

## پلیس به دنبال کشف راز قتل خانم معلم

**نسل فردا:**زن جوانی با پلیس تماس گرفت و گفت:همسایه‌امان خانم معلم ۵۲ساله‌ای است که بشدت منظم ووقت‌شناس است.او هر شب سر ساعت کیسه زباله‌هایش را بیرون خانه می‌گذارد و هر روز صبح هم سر ساعت برای خرید نان از خانه خارج می‌شود.خانم معلم به‌تن‌هایی زندگی می‌کند و هروقت هم که قصد مسافرت داشته باشد به همسایه‌ها خبر می‌دهد.اما چند روزی است که او نردیدام و از او خبری نیست، امروز هم چند نفر از همکارانش به خانه آمدند و مدعی هستند اوسر کار کم هم نرفته‌است.بدنبال این تماس، پلیس وارد خانه خانم معلم شده و با جسدوی در حمام‌خانه‌ش در حالی مواجه‌شد که روی سرش آثار شکستگی وروی زمین لکه‌های خون دیده می‌شد.برای بررسی علت اصلی مرگ و تحقیقات‌بیشتر جسد به پزشکی قانونی منتقل گردید.

## جامعه Society

NasleFarda.net

naslefordanews

naslfarda

## خبر

## خطر انقراض در کمین بیش از ۷۰ گونه جانوری

حوره به محزونیه / گروه جامعه

news@nasleforda.net

مدیر کل دفتر مدیریت و حفاظت حیات وحش سازمان محیط زیست گفت:در بین مهره داران حیات وحش حدود ۷۶ گونه جانوری وجود دارند که در معرض خطر انقراض هستند.
غلامرضا ابدالی اظهار کرد: ما حدود هزار و ۳۰۰ مهره دار در محیط زیست داریم.وظیفهٔ حفاظت از محیط زیست کشور به عهده دو معاونت در سطح محیط زیستی است که متولی این ماجرا هستند. یکی معاونت محیط‌زیستی و دیگری معاونت دریایی و تالابها است. وی گفت: قطعا در بین مهره داران حیات وحش حدود ۷۶ گونه جانوری وجود دارند که در معرض خطر تهدید هستند. برای این ۷۶ گونه ۲۲ برنامه عمل داریم که تدوین شده اند و در مرحله اجرا هستند.در این برنامه‌ها سرشماری و حفاظت، بررسی بیماری‌ها و معرفی مجدد به طبیعت اعمال شده است. این را باید بدانیم وظیفه ثابت سازمان محیط زیست محافظت از گونه‌ها در زیستگاه اصلی است.اما به ناچار برای جمعیت‌هایی که تعدادشان از یک حدی پایین می‌آید ما مجبوریم که سایت‌هایی برای حفاظت از تکثیر زن‌های آن‌ها ایجاد کنیم که شامل یوز، گوزن ایرانی و گاندو می شود. امیدواریم بتوانیم گونه‌ها را در زیستگاه‌ها هایشان حفظ کنیم و این تنوع زیست محیطی شو را به آیندگان معرفی کنیم.مدیر کل دفتر مدیریت و حفاظت حیات وحش سازمان محیط زیست در ادامه تصریح کرد:یکی از تهدیدهای اصلی در محیط زیست این است که زن‌های مهم و اصلی کشور با تهدید روبه روی می‌شوند.زیرا اثر همین تخریب زیستگاه‌ها بوده‌است که موجب می‌شود گونه‌ها زین پرود ۱۰ درصد بماند که شامل شیر و ببر می شود.راز دست داریم.در حال حاضر یوز و گوزن گونه‌هایی هستند که در معرض خطرند.اگر ما تمهیدات لازم را برای این گونه‌ها در نظر نداشته باشیم قطعاً این حیوانات هم از بین خواهند رفت.

