهای انسانی سنگینی به همراه دارد.

خبر روز

ثبت در خواست ۲۷۰ هنرمند خسارت دیده در جنگ

احمد مقیمی، مشاور مدیرعامل صندوق اعتباری هنر گفت: با آغاز فرایند ثبت خسارات از ابتدای اردیبهشت ماه، تاکنون ۲۷۰ هنرمند از سوی هنرمندان خسارت دیده در جنگ تحمیلی سوم، به ثبت رسیده است. او در ادامه افزود: با تشکیل جلسه کارگروه رسیدگی به خسارات وارده به اهالی فرهنگ، هنر و رسانه در جنگ تحمیلی سوم، از سوی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و مصوبه این کارگروه، در راستای ابراز همدردی و همدلی با آسیب‌دیدگان هنرمند، در کنار سایر دستگاه‌های مسئول که فرایند خسارت توسط آنها پیش‌بینی شده است، سامانه ثبت خسارات در صندوق اعتباری هنر راه‌اندازی شد. بر این اساس، برای آن دسته از اهالی فرهنگ، هنر و رسانه که منازل یا دفاتر کار آنها آسیب دیده است، جبران بخشی از این هزینه‌ها پیش‌بینی شده است.

سبک زندگی

چطور با جویدن بیشتر آلزایمر نمی‌گیرید؟

اینکه جویدن زیاد هضم را بهبود می‌بخشد مسئله‌ای است که از مدت‌ها قبل بر همگان معلوم بوده، اما آنچه نمی‌دانستیم تاثير جویدن بر فعاليت مغز است. تحقیقات نشان می‌دهد که جویدن می‌تواند مغز ما را نیز تقویت و حتی به جلوگیری از آلزایمر کمک کند.

محققان در نتیجه تحقیقات خود دریافته‌اند که جویدن با افزایش سن، نقش مهمی در سایر جنبه‌های سلامت ما به‌ویژه سلامت مغز ایفا می‌کند. اینشک کومار، عصب‌شناس در مؤسسه کارولینسکای سوئد می‌گوید: علاقه محققان به «مغز گاز گرفتن - مغز» بیشتر از گذشته شده و نتایج تحقیقات آنها نشان می‌دهد جویدن به‌طور مستقیم با سلامت مغز مرتبط است. به‌عنوان مثال، از دست دادن دندان با خطر بالاتر ابتلا به بیماری آلزایمر و زوال عقل مرتبط دانسته شده است.

در روند جویدن، حافظه نیز تحت تأثیر قرار می‌گیرد. در یک نظرسنجی که شامل بیش از ۲۸ هزار و ۵۰۰ فرد بالای ۵۰ سال در ۱۴ کشور اروپایی بود، شرکت‌کنندگانی که توانایی جویدن خوبی داشتند یا افرادی که دندان مصنوعی نداشتند، در مجموعه‌ای از آزمون‌های شناختی عملکرد بهتری داشتند. آنها در یادآوری کلمات، روانی کلامی و مهارت‌های محاسباتی به‌طور قابل توجهی بهتر از افرادی که در جویدن مشکل داشتند، عمل کردند. در یک مطالعه روی ۲۲۳ فرد سالم بین ۵۵ تا ۸۵ سال، دانشمندان دریافته‌اند افرادی که تعداد بیشتری از دندان‌های طبیعی خود را حفظ کرده بودند، حافظه معنایی (مرتبط با دانش و حقایق جهان) و حافظه بلندمدت بهتری داشتند.

اما چرا توانایی جویدن با حافظه ارتباط دارد؟ برخی از محققان به مدارهای عصبی متعددی اشاره می‌کنند که دستگاه جویدن ما را به هیپوکامپ متصل می‌کنند: ناحیه‌ای از مغز که مسئول یادگیری فضایی و ایجاد خاطرات جدید است و یکی از نخستین مناطقی است که توسط آلزایمر آسیب می‌بیند. برخی دیگر معتقدند که جویدن، به‌ویژه مواد نسبتاً سخت، ممکن است جریان خون به مغز را افزایش دهد، همانطور که محققان ژاپنی در آزمایش‌هایی با جویدن آدامس نشان دادند. ماتز ترولسون، استاد دانشکده بهداشت دندان در مؤسسه کارولینسکای سوئد توضیح می‌دهد: نظریه این است که جویدن مانند یک پمپ عمل و خون را به مغز پمپاژ می‌کند. او می‌گوید این کار مغز را تیز و فعال نگه می‌دارد.

