■ روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران
■ صاحب‌امتیاز: سازمان صداوسیمای جمهوری اسلامی ایران
■ مدیر مسئول: مهدی گیوه‌کی

چهارشنبه ۲۰ تیر ۱۴۰۳ | ۴ محرم ۱۴۴۶
۲۰ صفحه | سال بیست‌وپنجم - شماره ۶۸۰۹
Wednsday | July 10 | 2024

جام جم

■ تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۱۲۹ ■ تلفن: ۰۲۱-۲۳۰۰۴۰۰۰
■ دورنگار تحریریه: ۲۳۰۰۴۴۳۳ ■ سازمان توزیع: ۹۱۳۰۴۱۴۲ ■ کدپستی: ۱۹۱۱۶۱۸۴۱۳
■ امور مشترکین: ۹۱۳۰۴۱۴۲ ■ سازمان آگهی‌ها: ۴۹۱۰۵۰۰۰ ■ شماره پیامک: ۳۰۰۰۱۱۲۴۰

تلفن گویا: ۲۳۰۰۴۴۴۴
چاپ: چاپخانه روزنامه جام جم
شاپا: ISSN1735-3637

■ پایگاه اطلاع‌رسانی روزنامه: www.jamejamdaily.ir
■ پست الکترونیکی: info@jamejamdaily.ir

نوشابه با طعم بیماری

در حال حاضر در ایران ۴ برابر میانگین عادی دنیا نوشابه مصرف می‌کنیم

اظهارنظری از رئیس انجمن تغذیه ایران از دیروز در فضای مجازی در سطح گسترده‌ای در حال نشر است؛ اظهارنظری که حکایت از افزایش مصرف نوشابه در جامعه ایرانی دارد. چیزی که رسانه‌های نیمه‌رسمی آن را با پیشوند «تکان‌دهنده» اطلاع‌رسانی کرده‌اند. در میان گفته‌های این مسئول، داده‌های قابل‌توجهی دیده می‌شود، یکی این‌که به استناد این گفته‌ها در حال حاضر در ایران چهار برابر میانگین عادی دنیا نوشابه مصرف می‌کنیم و البته این‌که در واقع هر ایرانی به طور متوسط حدود ۴۰ تا ۴۲ لیتر نوشابه در سال مصرف می‌کند. اگرچه در گفته‌های رئیس انجمن تغذیه ایران سنجه آماری به دست آمده توضیح داده نشده است اما شاید با چشم چشم کردن به فضای پیرامون‌مان هم بتوانیم این افزایش مصرف را به شکل محسوسی متوجه شویم. نزدیک‌ترین آمار رسمی و مستند پیرامون سرانه مصرف نوشابه در ایران را باید گزارش فرهنگ رفتار خانوار که از سوی مرکز ملی آمار صورت گرفته بدانیم. گزارشی که البته در سال ۱۳۹۹ منتشر شده و با توجه به جامعه آماری گسترده آن (۶۲ هزار خانوار از تمامی استان‌های ایران) قابلیت تعمیم بیشتری دارد. در این گزارش که به تفکیک استان‌ها مصرف نوشابه را بررسی کرده، می‌توان به نظام‌های استدلالی قابل‌توجهی دست یافت.

به‌عنوان نمونه این‌که در مقایسه با مصرف سرانه شیر استفاده از نوشابه در بسیاری از استان‌ها بیشتر بوده و این در حالی است که قیمت نوشابه نسبت به قیمت شیر به شکل معناداری کمتر است.