## شهر کودک و نوجوان احداث می شود

مریم یادگاری / گروه جامعه

news@nasleforda.net

مدیر عامل کانون پرورش فکری کود کان و نوجوانان گفت: با تصویب مجلس، این کانون متکلف به ایجاد شهرهای کودک و نوجوان توسط بخش غیردولتی شده است؛ این شهر شامل بخشهای مختلفی اعم از شهر بازی، سینما، فروشگاه، باغ ایرانی، بازی و کتابخانه حدود استفاده تمامی کودکان و نوجوانان زیر ۱۸ سال می شود.
حامد علامتی با بیان اینکه در برنامه هفتم پیشنهادهای ایجاد شهر کودک و نوجوان را داده بودیم.و نمایندگان مجلس نیز با آن موافقت و تصویب کردند.اظهار کرد: برای ایجاد این شهرها باید زمین لازم را از وزارت راه و شهر سازی و شهرداری‌ها دریافت و نهایتا با استفاده از ظرفیت بخش غیردولتی، شهرهای کودک و نوجوان را در سطح کشور ایجاد کنیم.وی با تاکید بر اینکه اولویت ما ایجاد شهرهای کودک و نوجوان در مناطق محروم و کمتر توسعه یافته است.تصریح کرد: این پیشنهاد ما هم اکنون در مجلس شورای اسلامی به تصویب رسیده است اما باید منتظر باشیم تا قانون برنامه هفتم توسعه ابلاغ شود و پس از آن ما سه ماه فرصت داریم تا این نامه و ضوابط اجرایی برای ایجاد این شهرهای کودک و نوجوان را نوشته و تقدیم هیات وزیران کنیم.علامتی توضیح داد: پیش‌بینی ما این است که پس از تصویب این نامه اجرایی این امر، از سال آینده امکان سنجی ایجاد شهرهای کودک و نوجوان انجام گیرد و نقاط مختلف شناسایی شود. کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان برای ایجاد شهرهای کودک و نوجوان مصمم است اما اجرای آن به همکاری استان‌ها نیز بستگی دارد که تاچه اندازه همکاری کرده‌وزمین در اختیار مافزار دهند.به گفته مدیر عامل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان برای ایجاد شهرهای کودک و نوجوان زمین‌های بزرگ چند ده هکتاری نیاز است.وی با تاکید بر اینکه فقط مسئولیت هدایت و نظارت بر اجرای این امر بر عهده کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان است و بخش غیردولتی خودش متکلف اجرای این کار است، بیان کرد: در فرآیند ایجاد شهر کودک و نوجوان هیچ هزینه‌ای به‌دولت تحمیل نمی‌شود.

## از امروز هوا بارانی می شود

**نسل فردا:** رئیس مرکز ملی پیش‌بینی و مدیریت بحران مخاطرات وضع هوا از بارش پراکنده باران در برخی نقاط کشور از امروز خبر داد.صادق ضیاییان اعلام کرد امروز در شرق و جنوب شرق کشور و استانهای هرمزگان، جنوب فارس و بوشهر رگبار و رعد و برق پیش‌بینی می‌شود.علاوه بر این با گذر موج تراز میانی جواز نوار شمالی کشور در مناطقی از شمال غرب استان‌های ساحلی دریای خزر و همچنین در استان کرمانشاه و لرستان ایرناکی و بارش باران گاهی همراه با رعد و برق و وزش باد همراه با کاهش نسبی دماخ می‌دهد. در دامنه‌های جنوبی البرز و شمال شرق کشور نیز وزش باد پدیدبه حاکم می‌باشد. شرق خلیج فارس و تنگه هرمز و دریای خزر نیز موج و متاعطم خواهند بود. امروز در نوار شرقی کشور و شمال و شرق هرمزگان بارش پراکنده و احتمال رعد و برق و وزش باد و کاهش نسبی دما وجود دارد.

## نسل فردا

شنبه ۲۷ آبان ۱۴۰۲

سال سی و سوم | شماره ۷۲۲۰

۱۸ نوامبر ۲۰۲۳ | ۰۴ جمادی الاول ۱۴۴۵



کمتری ایجدامی کندطباطبایی گفت: این در حالی است که آنفلوآنزای تونددر افرادی که بیماری زمینهای بانقص سیستم ایمنی دارند سبب عفونت ریه‌ای شود که منجر به تخریب بافت ریه، پنومونی نکروزان، تجمع چرک در فضای جنب (ذات‌الجنب) و ... می‌شود و اکثرًا در بیمارستان‌ها بیماری‌های این علامت‌بستری هستند.

