■ روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران ■ صاحب امتیاز: سازمان صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران ■ مدیر مسئول: مهدی گیوه‌کی

سه‌شنبه ۲۰ دی ۱۴۰۱ | ۱۷ جمادی‌الثانی ۱۴۴۴ | ۲۰ صفحه | سال بیست‌وسوم - شماره ۶۴۰۳ | Tuesday - Jan 10 , 2023

■ تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۱۲۹ ■ تلفن: ۲۳۰۰۴۰۰۰-۰۲۱
■ دورنگار تحریریه: ۲۳۰۰۴۴۳۳ ■ سازمان توزیع: ۶۱۹۳۳۱۱۵ ■ کدپستی: ۱۹۱۱۶۱۸۴۱۳
■ امور مشترکین: ۶۱۹۳۳۱۱۵ ■ 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

امروز در تاریخ

■ سالمرگ میرزا محمدتقی خان امیرکبیر/ ۱۲۳۰
■ بمباران مدرسه‌های ایران توسط عراق/ ۱۳۶۵
■ زادروز محمد مطیع، بازیگر/ ۱۳۲۲

واحه

حالِ دل با تو گفتنم هوس است
خسبِ دل شِنفتنِم هوس است
حافظ

اوقات شرعی

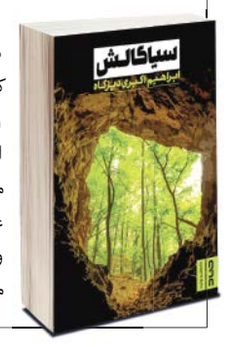
اذان ظهر: ۱۲:۱۲	غروب آفتاب: ۱۷:۰۹
اذان مغرب: ۱۷:۲۹	نیمه‌شب شرعی: ۲۳:۲۷
اذان صبح (فردا): ۵:۴۶	طلوع خورشید (فردا): ۷:۱۴

پیشخوان

سیاگالش

کتاب «سیاگالش» نوشته ابراهیم اکبری دیرگاه را نشر «صاد» منتشر کرده و حالا بر اساس این رمان یکی از نامزدهای نهایی جایزه جلال در بخش رمان است.

نویسنده همیشه در معرض ایده یا ایده‌ها قرار دارد، همچنان که نبی در معرضِ وحی است. این درمعرض بودگی که موهبت بزرگی است، جان نویسنده را می‌جنباند، بی‌قرارش می‌کند و گاه به کلی از صفِ دیگران می‌کشدش بیرون. همچنان که کافکا می‌گفت نوشتن آدم را از صف مردگان می‌کشد بیرون. دقیقا یادم نیست که چه زمانی در معرض «سیاگالش» قرار گرفتم، ولی این را می‌دانم که اواخر رمضان سال ۹۷ رفته بودم تالش برای استیاف؛ یک روز غروب از خانه زدم بیرون و رفتم در فندق‌زار دیرگاه غرق جنگلیت جنگل شدم. تصورم این است که آنچه افتاد در آن جنگل تاریک، غیب زا و مه‌آلود بود بر من افتاد. خواطر غریبی از تاریکی‌ها و روشنایی‌های جنگل بود که خطور کرد بر من. و من را برد سمتِ عالم مثال. این روایت نویسنده از اثر است. کتاب اما روایت داستان طلبه‌ای است به نام یوسف رستمی که در دهه محرم برای تبلیغ به یکی از روستاهای جنگلی تالش سفر کرده است که در آنجا درگیر ماجراهای غریبی چون گم شدن آخوند قبلی روستا، شیطنت دخترک عاشق، توطئه روحانی‌نمایی به نام اسکندر کاینات، ماجرای فرقه‌ای عجیب در روستا، ملاقات با سیاگالش، توطئه برادران خودش که سال‌ها پیش او را در وسط جنگل‌ها کرده‌اند و... می‌شود و در پایان داستان از دست مردم فرار می‌کند و پناه می‌برد به غاری در وسط جنگل و صدها سال در آنجا می‌خوابد.



