



کاهش فطر مرگ با مصرف غذاهای تند

طی این پژوهش ۴۸۷ هزار و ۳۷۵ شخص ۳۰ تا ۷۹ ساله پرسشنامه‌هایی را در رابطه با سلامت عمومی، معیارهای سلامتی، مصرف غذاهای تند، گوشت قرمز، سبزی و الکل تکمیل کردند. به گزارش ایسنا به نقل از ساینس دیلی، محققان عنوان داشته‌اند خوردن غذاهای تند می‌تواند خطر مرگ را در مقایسه با افرادی که غذاهای تند را کمتر از یک بار در هفته می‌خورند، ۱۴ درصد کاهش دهد و در افرادی که در کنار مصرف غذاهای تند الکل مصرف نمی‌کردند این درصد بیشتر گزارش شد. علاوه بر این فایده مصرف فلفل در زنان بیشتر نمود پیدا می‌کند تا در مردان. به گفته محققان، بعضی از عناصر زیستی موجود در فلفل می‌تواند بیانگر این رابطه باشند؛ فلفل تازه سرشار از ویتامین سی، کیسایسین و سایر مواد معدنی است. کیسایسین اثرات ضد چاقی، ضد التهاب و خواص ضد سرطانی داشته و دارای آنتی اکسیدان‌های مفید می‌باشد.

از مهر ماه ۹۵؛

ورود نخستین گروه فارغ التحصیلان دانشگاه فرهنگیان به نظام آموزشی کشور



عکس: هاشمیون/نگارویدی (بزرگ می)

تکلیف بازگشایی مدارس در روزهای پنجشنبه

دبیر کل شورای عالی آموزش و پرورش گفت: خبر دائر شدن سراسری مدارس در روزهای پنجشنبه برای سال تحصیلی آینده کذب محض است...

افتتاح حساب سپرده سرمایه تحصیلی ویژه مدارس

از مکتب زندگی، برای موفقیت درس بیاموزیم

حضور سفیران سلامت دانش آموزی در مدارس کشور

طنزروز و انت ایرانی بشر را شگفت زده کرد

نگاهی به سه‌گانه‌ی «علی‌رضا سپاهی لائین»

ژیمناستیک برای نونهالان و نوجوانان؛ آری یا نه؟ با فرا رسیدن تعطیلی مدارس، بیشتر خانواده‌ها دغدغه بی‌کاری فرزندان خود را دارند...

کانون



کتاب‌فرونی ریما رامین‌فر در یک مرکز کانون

بچه‌ها مدرسه

افزایش ساعت آموزش کلاس‌های چند پایه

کاسه



مناره ساربان، برج پیزای ایران

گنده نر از دروغ

تیم استقلال؛ مقصد بعدی کریم باقری

گفته می‌شود که کریم باقری قرار نیست که دیگر در تیم پرسپولیس تهران باشد و تصمیم گرفته که هر چه سریعتر از این تیم به یک تیم دیگر برود و تا جایی که امکان دارد برای تیم دیگر کارهای فنی کند و به تیم پرسپولیس امیدوار نداشته باشد و بهتر بداند که دیگر به این تیم حتی فکر هم نکند!

این جوری می‌گویند که کریم باقری قرار است مقصد بعدی اش تیم استقلال باشد. او در یک جمع گفت: راستش را بخواهید من از همان ابتدایی که فوتبال را شروع کردم یک استقلال‌ی تمام عیار بودم منتهی آنها با من قرارداد ن بستند و بعد که به این نتیجه رسیدیم که باید به فوتبال ادامه بدهم تصمیم گرفتم به تیم پرسپولیس که هیچ علاقه‌ای به رنگش نداشتم بروم. این شد که من را فرمز می‌دانند و نه آبی!

