بی‌خانمانی ۴۳ هزار اندونزیایی بر اثر زمین‌لرزه

تعداد افرادی که به دلیل وقوع زمین لرزه مهیب در اندونزی بی‌خانمان شده‌اند، به ۴۳ هزار نفر افزایش یافته است.

بـه گزارش ایسـنا، مرکز ملـی مدیریت بحران اندونـزی نیز اعلام کرد: شـدت و بزرگی این حادثه

طبیعی با تلاش بسیار نیروهای امداد و حضور در تمامی بخش‌های مناطق زلزله آشکارتر شده است.

دسـت‌کم ۱۰۰ تن بر اثر وقوع زمین لرزه ۶.۵ ریشـتری در استان آچه جان خود را از دست دادند و تعداد دیگری نیز مجروح شدند.

طبق اعلام مقامات اندونزی تنها تا روز جمعه تعداد کسانی که به دلیل وقوع این زمین لرزه مهیب بی‌خانمان شده بودند، ۲۳ هزار نفر بود.

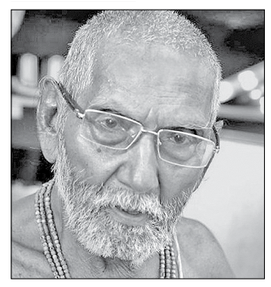
به گزارش شبکه خبری بی‌بی‌سی، همچنین این زمین‌لرزه به مسیرهای ارتباطی خسارت وارد کرده و منابع تامین برق را با اخلال مواجه کرده است.

راز طول عمر پیرترین مجرد جهان

یک راهب هندی مدعی شده است که سن زیاد او در گرو یک راز است.

بر اساس گزارش دیلی‌میل، این راهب ۱۲۰ساله راز زندگی بلند مدت خود را ازدواج نکردنش می‌داند.

«سوامی شـیواناندا» که در سال ۱۸۹۶ در شهر کلکته هند به دنیا آمده است، خـود را پیرترین مجرد جهان می‌داند.



در حال حاضر مسـئولان ثبـت رکورد گینـس در حال بررسی ادعای وی هستند.

«شیواناندا» در یک خانواده بسیار فقیر در شهر کلکته متولد شد، ولی شهر «بنارس» را که شهر مذهبی هندوهاست برای زندگی انتخاب کرد.

با وجود سن شگفت‌آورش، او تاکنون از هیچ دارو یا کمک‌های پزشکی در طول زندگی ۱۲۰ساله‌اش استفاده نکرده است و فقط روزانه یک ساعت به ورزش یوگا می‌پردازد.

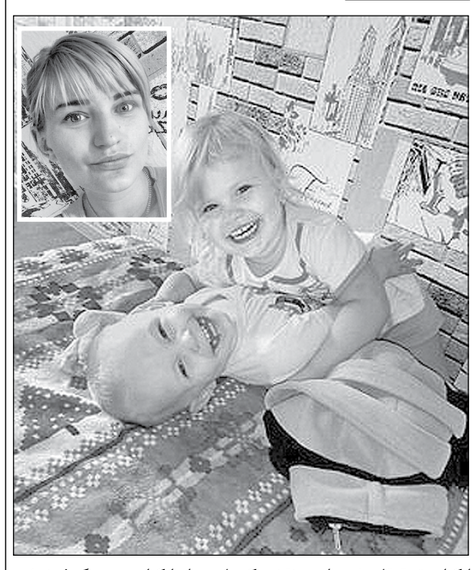
وی نظم و انضباط را مهم‌ترین چیز در زندگی می‌داند و مدعی است که هر چیزی را با نظم و انضباط و ورزش می‌توان به دست آورد.

این راهب ۱ متر و ۵۸ سانتی‌متری هرگز در تخت نخوابیده و هرگز از بالش استفاده نکرده است. او روی زمین با یک حصیر کنفی در زیرش می‌خوابد و با یک آجر که به عنوان بالش از آن استفاده می‌کند به خواب می‌رود.

مرگ غمناک یک کودک اوکراینی

یک مادر ۲۰ ساله اوکراینی متهم شده است که دو کودک خردسـال خود را به مدت ۹ روز بدون آب و غذا در خانـه رها کرده و به خانه شریک زندگی خود رفته است.

به گزارش دیلی میل بریتانیا نوشت: دادگاهی در



اوکراین تحقیقات خود را روی نقش یک مادر جوان اوکراینی در مرگ فرزندش آغاز کرده اسـت. یک کودک دو ساله این مادر اوکراینی به نام «دانیل» یک هفته پیش در اثر گرسنگی در خانه درگذشته است. همچنین یکی دیگر از کودکان این مادر بی‌مسئولیت اوکراینی به دلیل از حال رفتن در اثر گرسنگی در بیمارستان بستری شده است.