صعود در جدول چاق‌ها

پژوهش‌ها نشان می‌دهد جامعه ایرانی نسبت به گذشته چاق‌تر شده است!

همین دیروز رئیس پژوهشکده غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی اعلام کرد هشت میلیون ایرانی دچار اضافه‌وزن و چاقی هستند. هر چند این داده او مبتنی بر یک تعریف رسمی از میزان چاقی است اما آنچه باعث نگرانی است نه تعداد هشت میلیونی افراد مبتلا به اضافه وزن که پنج برابر شدن تعداد چاق‌ها در ایران است! این یکی داده را دکتر رضا ملک‌زاده با استناد به نتایج مطالعه جهانی «میزان شیوع و عواقب اضافه‌وزن و چاقی در کشورهای مختلف» منتشر کرده است؛ پژوهشی که رئیس پژوهشکده بیماری‌های گوارش و کبد منتشر کرده داده‌های قابل توجه دیگری هم دارد؛ داده‌هایی که صحت‌سنجی آن چندان نیازی به مداقه در آمارهای رسمی و مطالعات سازمان‌های بهداشتی ندارد و می‌توان با چشم چشم کردن به فضای پیرامونی خودمان هم به‌درستی احتمالی آن پی ببریم. در این حوزه اعداد و ارقام قابل توجه دیگری هم به چشم می‌خورد با این توضیح بدیهی که بدانیم اضافه‌وزن با چاقی البته تفاوت‌هایی هم دارد. حالا آمار تعداد هشت میلیونی منتشر شده را کنار بگذارید، چراکه با تعریفی مستند ثبت در پژوهشی که گفته شد حالا نزدیک به ۷۰ درصد جامعه ایران دچار اضافه وزن هستند! به این معنا که در حال حاضر ۷۰ درصد ایرانیان به چاقی یا اضافه‌وزن، (۴۷ درصد اضافه وزن و ۲۳ درصد چاقی) مبتلا هستند و ۴/۵ درصد جمعیت کشور نیز چاقی مفرط (مرضی) دارند. شمار افراد چاق در ایران از سال ۱۳۵۹ تاکنون ۵/۵ برابر و تعداد افراد دارای اضافه وزن هم ۳/۵ برابر شده است. این شتاب شگفت چاق شدن جامعه ایرانی البته که باید دلایلی هم داشته باشد، عمده‌ترین علت این میزان از رشد چاقی در ایران مانند بسیاری از کشورهای درحال توسعه، رژیم غذایی ناسالم، پرخوری و کم‌تحرکی است. برای فهم بهتر این موضوع باید بدانیم که میزان مصرف کالری روزانه ایرانی‌ها در دو دهه گذشته از ۲۰۰۰ به ۳۰۰۰ کالری رسیده و این درحالی است که ۹۰ درصد ایرانیان (هر دو جنس) فعالیت فیزیکی کافی ندارند. سهم زنان در کم‌تحرکی بیشتر از مردان است. این روند نگران‌کننده در ایران به‌گونه‌ای است که کم‌تحرکی حتی در روستاها نیز به‌طور چشمگیری افزایش یافته است. هرچند شتاب چاق شدن ما بیشتر از دیگر افراد این کره خاکی است اما این موضوع محدود به ایران نیست و به نوعی یک فراگیری جهانی است چراکه باید به افزایش سه برابری چاقی در جهان از سال ۱۹۷۵ اشاره کرد که تاکنون حدود دو میلیارد فرد ۱۸ سال و بالاتر به اضافه وزن و چاقی مبتلا هستند که از این تعداد ۶۵۰ میلیون نفر را افراد چاق تشکیل می‌دهند. همچنین ۳۸ میلیون کودک زیر پنج سال و بیش از ۳۴۰ میلیون کودک و نوجوان پنج تا ۱۹ سال جهان هم به اضافه‌وزن و چاقی مبتلا هستند و شیوع اضافه‌وزن و چاقی بین کودکان و نوجوانان از ۴ درصد در آن سال به ۱۸ درصد در حال حاضر رسیده است. موقعیت ما در کنار این کشورها آن‌طور که در پژوهش مورد نظر منتشر شده، جایگاه مناسبی نیست. براساس آخرین رتبه‌بندی جهانی، چاقی و اضافه‌وزن (۲۰۱۶ - ۱۹۷۵)، رتبه جهانی چاقی مردان و زنان بزرگسال ایرانی به ترتیب ۸۷ و ۴۱ است. همچنین میزان شیوع چاقی در مردان بزرگسال ایرانی ۲۰ درصد و در زنان ایرانی ۳۴ درصد است. در حال حاضر شاهد افزایش بیش از ۲۰ درصدی شیوع «اضافه‌وزن» بین نوجوانان ایرانی نسبت به چهار دهه گذشته هم هستیم. رتبه اضافه‌وزن دختران و پسران ۱۹ سال ایرانی با صعود ۲۸ و ۲۴ پله‌ای از رتبه ۹۶ و ۱۰۵ به رتبه های ۶۸ و ۸۱ رسیده است. همچنین شیوع اضافه‌وزن در دختران از ۶ درصد به بیش از ۲۶ درصد و در پسران از ۳ درصد به ۲۴ درصد رسیده است. در رتبه‌بندی جهانی چاقی هم دختران ۱۹ سال ایرانی دارای رتبه ۵۵ و پسران در رتبه ۷۴ هستند و به ترتیب ۴۳ و ۳۹ پله، وضعیت چاقی نوجوانان ایران در چهار دهه گذشته بدتر شده است. در حال حاضر میزان شیوع چاقی بین دختران نوجوان ایرانی ۹ درصد و پسران ۷ درصد است که درمجموع این روند، نگران‌کننده است.