تماشای رایگان فیلم‌ها برای خانواده‌های دارای ۳ فرزند
امروز چهارشنبه ۳۰ اردیبهشت، همزمان با روز ملی جمعیت، تماشای فیلم در سینما برای خانواده‌های دارای ۳ فرزند و بیشتر رایگان شد. بر این اساس، خانواده‌های مشمول می‌توانند تا سقف ۵ نفر به تماشای یکی از ۴ فیلم «سفر به لیمنونیا»، «افسانه سپهر»، «زولیت و شاه» و «نیم‌شب» در سینماهای سراسر کشور بنشینند.



سینما تنها یک صنعت سرگرمی نیست؛ بخشی از حافظه تاریخی یک ملت است. اگر قرار است تجربه‌های سخت یک جامعه باقی بماند، باید شرایطی فراهم شود که سینماگران بتوانند در دل همین بحران‌ها غیر این صورت نه تنها امروز فرهنگ آسیب می‌بیند، بلکه فردا نیز تاریخ این روزها را ناقص و بی‌صدرا روایت خواهد کرد

ایرانی به بیگانه باچ نمی‌دهد

محمود گبرلو: تجربه دوران دفاع مقدس همچنان در حافظه جمعی ایرانیان زنده است

شایق عرفی نژاد | روزنامه‌نگار | محمود گبرلو در مطلبی می‌نویسد، اما معتقد است گاهی جنگ بیهوده است. روزنامه‌نگار، تهیه‌کننده مجری و کارشناس برنامه‌های سینمایی و تلویزیونی از جمله برنامه پربیننده «هفت» می‌گوید جنگی که اتفاق افتاد در واقع دفاع از خانه و زندگی و سرزمین است. او در این گفت‌وگو از نقش سینما در بحران‌هایی مثل جنگ و همین‌طور آسیب‌هایی که متوجهش می‌شود گفته است.



۱ جنگ هیچ‌گاه پدیده‌ای مطلوب نبوده و نیست. هیچ جامعه‌ای جنگ را انتخاب اول خود نمی‌داند. اما تاریخ بارها نشان داده است که ملت‌ها گاهی جنگ را انتخاب نمی‌کنند، بلکه جنگ به آنها تحمیل می‌شود. آن هم درست در لحظه‌ای که مردم در خانه‌های خود نشسته‌اند و تنها دغدغه‌شان آینده خانواده، کار و زندگی است. در چنین وضعیتی اگر موشکی بر خانه‌ای فرود بیاید یا بیگانه‌ای به خاک کشوری تجاوز کند، مسئله دیگر بحث نظری درباره جنگ نیست؛ مسئله دفاع از حریم خانه و زندگی و سرزمین است.

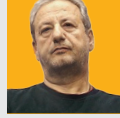
۲ ماجرا در ایران نیز از همین جنس است. ممکن است درون یک جامعه اختلاف نظرهای جدی وجود داشته باشد. ممکن است گروه‌های مختلف از یکدیگر ناراضی باشند. حتی ممکن است شکاف‌ها و رنجش‌هایی در میان مردم شکل گرفته باشد، خانه خود را ترک کرده باشند و از سر نادانی و خط‌عزیزی‌ها از دست داده باشند، اما این اختلاف‌ها هرگز مجوزی برای بیگانه‌نمایی نیست تا به بهانه دشمنی با یک نگاه یا یک ایدئولوژی زیرساخت‌ها و سرمایه‌های ملی یک کشور را هدف قرار دهد. سرمایه‌هایی که حاصل دهه‌ها تلاش و جان‌کندن نسل‌های پیشین است نه میراث یک دولت یا یک جریان سیاسی، بلکه دارایی یک ملت است.