خانم «ولادیسـلاوا پدچاپکا» متهم شده دو کودک خردسال را در خانه بدون آب و غذا رها کرده و به خانه شریک زندگی خود رفته است که در اثر این اقدام غیرمسئولانه او یکی از دو کودک خردسالش بر اثر گرسنگی جان داده است. در صورت اثبات اتهام او در دادگاه مجازات هشت سال زندان در انتظار اوسـت.به گفته مشاور رئیس‌جمهور اوکراین در امور حقوق کودکان، این مادر جوان اوکراینی برای نوزادان خود فقط چند تکه شـکلات گذاشته بـود. این دو کودک تقلا کرده بودند برای تهیه غذا به بیرون خانه بروند، اما در قفل‌شده مانع بیرون رفتن آن‌ها شده بود.

در روزهای گذشته، رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی در اوکراین و روسیه این خبر را بطور گسترده پوشش داده و غالب کاربران شبکه‌های مجازی تاثر و ناراحتی خود را از مرگ «دانیل» دو ساله در اثر گرسنگی ابراز کرده‌اند.

هزینهٔ نوشیدن یک فنجان قهوه با ایوانکا

قهوه نوشیدن در کنار ایوانکا ترامپ دختر رئیس جمهور آمریـکا و گپ زدن با او، ۱۷۵۰۰ دلار هزینه دارد.

بر اساس اعلام روزنامهٔ انگلیسی «ایندیپندنت»، بنـگاه مزایـدهٔ Charity Buzz، یک صندلـی را برای قهوه نوشـیدن با ایوانکا ترامپ و گپ زدن با او در نیویورک یا واشـنگتن به مزایده گذاشت.تاکنون ۹ نفـر در این مزایده شـرکت کرده‌اند و آخرین مهلت برای شـرکت در این مزایده، ۱۱ روز باقی مانده است.

عایدات این مزایده، به شـرکتِ اریک ترامپ، برادر ایوانکا اختصاص خواهد یافت. این شرکت، به نفع بیمارستان «سنت گود» برای پژوهش‌هایی دربارهٔ کودکان فعالیت می‌کند.

برندهٔ این مزایده، پیش از دیدار و قهوه نوشـیدن با ایوانکا، باید از خانِ گزینش مربوط به سوء پیشینهٔ جنایی و کسب موافقت سازمان خدمات سِرّی بگذرد و در تمام مدت قهوه نوشـیدن با ایوانکا، افراد سازمان خدمات سری او را همراهی خواهند کرد. علاوه بر این‌ها، موسسهٔ ترامپ نیز باید با ملاقات پیروزِ این مزایده با ایوانکا، موافقت کند.

قالیباف:

دولت از جمع‌آوری موتورسیکلت‌های کاربراتوری عقب‌نشینی کرده است

شـهردار تهران گفـت: توقـف تولید موتورسـیکلت‌های کاربراتوری و جمع‌آوری باقی‌مانده این وسیله نقلیه با عقب‌نشینی دولت مواجه شده است.

محمدباقر قالیباف در پاسـخ به اینکه طرح وی برای کاهش آلودگی هوای تهران به کجا رسیده است، به خبرگزاری صدا و سـیما گفت: با توجه به این که مدت‌های طولانی درباره مسئله آلودگی هوا مطالعه دقیق و کارشناسـی با برخی دانشگاه‌های داخلی و خارجی داشتیم طرحی را برای کاهش آلودگی هوای پایتخت مدون کردیم.

قالیباف با بیان این که طرح کاهش آلودگی هوای تهران را به دولت ارائه کرده است، تصریح کرد: طرح در جلسه‌ای به معاون اول رئیس‌جمهور ارائه شد و البته پس از آن نیز جلساتی با معاون اجرایی رئیس‌جمهور داشتیم که در نهایت طرح را دولت پذیرفت.

وی ادامـه داد: ظاهرا پـس از تکمیل تحقیقات، این طرح به جلسه هیئت دولت برده شد که بنده در جریان جزئیات آن نیستم.

شهردار تهران افزود: دولت مسئولیت اجرای این طرح را قبول کرده است تا اجرایی شود.

وی در پاسخ به اینکه آیا طرح یادشده به مرحله اجرا درآمده اسـت یـا خیر،گفت: متاسـفانه اخیرا مطلع شده‌ام نخسـتین بند طرح یعنی توقف تولید موتورسـیکلت‌های کاربراتوری و جمـع‌آوری باقی مانده این وسـیله نقلیه با عقب‌نشینی دولت مواجه شده اسـت که امیدوارم دولت در سایر بندهای این طرح عقب‌نشینی نکند.

شـهردار تهران اواخر سال گذشته از تدوین یک بسته عملیاتی با پنج برنامه زودبازده برای «مهار منابع آلاینده‌ها» و «جلوگیری از تکرار وضعیت قرمز آلودگی هوا» خبر داد.

محمدباقر قالیباف همچنین در شهریور امسال هم تاکید کرده بود که شهرداری علمی‌ترین برنامه را برای کاهش آلودگی هوا دارد.