اما خبر

پرورش سبزیجات در فضا

فضانوردان ایستگاه فضایی بین‌المللی (ISS) سبزیجاتی را مصرف کردند که در همین ایستگاه پرورش یافته است. به گزارش ایرنا از ساینس، این سبزیجات فضایی از سال ۲۰۰۲ میلادی در عرشه کشتی ISS در گلخانه‌ای به نام لادار رشد کردند و آزمایش‌های متفاوتی روی آنان انجام شده است. تمام شرایط میکروگرانشی به مدت ۱۲ سال روی این گیاهان بررسی شده است و شرایط شبیه‌سازی شده برای آنان دقیقاً مشابه فضا است. مدت کاشت تا برداشت این گیاهان که عمده آن کاهوی بنفش است، ۳۳ روز طول می‌کشد. سیستم کشاورزی فضایی با سیستم زمینی کاملاً متفاوت است و محققان از یک سیستم رشد گیاه به نام Veggie استفاده کرده‌اند. این سیستم تا شش ماه به بلوغ می‌رسد و گیاهان درون آن قرار دارند. این بالشتک در معرض لامپ‌های LED قرمز و آبی قرار می‌گیرد. گیاهان زیادی با استفاده از این سیستم در سال ۲۰۱۴ میلادی در فضا رشد کردند؛ ولی محققان ناسا این گیاهان را برای آزمایش‌های بیشتر به زمین منتقل کردند. هدف محققان از این کار، اطمینان از قابل استفاده بودن گیاهان بود؛ چراکه فضای باز ایستگاه به راحتی موجب انتقال انواع آلودگی‌ها از محیط به گیاه می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که این گیاهان قابل مصرف هستند، ولی لازم است محققان قبل از استفاده، برگ گیاهان را به کمک یک دستمال مرطوب پاک کنند. محققان ناسا بر این باورند که استفاده از سبزیجات و غذای تازه، علاوه بر غذای بسته‌بندی شده، برای سلامت جسمی و روانی فضانوردان ضروری است و امکان سفرهای طولانی مدت فضایی را فراهم می‌کند.

مراقبت از سالمندان و افراد بیمار با روبات پرستار

کارشناسان سازنده این روبات امیدوار هستند در آینده بتوان از HSR برای حمل و نقل افراد معلول و نیز مراقبت دائمی از افراد دچار تشنج استفاده کرد. خود بیمار از طریق تبلت می‌تواند کنترل حرکت و هدایت روبات را در دست گیرد و آن را به سوی هدف مورد نظر خود منتقل کند. روبات HSR دارای چهار چرخ است و با سرعت حداکثر نیم مایل در ساعت حرکت می‌کند. از طریق استفاده از این روبات، کادر درمانی و اعضای خانواده می‌توانند نظارت دقیقی بر نحوه مصرف داروها داشته باشند.



جهت داشتن زندگی آسان‌تر مورد استفاده قرار بگیرد. این روبات می‌تواند اشیاء کوچک مانند کنترل از راه دور تلویزیون، بطری آب، دارو و حتی نسخه پزشکی را جابه‌جا کند و در اختیار بیمار، پزشکان و حتی نزدیکان بیمار بگذارد.

شرکت تویوتا اعلام کرده است یک روبات پرستار به نام ROBO-NURSE طراحی کرده که می‌تواند به نگهداری و مراقبت از سالمندان و افراد بیمار بپردازد. این روبات حتی می‌تواند اشیاء کوچک با وزن یک کیلو و دو دهم کیلوگرم را جابه‌جا کند. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان؛ روبات HUMAN SUPPOR یا HSR یا ROBOT می‌توان توسط تبلت و رایانه هدایت کرد و آن همچنین مجهز به سنسورهایی برای کنترل دوربین‌های نصب شده بر روی آن است.

