

امروز در تاریخ

زادروز محمد اصفهانی، خواننده/۱۳۴۵
سالمرگ عباس کیارستمی، کارگردان/۱۳۹۵

اوقات شرعی

اذان ظهر: ۱۲:۰۹
غروب آفتاب: ۱۹:۲۴
اذان مغرب: ۱۹:۴۵
نیمه شب شرعی: ۲۳:۱۶
اذان صبح: ۴:۰۹
طلوع خورشید: ۴:۵۴

واحه

اندر دل من درون و بیرون همه اوست
اندر تن من جان و رگ و خون همه اوست مولوی

حکمت

امام علی (ع): هر کس رابطه‌اش را با خدا اصلاح کند، خداوند رابطه او را با مردم اصلاح خواهد کرد./ بهارالانوار

نکته روز

باران کم، تبخیر زیاد

گرمای هوا، تغییرات اقلیمی، دخالت‌های انسانی در زیست‌بوم طبیعت و البته تداوم خشکسالی‌ها در ایران از دلایل بحران آب پیش روی این سرزمین است. اگرچه امسال نسبت به سال‌های گذشته در زمینه وضعیت بارش‌ها بهتر بوده‌ایم اما همچنان کشور ایران که در کمربند خشکسالی جهان قرار دارد باید چالش روبه‌روست. آنچه حالا از سوی مسئولان اعلام شده، میزان تبخیر بالای آب در ایران است! این‌که این میزان در ایران سه برابر استانداردهای جهانی است!

آفتاب به جان باران

میانگین بارش در ایران یک‌سوم میانگین جهانی است اما بحران تنها به اینجا محدود نمی‌شود، زیرا همان گزارش‌ها نشان می‌دهد که تبخیر آب در ایران سه برابر میانگین جهانی است.

سدها آب رفتند

افزایش ۱/۷ درجه‌ای دمای هوا نسبت به میانگین بلندمدت و کاهش ۱۰ درصدی ذخایر سدها، همگی حاکی از شرایط نامطلوب منابع آبی کشور است.

باران کجاست؟

داده‌های منتشرشده نشان می‌دهد، میانگین بارش کل کشور در سه‌ماهه زمستان سال ۱۴۰۲ به ۹۱/۲ میلی‌متر رسیده که نسبت به زمستان سال قبل ۱۱ درصد کاهش داشته است.

رودرو با خشکسالی

در سه‌ماهه زمستان سال ۱۴۰۲، مناطق وسیعی از شرق، شمال شرق، بخش‌هایی از جنوب شرق و عمده مناطق جنوبی کشور با خشکسالی خفیف تا متوسط مواجه بوده است.

همسایه‌ها چگونه‌اند؟

مقایسه وضعیت منابع آب ایران با کشورهای همسایه نشان می‌دهد که به‌رغم شرایط نامطلوب در ایران، برخی از کشورهای همسایه وضعیت بهتری را تجربه کرده‌اند.

مطالعه جهانی از بزرگسالانی که احساس می‌کنند خواب خوبی دارند

مواقفم

نظری ندارم

مخالقم

هند	۶۵%	۳۵%	۰%
عربستان	۶۰%	۳۰%	۱۰%
چین	۵۵%	۳۵%	۱۰%
آمریکا	۵۰%	۳۰%	۲۰%
آرژانتین	۴۵%	۳۵%	۲۰%
روسیه	۴۰%	۳۵%	۲۵%
آلمان	۳۵%	۳۵%	۳۰%
سوئد	۳۰%	۳۵%	۳۵%
آفریقای جنوبی	۲۵%	۳۵%	۴۰%
مکزیک	۲۰%	۳۵%	۴۵%
کانادا	۱۵%	۳۵%	۵۰%
ترکیه	۱۰%	۳۵%	۵۵%
فرانسه	۵%	۳۵%	۶۰%
مالزی	۰%	۳۵%	۶۵%
انگلیس	۰%	۳۵%	۷۰%
برزیل	۰%	۳۵%	۷۵%
استرالیا	۰%	۳۵%	۸۰%
پرو	۰%	۳۵%	۸۵%
ژاپن	۰%	۳۵%	۹۰%
کره جنوبی	۰%	۳۵%	۹۵%