مخالفت سازمان محیط زیست با شماره‌گذاری دوباره موتورسیکلت‌های کاربراتوری

در همین زمینه رئیس‌تغییـر اقلیم آب و هوای محیط زیست گفت: این سازمان مخالف شماره‌گذاری دوباره موتورسـیکلت‌های کاربراتوری تولید شده در انبارهای کشور است.مسعود زندی به خبرگزاری صدا و سیما گفت: در حال حاضر موتورسیکلت‌ها ۱۸ درصد در آلودگی هوای پایتخت و کلان شهرها سهیم هستند و در تولید مونوکسیدکربن ۱۹ درصد و در تولید ذرات معلق کمتر از ۲/۵ میکرون ۱۰ درصد سهم دارند.

زندی با بیان اینکه موتورسیکلت‌ها از همان ابتدایی که قرار است تولید شوند باید استاندارد آلایندگی را دریافـت کنند، ادامه داد: در حال حاضر اسـتاندارد موتورسـیکلت‌ها یورو ۳ اسـت اما چون کاربراتوری هسـتند، پایداری ندارند و زمانی که تولید می‌شوند و بعـد از یک هفته که در چرخه تردد قرار می‌گیرند همه تنظیمات و استانداردهای آنان بر هم می‌خورد و به عنوان یک منبع آلاینده در شهر محسوب می‌شوند.

وی افزود: یک دسـتگاه موتورسـیکلت حداقل در حـد پنـج خـودرو آلایندگـی دارد و به همین علت سـازمان حفاظت محیط زیسـت از دو سـال گذشـته به دنبال این موضوع بوده اسـت که تولید موتورسیکلت‌های کاربراتوری را متوقف کند و نهایتا این موضوع در مصوبه برش یک ساله کاهش آلودگی هوا در کلان شـهرها به خصوص تهران مصوب و این ممنوعیت ایجاد شد، همچنین طبق این مصوبه تمام دسـتگاه‌های دولتی موظف شدند از ثبت سفارش و خرید موتورسیکلت‌های کاربراتوری پرهیز کنند.

رئیس تغییر اقلیم آب و هوای محیط‌زیسـت با اشاره به اینکه مصوبه توقف تولید موتورسیکلت‌های کاربراتوری ضربتی و فوری نبوده اسـت، افزود: ما از سال‌های گذشته موضوع توقف خط تولید آنها را در دسـتور کار قرار داده بودیم و انتظـار ما بر این بود که تولیدکنندگان موتورسـیکلت تمهیداتی داشته باشند که از اول مهر که خط تولید موتورسیکلت‌های کاربراتوری تعطیل شـد به دنبال مجوزهای جدید شـماره‌گذاری آنها نباشـند و زمان و فرصت در حد کافی برای تولیدکنندگان موتورسیکلت وجود داشت.

وی با اشاره به شـماره‌گذاری ۵۰۰ تا ۶۰۰ هزار دسـتگاه موتورسـیکلت کاربراتوری باقی مانده در انبارهای تولیدکنندگان ادامه داد: طرح شماره‌گذاری این موتورسیکلت‌ها پیشنهادی است که از طریق وزارت صنعت و معدن ارائه شده و سازمان حفاظت محیط زیست قطعا با تولید و شماره‌گذاری موتورسیکلت‌های جدید مخالفت خواهد کرد.

آلودگی هوای تهران برگشت

تشدید برخورد پلیس با خودروهای فاقد برگه معاینه فنی

رئیس‌پلیس راهور تهران بزرگ از تشدید برخورد با خودروهـای فاقد معاینه فنی در پایتخت خبر داد.

به گزارش مهر، سردار محمدرضا مهماندار با اشاره به پیش‌بینی سـازمان هواشناسی مبنی بر افزایش غلظت آلاینده‌های جوی در تهران در اواسط هفته، گفت: بر این اسـاس پلیس راهور تهران در ادامه طرح برخورد با خودروهای فاقد برگه معاینه فنی، طرح تشدید برخورد با این دسته وسایل نقلیه را در تمام معابر پایتخت به اجرا گذاشته است.

وی ادامه داد: علاوه بـر دوربین‌های کنترلی که اقدام به جریمه کردن خودروهای فاقد معاینه فنـی در پایتخت می‌کنند برابر دسـتور صادره، اکیپ‌های پلیس راهور تهران در معابر و ورودی‌ها و محدوده طرح زوج و فرد مسـتقر شده و نسبت به کنترل و برخورد با خودروهای فاقد معاینه فنی اقدام می‌کنند.

رئیس‌پلیـس راهور تهـران افـزود: جریمه خودروهای فاقد معاینه فنی بر اساس قانون ۵۰۰ هزار ریال است.

ریزگرد در ایرانشهر و برف در مشهد دیروز مدارس این شهرها را تعطیل کرد

ریزگردها در ایرانشـهر و برف در مشهد مدارس این شهرها را تعطیل کرد.

هجوم ریزگردها در ایرانشهر کلیه مدارس ابتدایی و متوسطه اول شیفت بعد از ظهر دیروز در این‌شهر را تعطیل کرد.