این روبات دارای یک بازوی مکانیکی و نیز یک سیستم مکش برای گرفتن اشیاء بسیار کوچک و ظریف است. روبات HSR می‌تواند برای کمک به افراد سالمند و بیمار و برای کمک به آنها



طراحی و ساخت چسب ترمیمی حاوی سلول زنده

محققان در یک شرکت دانش بنیان مستقر در مرکز رشد دانشگاه صنعتی شریف موفق به طراحی و ساخت چسب ترمیمی کننده پوست حاوی سلول‌های زنده شدند. امیر شاملو، مدیر واحد فناور نیلا گستر دانش در گفتگو با مهر گفت: محققان این واحد در حوزه بافت مهندسی شده پوست فعالیت می‌کنند که در این راستا چسب ترمیمی حاوی سلول زنده برای درمان سوختگی‌های عمیق و زخم‌های دیابتی طراحی و ساخته شده است.



این محقق با بیان اینکه در درمان زخم‌های عمیق باید سلول‌های اطراف زخم نیز شرایط لازم برای زنده ماندن تکثیر و مهاجرت را داشته باشند، افزود: داروهای لازم برای فراهم آوردن این شرایط به محصول تولید شده افزوده

وی تاکید کرد: این محصول به صورت چسب بر روی زخم قرار داده می‌شود که حاوی سلول‌های سالم و زنده کشت شده در محیط انکوباتور است.

سرمقاله

پول تومیبی را فراموش نکنید

«مهدی طوسی» نمی‌دانم که شما چقدر به اهمیت و ماهیت ارزشی مقوله‌ای به اسم پول توجیبی پی برده‌اید. آیا شما جزو آن دسته از والدینی هستید که در پاسخ به فرزندتان می‌گویید: چقدر خرج می‌کنی؟ من پول ندارم به تو بدهم! یا اینکه جزو آن دسته از افرادی هستید که برای فرزند نوجوانتان بومیسه در نظر می‌گیرید و ابتدای هفته مبلغی را به عنوان پول توجیبی به او می‌دهید تا او بتواند وقتی که با اجازه شما با دوستانش به پارک و یا اماکن تفریحی و آموزشی می‌رود به قول معروف خودش دستش برود توی جیبش و طوری نباشد که همیشه به دست دوستانش نگاه کند. این مقدمه را گفتیم تا به شما در مورد اهمیت مقوله پول توجیبی صحبت بکنیم. پول توجیبی به فرزند شما اعتماد به نفس می‌دهد و شاید هیچ چیزی به اندازه پول توجیبی به او باور قرار گرفتن در سن نوجوانی را نیاموزد. وقتی فرزند شما بداند که از پدر و یا مادرش پول دریافت می‌کند و باید تا آخر هفته تمامی نیازهای واقعی خودش را با همین مبلغ ناچیز رفع بکند یاد می‌گیرد که چه جوری در زندگی با حقوقی که شاید کافی هم نباشد زندگی کند و به طور کل از همان ابتدای نوجوانی مدیریت هزینه را آموزش می‌بیند.

باید بدانید که پول توجیبی از مهمترین کارهایی است که شما به عنوان والدین باید برای فرزندتان انجام بدهید. حتی شما که از حقوق کافی برای انجام یک چنین رفتاری را ندارید و وقتی با خودتان حساب و کتاب می‌کنید متوجه می‌شوید که دریافتی شما تنها صرف اجاره بهای مسکن و خورد و خوراکتان می‌شود هم می‌توانید با یک مبلغ غیر قابل ملاحظه یک چنین کاری را کنید و در واقع میزان پول توجیبی و مقدارش خیلی مهم نیست و چیزی که از درجه اهمیت برخوردار است دادن پول توجیبی به فرزند نوجوانتان است. او یاد می‌گیرد که حتی در کنار شما که والدینش هستید خواسته‌هایی که تأمین آن نیازمند پول است را مرتفع کند و چنین رفتاری که به قول عامیانه آقا منشا نه تلقی می‌شود را آموزش می‌بیند. یادتان باشد که از همین ابتدای نوجوانی در کنار سایر مواردی که به تربیت نوجوان شما کمک می‌کند مقوله پول توجیبی را نیز فراموش نکنید.