روزنامه فرهنگی - اجتماعی صبح ایران
صاحب‌امتیاز: سازمان صداوسیمای جمهوری اسلامی ایران
مدیر مسئول: یوسف قوچانی غروی

جام جم

سه‌شنبه ۳۰ بهمن ۱۴۰۳ | ۱۹ شعبان ۱۴۴۶
۲۰ صفحه | سال بیست‌وپنجم - شماره ۶۹۸۵
Tuesday | February 18| 2025

تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۱۲۹ تلفن: ۲۳۰۰۴۰۰۰-۰۲۱
دورنگار تحریریه: ۲۳۰۰۴۴۳۳ سازمان توزیع: ۶۱۹۳۳۰۰۰ کدپستی: ۱۹۱۱۶۱۸۴۱۳
امور مشترکین: ۶۱۹۳۳۱۱۴ سازمان آگهی‌ها: ۴۹۱۰۵۰۰۰ شماره پیامک: ۳۰۰۰۱۱۲۴۰

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

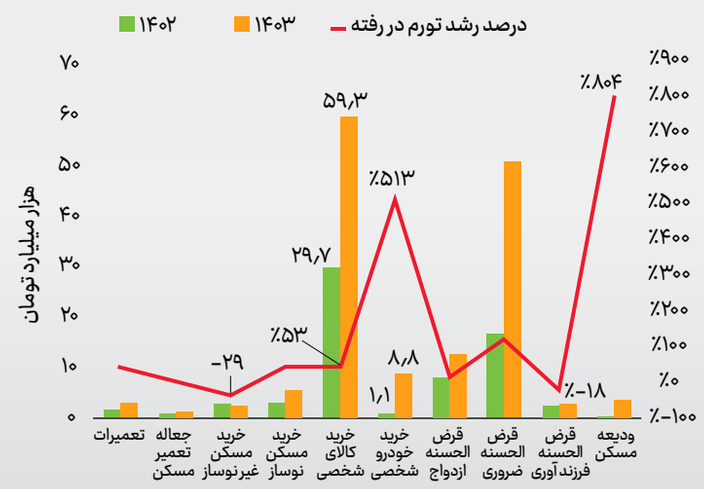
پایگاه اطلاع‌رسانی روزنامه: www.jamejamdaily.ir
پست الکترونیکی: info@jamejamdaily.ir

زندگی در مدار وام

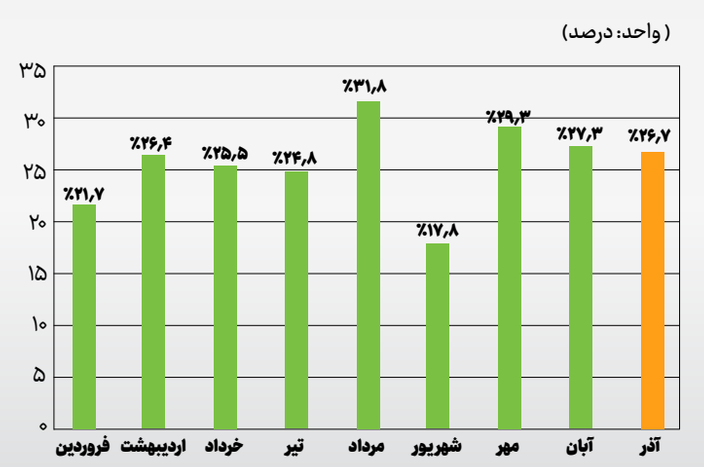
با وجود همکاری ناکافی برخی بانک‌ها، آمارها نشان می‌دهد مردم بیشتر وام گرفته‌اند