به گزارش ایرنا، غلظت هوای ایرانشهر روز گذشته کاهش دید را به کمتر از ۲۰۰ متر رسـاند به طوری که علاوه بر ایجاد مشکلات تنفسی برای مردم، پرواز ایرانشهر- تهران نیز لغو شد.

همچنین دیروز بـرای دومین روز متوالی پدیده گرد و غبار شـدید شهرسـتان خاش در سیستان و بلوچستان را فرا گرفت.

این پدیده از روز جمعه با افق دید کمتر از ۱۵۰ متر و غلظت بالا و با شرایط نامطلوب محیطی در مناطق شـهری و روستایی خاش حاکم شد و افراد زیادی را وادار به استفاده از ماسک کرد.

رئیس مرکز بهداشـت خاش با تأکید بر رعایت توصیه‌های بهداشتی در مواقع آلودگی هوا، نسبت به افزایش شـیوع بیماری‌های تنفسی، آسم و آلرژی به دنبال بروز پدیده گرد و غبار هشدار داد.

فرماندار ریگان واقع در اسـتان کرمان نیز گفت: ۳۵ مسافر ۹ وسیله نقلیه که در جاده ترانزیت ریگان- چابهار گرفتار طوفان و ریزگردها شـده بودند توسط نیروهای هلال‌احمر نجات یافته و در مدارس و مساجد اسکان داده شدند. امین باقری گفت: بیش از ۴۲ نفر شب شنبه در ریگان دچار مشکلات تنفسی و راهی مراکز بهداشتی درمانی این شهرستان و برخی نیز به بیمارستان پاستور بم اعزام شدند. وی افزود: تاکنون بیش از ۱۶ روسـتا به دلیل شن‌های روان متروکه و ۵۰ روستا نیز در محاصره شن‌های روان قرار دارند.

همچنین به دلیل سـردی شدید هوا، یخبندان و لغزندگی معابر، مدارس ابتدایی چند شهرسـتان و منطقه اسـتان خراسان رضوی در نوبت صبح شنبه بیستم آذر ماه تعطیل شـد. مدارس مقطع ابتدایی شهرستان‌های سرخس، زاوه، تربت جام، تایباد، طرقبه و شاندیز، فریمان، باخرز، زبرخان، منطقه کدکن، جلگه رخ، رضویه، احمدآباد، صالح‌آباد و تبادکان و نیز نواحی هفت‌گانه مشهد در نوبت صبح دیروز تعطیل شد.

علاوه بر این مدارس نیشـابور، فیروزه، چناران، میان جلگه، کوهسـرخ و گلبهار در مقطع ابتدایی و نیز مدارس دوره اول متوسـطه کدکن با یک ساعت تأخیر فعال بودند.

وی اظهار کرد: همچنین کلیه مدارس استثنایی در تمامی مناطق و شهرستانهای مذکور در نوبت صبح روز شنبه بیستم آذر ماه تعطیل شد. همه پروازهای فرودگاه بین‌المللی شـهید هاشـمی‌نژاد مشهد نیز از سـاعت ۶ صبح دیروز بـه دلیل کاهش دید افقی متوقف شد.

بر اساس لایحه بودجه سال ۹۶

سرانه هر دانش‌آموز ۱۵ هزار تومان است

براساس لایحه پیشنهادی بودجه سال ۱۳۹۶ دولت به مجلس، بابت هر دانش‌آموز در کشور ۱۵ هزار تومان سرانه برای یک‌سال پرداخت می‌شود.

به گـزارش فارس، براسـاس آنچه در لایحه پیشـنهادی بودجه سال ۱۳۹۶ دولت به مجلس ارائه شده است، کمک تأمین سرانه دانش‌آموزی مجموعـا ۱۹۴ میلیارد و ۸۰۰ میلیون تومان در نظر گرفته شده است.

با احتساب اینکه در کشور حدود ۱۳ میلیون دانش‌آموز مشـغول تحصیل هسـتند، اگر عدد سـرانه را تقسیم بر تعداد دانش‌آموزان کنیم، به هر دانش‌آموز ۱۵ هزار تومان سرانه تعلق می‌گیرد.

یک‌سال تحصیلی با ۱۵ هزار تومان برای هر دانش‌آموز به نظر رقم بسیار بسیار کم و ناچیزی است و با این اعداد و ارقام چرخ مدارس نخواهد چرخیـد، مگر اینکه از اولیـا دانش‌آموزان وجه اخذ شود.

مطابق آنچه در اعداد و ارقام بودجه سال آینده آموزش و پرورش مشخص است، چرخ مدارس باید با پول اولیای دانش‌آموزان بچرخد، زیرا با سرانه‌ای کـه دولت به مـدارس و دانش‌آموزان اختصاص می‌دهد، انجام هیچ اموری انجام پذیر نیست.

توصیه پلیس فتا به کاربران شبکه‌های مجازی

دوستی‌های مجازی را محدود کنیم

رئیس مرکز تشخیص و پیشگیری پلیس فتای ناجا در خصوص دوسـتی‌های مجازی هشدارهایی را خطاب به کاربران این فضاها مطرح کرد.