حکمت

امام کاظم (ع):

زیانکار، کسی است که ساعتی از عمر خویش را باخته است.

بحارالانوار

نکته روز

ساختمان‌های ناایمن ناپیدا

چرا شهرداری منکر وجود لیست ساختمان‌های ناایمن می‌شود؟

متروپل هم دارد به سرنوشت فراموشی پلاسکو دچار می‌شود، سوگ تلخ اتفاق گذشته است و حالا کمتر کسی است که به یاد داشته باشد در حوالی این اتفاق چه وعده‌هایی داده شده و چه تصمیماتی گرفته شد. از جمله پرتکرارترین این وعده‌ها انتشار لیست ساختمان‌های ناایمن پایتخت بود وعده‌ای که البته خیلی زود از سوی برخی نهادها از جمله سازمان آتش‌نشانی تحقق یافت و لیستی از این ساختمان‌ها هر چند به صورت غیررسمی در رسانه‌ها منتشر شد. این موضوع حتی به دستگاه قضا هم کشیده شد و این دستگاه از مدیریت شهری خواست هر چه زودتر لیست این ساختمان‌ها منتشر شود. اما حالا بعد از گذشت مدت‌ها نه‌تنها این اتفاق نیفتاده که علیرضا زاکانی شهردار تهران هم بارها به این نکته اشاره کرده که اساسا چنین لیستی وجود ندارد. اما چرا شهرداری تهران منکر وجود لیست ساختمان‌های ناایمن می‌شود؟

زاکانی مدعی شده بود: «لیست ساختمان‌های ناایمن هیچ وقت وجود خارجی نداشته است.» البته این گفته معطوف به دیدگاه‌های مختلفی بود، چراکه او اعلام کرد: «هر آنچه در سال‌های گذشته وجود داشته، ناظر بر بررسی ساختمان‌ها از حوزه و منظر آتش‌نشانی بوده است؛ اما اکنون علاوه بر حوزه آتش‌نشانی در حوزه شهرسازی، ایمنی و ساختمانی نیز ساختمان‌ها مورد بررسی قرار خواهند گرفت.»