۳ نسل ما یک بار این تجربه را از سر گذشته است. مانسلی هستیم که جنگ تحمیلی عراق را دیده‌ایم، نسلی که در آن روزها فهمید وقتی پای تجاوز به میان می‌آید، اختلاف‌های داخلی به حاشیه می‌رود و دفاع از سرزمین به مسئله‌ای جمعی تبدیل می‌شود.

۴ در آن سال‌ها زن و مرد ایرانی با هزر گرایش و عقیده‌ای در برابر تجاوز ایستادند و اجازه ندادند حتی یک وجب از خاک کشور به بیگانه واگذار شود. این تجربه تاریخی هنوز در حافظه جمعی جامعه ایران زنده است.

۵ در چنین شرایطی نقش فرهنگ و به‌ویژه سینما اهمیت دوچندان پیدا می‌کند. سینما در دوره‌های بحران تاریخی همواره دو کارکرد اصلی داشته است: نخست، ایجاد لحظه‌ای تنفس برای جامعه‌ای که زیر فشار جنگ و اضطراب

رفتن به تجمعات شبانه واجب عینی است
ابوالقاسم طالبی، کارگردان: من این شب‌ها همانند سایر هموطنان به میدان سطح شهر می‌روم و با مردم هستم، این کار هم به‌عنوان وظیفه است. فکر می‌کنم واجب عینی است که در این اجتماعات شرکت کنیم. / مهر



روایت فتح

علیرضا محمودی؛ روزنامه‌نگار

نگهبانان ساحل‌های فارسی



شاه‌دروان شکرالله صفوی، صاحب‌امتیاز روزنامه «کوشش»: از روزنامه‌نگاران اهل بوشهر بود که سودای سیاست داشت. او در سال ۱۳۱۴ راهی مجلس شد تا نماینده مردم شهرش در دوره چهارم و پنجم مجلس شورای ملی باشد. کوشش به سنت روزنامه‌های آن دوران همیشه پاورقی منتشر می‌کرد، از داستان‌های رامنس تا روایت‌های تاریخی. معروف‌ترین پاورقی کوشش را محمدحسین رکن‌زاده آدمیت با عنوان «دلبران تنگستانی» در سال ۱۳۱۰ نوشته است. آدمیت روزنامه‌نگاری اهل شیراز بود که دلبنسته تاریخ و جغرافیای ایران بود. دلبران تنگستانی در دوره‌های منتشر شد که توجه به تاریخ و دلاوری ایرانیان در داستان‌های مطبوعاتی رونق داشت. داستان تاریخی مقاومت مردم بوشهر به رهبری رئیس‌علی دلاوری و خالو حسین دشتی در برابر اشغال نظامیان انگلیسی در سال‌های جنگ جهانی اول در روزگار کاشده‌های بود، اما در سال ۱۳۵۲ توسط انتشارات اقبال، به صورت کتاب به بازار عرضه شد. شاه‌دروان همایون



شهنواز، از کارگردانان تلویزیون ملی ایران مان را برای ساخت به مدیران وقت سازمان پیشنهاد داد. شهنواز که سابقه مؤثری در گروه موسیقی «شیخ» داشت، در این داستان سلحشورانه روایتی از مقاومت مردم ایران را دیده بود که می‌تواند همیشه دیدنی باشد. نیم قرن بعد از نخستین نمایش «دلبران تنگستان» (اسفند ۱۳۵۴) پیش‌بینی شهنواز همچنان زنده و پابرجاست. رئیس‌علی دلاوری (شاه‌دروان محمود جوهری) با صدای شادروان منوچهر والی‌زاده و خالو حسین دشتی (شاه‌دروان شهروز رامتین) با صدای شهروز ملک‌آرایی، تجسم می‌چون و چرایی هستند از مقاومت در برابر دشمن، آنهایی که اسلحه‌های ساده‌شان را با باروت غیرت پر کردند و چکمه‌آب‌های ما را به فارسی چک‌کنند و رفتند. دلبران تنگستانی رد خود را بر تاریخ گذاشته و خط و ریش با صدای دماهی که شادروان احمد پژمان برای همیشه نواخته تا بوشهر و تنگستان و تنگسیر صدایی مدام باشند در گوش ما؛ نگوزارم، بگو شیرممد.