زندگی با وام دیگر تبدیل به یک نوع سبک زندگی شده است. کمتر کسی را میان جامعه پیرامونی‌مان می‌توانیم پیدا کنیم که تابه‌حال وام نگرفته باشد. برخی از آن با عنوان «رفاه کاذب» یاد می‌کنند و بسیاری هم هستند که معتقدند اساسا نمی‌توان بدون تسهیلات بانکی یا آن‌طور که مصطلح مردم است «وام» زندگی را پیش برد. نوسانات ارزی هم این موضوع را تشدید کرده است اما سوی دیگر این ماجرا هم بانک‌هایی هستند که قرار است این تسهیلات را پرداخت کنند؛ چراکه هرچه می‌گذرد، آنها رغبت کمتری برای پرداخت وام دارند. چراکه همان نوسانات ارزی باعث شده آنها سرمایه‌های‌شان (سرمایه‌های مردم) را در حوزه‌های دیگری به کار ببندند تا سود بیشتری کسب کنند! کمبود منابع بانکی، تقریبا همین حالا هم باعث شده بانک‌ها در اعطای وام سختگیری و بسیاری از درخواست‌ها را رد کنند. سود بالای وام‌ها، که گاهی تا ۲۳ درصد می‌رسد، هزینه‌های مالی زیادی را به مشتریان تحمیل می‌کند. اگرچه میزان سود وام همچنان از نرخ تورم عقب‌تر است، روند طولانی دریافت وام سختگیری‌های مربوط به بررسی دقیق رتبه اعتباری و شروط پذیرش وثیقه، کار را سخت می‌کند. اقساط وام نیز به دلیل نرخ سود بالا و مدت بازپرداخت کوتاه، در بعضی مواقع غیرمنطقی است و فشار مالی زیادی به وام‌گیرنده وارد می‌کند. حتی اگر از هفت‌خان دریافت وام به سلامت عبور کنید، با مسأله کاهش توان خرید وام‌ها روبه‌رو خواهید شد. درنهایت، طولانی بودن زمان بازپرداخت وام، با وجود کاهش ارزش پول در طول زمان، ریسک ناتوانی در بازپرداخت وام را افزایش می‌دهد و می‌تواند برای وام‌گیرنده طاقت‌فرسا باشد اما هرچقدر هم که بانک‌ها از همکاری برای پرداخت وام خودداری کنند، آمار وام‌های اعطاشده نشان از افزایش معنادار پرداخت آن دارد. افزایش تورم و نوسانات ارزی باعث شده بسیاری با دریافت وام و تبدیل آن به کالاهای دیگر به نوعی به حفظ ارزش سرمایه خود بپردازند. تا حداقل ارزش سرمایه آنها با تورم و نوسانات ارزی کاهش پیدا نکند. آمار بانک مرکزی از وضعیت وام‌های پرداختی نظام بانکی نشان می‌دهد که تسهیلات پرداختی بانک‌ها طی هفت‌ماهه ابتدای سال ۱۴۰۳ مبلغ ۳/۷ همت بوده که در مقایسه با دوره مشابه سال قبل مبلغ ۷/۱ همت (معادل ۲۴/۱ درصد) افزایش داشته است. از کل تسهیلات پرداختی، مبلغ ۲/۸ همت، معادل ۷۷ درصد به صاحبان کسب و کار (حقوقی و غیرحقوقی) و ۸/۴ همت، معادل ۲۳ درصد به مصرفکنندگان نهایی (خانوار) تعلق گرفته است.

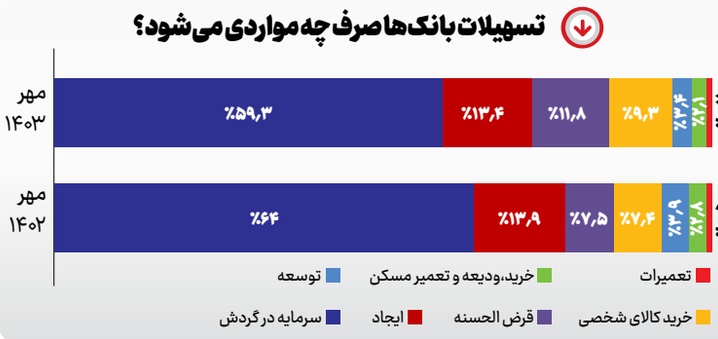
کارنامه دوماهه وام‌های بانکی به خانوارها



سهم تسهیلات خرد از کل تسهیلات پرداختی بانک‌ها در سال ۱۴۰۳



تسهیلات بانک‌ها صرف چه مواردی می‌شود؟



امروز در تاریخ

- همه‌گیری رسمی کووید-۱۹ در ایران/۱۳۹۸
- زادروز مهرداد صدیقیان، بازیگر/۱۳۶۷

اوقات شرعی

اذان ظهر: ۱۲:۱۸	نیمه شب شرعی: ۲۳:۳۶
غروب آفتاب: ۱۷:۴۹	اذان صبح فردا: ۰۵:۲۳
اذان مغرب: ۱۸:۰۸	طلوع خورشید فردا: ۰۶:۴۷

حکمت

امام باقر(ع): نزدیک‌ترین و سریع‌ترین طاعت در ثواب، پیوند با خویشان است./بحارالانوار

واحه

ای باد صبح بستان پیغام وصل جانان
می‌رو که خوش نسیمی، می‌دم که خوش عبیری/سعدی

شمیم رحمت

- پیامبر اکرم (ص)

باکسی جز مؤمن، همنشینی مکن / کنزالعمال

مشق عشق

- وصیت‌نامه شهید منصور کشاورزمحمدیان

برادران و خواهران! امروز جمهوری اسلامی، ودیعه‌ای است که به ما سپرده شده و وظیفه ما حفظ و نگهداری از آن است.

