

همیشه‌ری

■ حضرت امیر المؤمنین علی؛

آن که طمع را شعار ساخت، شخصیت خود را باخت.

■ اذان ظهر: ۱۲:۰۲ ■ غروب آفتاب: ۱۸:۴۶
■ اذان مغرب: ۱۹:۰۵ ■ نیمه شب شرعی: ۲۳:۴۶
■ اذان صبح فردا: ۳:۴۶ ■ طلوع آفتاب فردا: ۵:۱۷

■ صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری
■ مدیر مسئول: محسن مهدیان
■ سردبیر: دانیال معمار

■ پذیرش آگهی:
■ تلفن: ۸۴۳۲۱۰۰۰

■ توزیع و اشتراک:
■ موسسه نشرگستر امروزتین
■ تلفن: ۶۱۹۳۰۰۰

■ چاپ: همشهری
■ تلفن: ۲۸۰۷۵۰۰۰

■ دفتر مرکزی: تهران، خیابان ولیعصر (عج)، کوچه شهید سیدکمال فرینی، شماره ۱۴
■ کدپستی: ۴۵۹۵۶-۱۹۶۶۶
■ تهران، صندوق پستی ۱۹۳۱۵/۵۴۴۶
■ تلفن: ۰۲۲۰۴۶۰۶۷، ۰۲۲۰۳۳۰۰۰۰

■ همشهری: www.hamshahrionline.ir
■ سایت روزنامه: newspaper.hamshahrionline.ir



گریبنویح

رود خون در پرو



یکی از عجیب‌ترین پدیده‌های طبیعی دنیا، به راه افتادن رودخانه خون در پرو در آمریکای لاتین است که سالانه هزاران گردشگر را جلب می‌کند. این رودخانه که از دل مناطق کوهستانی کاسکو عبور می‌کند، پالکیا پوکامو یا نام دارد. بیشتر طول این رودخانه رنگ معمولی دارد، اما برای ۵ کیلومتر، آبی که در آن جریان دارد به رنگ خون درمی آید و انسان را مسحور می‌کند. بعد از این ۵ کیلومتر، آب رودخانه با آب چشمه‌ها و رودهای دیگر ترکیب و رنگ خون آن کمرنگ می‌شود و از بین می‌رود. این بخش از رودخانه، در فصل بارانی این منطقه به رنگ خون درمی آید و در مواقع دیگر سال، بیشتر گل الود است.

دلیل قرمز شدن آب این رودخانه این است که در فصل بارانی، باران شدید خاک این منطقه را که سرشار از اکسید آهن است، وارد رودخانه می‌کند و همین عنصر شیمیایی باعث می‌شود رنگ آب، به قرمز تبدیل شود.

یک شهر پر از کایل



شهرهایی که نامشان با اسم انسان‌ها مشترک باشد، چندان زیاد نیستند و به‌خودی خود کمی عجیب هستند اما حالا شهر کایل در تگزاس می‌خواهد این هم‌نامی را به یک رکورد تبدیل کند. کایل نامی تقریبا عمومی در آمریکا است. مسئولان این شهر، می‌خواهند بزرگ‌ترین گروه‌مایی افراد هم‌نام را در همین شهر برگزار کنند تا نام شهر، وارد کتاب رکوردهای جهانی شود. این شهر از کایل‌ها در سراسر آمریکا دعوت کرده تا روز ۲۱ ماه مه خود را به این شهر برسانند و در تجمعی که در ساعت ۴ بعداز ظهر برگزار می‌شود، شرکت کنند. در صورتی که هزار و ۳۲۵ نفر با نام کایل در این گروه‌مایی شرکت کنند، رکورد تجمع افراد هم‌نام شکسته خواهد شد. این رکورد در حال حاضر به نام شهر کوپرشکی در بوسنی‌هرزگوین ثبت شده، جایی که در سال ۲۰۱۷ میلادی ۲ هزار و ۳۲۵ نفر با نام ایوان در آنجا گردهم آمدند.