در طول تعطیلات آخر هفته

بیشتر می‌خوابند

۶۳%

معمولا حداقل یک بار در طول

شب از خواب بیدار می‌شوند

۶۷%

بزرگسالان در جهان می‌خواهند

کیفیت خواب‌شان را ارتقا دهند

۸۰%

می‌گویند خواب خوبی دارند

۱۰%

احساس می‌کنند خواب به اندازه

کافی دارند

۴۹%

آمارها نشان می‌دهد ایرانی‌ها همچون مردم دیگر کشورها بد خواب‌تر شده‌اند

کرده بود نزدیک به ۴۰ درصد ایرانی‌ها دچار اختلال در خواب هستند. تازه‌شده این آمار از زبان پروفیسور شبنم جلیل‌القدر، عضو هیات‌مدیره انجمن پزشکی خواب ایران و البته عضو انجمن جهانی خواب هم تکرار شده و به گفته او تازه‌ترین پژوهش صورت‌گرفته نشان می‌دهد از هر سه ایرانی، یک نفر دچار اختلال خواب است. البته او این آمار را با این پیش‌فرض عنوان می‌کند که «معنای اختلال خواب لزوما مترادف با بیماری خواب نیست، این اختلال شامل طیفی از مواردی همچون سخت به خواب‌رفتن، بیداری‌های مکرر شبانه، بیداری‌های صبحگاهی و پرخوابی‌های مفرط می‌شود.» اما این آمار روی تلخ دیگری هم دارد که در آمارهای گذشته این انجمن وجود نداشت. جلیل‌القدر می‌گوید: «تازه‌ترین آمار اختلال در خواب کودکان اما در ایران بسیار فاجعه است، به‌راحتی می‌توان گفت بیش از ۸۰ درصد کودکان ایرانی اختلال خواب دارند. هرچند خوشبختانه در بسیاری از موارد این اختلالات شامل بیماری خواب نمی‌شود اما نباید از پیامدهای سوء این رفتار هم چشم‌پوشی کرد.»

کشتن یا کشته شدن؟

نگاهی به «درباره کشتن»، روایت متفاوتی از سلب حق زندگی از دیگری

نویسنده: نسیم مرعشی

نشر: چشمه

سال انتشار: ۱۴۰۲

تعداد صفحه: ۱۰۶

جهان

کتابخانه

کتابخانه را اسکن کنید



بهشت نگارستان

شوق به طبیعت در نهاد هر آدمی وجود دارد. این قاب رویایی هم از لحظه تلاقی ابر و جنگل در بهشت نگارستان ایران ثبت شده است؛ دهکده ییلاقی «جهان‌نما» در دشتی وسیع در میان جنگل‌های هیرکانی و با ارتفاع ۲۳۰۰ متر از سطح دریا که یکی از بکرترین مکان‌های شگفت این سرزمین است.

کشتن یا کشته شدن؟

نگاهی به «درباره کشتن»، روایت متفاوتی از سلب حق زندگی از دیگری

نویسنده: نسیم مرعشی

نشر: چشمه

سال انتشار: ۱۴۰۲

تعداد صفحه: ۱۰۶

جهان

کتابخانه

کتابخانه را اسکن کنید

خودرو

شکست رکورد سرعت

ایر خودرو کوئینگزگ توانست در مدت ۲۷/۸۳ ثانیه سرعت خود را از صفر به ۴۰۰ کیلومتر بر ساعت و سپس به صفر برساند.