نکته روز

چُرت مرغوب سرکار!

چرت نیم‌روزی در برخی نقاط جهان عادتی فرهنگی و مرسوم است اما آیا می‌تواند روز کاری را متحول کند و اساسا فوایدی برای سلامت دارد؟ یافته‌های چند پژوهش نشان داده که چرت زدن می‌تواند فوایدی مانند تقویت حافظه و افزایش تمرکز به‌همراه داشته باشد. در بخش‌هایی از اسپانیا و ایتالیا، چرت بعدازظهر عادتی رایج است و در چین و ژاپن، به افراد توصیه می‌شود از خواب نیم‌روزی غافل نشوند. خواب به اندازه برنامه غذایی و ورزش برای سلامت مهم است اما بسیاری از افراد به اندازه کافی نمی‌خوابند.

به گفته کارشناسان، بخش زیادی از این مشکل به وسایل الکترونیک مربوط می‌شود، پیشتر تلویزیون عامل اصلی بود و اکنون تلفن‌های همراه. کلید خواب کوتاه موثر و مفید این است که کوتاه باشد، چرت‌های کوتاه انرژی‌بخش است و احتمال بیشتری دارد که شما را هوشیارتر نگه دارد.

کارشناسان توصیه می‌کنند که چرت بین ۱۵ تا ۲۰ دقیقه باشد؛ زیرا چرت طولانی‌تر فرد را دچار رخوت خواب می‌کند، یعنی بیدار شدن دشوار می‌شود و احساس گیجی و سنگینی می‌کنید. بعدازظهر بهترین زمان برای چرت زدن است، زیرا با افت طبیعی ریتم شبانه‌روزی بدن هم‌زمان می‌شود.

در مقابل، چرت زدن بعد از ساعت ۶ عصر ممکن است خواب شبانه را مختل کند، مخصوصا برای کسانی که در طول روز کار می‌کنند. در برخی مشاغل، چرت زدن امری پذیرفتنی و حتی ضروری است. برای مثال به پرستارانی که در شیفت شب کار می‌کنند، توصیه می‌شود در طول روز چرت بزنند اما بسیاری از پرستاران به‌دلیل مشغله و نبود تخت‌های مخصوص استراحت، نمی‌توانند در بیمارستان محل کارشان بخوابند. برخی شرکت‌ها در تلاش هستند این کمبود را جبران کنند، مانند شرکت نپ یورک که در منهتن و کوبینز اتاقک‌های خواب را ساعتی اجاره می‌دهد.

پیشخوان

احترام به زندگی

درباره «بیشتر عمر کنیم»
علم و هنر افزایش طول عمر

نویسنده: پیتر عطیه
مترجم: شیرین احمدی
نشر: نو
سال انتشار: ۱۴۰۳

پزشکی مدرن، به‌رغم تمام موفقیت‌هایش، در مواجهه با بیماری‌های دوران پیری، پیشرفت چندانی نداشته است. بسیاری از مواقع مداخلات درمانی خیلی دیرهنگام صورت می‌گیرند و نتیجه به تعویق انداختن مرگ است، به بهای افزودن دوره‌ای سرشار از درد و رنج به زندگی. عطیه در این کتابِ بسیار نوآورانه نشان می‌دهد که چرا برای تغییر این وضع ضروری است که تغییری اساسی در رویکردمان به سلامتی و درمان پدید آوریم. نویسنده در فصل اول، آخرین دستاوردهای علمی در زمینه عوامل تعیین‌کننده طول عمر را مرور می‌کند. او به تحقیقات انجام‌شده روی ژن‌ها، سبک زندگی، تغذیه و محیط اشاره کرده و توضیح می‌دهد که چگونه می‌توان با درک بهتر این عوامل، طول عمر بالقوه را افزایش داد. سپس در فصل‌های بعدی، به‌طور مفصل به مهم‌ترین عادت‌ها و رفتارهای تاثیرگذار بر سلامتی و طول عمر پرداخته می‌شود. موضوعاتی مانند تغذیه، ورزش، خواب، مدیریت استرس، روابط اجتماعی و سبک زندگی سالم بررسی شده است. نکته جالب کتاب این که پیتر عطیه نه‌تنها به یافته‌های علمی استناد می‌کند بلکه راهکارها و استراتژی‌های عملی برای پیاده‌سازی این دانش در زندگی روزمره را نیز ارائه می‌دهد.