جراحی برای بلندی قد



آدم‌ها برای تغییر ظاهر و شرایط فیزیکی خود، دست به جراحی‌های زیادی می‌زنند؛ از جراحی‌های زیبایی صورت گرفته تا برداشتن چربی‌ها برای لاغرشدن، اما حالا یک جراحی، به‌خصوص در میان مردان کوتاه قد رایج شده است؛ جراحی بلند کردن طول پاها. این جراحی که برای دست هم انجام می‌شود و هدف آن بلند کردن طول استخوان هاست، درواقع یک روش درمانی برای ناهنجاری‌های استخوانی در افراد است. یک کاربرد مهم این جراحی، هم‌اندازه کردن طول پاها در افرادی است که پاهایشان مساوی نیست، اما حالا این جراحی که چندین هزار دلار هزینه و فرایندی بسیار سنگین دارد، به‌شدت محبوب شده و به‌خصوص مردان کوتاه‌قد زیر بار انجام آن می‌روند. یک جراح از یک مؤسسه فعال در این زمینه در کالیفرنیا گفته که بسیاری از مردان، چنان‌از چوک‌هایی که در باره قد کوتاه‌شان ساخته می‌شود، عاصی هستند که در حاضر این جراحی را انجام دهند. این جراحی، فرایندی تدریجی دارد و استخوان‌ها و بافت‌های نرم بدن - پوست، عضله و اعصاب- به آرامی بلندتر می‌شوند که این فرایند معمولاً چندماه طول می‌کشد. در این جراحی، استخوان به ۲ قسمت تقسیم می‌شود و یک وسیله از تودی بین استخوان قرار می‌گیرد تا طول کلی استخوان بیشتر شود. مراقبت‌های بعد از جراحی هم به‌شدت سختگیرانه است.

برای

«جانی بت اوشانا»

شهید آشوری که

پیکرش پس از ۴دهه

به وطن بازگشته است

پسر ایران



چشم‌شان به در خشک شد تا سرو و رعنایشان برگردد. وقتی به جبهه پدیده‌هاش

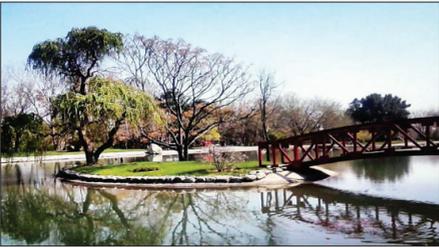
کردند، هنوز ۲۰سالش نشده بود. جوان جوان بود؛ در آغاز راه، بر از امید، بر از

آرزو و بر از فردا. اما مگر می‌شود شیر تر خونخواری به مبین هجوم آورده باشد و بی تفاوت بود و به زندگی مشغول ماند؟ خودش به دختر عمه‌اش گفته بود: «برای آزادی وطن‌مان در حال جنگ هستیم. دعا کن تا پیروز از این جنگ خارج شویم. خودم را هم پیشاپیش برای خاک وطن فدا کردم.» آشوری‌مذهب بود و از سلاله حواریون و مانند مقتدایش، عیسی ناصری، آزاد بود و آزاده. «جانی بت اوشانا» اما رفت که رفت؛ رفتنی بی‌بازگشت. او رفت و در افق محو شد؛ آن هم زمانی که سرباز تیپ ۵۵ هواپرد ارتش جمهوری اسلامی ایران بود. وقتی شهید شد، ۲۰سال و ۶ماه و چند روزش بود؛ در غوغای عملیات بدر، در هورالعظیم و شرق دجله، در اسفند ۱۳۶۳؛ همان عملیاتی که جان عزیز مهدی باکری و عباس کریمی را هم گرفت. «جانی» برای خاک وطن جان داد، اما جان پدر و مادرش به لب آمد تا پیکر دل‌بندشان را بیابند و ببینند. هر دو ولی رفتند؛ هم آنان و هم ۴برادرش. رفتند و پیکر یاره تن‌شان را نیافتند و چشم‌به‌راه ماندند و حالا آمده است. پس از ۳۹سال، ولی دیگر نه مادری مانده است و نه پدری. ما مردم ولی هستیم و هوایش را داریم. هر فرزند وطن را جمعه همین هفته، هشتم اردیبهشت، باشکوه و پرافتخار مشایعت خواهیم کرد تا خانه ابدی تا آنجا که مسیح او را تنگ در آغوش گیرد.