سرهنگ علی نیک‌نفس با بیان اینکه مهمترین نکته‌ای که کاربران در بسـتر شبکه‌های اجتماعی باید رعایت کنند، محدودسـازی دوستی‌هاسـت، اظهار داشت: بسیاری از اسامی و عکس‌های موجود در شبکه‌های اجتماعی جعلی و سرقتی است و حتی درخصوص جنسیت خود نیز صادق نیستند.

وی افزود: با توجه به این موضوع، ضرورت دارد کاربران به هر درخواست دوستی پاسخ مثبت ندهند و برای هر کسی درخواست دوستی نفرستند.

نیک‌نفس ادامه داد: برخی کاربران فکر می‌کنند هرچه دایره دوسـتان آنها در شبکه‌های اجتماعی گسترده‌تر باشد بهتر دیده شده و شناخته می‌شوند. این امر اشـتباه اسـت چرا که این شناخته شدن برای کاربر چه سـودی دارد؟ در حالی‌که تهدیدات و زیان‌های این امر بسیار بیشتر از منفعت‌های آن است.رئیس مرکز تشخیص و پیشگیری پلیس فتا ناجا با بیان اینکه برخی از کاربران در شـبکه‌های اجتماعی با شـناختن دوسـتان قدیمی خود که سال‌ها از آنها خبری نداشته‌اند درخواست دوستی می‌فرستند، گفت: این امر اشتباه است چرا که در این سال‌ها احتمال تغییر وی وجود دارد و شاید وی دچار مشـکلات اخلاقی و... شده باشد و حتی در محاکم قضایی پرونده داشته باشد. چرا باید بدون دانستن این موضوع فقط به صرف دوستی‌های گذشته دوباره با این افراد ارتباط برقرار کرد.

وی ادامـه داد: این قبیل دوسـتی‌ها می‌تواند خطرآفرین باشـد همانگونه که در یک پرونده در سال ۹۳ شاهد بودیم که یک دوست قدیمی در پی ارتباط مجدد اقدام به قتل مادر و همسـر و فرزند هفت ساله دوست خود کرده بود.

سرهنگ نیک‌نفس تصریح کرد: کاربران در پاسخ به درخواست دوستی‌ها باید بسیار مراقب باشند تا در دام مجرمان سایبری گرفتار نشوند.

وی ادامه داد: کاربران باید بدانند در شبکه‌های اجتماعی نیز دوسـتی‌های آنهـا همچون فضای حقیقی، شناخته شده و محدود باشد و با هر کسی دوست نشوند.براساس گزارش پایگاه اطلاع رسانی پلیـس فتا، رئیس مرکز تشـخیص و پیشـگیری پلیس فتا ناجا اضافه کرد: پلیس فتا از کلیه کاربران می‌خواهد در صورت مواجه با موارد مشکوک آن را از طریق سایت پلیس فتا به آدرس Cyberpolice.ir لینک ثبت گزارشات مردمی به پلیس فتا اعلام کنند .

سازمان غذا و دارو:

نوشابه الکل‌دار وارد نشده است

معـاون اداره کل نظارت بر فرآورده‌های غذایی سازمان غذا و دارو گفت: نوشابه الکل‌دار وارد نشده که بخواهد جمع‌آوری شود.

سـمیره صباح به پایگاه خبری سـازمان غذا و دارو گفت: سـازمان غذا و دارو بر تمام فرآورده‌های آشامیدنی گازدار و غیرگازدار همانند سـایر محصولات نظارت کامل دارد، همچنین این سازمان بر نوشیدنی‌های وارداتی پس از حلیت نیز نظارت‌های مبنایی اعمال می‌کند.

صباح تصریح کرد: آنچه در فضای مجازی و از سـوی جریان‌های خاصی بیان می‌شود در هیچ‌یک از نوشیدنی‌های گازدار مجوزدار الکل سـه درصدی کمتر یا بیشـتر وجود نداشـته و هیچ دسـتوری هم در زمینه جمـع‌آوری آنها از سـوپرمارکت‌ها ابلاغ نشـده اسـت.وی با بیـان اینکه فرآورده‌های آشامیدنی اعم از گازدار و غیرگازدار بر اساس دستورالعمل‌های مشخص تولید یا وارد می‌شود، افزود: در یکی دو سال اخیر این اداره کل تصمیمات شایسته‌ای برای کاهش شـکر در این محصولات انجام داده است که قطعا در ارتقای سلامت جامعه نقش تعیین‌کننده خواهد داشت.

متخصص گوارش خبر داد

تغییر سبک زندگی تنها راه درمان کبد چرب

متخصص گوارش گفت: کبد چرب تاکنون هیچ درمانی نداشته و می توان گفت تنها درمان آن تغییر شیوه زندگی است.

محمدمهدی میرناصری به فارس گفت: هم اکنون کبد چرب معضل بزرگی برای جامعه ما و جامعه جهانی است، کار اصلی کبد، دفع سموم بدن است و بیماری کبد چرب عموماً در افراد چاق اتفاق می‌افتد. افرادی که سبک زندگی آنها به گونه‌ای اسـت که فعالیت بدنی کمی دارند و کالری زیادی دریافت می‌کنند بیشتر به این بیماری دچار می‌شوند.