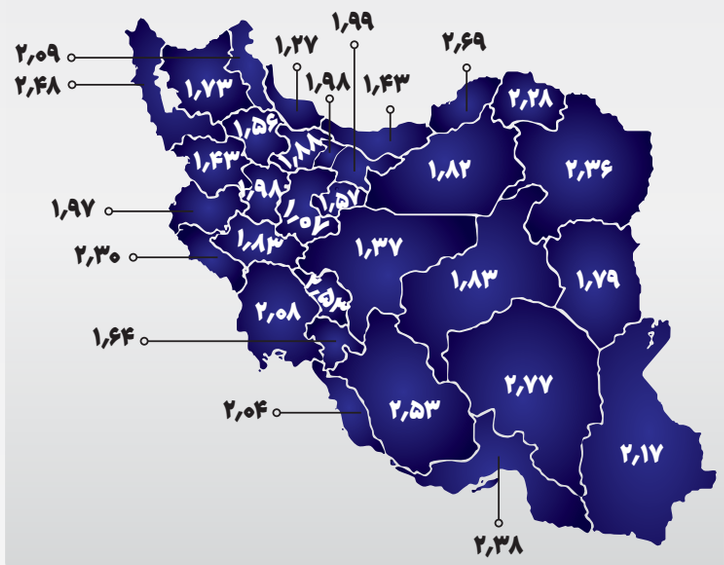
این‌که از مضرات مصرف نوشابه بخواهیم بگوییم بدیهی‌تر از آن است که بتواند تاثیرگذار باشد اما بسیاری معتقدند نوع رفتار سیاست‌گذاران با افزایش مصرف نوشابه باید شبیه سیاست‌گذاری در رابطه با دخانیات باشد. آنها معتقدند از جمله کارهایی که در زمینه مصرف نوشابه بازدارندگی دارد می‌توان به افزایش مالیات‌های مازاد بر مصرف نوشابه، افزایش قیمت نوشابه، برچسب‌گذاری و اطلاع‌رسانی از مضراتی که نوشابه دارد اشاره کرد.

از رشد عجیب ابتلا به دیابت در جامعه ایرانی و البته میزان اضافه وزن قابل‌توجه کودکان ایرانی هم می‌توان متوجه افزایش معنادار مصرف نوشابه در جامعه ایرانی شد.

این موضوع وقتی مهم است که بدانیم اولین گرفتاری که ما با نوشابه داریم میزان قند و کربوهیدرات بالای آن است. در هر ۲۵۰ تا ۳۰۰ سی‌سی نوشابه (معادل یک لیوان) که مصرف می‌کنیم بین ۱۳ تا ۱۵ حبه قند گنجانده شده است. یعنی با مصرف نوشابه همراه غذا یک کالری افزوده ناخواسته را دریافت می‌کنیم.



سرانه نوشابه مصرفی به تفکیک استان‌ها (لیوان)



بزرگ‌ترین بازارهای نوشابه در جهان (میلیارد دلار)



اوقات شرعی

اذان ظهر: ۱۲:۱۰	نیمه‌شب شرعی: ۲۳:۱۸
غروب آفتاب: ۱۹:۲۲	اذان صبح: ۰۳:۱۴
اذان مغرب: ۱۹:۴۳	طلوع خورشید: ۰۴:۵۸

امروز در تاریخ

■ زادروز مهدی فخیم‌زاده، بازیگر، کارگردان/۱۳۲۱
■ سالمرگ احمدرضا احمدی، شاعر/۱۴۰۲

حکمت

امام علی(ع): انسانی که اندازه خود را نشناخت هلاک شد./ غررالحکم

واحه

چو نی به سینه خروشد دلی که من دارم
به ناله گرم بود محفلی که من دارم/رهی معیری

نکته‌روز

احیای اشتغال زنان

اشتغال زنان مسأله پرفراز و نشیبی در ایران داشته است. آمارها اما نشان از افت اشتغال آنها در چند سال اخیر دارد که سهم کرونا در این اتفاق بسیار زیاد است. بررسی اشتغال زنان در ایران از سال ۱۳۹۵ تا ۱۴۰۲ تصویری از فرازو نشیب‌های حضور زنان در بازار کار و همچنین چالش‌ها و فرصت‌های پیش‌روی آنها را ارائه می‌دهد. در این بازه زمانی نرخ مشارکت اقتصادی زنان روند کاهشی داشته است و از ۱۶/۲ درصد در سال ۱۳۹۷ به ۱۴/۲ درصد در سال ۱۴۰۲ رسیده است.

افت اشتغال



نرخ بیکاری زنان از ۲۰/۷ درصد سال ۱۳۹۵ به ۱۵ درصد در سال گذشته رسیده و در مورد کاهش نرخ بیکاری همزمان با کاهش نرخ مشارکت اقتصادی نمی‌توان به طور قطع نظر داد.

عوامل فرهنگی

نگرش‌ها و باورهای جامعه نسبت به نقش زنان، قوانین و مقررات مربوط به کار زنان و دسترسی به امکانات مانند مهدکودک‌ها از جمله عوامل اجتماعی و فرهنگی هستند.

کرونا؛ قاتل کار



در سال ۱۳۹۹ با کاهش نرخ مشارکت مواجه بوده‌ایم که در مقایسه با سال ۱۳۹۸ سه واحد درصد کاهش داشته است. کرونا مهم‌ترین عامل این کاهش شمرده می‌شود.