فاطمه عباسی

گل و گیاه، چندان ببندید و راهی شمال کشور شوید، توی همین تهران خودمان، در گوشه غربی‌اش یک باغ گیاه‌شناسی است که این روزها جشنواره بهاری هم در آنجا برپاست و برای گشت‌وگذار آخر هفته به‌ویژه در فصل بهار، می‌توانید روی آن حساب کنید. باغ گیاه‌شناسی ملی ایران، بزرگ‌ترین باغ در نوع خود در خاورمیانه است که در آن تنوع زیادی از گونه‌های گیاهی بومی ایران و گونه‌های گیاهی مختلف دنیا وجود دارد. این مجموعه شگفت‌انگیز، کلکسونی از گیاهان خاص و کمیاب را هم در دل خود جای داده است که از دیدن آن سیر نخواهید شد. باغ گیاه‌شناسی دارای ۸کلکسیون و همچنین باغ‌هایی است که هر یک با موضوع خاصی مثل باغ گیاهان دارویی و صنعتی، آموزشی و نمایشی، آربرتوم، جنگل و گردشگاه، باغ صخره‌ای و گیاهان زینتی، بهن‌برگان همیشه سبز، باغ سیستماتیک، میدان مرکزی باغ رز و چهارباغ ایرانی طراحی شده‌اند. دریاچه بزرگی هم در مرکز باغ قرار گرفته است. همچنین این باغ دارای رویشگاه‌های مختلفی است که مربوط به مناطق مختلف ایران و جهان می‌شود. هر یک از این رویشگاه‌ها ویژگی‌های منحصربه‌فردی دارند؛ مثلا اگر دلتان برای حال و هوای شمال تنگ شده، می‌توانید به رویشگاه هبرکانی و بخش ناحیه خیز در باغ گیاه‌شناسی بروید یا اگر دوست دارید باغ‌های ژاپنی را ببینید، به بخش رویشگاه ژاپنی سر بزنید.

رویشگاه‌های ایران، رویشگاه راگرس، رویشگاه البرز جنوبی، رویشگاه ایرانی-تورانی، گلخانه جنوب ایران، باغ پیاز ایرانی، باغ موهه‌های بومی، رویشگاه اروپا، چمنزارهای آمریکا، رویشگاه قفقاز، رویشگاه هیمالیا و رویشگاه چین و ژاپن هم از دیگر بخش‌های این باغ زیباست. اگر هم در زمان‌های خاصی از سال مثل فصل بهار یا پاییز از این مکان بازدید کنید، شاهد جشنواره‌های متعدد و خاطر‌مانگیزی مثل جشنواره گل‌های داوودی یا همین جشنواره بهاری خواهید بود. این روزها جشنواره بهاری و گلابگیری در باغ گیاهشناسی برپا شده و تا آتیر هم ادامه دارد، بنابراین حتی لازم نیست برای دیدن مراسم گلابگیری راهی کاشان شوید و این مراسم را در همین باغ هم می‌توانید تماشا کنید. برای رفتن به باغ گیاه‌شناسی هم بهتر است به‌صورت اینترنتی بلیت تهیه کنید تا مجبور نباشید در صف بایستید.



جواد نصرتی

ما زیتون پرورده را معمولا یک چاشنی دلپذیر و خوشمزه می‌دانیم که سفرهایمان به شمال، بدون خوردن آن چیزی کم دارد. اما چیزی که از نظر ما یک چاشنی خوشمزه در کنار غذای اصلی است، در دنیای خام گیاهخواری، یک غذای کامل و بسیار محبوب است.

سایت تیست‌اطلس که به صورت تخصصی به معرفی غذاها، نوشیدنی‌ها، خوراکی‌ها و رستوران‌ها در سراسر دنیا می‌پردازد و به‌عنوان یک مرجع شناخته می‌شود، در لیستی که اخیرا درباره غذاهای سنتی خام گیاهخواری ارائه کرده، زیتون پرورده را در صدر نشاند و بیشترین امتیاز را به آن داده است. نام دقیق این لیست، ۱۰۰غذای سنتی و گان با بیشترین امتیاز از سوی مردم است. این سایت تا حالا در بررسی محبوب‌ترین غذاها، نان‌ها و خوراکی‌های دنیا، بارها خوراکی‌های ایرانی را در جمع بهترین‌های دنیا قرار داده، اما کمتر پیش آمده که یک خوراکی یا غذای ایرانی، در صدر لیست‌های ارائه شده توسط این سایت قرار گرفته باشد. در مهم‌ترین و پر سر‌و صدترین لیست این سایت، قورمه سبزی در رده هشتم بهترین غذاهای دنیا قرار گرفته بود.