میرناصری افزود: درصدی از افراد هسـتند که با وجود لاغر بودن، مبتلا به کبد چرب می‌شوند که کبد چرب این افراد به دلایل ارثی و عوامل دیگر است. وی ادامه داد: کبد چرب در ابتدا روی آنزیم‌های کبد اثر می‌گذارد و از طریق آزمایش متوجه می‌شـویم تعداد آنزیم‌ها افزایش یافته اما گاهی این بالا رفتن آنزیم‌ها ممکن است به دلایلی غیراز این موضوع باشد؛ دلایل ویروسی که با آزمایش‌های اختصاصی مشخص می‌شود.این متخصص گوارش در خصوص درمان کبد چرب گفت: کبد چرب تاکنون هیچ درمانی نداشته و می توان گفت تنها درمان آن تغییر شیوه زندگی است یعنی میزان کالری دریافتی کاهش و فعالیت بدنی افزایش یابد، تحقیقات جدید نشان می‌دهد ورزش در جلوگیری از ابتلا به کبد چرب اثر دارد. وی با بیان اینکه فعالیت بدنی منظم در طول روز، هفته و سـال ضروری است، گفت: افراد باید روزانه حداقل نیم سـاعت ورزش داشته باشند. میرناصری تصریـح کرد: منظور از ورزش و فعالیـت بدنی پیاده‌روی معمولی نیست بلکه منظور ورزشی مدنظر است که ضربان قلب افزایش یافته، فرد عرق کرده و ورودی سموم به بدن کم شود. وی اظهار داشت: بهتر است بگوییم مواد مصرفی باید به اندازه نیاز بدن باشد. به اندازه‌ای که انرژی در طول روز می‌سـوزانیم همان قدر مواد غذایی مصرف کنیم.این متخصص گوارش در خصـوص فعالیت بدنی مبتلایان به کبد چرب گفت: ورزش منظم باید به گونه‌ای باشد که هر روز فعالیت بدنی انجـام گیرد و اینکه یک فرد روزی پنج ساعت فعالیت کند و تا یک هفته هیچ‌گونه فعالیتی نداشته باشد کاملاً غلط است. فعالیت بدنی باعث پیشگیری و درمان کبد چرب می‌شود زیرا چربی‌های رسوبی را می‌سوزاند.

وی افزود: توصیه می‌شـود روغن‌های مایع جایگزین روغن‌های جامد شـود همچنین تا حد امکان از روغن‌های خوراکی و سنتی همچون زیتون و کنجد استفاده شود اما بطور کلی باید مصرف هر گونه روغن محدود شود. میرناصری ادامـه داد: کبد چرب ارتباطی بـا پیوند ندارد، پیوند کبد زمانی انجام می‌شـود که کبد از کار بیفتد و این پروسـه طول می‌کشد. زمانی که دیگر کبد نتواند سم‌زدایی بدن را انجام دهد و بطور کامل از کار بیفتد باید پیوند انجام شود.

استاد روانشناسی دانشگاه تهران:

سن بلوغ جنسی ۳ تا ۴ سال کاهش یافته است

استاد روانشناسی دانشگاه تهران نسبت به کاهش سن بلوغ در کودکان و نوجوانان هشدار داد.

به گزارش فارس، غلامعلی افروز در مراسم تجلیل از برگزیدگان فرهنگی پژوهش در آموزش و پرورش گفت: در المپیادها لزوماً پژوهشگر خلاق تربیت نمی‌کنند اما در پس بسیاری از المپیادهای جهانی روانشناسان خلاقی نشسته‌اند که در بین دانش‌آموزان مختلف جهان کسانی را انتخاب کنند که خلاق هستند نه کسانی که فرمول‌ها را حفظ کرده‌اند.

افروز با انتقاد از شیوه آموزشی در کشور خاطرنشان کرد: «متوسطه» ما دیگر مطلوب نیست؛ برای صد سال پیش است که ۲۱۵ نفر دیپلم داشتیم.

وی با بیان اینکه سند تحول از نظر متوسطه، معیوب است، گفت: باید یک پژوهش ملی و جهانی انجام دهیم، تا چه زمانی غول کنکوری‌ها و تست‌زنی‌ها نمی‌گذارند تحـول به معنای واقعی انجام گیرد و تا چه زمانی باید این بازارها حاکم باشند؟

این استاد روانشناسی با بیان اینکه باید تغییر و اصلاح صورت گیرد، تأکید کرد: دیپلم متوسـطه ما باید چهار صفت داشته باشد که شـامل عمومی بودن، کاربردی بودن، مهارت‌محور بودن و خلاق‌پرور بودن باشد.