**ماسک زدن در این شرایط به شدت توصیه می‌شود**

وی با تاکید بر اهمیت رعایت نکات بهداشتی، تصریح کرد: بویژه کسانی که مبتلا می‌شوند نباید در مجامع حضور یابند چون راهی برای انتقال بیماری به سایرین می‌شوند. ماسک زدن در این شرایط به شدت توصیه می‌شود.اینها در علم‌نتوانسته‌این موضوع را ثابت کند می‌شود.این فلوشیپ بیماری‌های ریه با اشاره به ابعالی که برخی می‌گویند زدن ماسک سبب تنگی نفس می‌شود.اظهار کرد: علم‌نتوانسته‌این موضوع را ثابت کند چون از نظر انتقال اکسیژن به ریه، وجود ماسک مشکلی ایجاد نمی‌کند، مگر اینکه فرد ماسکی بزند که از ورود و خروج هوا جلوگیری کند که این نوع ماسک هم عموما در دسترس همه افراد نیست. از طرفی اینکه بگویند ماسک زدن سبب می‌شود سردرد بگیرند به نظر می‌رسد مسائل روانی باشدوی افزود: برخی از آنتر و ویروس‌ها در فصل پاییز علامت‌گوارشی ایجدامی کنندهرچند که ابتلا به کرونا و آنفلوآنزای هم می‌تواند علامت‌گوارشی در کنار علامت تنفسی داشته باشند. با این حال آنتر و ویروس‌ها و روتا و ویروس تمایل بیشتری به ایجاد مشکل در دستگاه گوارش دارند. با اینکه مشکلات گوارشی هم وجود دارد اما به اندازه و ویروس‌های تنفسی نیست.

**امسال پوشش واکسن آنفلوآنزا خیلی کامل نبوده‌است**

تاثیر روند سالمندی بر صندوق‌های بازنشستگی؛

# آیا پیری جمعیت مصارف صندوق‌های بازنشستگی را افزایش می‌دهد؟



بیمه‌پردازان به صندوق‌های بازنشستگی نیز کاهش می‌یابد و در نهایت میزان منابع وصولی صندوق‌های نیز روند کاهشی پیدا خواهد کرد.

**کاهش ضریب پشتیبانی با افزایش جمعیت سالمندان**

با توجه به اینکه ضریب پشتیبانی بیانگر نسبت تعداد بیمه‌پردازان به مستمری‌بگیران صندوق‌های بازنشستگی محسوب می‌شود، در حالت مطلوب بین پنج تا هفت حداقل این نسبت برای جلوگیری از ورشکستگی صندوق‌ها عدد سه است. اما اکنون سازمان تأمین اجتماعی به عنوان بزرگ‌ترین سازمان بیمه‌ای کشور براساس داده‌های وجود ۱۵ میلیون و ۳۰۰ هزار بیمه‌شده اصلی و چهار میلیون و ۲۰۰ هزار مستمری‌بگیر دارد و نسبت پشتیبانی این سازمان ۴.۲ است.

صندوق بازنشستگی کشوری نیز با حدود ۹۳۰ هزار بیمه‌شده اصلی با کسورپرداز یک میلیون و ۷۰۰ هزار بازنشسته‌داری نسبت پشتیبانی حدود نیم ۵.۰ است. نسبت پشتیبانی در تأمین اجتماعی نیز وهای مسلح ۰.۸۲ است که اکنون بخش عمده هزینه‌ها و تعهدات صندوق بازنشستگی کشوری و تأمین اجتماعی نیروهای مسلح برای ایفای تعهدات در قبال بازنشستگان و مستمری‌بگیران از بودجه عمومی دولت پرداخت می‌شود. همه این موضوعات نشان می‌دهد که باید برای جلوگیری از افزایش مصارف، به فکر تأمین منابع پایدار برای این صندوق‌های بیمه‌ای بود.