این موضوع اما مخالفت پارلمان شهر را به همراه داشته است. پس از این اظهارات شهردار تهران، رئیس کمیته ایمنی شورای شهر تهران اعلام کرد آنچه تحت عنوان لیست ساختمان‌های ناایمن منتشر شده مورد استناد است و این لیست از گذشته هم وجود داشته است.

مهدی بابایی گفته است در حال حاضر، هم آتش‌نشانی در حال توسعه و پایش ساختمان‌هاست و هم تیمی ساختمان‌ها را از لحاظ کالبدی مورد پایش قرار می‌دهند و توجه به تقسیم کاری صورت گرفته سازمان آتش‌نشانی از منظر حریق ساختمان‌ها را بررسی می‌کند و همچنین گروهی نیز از منظر کالبد ساختمان آنها را مورد بررسی قرار می‌دهند.

به گفته او، همین بررسی‌ها خود منجر به ایجاد لیست می‌شود و بر همین اساس می‌توان به لیستی که در رسانه‌ها منتشر شده بود استناد کرد.

خبر روز

شکایت مدارس آمریکایی از مالکان شبکه‌های اجتماعی

به دنبال بروز اضطراب و افسردگی فزاینده در میان دانش‌آموزان آمریکایی و افزایش اقدام به خودکشی در میان آنان، مسئولان مدارس دولتی از شرکت‌های زیرمجموعه متا شامل فیسبوک و اینستاگرام و شبکه‌های اجتماعی دیگر از جمله اسنپ‌چت، یوتیوب، تیک‌تاک و گوگل شکایت کرده‌اند.

بر اساس بیانیه‌ای مطبوعاتی، مسئولان مدارس دولتی تلاش می‌کنند شبکه‌های اجتماعی را در قبال آسیب‌هایی که به سلامت اجتماعی، عاطفی و روانی جوانان وارد کرده‌اند، پاسخگو کنند. در این شکایت آمده است: افزایش آمارهای خودکشی مرتبط با سلامت روان، اقدام به خودکشی و مراجعه به اورژانس تصادفی نیست. این بحران پیش از همه‌گیری کرونا نیز بدتر شده بود و تحقیقات شبکه‌های اجتماعی را به عنوان عامل اصلی در تشدید بحران سلامت نشان می‌دهد.

در این شکایت که روز جمعه ارائه شد، شاکیان این شرکت‌ها و شبکه‌ها را متهم می‌کنند که از روان‌شناسی و فیزیولوژی عصبی کاربران خود سوء استفاده کرده‌اند تا آنها زمان بیشتری را در پلتفرم‌های آنها صرف و بنابراین بحران سلامت روان در میان جوانان آمریکایی را تشدید کنند.

پرسه

سینما در رکود، سینماداران منتظر

فراگیری کرونا داشت سینما را به یک ورشکستگی مطلق می‌کشاند، اما پس از دو سال کابوسی برای هنر هفتم سینما توانست آرام‌آرام زخم‌هایش را مرهم بگذارد اما حالا پس از کاهش طغیان ابتدایی کرونا زخم‌های بحرانی مخاطب همچنان التیام نیافته است. سینماهای کشور مدت‌هاست چه از نظر اکران فیلم‌ها و چه از نظر مخاطب وضعیت خوبی ندارند. صاحبان فیلم‌ها تمایلی به اکران فیلم‌های‌شان ندارند و سینماداران دچار مشکل نبود تماشاگر شده‌اند و از این وضعیت گلایه دارند. در این ویدئو مدیران سینماهای هویزه و آفریقای مشهد از مشکلات خود در شرایط پیش‌آمده می‌گویند و امید وارند جشنواره پیش روی فیلم فجر بتواند شرایط اکران و نمایش فیلم هیلهود ببخشد.

کیوآرکد را اسکن کنید

شگفتی یک توپ سفید!