تعداد زنان شاغل

به دنبال کاهش مشارکت اقتصادی زنان، تعداد شاغلان آنها از ۴ میلیون و ۳۲۰ هزار نفری سال ۱۳۹۸ به ۳ میلیون و ۶۵۸ هزار نفر در سال ۹۹ رسید.

بهبود کم‌جان اشتغال زنان

تعداد شاغلان زن در دو سال گذشته روندی صعودی به خود گرفته و ۳ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر به حدود ۳ میلیون و ۹۰۰ هزار نفر رسیده است.



پیشخوان



رویارویی با زندگی نزیسته

درباره «(خیره به خورشید)»؛ درباب رویارویی آدمی با نیستی

نویسنده: اروین یالوم
مترجم: مهدی غبرائی
نشر: نیکونشر
سال انتشار: ۱۴۰۲

«خیره به خورشید» کتابی است در باب رویارویی آدمی با سایه‌ای که همواره هستی او را دنبال می‌کند؛ سایه‌ای که می‌دانیم در پی این زندگانی به کمین‌مان نشسته است. یالوم در این کتاب غایی‌ترین دلهره آدمی در جهان هستی را می‌کاود و از چگونگی یاری‌دهی درمانگران به مراجعان دچار به تشویش مرگ، سخن می‌گوید. در این اثر که آمیزه‌ای است از دلهره‌های شخصی نویسنده و تشویش‌های همواره در صحنه آدمی، درمی‌یابیم که ترس از مرگ محور بسیاری از تشویش‌های ماست؛ ترسی که گاه تلنگری ناگهانی آن را به سطح می‌رساند، تلنگری برآمده از یک فقدان، ناخوشی، گذر عمر یا حتی رویایی که توجه و اندیشه ما را به مرگ نشانه می‌رود؛ ترسی که شاید تنها در مأمن خودآگاهی آرام گیرد، خودآگاهی در ابتدا تلخ اما درنهایت آرام‌گری که در سرمستی‌ها یا روزمرگی‌ها هیچ نشانی از آن نیست، موهبتی با بهایی بس گزاف و شاید از همین روست که اکثریت به آن دست نمی‌یابیم، چراکه حاضر به پرداخت بهای آن نیستیم، نمی‌خواهیم از این روزمرگی ابتذال‌زده اما ایمن کناره گیریم، از روزمرگی محقری که ما را فرسنگ‌ها از حقیقت دهشتناک هستی جدا انداخته و تصویری مات و مبهم از حقیقت به خوردمان می‌دهد. اما چرا باید به خورشید خیره شد، چرا باید این آرامیدن هرچند محقرانه و سست‌بنیاد را ترک گفت و خود را به جهان بی‌امن ناشناخته‌ها و حقایق تلخ و گریزناپذیر هستی سپرد؟

درجهت عکس



عکس: علی کریمی/ ایرنا

هوانیست

این قاب عکس شاید در ظاهر گویای روایت خاصی نباشد، حتی شاید بازی سرخوشانه کودکی را به ذهن متبادر کند اما آنچه در این عکس نادیدنی است باعث شده ارزش تصویری آن افزایش یابد. چیزی به نام آلودگی هوا و ریزگردها که نفس همین کودکان بازیگوش را به شماره انداخته است.

سرگرمی

رکوردزنی در چرخش پا!

■ رناتو لایما گایا، برزیلی برای بیشترین زاویه چرخش پا وارد کتاب رکوردهای گینس شد. او گفت: من اصلا تمرین نکرده‌ام، این یک مهارت ذاتی است.

کیوآرکد را اسکن کنید

ورزش

تفریحات خاص آقای خاص

■ زلاتان ابراهیموویچ یکی از عجیب‌ترین فوتبالیست‌های تاریخ است. از رفتارشگفت او در زمین و گل‌های عجیبش گرفته تا تفریحاتی که حالا انجام می‌دهد.

کیوآرکد را اسکن کنید

جهان

آمریکا در توفان

■ توفان بریل در ایالت تگزاس آمریکا همچنان ادامه دارد و دو کشته برجا گذاشته و برق میلیون‌ها نفر را در این ایالت قطع کرد.

کیوآرکد را اسکن کنید

بین‌الملل

دوردور برقی!

■ ولادیمیر پوتین، رئیس جمهور روسیه، روز دوشنبه نارندرا مودی، نخست‌وزیر هند را با خودروی برقی در اطراف محل سکونتش به گردش برد.