کودک را اسکن کنید

محیط زیست

پرنده پرمدا

صدای این پرنده که شبیه به صدای آژیر ماشین است، بلندترین صدای موجود در طبیعت است که تاکنون شنیده شده!

کودک را اسکن کنید

حادثه

اسیدپاشی در آلمان

تعداد حملات عجیب در آلمان روبه افزایش است. یک مهاجم مرد در کافه‌ای در آلمان با اسید به یک زوج حمله کرد و باعث زخمی شدن ۱۴ نفر شد.

کودک را اسکن کنید

پرتله

خرید یک بوگاتی توسط اولنا زلنسکا جنجالی شده است

پایان سانسور کلمه «شهید» در پلتفرم مارک زاکربرگ!

بنیام گرمی اولین آفریقایی سیاه‌پوست برنده تور دو فرانس شد

نکته

لاکچری بازی زیربماران

اولنا زلنسکا، همسر ولودیمیر زلنسکی، رئیس‌جمهور اوکراین با خرید یک خودروی لوکس، اتهامات فساد مالی علیه این زوج را وارد فاز جدیدی کرده است. یک وبسایت فرانسوی چندی پیش فاکتور خرید بوگاتی تور بیلون همسر زلنسکی را منتشر کرد. با این حال، بررسی‌کنندگان حقایق ویدئویی مدعی هستند این بخشی از تبلیغات ضد اوکراین از سوی عوامل روسیه است. در دسامبر ۲۰۲۲، رسانه‌های اجتماعی مملو از گزارش‌هایی بودند مبنی بر این‌که زلنسکا در سفری به پاریس، ۲۲۵۰۰ دلار و لاکچری کرده است. رئیس‌جمهور زلنسکی همچنین متهم به جمع‌آوری سبده دارایی در سراسر آمریکا، ایتالیا، انگلیس و فرانسه شد و حتی ادعا می‌شود که بانوی اول اوکراین یک جزیره خصوصی خریداری کرده است.

چهره

عقب‌نشینی من!

متا پلتفرمز اعلام کرد ممنوعیت واژه «شهید» را پس از بررسی یک‌ساله هیات نظارت لغو می‌کند. این شرکت از مدت‌ها قبل به دلیل شیوه کنترل محتوای مربوط به خاورمیانه مورد انتقاد است. یکی از این موارد تحقیقی است که متا در ۲۰۲۱ انجام داد و متوجه شد عملکرد آن تأثیر مخربی روی حقوق بشر مردم فلسطین و دیگر کاربران عرب زبان سرویس هایش دارد. از سوی دیگر با شعله‌ور شدن جنگ میان رژیم صهیونیستی و حماس در اکتبر سال گذشته میلادی این انتقادات شدت گرفت. هیات نظارت متا که توسط این شرکت تأسیس شده اما به‌طور مستقل عمل می‌کند، سال گذشته تحقیقی را درباره کلمه شهید آغاز کرد.

خبر

الماس آفریقا

بنیام گرمی، دوچرخه‌سوار اهل اتریه به عنوان اولین آفریقایی سیاه‌پوست با پیروزی در یک مرحله تور دو فرانس از معتبرترین مسابقات دوچرخه‌سواری جهان برنده و تاریخ‌ساز شده است. هرچند انتظار می‌رفت که مارک کاوندیش با شرکت در این مسابقات رکورد ۳۵ پیروزی را در کارنامه خود ثبت کند اما او با یک تصادف دیرهنگام در تورین ایتالیا متوقف شد. به این ترتیب گرمی از اتریه به پیروزی رسید و فرناندو گاوریرا از کلمبیا و آرنودی‌لی از بلژیک در رده‌های دوم و سوم ایستادند. گرمی ۲۴ ساله پس از این پیروزی گفت: «از زمانی که دوچرخه‌سواری را شروع کردم، هرگز رویای شرکت در تور دو فرانس را نداشتم اما اکنون نمی‌توانم باور کنم.»