اسنوکر، ورزش تازه‌واردی به ایران است، همین است که عموما در میان رسانه‌ها هم به آن توجه کمتری شده اما در همین فاصله کوتاه، ایران توانسته قهرمانانی در تراز جهانی به این ورزش معرفی کند، آنها که شناختی نسبت به میز سبز و آن توپ سفید غلتان میانش دارند حسین وفایی را می‌شناسند، بازیکنی که یک تنه نام و پرچم ایران را در مسابقات جهانی بالا برده است، شاهکار تازه اش هم شکست مارک سلبی نفر دوم جهان در مسابقات معتبر مسترز اروپا بود. آنقدر که خودش پس از این بازی بارها عنوان کرده که نمی‌داند هنوز خواب است یا بیدار.

حسین وفایی را دست‌کم نباید گرفت. او طی سه سال گذشته از رتبه ۴۴ جهان به نفر ۱۹ اسنوکر جهان رسیده و راه زیادی تا رتبه زیر ۱۰ ندارد.

کیوآرکد را اسکن کنید

نگاه

نقدی در قاب

نگاه فرم‌گرا در عکاسی قدمت کمی ندارد، اما همچنان قاب عکس‌هایی که فرم آن غالب بر پیام یا اتفاق داخل کادر است همچنان تازگی دارد. مجید آزاد، عکاس جام جم در عکس امروز اما هر دو موضوع را از قاب دوربین خود دیده، هم قاب را طوری بسته که تابلویی از طرح تی‌شرت‌های یک فروشنده به شکل تابلوی نقاشی و ارخود نمایی کند و هم نقبی زده به شمایل و پیام‌هایی که روی تی‌شرت‌ها نشسته است، این که همچنان هیچ سنخیتی با فرهنگ ایرانی ندارد.

چهار راه

یک شغل شیرین

به بهانه امروز که به نام روز ملی قناد نامگذاری شده است

آیسا اسدی
روزنامه‌نگار

نام قناد و شیرینی‌فروشی که به میان می‌آید، اغلب خاطرات خوش است که به ذهن جاری می‌شود. واقعا چه شغلی شیرین‌تر از قنادی است؛ البته نباید از این حقیقت چشم پوشید که قنادی حرفه‌ای سخت و حساس با ساعات طولانی است ولی در نهایت نتایج شیرین و لذتبخشی به دنبال دارد و سبب شادی و شیرین کردن کام مردم می‌شود.

۲۰ دی به عنوان روز ملی قناد تعیین شد و قرار است به تقویم رسمی کشور نیز اضافه شود. کشور ایران در زمینه انواع شیرینی تاریخچه بسیار غنی و پربازی دارد. در هر گوشه از این کشور شیرینی‌های معروفی طبخ می‌شود که برخی شهرت جهانی نیز یافته است. تعداد شیرینی‌های ایرانی آنقدر زیاد است که نمی‌توان به راحتی همگی را نام برد و مطمئن بود در حق تعدادی اجحاف نشده است؛ از گز معروف اصفهان گرفته که به نقاط مختلف دنیا صادر می‌شود تا سوهان محبوب قم. از کاک و نان‌برنجی کرمانشاه که هیچ گردشگری بدون در دست داشتنش از استان خارج نمی‌شود تا نوقا و قرابیه تبریز که ثبت ملی هم شده‌اند. این تنوع و گوناگونی این امکان را فراهم کرده که با تقویت صنف قنادان و آموزشگاه‌های شیرینی پزی به یکی از قطب‌های شیرینی در جهان تبدل شویم. در اینجا به نکاتی درباره شغل قنادی می‌پردازیم که شاید نمی‌دانستید:

ویژگی‌های منحصر به فرد

قنادها از ویژگی‌های خاصی برخوردارند که اغلب در طول کار شیرینی پزی کشف و به مرور زمان تقویت می‌شوند. آنها ذهن خلاقی دارند، برای کشف تازه‌ها ارزش قائلند و عاشق ساختن چیزهای منحصر به فرد هستند که بتوانند ارائه دهند. قنادان برای کمال تلاش می‌کنند و با توجه به این که دقت در این زمینه اغلب به بهترین نتایج منجر می‌شود، افراد دقیق و ریزبینی هستند. آنها برای رسیدن به نتایج عالی صبور هستند و سخت کار می‌کنند، زیرا تولید برخی شیرینی ها می تواند ساعت‌ها طول بکشد. شکست‌ها را بدون از دست دادن انگیزه یا اشتیاق می‌پذیرند. یک اشتباه کوچک شیرینی پز می‌تواند منجر به از بین رفتن کامل محصول شود. قنادان برای یادگیری چیزهای جدید و درس گرفتن از اشتباهات خود باز و پذیرا هستند.

فرصت‌های شغلی فراوان

محل کار یک قناد فراتر از رستوران‌ها، نانوایی‌ها و شیرینی فروشی‌ها است. فروشگاه های مواد غذایی، کارخانه‌ها و کارگاه‌های شیرینی پزی تجاری، شرکت ها، هتل ها، مدارس و شرکت های خدمات پذیرایی نیز قنادان و شیرینی پزها را استخدام می کنند. یک قناد حتی می‌تواند در خانه اش محصولاتی رنگانگ تهیه کرده و از طریق شبکه‌های اجتماعی یا اپلیکیشن های خدمات غذایی آنها را مستقیم به فروش برساند. قنادان حرفه‌ای و باتجربه با کار در آشپزخانه کشتی‌های تفریحی و سایر اشکال حمل و نقل به سراسر جهان سفر می‌کنند. برخی به تنهایی کشورهای دیگر را کاوش می‌کنند تا در مورد سنت‌های هنر شیرینی پزی در کشورهای خارجی بیاموزند و با نوشتن کتاب‌های آموزشی درآمد کسب می‌کنند. قنادان امکان کارآفرینی نیز دارند.

شغلی سخت و طاقت‌فرسا

قنادها و شیرینی پزها اغلب برنامه‌های طولانی و ساعت کاری زیاد دارند. کارشان از صبح زود شروع شده و گاه تا آخر شب به طول می‌انجامد و تقریبا همیشه در تعطیلات کار می‌کنند. آنها زمان زیادی را صرف تهیه و ترکیب مواد و همچنین نظارت بر فرآیندهای پخت می‌کنند. گاه حتی نظارت بر نگهداری، حمل و نقل و حتی ارائه نمایش آثارشان نیز برعهده خودشان است. قنادان در موارد ضروری بسیاری از وظایف تجاری مانند برخورد مستقیم با مشتریان و فروشندگان را نیز انجام می دهند. استخدام یا اخراج کارکنان، خرید مواد اولیه، تجهیزات، ویترین، بازاریابی و سایر موارد هم گاه بر دوش قنادان قرار می‌گیرد. بنابراین تنها عشق زیاد به این حرفه می‌تواند ضامن دوام آن باشد.

تجربه، مقدم بر آموزش

آموزش های ابتدایی شیرینی پزی شاید در نگاه اول راحت و کوتاه‌مدت باشد. معمولا دوره های کاردانی شیرینی پزی مهارت های اولیه را به هنرجویان آموزش می دهند اما به این معنی نیست که صرف چنین آموزش کوتاهی، فرد به یک قناد تبدیل می‌شود. قنادی شغلی است که به تجربه زیادی نیاز دارد. درست است که در دوران تحصیل فرد موارد زیادی چون آماده‌سازی، فنون پخت شیرینی، تهیه انواع دستور پخت‌ها، سازماندهی آشپزخانه، استفاده از تجهیزات، تکنیک های رژیم های غذایی خاص، قوانین و رویه های بهداشت و ایمنی، کار گروهی و حتی طراحی منو را می‌آموزد؛ اما تا در دنیای واقعی تجربه کسب نکنند و سال‌ها طعم فشارهای سخت کاری را نچشند، یک قناد واقعی نمی‌شوند.