وی افزود: باید کاری کنیم که معلمان ما از بهترین‌ها باشند و وزیر آموزش‌و پرورش دو رسالت دارد که یکی از آن باغبانی وجود شکوفه‌های حیات یعنی نونهالان و نوجوانان ۶ تا ۱۸ ساله است و دومین رسالت پیشگیری از آسـیب‌ها بر عهده آموزش‌وپرورش است نه معاونت پیشگیری قوه قضاییه و باید بودجه را در این خصوص صـرف کرد نه در زندان‌ها و قوه‌قضاییه که ۱۵ میلیون پرونده جمع می‌شود.

افـروز با تأکید بر اینکه بلوغ جنسـی نسـبت به ۴۰ سـال قبل ۳ تا ۴ سـال کاهش یافته است، گفت: درصدی از دانش‌آمـوزان کلاس‌های چهارم و پنجم و بیشتر دانش‌آموزان کلاس ششمی بلوغ جنسی را تجربه می‌کنند و تعداد زیادی از دختران نیز در سوم دبستان بلوغ جنسی را تجربه می‌کنند.

این استاد دانشگاه افزود: در غالب دبستان‌ها معلمان خانم تدریس می‌کنند البته معلمان خانم خیلی باهوش هستند اما باید در دبستان‌ها و دبیرستان‌های دخترانه درس دهنـد و در بعضی از دبیرسـتان‌های دخترانه، معلمان مرد شـیمی و فیزیـک درس می‌دهند مانند استان خراسان رضوی.

افروز بیان داشت: معلمان آقا، خوش‌اخلاق هستند و می‌توانند معلم دبستان باشند و دانش‌آموزان پسر باید با معلمان مرد احساس همدلی کنند و معلمان آنها مرد باشـد نه خانم‌ها و اینها معضلاتی است که داریم و تا کی باید صبر کنیم.

وی متذکر شد: وزیر سابق آموزش‌وپرورش می‌گفت: «بیش از ۶۰ درصد معلمان خانم هسـتند» اما ما باید شـروع کنیم، در بعضی مـدارس غیردولتی دختران دانشـجوی ۱۷ و ۱۸ ساله با وضعیت خاص سر کلاس می‌روند و حتی تا ششم دبستان نیز درس می‌دهند.

این استاد دانشگاه تاکید کرد: اگر آموزش و پرورش را اصلاح کردیم و نظام اصلاح شـد، کشـور و جهان اصلاح می‌شود.

متهم دستگیر شد

بیهوش کردن راننده برای فرار از کرایه

مسـافری با قصد فرار از کرایه ۸۰۰ هزار تومانی، راننده را بیهوش کرد اما هنگام فرار دستگیر شد.

به گزارش تسـنیم، ۱۴ آذر ماه مأموران کلانتری ۱۳۵ آزادی از بازداشت یک متهم در پارکینگی حوالی میدان آزادی اطلاع یافته و به محل اعلام این خبر اعزام شدند.

با حضور مأموران در پارکینگ مشـخص شد مردی ۵۵ ساله (راننده خودروی پژو) توسط مرد ۲۸ ساله‌ای به نام بهنام مسـموم و بیهوش شده و کارگران پارکینگ از خروج بهنام از پارکینگ جلوگیری کرده و موضوع را به سـامانه اورژانس و پلیس اعلام کرده‌اند. همچنین مشـخص شد راننده پژو توسط کادر اورژانس به بیمارستان لقمان منتقل شده است.

بهنـام در اظهاراتش به مأموران گفت: من و همسـرم شـب گذشته از ایلام خودروی راننده پژو را به مقصد تهران دربست گرفتیم و قرار شد پس از رسیدن به تهران به راننده پژو ۸۰۰ هزار تومان کرایه دهیم، صبح به تهران رسیدیم و من به راننده گفتم که پول همراهم نیست، باید به منزل بروم و پول بیاورم، راننده نیز مدارک و تلفن‌همراهم را گرو گرفت و قرار شـد زمانی که برگشتم پس از پرداخت کرایه مدارک و تلفنم را پس دهد، همسرم را به منزل بردم.

وی ادامه داد: قبل از رسـیدن به پارکینگ مقداری نان و پنیر و فلاسک چای نیز تهیه کردم و در پارکینگ به این بهانه که قرار است یکی از دوستانم پول بیاورد، همراه با راننده مشـغول خوردن صبحانه شدیم، در یک فرصت مناسب که راننده حواسش به من نبود، داخل لیوان چایی او قرص ریختم و وی پس از خوردن چایی بیهوش شد.

با اعتراف بهنام به بیهوش کردن راننده پژو، وی توسط پلیس بازداشـت و به اداره آگاهی منتقل شد، همچنین این پرونده برای رسـیدگی به شعبه پنجم دادسرای ناحیه ۳۴ تهران ارسـال شد.شاکی این پرونده پس از مرخص شدن از بیمارستان با حضور در دادسرای ناحیه ۳۴ تهران به بازپرس پرونده گفت: بهنام به این بهانه که چایی سرد می‌شود، لیوان را به من داد و من چایی نوشـیدم، ناگهان سرم گیج رفت و پس از ۴۸ ساعت بعد از اینکه چشمانم را باز کردم، خود را در بیمارستان لقمان دیدم.