افزایش شمار سالمندان، باعث رشد بازنشستگان و مستمری‌بگیران در صندوق‌های بیمه‌ای می‌شود و اکنون بازنشستگی‌های پیش از موعد مزید بر علت شده که میزان مصارف این نهادهای بیمه‌گر بر منابع آنها پیشی گرفته است، بر اساس داده‌های

وی ادامه داد: مدل دیگر تأمین اجتماعی تحت عنوان «**DB**» در این مدل براساس مزایای تعریف شده فرد از آورده خود بهره‌مند می‌شود که در این مدل این مدل استفاده می‌شود. در این مدل آفت جان صندوق‌ها بازنشستگی همان موضوع سالمندی است.

وی اظهار داشت: همه کارشناسان و متخصصان خبره تأمین اجتماعی دنیا، اولین آفت برای صندوق‌های بازنشستگی را موضوع سالمندی می‌دانند. بنابراین این صندوق‌ها و سازمان‌هایی همچون تأمین اجتماعی با این سیستم باید یک صندوق بزرگی را تشکیل دهند که هر فردی صرفا به دلیل عضویت در آن صندوق و فارغ از آورده، مشمول یکسری مزایای تعریف شده شود.

**قانون تأمین اجتماعی از سال ۱۳۵۴ تاکنون بازنگری نشده‌است**

زادافرود: در ایران از زمان تاسیس تأمین اجتماعی، در ۲۵ تیر سال ۱۳۵۴ تاکنون این قانون تصویب و با مدل «**DB**» الهام گرفته‌از فرانسه در حال اجرا است، آن زمان سن امید به زندگی ۵۹ سال بوده است یعنی با تحلیل کارشناسی زمانی که موجب نترازی در منابع و مصارف آنها شده است که در تأمین اجتماعی به واسطه تأمین ۸۶ درصد منابع از محل وصول حق بیمه و ۶ درصد از سرمایه‌گذاری‌ها در شستا تا حدودی در تأمین منابع ۴۶۰ هزار میلیارد تومانی برای ایفای تعهدات خود در طول سال گذشته مشکلات کمتری را شاهد بوده‌ام. در صندوق بازنشستگی هنوز ۹۰ درصد منابع آن از طریق دولت پرداخت می‌شود.

۲ مدل تأمین اجتماعی در دنیا وجود دارد با توجه به اینکه رشد تعداد سالمندان بر روند اجرایی صندوق‌های بازنشستگی تاثیر دارد، به همین منظور محمدحسن زدا کارشناس بیمه‌های اجتماعی و مدیر عامل اسبق سازمان تأمین اجتماعی درباره تاثیر سالمندی بر صندوق‌ها و سازمان‌های بیمه‌گر در گفت و گو با خبرنگار اجتماعی ایرنا گفت: در دنیا ۲ مدل تأمین اجتماعی تحت عنوان «**DC**» و دیگری «**DB**» است که در سیستم «**DC**» به این شیوه است که هر فرد به هر میزان آورده داشته باشد به همان میزان هم سهم خواهد داشت و در این سیستم سالمندی تاثیر چندانی روی آن نخواهد داشت. اکنون در دنیا تنها چند کشور این مدل تأمین اجتماعی استفاده می‌کنند.

## یافته‌ها

## بستنی و تسکین گلو درد؟!



پرسا جمعی / گروه بین‌الملل

daryavafaei2009@gmail.com

ممکن است بستنی بتواند به تسکین گلو درد کمک کند، اما خوردن قند زیاد می‌تواند باعث تشدید علائم شود.

وقتی گلویتان درد می‌کند ممکن است بخواید برای تسکین درد تان بستنی بخورید، اما سوال اینجاست که آیا واقعا بستنی به کاهش علائم کمک می‌کند یا باعث تشدید می‌شود؟ در ادامه توضیح خواهیم داد. با ما همراه باشید.