خام گیاهخواری، رژیم‌یی است که همانطور از اسم آن مشخص است، ترکیبی از گیاهخواری و خام‌خواری است. یک اصل مهم در این رژیم، خام‌خواری است؛ در واقع خام‌خوار، گیاهخوار هم هست، اما عکس آن درست نیست. گیاهخواران که آنها را با نام «وجترین» هم می‌شناسیم، انواع گیاهان پخته شده و فرآوری، تخمیر شده و حرارت دیده را هم می‌خورند، اما در رژیم خام گیاهخواری، گیاهان فقط در دمای مشخص حرارت می‌بینند و عملا پخته نمی‌شوند. موضوع بسیار مهم دیگر این است که در این رژیم، هر گونه خوراکی که منشأ آن حیوانی باشد هم غیرمجاز است؛ به‌همین خاطر است که خام‌گیاهخواران حتی تخم مرغ هم نمی‌خورند. افرادی که از این رژیم پیروی می‌کنند، معتقدند خام‌گیاهخواری مفیدترین و سالم‌ترین نوع تغذیه در جهان است. این رژیم در سال‌های اخیر در سراسر دنیا پیروان زیادی پیدا کرده و تیست‌اطلس، به همین خاطر لیستی از غذاهای محبوب آنها را منتشر کرده است. نکته عجیب و متناثرکننده این لیست این است که در نیمه اول آن، فلافل به‌عنوان غذایی اسرائیلی معرفی شده است. نه تنها ما در خاورمیانه که تمام دنیا می‌دانند که فلافل یکی از عربی‌ترین غذاهای دنیاست و لبنان زادگاه آن خوانده می‌شود اما رژیم صهیونیستی که عادت دیرینه‌ای به غصب همه‌چیز دارد، با تبلیغات بسیار زیادی، این غذا را از آن خود کرده است. این دروغ پردازی و تاریخ‌سازی دروغین در حوزه غذایی البته پیش تر یک‌بار ما ایرانی‌ها را هم به‌شدت خشمگین کرده است؛ زمانی که اسرائیلی‌ها تلاش می‌کردند سالاد شیرازی، یکی از محبوب‌ترین سالادهای ایران را به‌عنوان غذای خود جا بزنند.

زیتون پرورده شماره یک وگان از ایران



کارت شناسایی برای بی‌شناسنامه‌ها



شاید در اطرافتان کسی نباشد که شناسنامه نداشته باشد، اما در بسیاری از نقاط دور افتاده هنوز هم کسانی هستند که شناسنامه ندارند و شناسنامه نداشتن هم مشکلات زیادی برای آنها به‌دنبال دارد. خبر خوب این است که قرار است همه افراد فاقد شناسنامه، حداکثر تا ۶ماه آینده، شناسه اختصاصی و کارت شناسایی موقت برای گرفتن خدمات دریافت کنند. رئیس سازمان ثبت احوال گفته: موضوعاتی که طی چندماه اخیر با آن مواجه بودیم گلابه‌هایی از سسوی برخی هموطنان بوده که عنوان کردند طی این سال‌ها فاقد شناسنامه و کارت شناسایی هستند و این در حالی است که آنها مدعی‌اند که ایرانی هستند اما به‌دلیل نداشتن شناسنامه و کارت ملی از دریافت تسهیلات دولتی بی‌بهره بوده‌اند که در همین زمینه صدور کارت شناسایی موقت تا رسیدگی به پرونده این افراد کار قابل تقدیری است. باید بگویم این مشکل پس از گذشت ده‌ها سال با ورود سازمان ثبت احوال حل و فصل خواهد شد تا این عزیزان نیز تگرانی در باب ارائه دریافت خدمات نداشته باشند و پس از بررسی دقیق از سسوی سازمان ثبت احوال برای آنها شناسنامه صادر خواهد شد.

مستأجران خانه‌دار می‌شوند

یک خبر خوب هم به مستأجران تهرانی بدهیم؛ رئیس ستاد توانمندسازی محلات کم‌برخوردار سا تأکید بر خدمت‌رسانی به اقشار ضعیف جامعه گفت: در طرح مسکن ملی تلاش داریم مستأجران تهرانی را صاحب خانه کنیم.