متهم این پرونده که دارای سوابق کیفری از جمله سرقت، استعمال مواد مخدر، حمل غیر مجاز افشانه اشک‌آور، چاقو و... است با دسـتور بازپرس پرونده برای ادامه تحقیقات در اختیار مأموران اداره آگاهی قرار گرفته و بررسی‌های بیشتر در این رابطه ادامه دارد.

حوادث کوتاه از کشور

جاسازی ۷۶۹ کیلو تریاک در وانت پیکان

بیرجنـد- ایرنا: فرمانده انتظامی خراسـان جنوبی گفت: ۷۶۹ کیلوگرم تریاک در نهبندان توسـط ماموران انتظامی این شهرسـتان از یک دستگاه وانت پیکان کشف شد.

سرتیپ مجید شجاع افزود: در این ارتباط سه قاچاقچی مواد مخدر دستگیر و با تشکیل پرونده به مراجع قضایی معرفی شدند.

کشف ۳ میلیارد ریال کالای قاچاق

سرویس شهرستان‌ها: رئیس پلیس آگاهی سیستان و بلوچستان گفت: عملیات شناسایی محل‌های نگهداری کالاهای خارجی قاچاق در دستور کار قرارگاه مبارزه با قاچاق کالای پلیس آگاهی این استان قرار گرفت.

سـرهنگ ابراهیم ملاشاهی افزود: در این عملیات که با هماهنگی مقام قضایی در قالب چند تیم از ماموران انجام شد، واحدهای گشتی به شناسایی محل‌های نگهداری کالای قاچاق پرداختند که در این خصوص موفق به کشف ۳ میلیارد ریال کالای خارجی قاچاق شدند.

وی تصریح کرد: در این زمینه دو دستگاه خودرو توقیف و دو نفر متهم نیز دستگیر که پس از تشکیل پرونده برای سیر مراحل قانونی تحویل مراجع قضایی شدند.

راننده در آتش سوخت

اردبیل- ایرنا: رئیس جمعیت هلال احمر شهرستان نیر گفت: یکدستگاه خودروی پژو پس از انحراف از جاده اردبیل - نیر در حوالی روستای «جوراب» با سنگی برخورد کرده و آتش گرفت.

عسـگر فرجی افزود: پس از گزارش حادثه، ماموران امدادی هلال احمر در کوتاه‌ترین زمان ممکن به محله حادثه رسیده اما با جسد راننده که بر اثر آتش‌سوزی جان باخته بود مواجه شدند.

وی اضافه کرد: جسـد راننده خودرو پس از رهاسازی از خودرو تحویل پزشکی قانونی شد.

قلیان ۴ نفر را مسموم کرد

کرمانشاه- خبرگزاری فارس: رئیس مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشـکی اسـتان کرمانشـاه گفت: به دنبال دریافت خبری بر مسمومیت دسـته‌جمعی در یکی از خیابان‌های کرمانشاه امدادگران به محل مورد نظر اعزام شدند.

صائب مدرسی افزود: امدادگران ۴ دختر جوان را مشاهده کردند که براثر استعمال قلیان دچار مسمومیت شده بودند. امدادگران پس از انجام اقدامات اولیه مصدومان را به بیمارستان امام خمینی(ره) منتقل کردند.

وی تصریح کرد: این دخترها از ساعت ۲۰ شب تا ۲ بامداد قلیان استعمال کرده بودند. آنان پس از انجام اکسیژن‌تراپی از بیمارستان مرخص شدند.

صید ۱۲ شکارچی متخلف

گنبدکاووس- ایرنا : کارشـناس حقوقی اداره حفاظت محیط زیسـت گنبدکاووس از دستگیری ۱۲ شکارچی پرندگان درمناطق مرزی و تالاب‌های این شهرستان به دلیل تخلف و رعایت نکردن ممنوعیت شکار خبر داد.

آنه محمد متقی اظهار داشت: این تعداد شکارچی طی ۲۴ ساعت توسط ماموران هنگ مرزی اترک اسـتان گلستان دستگیر و تحویل مرجع قضایی شدند.

وی گفت: این شکارچیان دارای پروانه شکار بودند اما با وجود اطلاعیه صادر شده توسط اداره کل حفاظت محیط زیست مستند به نامه سازمان دامپزشکی کشور مبنی بر ممنوعیت شکار و زنده‌گیری پرندگان به دلیل احتمال شیوع بیماری آنفلوآنزای پرندگان، اقدام به شکار کرده بودند.

دستگیری زوج قاچاقچی

اراک- خبرگزاری فارس: رئیـس پلیس مبارزه با مواد مخدر فرماندهی انتظامی استان مرکزی گفت: ماموران پلیس طی دو عملیات جداگانه موفق به کشف ۲ کیلو و ۲۲۰ گرم هروئین و دستگیری سه قاچاقچی مواد مخدر شدند.

سـرهنگ احمدرضا چگنی اراک اظهار داشت: مأموران پلیس از فعال