ایران نگرانی دبیرکل سازمان جهانی بهداشت از سرعت و وسعت شیوع ابولا
تدروس آدهانوم قبریسیوس، دبیرکل سازمان جهانی بهداشت (WHO) نگرانی عمیق خود را از سرعت و مقیاس شیوع ابولا، همزمان با افزایش تعداد موارد ابتلا ابراز کرد و گفت: از زمان شروع شیوع جدید این بیماری در کنگو، دست‌کم ۵۰۰ مورد ابتلای مشکوک و ۱۳۰ مورد مرگ مشکوک به ابولا گزارش شده است.



مراقب کلاهبرداری با اسم بیمه سلامت باشید
دکتر محمد غلام‌نژاد، مدیرکل بیمه سلامت استان تهران درباره سودجویی با عنوان بیمه همدار داد: این افراد با ارسال پیامک و تماس‌های جعلی با عنوان بیمه سلامت و بهانه‌هایی از جمله تمدید بیمه، تأیید اطلاعات و پرداخت بدهی اقدام به کلاهبرداری می‌کنند. تنها سرشماره معتبر تماس با بیمه سلامت ۱۶۶۶ است.

چگونه در جنگ جمعیت پیروز شویم؟

هشدار جدی معاون بهداشت وزارت بهداشت درباره شیب نزولی تولدها و مسیر سالمندی ایران



مريم سر خوش | روزنامه‌نگار | زنگ خطر پیری جمعیت و کاهش مولد دیگر فقط از کشورهای سالخوردگی مثل ژاپن یا برخی کشورهای اروپایی

شنيده نمی‌شود: ایران هم حالا به نقطه‌ای رسیده که آمارش در سال گذشته به زیر ۹۰۰ هزار تولد رسیده است. ۲۰ اردیبهشت روز ملی جمعیت است و با اینکه سال‌هاست اقدامات مهمی در مسیر

جوانی جمعیت بر نامه‌ریزی شده اما همچنان روند کاهشی نرخ باروری، افت آمار تولد و کوچک‌شدن جمعیت جوان ایران، یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های آینده کشور است.

جمعیت از جنگ هم مهم‌تر است

موضوع جمعیت و بحران روند کاهشی مولد از مهم‌ترین مسائل راهبردی دنیاست و علیرضا رئیس، معاون بهداشت وزارت بهداشت هم به این روند نگران‌کننده در ایران اشاره و عنوان می‌کند: «مسئله جمعیت حتی از جنگ فعلی هم اهمیت بیشتری دارد. مادر جنگ‌نظامی پیروز می‌شود، اما برای پیروزی در جنگ کاهش جمعیت تردید داریم. یکی از دغدغه‌های اصلی رهبر شهید هم همواره همین بحث جمعیت بوده است.» البته به گفته رئیس اقدامات خوبی در این حوزه و موضوع فرهنگ‌سازی انجام شده اما نکته مهم این است که برای آینده یک کشور، برای تداوم تولید، توسعه و قدرت دسترس‌ی به نیروی کار، خلاقیت و... جمعیت جوان و مولد ضرورت دارد و می‌تواند منجر به پیشرفت شود.

سقوط آرام تولدها

آمارهای رسمی، تصویری نگران‌کننده از وضعیت جمعیت ایران ارائه می‌دهند. جمعیت کشور در سال ۱۴۰۴ حدود ۸۶ میلیون و ۵۶۴ هزار نفر برآورد شده، اما آنچه نگرانی‌ها را بیشتر می‌کند، کاهش شدید نرخ باروری است؛ شاخصی که در دهه ۶۰ حدود ۶۵.۵ فرزند به ازای هر زن بود و حالا به حدود ۳۵ (رسیده) عددی بسیار پایین‌تر از «نرخ جایگزینی جمعیت» که باید حداقل بین ۲.۱ تا ۲.۵ باشد. کاهش تولدها هم این روند را تأیید می‌کند. تعداد مولد از حدود یک میلیون نفر در سال‌های گذشته، در سال ۱۴۰۳ به کمتر از ۹۸۰ هزار تولد رسید و در سال ۱۴۰۴ نیز به حدود ۹۲۲ هزار تولد کاهش پیدا کرد؛ یعنی کشور با سرعت در حال دست‌دادن نیروی جوان آینده خود است.