کیوآرکد را اسکن کنید

پرتره

واکنش تند نواک جوکوویچ به بی‌ادبی تماشاگران جنجالی شد

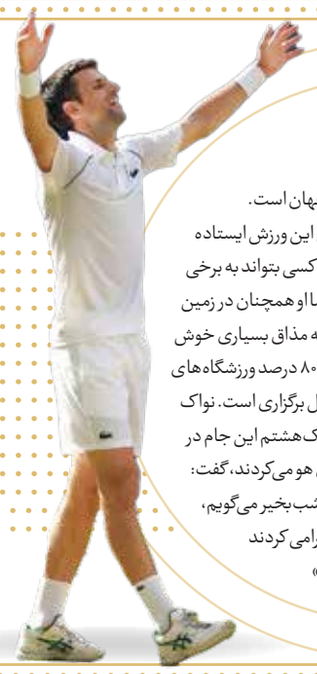
رضا کایالپ به دلیل دوپینگ المپیک پاریس را از دست داد

یائیر لاپید می‌گوید نتانیاهو کنترل جنگ را از دست داده است

نکته

گووووود نایت!

نواک جوکوویچ، اسطوره تنیس جهان است. چه خوش‌مان بیاید و چه نه او بر قله تاریخ این ورزش ایستاده و حتی روی کاغذ هم نیم قرن طول می‌کشد کسی بتواند به برخی از رکوردهای ثبت شده او حتی نزدیک شود! اما او همچنان در زمین تنیس می‌درخشد و سال‌هاست که این موضوع به مذاق بسیاری خوش نمی‌آید، به همین دلیل اغراق نیست بگوییم او در ۸۰ درصد ورزشگاه‌های تنیس هو می‌شود! از جمله ویمبلدون که در حال برگزاری است. نواک جوکوویچ اما در پایان بازی با هولگر رونه در یک‌هشتم این جام در واکنش به تماشاگرانی که او را در حین بازی هو می‌کردند، گفت: «به آنهاکه به بازیکنان احترام می‌گذارند شب بخیر می‌گوییم، اما به آنهاکه امشب به من بی‌احترامی کردند می‌گویم: گووووود نایت!»



چهره

شوک به رضا!

کمیته جهانی المپیک از تست مثبت دوپینگ برای رضا کایالپ، کشتی‌گیر فوق سنگین این کشور که جواز حضور در المپیک را هم به دست آورده بود، خبر داد. رضا کایالپ که دو ماه پیش در مسابقات جهانی کشتی فرنگی با شکست مقابل فردین هدایتی، ستاره کشتی ایران، از حضور در نیمه‌نهایی بازمانده بود، با انتشار یک استوری این خبر را تایید و اعلام کرده که المپیک پاریس را از دست می‌دهد. کایالپ در استوری خود مدعی شده که از نظر تغذیه و دارو دقت همیشگی بر کار خود دارد و همه او را با این ویژگی می‌شناسند اما چندی قبل بعد از بیماری که علائمش درد شدید گوش، سرگیجه و سردرد بود، به پزشک مراجعه کرد و دکتر داروهایی را به او داد که مورد تایید تیم پزشکی تیم ملی ترکیه هم بودند.



خبر

کابوس تل‌آویو

روزنامه عبری معاریو به نقل از یائیر لاپید، رهبر اپوزیسیون رژیم صهیونیستی فاش کرد که بنیامین نتانیاهو، نخست‌وزیر این رژیم کنترل جنگ و روابط خارجی و کابینه خود را از دست داده است. یائیر لاپید همچنین گفت: امکان ندارد جنگ تا ابد ادامه پیدا کند، نمی‌توان برای مدت طولانی نیروهای ذخیره را در ارتش نگه داشت، اقتصاد ما نمی‌تواند تاب بیاورد. بیشتر جنبش مقاومت اسلامی حماس در بیانیه‌ای اعلام کرد در شرایطی که این جنبش برای تسهیل دستیابی به توافق برای توقف جنگ به شیوه‌ای مثبت و انعطاف‌پذیر عمل کرده، نتانیاهو همچنان در حال سنگ‌اندازی بیشتر بر سر راه مذاکرات و تشدید جنایات علیه ملت فلسطین و تلاش برای کوچاندن فلسطینیان به منظور به شکست کشاندن هرگونه تلاشی برای رسیدن به توافق است.