همانطور که می‌دانید همه مستأجران در محلات ۱۵۷گانه شهر تهران و ۹۰گانه شهرستان‌های تهران می‌توانند با مراجعه به پایگاه طرح ملی مسکن ثبت‌نام کنند. طرح ملی مسکن که مدتی است راه‌اندازی شده، سعی دارد از تعداد مستأجران بکاهد و آنهایی که آرزوی خانه‌دار شدن دارند را به آرزویشان برساند. هم‌اکنون ۲ طرح مسکن ملی و نهضت مسکن در فاز ثبت نام و اجرا قرار دارد و قرار است مسکن اززان قیمت به افرادی که دارای ملک یا سند مسکونی نیستند، تعلق گیرد. مسکن ملی در ۵ فاز به کمک آورده متقاضیان و وامی که توسط دولت پرداخت خواهد شد، اجرا می‌شود. این طرح تاکنون پیشرفت زیادی داشته و تعدادی از خانه‌های آماده شده هم به متقاضیان تعلق گرفته‌است. اگر شما هم جزو مستأجران تهرانی هستید، تعلل نکنید و هر چه زودتر در این طرح ثبت‌نام کنید تا در آینده نزدیک خانه دار شوید.

خبر خوب برای مادران دانشجو

این خبر مهم بزرگی بر دل نگرانی و اضطراب دانشجویانی است که قصد دارند مادر شوند یا فرزندان زیر ۳سال دارند اما سختی درس خواندن در کنار مراقبت از فرزندان باعث می‌شد که با مادر شدن را انتخاب کنند یا

ادامه تحصیل را. برخی هم سختی آن را به جان می‌خریدند و به هر زحمتی بود هر دو را بدون لذت بردن فقط می‌گذراندند. اما خبر خوبی اینکه براساس بخشنامه جدید دانشگاه‌ها باید با تقاضای کتبی دانشجویان مادر باردار برای مرخصی یک نیمسال تحصیلی قبل از زایمان بدون احتساب در سنوات تحصیلی و تقاضای مرخصی دانشجویان مادر دارای فرزند زیر ۲سال، حداکثر تا ۴نیمسال تحصیلی بدون احتساب در سنوات تحصیلی موافقت کنند. همچنین دانشگاه‌ها مکلف شدند با تقاضای دانشجویان مادر باردار یا دارای فرزند زیر ۲سال جهت مهمانی، حداکثر ۴نیمسال تحصیلی به مؤسسه آموزش عالی هم‌سطح یا پایین‌تر مورد تقاضا، موافقت کنند. در این بخشنامه امکان آموزش غیر حضوری برای دانشجویان مادر پیش‌بینی شده است و براساس آن، دانشگاه با تقاضای دانشجویان مادر باردار یا دارای فرزند زیر ۳سال جهت آموزش مجازی یا غیر حضوری برای گذراندن واحدهای دروس نظری دوره تحصیل موافقت کنند. براساس این بخشنامه، تمامی دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی مکلف به ایجاد، گسترش و تقویت رشته‌های تحصیلی متناسب با نیازها زن در خانواده و نقش خانواده و زن براساس فرهنگ اسلامی – ایرانی، از قبیل مدیریت خانه و خانواده هستند.

هزینه رایگان سفر کودکان بیمار

یکی از مشکلات خانواده‌های بی‌بضاعت در شهرستان‌ها که کودک بیمار دارند، نداشتن هزینه سفر به تهران برای درمان است. از همین رو، اداره کل سازمان‌های مردم‌نهاد و خیرین سلامت وزارت بهداشت، تصمیم گرفت

با همکاری مؤسسه خیریه، از این قبیل خانواده‌ها حمایت مالی انجام دهد. «شهره سادات میرباقری» سرپرست اداره مددکاری اجتماعی معاونت درمان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی در این باره می‌گوید: «با تلاش اداره مددکاری اجتماعی امکان استفاده از سفرهای درمانی رایگان برای کودکان ساکن شهرستان که برای درمان به مراکز درمانی تهران مراجعه کردند با همکاری مؤسسه خیریه فراهم شده است.»

به‌گفته خانم میرباقری، خدمات خیریه شامل تهیه بلیت هواپیما، قطار و اتوبوس از محل زندگی بیمار به بیمارستان تحت درمان و بالعکس و رزرو هتل و اقامتگاه است که هزینه این خدمات با مشارکت شرکت‌های فعال در حوزه صنعت سفر تأمین می‌شود. در این فرایند پس از درخواست ارائه شده از سوی واحد مددکاری بیمارستان‌ها، برای بیمار و یک نفر همراه وی بلیت هواپیما، قطار یا اتوبوس تهیه می‌شود. البته در صورت و خاصت حال بیمار و توصیه پزشک، مؤسسه خیریه به خود را متعهد به تأمین سفر هوایی برای بیمار می‌داند.