**بستنی برای تسکین گلو درد مفیداست؟**

بستنی به دلیل سرد بودن و ایجاد احساس خنکی در گلو ممکن است باعث تسکین موقتی درد گلو شود. اما تسکین ناشی از خوردن بستنی کوتاه مدت است و به دلیل محتوای قند زیاد در برخی از انواع بستنی می‌تواند باعث افزایش التهاب، کاهش ایمنی و بدتر شدن حال شما شود. اما خوشبختانه بستنی‌هایی که حاوی قند کمی هستند ممکن است بتوانند باعث تسکین طولانی مدت و کاهش علائم شوند.

**قند باعث تشدید گلو درد می‌شود؟**

طبق نتایج حاصل از تحقیقات انجام شده، قند برای سیستم ایمنی بدن مضر است، چرا که منجر به التهاب و تضعیف توانایی بدن برای مبارزه با عفونت‌ها می‌شود.

میزان قند زیاد در بدن باعث کاهش اثربخشی گلبول‌های سفید شده که نقش آنها دفاع از بدن در برابر بیماری‌ها می‌باشد. زمانی که این ویروس با باکتری باعث گلودرد شده باشد، سیستم ایمنی بدن ضعیف می‌کند.

**چه نوع بستنی‌هایی برای گلو درد خوب هستند؟**

برای تسکین گلو درد می‌خواهید بستنی بخورید؟ باید برخی از انواع خاص بستنی را انتخاب کنید، از جمله:
- بستنی با قند کم: قند زیاد باعث افزایش التهاب و تشدید گلو درد می‌شود. بهترین انتخاب مصرف بستنی‌های کم قند یا بدون قند است که به تسکین گلو درد کمک می‌کند.

- بستنی بدون لبنیات: افرادی که به لبنیات آلرژی دارند فشار بیشتری را روی سیستم ایمنی خود متحمل می‌شوند. اینجور مواقع بهترین گزینه مصرف بستنی بدون لبنیات از جمله بستنی‌های تهیه شده با شیر نازگیل یا شیر بادام می‌باشد. در نتیجه افرادی که به لبنیات حساسیت دارند بدون هیچ مشکلی می‌توانند گلو درد خود را تسکین دهند.

- سورت‌های میوه‌ای (دسر یخ زده میوه‌ای):

دسرهای میوه‌ای یخ زده چربی بسیار کمی دارند و فاقد لبنیات می‌باشند، و گزینه‌ای عالی برای گلودرد هستند. این نوع دسر از میوه تشکیل شده و حاوی ویتامین‌ها و آنتی‌اکسیدان‌های ضروری می‌باشد. اما این نوع دسر معمولا حاوی قند بالایی است، پس باید به دنبال گزینه‌های کم قند باشید.

- بستنی‌هایی که بافت نرم دارند: بستنی‌هایی که بافت نرم دارند باعث نرم شدن و تسکین درد می‌شوند. اما محتوای ترد و سفت باعث تحریک و خراش گلو و تشدید علائم می‌شوند.

**بستنی برای ورم لوزه مفید است؟**

بستنی به دلیل بافت خامه‌ای می‌تواند تا حدودی ورم لوزه را کاهش دهد. خوراکی‌های نرم و خنک می‌توانند تا حدودی درد گلو و لوزه را به طور موقت تسکین دهند. برای افرادی که عمل لوزه انجام داده‌اند نیز بستنی گزینه عالی برای تسکین درد است.

**برای تسکین گلو درد خوراکی‌های گرم بخوریم یا سرد؟**

هم غذاهای گرم (نه خیلی داغ) و هم خوراکی‌های سرد می‌توانند به تسکین گلو درد در افراد کمک کنند، افراد با روش‌های مختلف تسکین پیدا می‌کنند. برخی ممکن است ترجیح دهند برای تسکین گلو درد بستنی سرد بخورند و برخی ترجیح می‌دهند نوشیدنی گرم بخورند.

**سخن پایانی**

بستنی به دلیل بافت سردش می‌تواند باعث تسکین موقتی درد گلو شود. اما به دلیل محتوای قند زیاد می‌تواند باعث تشدید علائم و التهاب شود. بهترین گزینه انتخاب بستنی‌هایی با قند کم و بدون لبنیات مانند بستنی بر پایه شیر نازگیل می‌باشد (به خصوص در افرادی که نسبت به لبنیات حساسیت دارند).