چرا جوانی جمعیت مهم است؟

معاون بهداشت وزارت بهداشت تأکید می‌کند که کاهش جمعیت جوان فقط یک موضوع آماری نیست بلکه مسئله‌ای است که می‌تواند تمام ابعاد زندگی اجتماعی و اقتصادی کشور را تغییر دهد. به گفته او، توسعه در کشورهای جوان سریع‌تر اتفاق می‌افتد اما آسیب‌های کاهش جمعیت جوان جدی است و می‌تواند منجر به کاهش نیروی کار، کندتر شدن رشد اقتصادی، افزایش هزینه نگهداری از سالمندان و هزینه‌های درمانی کشور شود.

هنوز فرصت داریم

البته ایران هنوز فرصت دارد. به گفته معاون وزیر بهداشت، «پنجره جمعیتی» کشور همچنان نیمه‌باز است؛ یعنی هنوز بخش بزرگی از جمعیت حدود ۷۰ درصد در سن کار و فعالیت قرار دارند. اغلب زوج‌های ایرانی هم پس از ازدواج تمایل به فرزندآوری دارند و طبق پیمایش سال ۱۴۰۴، میانگین مطلوب فرزند در خانواده‌های ایرانی ۲.۶ فرزند بوده است. بیش از ۷۰ تا ۸۰ درصد خانواده‌های ایرانی هم تمایل دارند حداقل یک تا ۲ فرزند داشته باشند، اما مشکلات اقتصادی، اجتماعی و دشواری‌های ازدواج موجب شده نرخ باروری کلی کشور کاهش پیدا کند. اما رئیس تأکید می‌کند که این فرصت دائمی نیست.

سناریوی خوش‌بینانه

رئیس می‌گوید: اگر بتوانیم جمعیت جوان اشاره می‌کند و می‌گوید: اگر بتوانیم نرخ باروری را به بالای ۲.۵ برسانیم، جمعیت کشور تا سال ۱۴۳۰ به ۱۰۲ میلیون نفر افزایش خواهد یافت. با این حال، واقعیت کنونی نشان می‌دهد که با وجود اقدامات انجام‌شده، هنوز موفق به معکوس کردن شیب نزولی جمعیت نشده‌ایم. او به خدمات خوب در حوزه درمان ناباروری هم اشاره و عنوان می‌کند: سال گذشته ۱۵ هزار بارداری خارج از رحم بوده است. البته وزارت چندفلوزایی هم داشتیم؛ بیش از ۱۸ هزار دوقلو، یک مورد پنج‌قلو، ۲۹ مورد چهارقلو و ۷۰۹ مورد سه‌قلو.

بر خورد جدی با سقط جنین

رئیس می‌گوید: ۴۰۵ مورد سقط در کشور هم خبر می‌دهد و می‌گوید: ۷۷ درصد این سقط‌ها خودبه‌خودی، ۴ درصد قانونی، ۳ درصد عمدی و ۵۰ درصد بارداری خارج از رحم بوده است. البته وزارت بهداشت با موضوع سقط جنین بسیار سرخستانه برخورد می‌کند.

۸۶.۵	۶/۵	۱/۳۵	۲/۵	۸۹۲	۴۵	۵۵
جمعیت ایران ۱۴۰۴	نرخ باروری دهه ۶۰	نرخ باروری فعلی	نرخ لازم برای جایگزینی جمعیت	هزار مولد	هزار فوتی‌های ۱۴۰۴	سال سن مفید باروری برای مردان