درجهت عکس

عکس: خبرگزاری فرانسه

دختر مقاومت

هفته پیش بود که در حین آزادسازی اسرای اسرائیلی توسط اعضای حماس، یک عکس خاص منتشر شد؛ تصویری که در آن یک دختربچه در کنار مبارزین حماس به تصویر کشیده شده بود. حالا این دختر در سطح جهان به شهرت رسیده اما جالب اینجاست که هیچ‌کس نام او را نمی‌داند.

جهان

آتش‌بازی با ریز پرنده

- در این نمایش پیشرفته؛ هر ریزپرنده در آسمان شب با تبدیل شدن به پیکسلی نورانی، تصاویری خارق‌العاده در آسمان خلق می‌کند.

کیوآرکد را اسکن کنید

بین‌الملل

آمریکا دوباره هو شد

- سرود ملی آمریکا برای دومین بار پیاپی در ماه اخیر، قبل از شروع مسابقه هاکی، توسط تماشاچیان کانادایی هو شد!

کیوآرکد را اسکن کنید

ورزش

ارباب حلقه‌ها

- مک‌مک کلانگ، ستاره NBA، برای سومین سال پیاپی عنوان قهرمانی مسابقه اسلم دانک را از آن خود کرد.

کیوآرکد را اسکن کنید

حادثه

تصادف با قطار

- فیلم لحظه تصادف شدید قطار با کامیون حمل خاک که منجر به حادثه‌ای دلخراش در مسیر ریل راه‌آهن شد.

کیوآرکد را اسکن کنید

دوردنیا

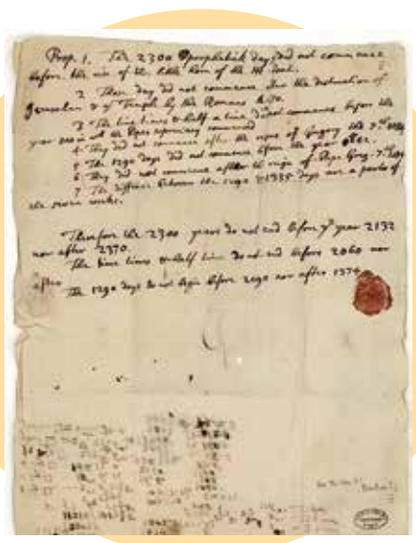
جهان رو به پایان است!

نگاهی به نوشته‌های نیوتن و پیش‌بینی‌هایش درباره آخرین سال حیات بشر

دانشمندان بسیاری در کنار کارهای پژوهشی خود سعی داشته‌اند به این پرسش که جهان چه زمانی به پایان می‌رسد پاسخ دهند. در این میان بسیاری از آنها سعی کرده‌اند استدلال‌های خود را مبنی بر داده‌های علمی بیان کنند و البته که در این میان بودند دانشمندانی که بر اساس متون مذهبی سعی داشته‌اند به این پاسخ برسند. اما آیزاک نیوتون یکی از آنهایی است که با تطبیق در هردو حوزه، سعی داشته به این سوال آخرالزمانی برسد.

سر آیزاک نیوتن، دانشمند برجسته‌ای که قوانین حرکت و جاذبه را مطرح کرد، پیش‌بینی کرده که جهان در سال ۲۰۶۰ به پایان خواهد رسید. او این پیش‌بینی را بیش از ۳۰۰ سال پیش، در بالای صفحه‌ای که شامل محاسبات ریاضی بود، نوشته بود. تحت‌تأثیر باورهای مذهبی‌اش، به‌ویژه تفسیر پروتستانی خود و وقایع تاریخی مرتبط، به این نتیجه رسیده بود که پایان جهان با نبرد «آرماگدون» همراه خواهد بود. این جنگ که در آخرین فصل کتاب مکاشفه به آن اشاره شده، تقابل نیروهای خیر به رهبری خدا، با نیروهای شر تحت فرمان پادشاهان زمین خواهد بود. نیوتن با استفاده از محاسبات ریاضی و بررسی تاریخ‌های ذکرشده، تلاش کرد که زمان دقیق این رخداد را تعیین کند. او روزهایی که در متن آمده بود را به عنوان سال در نظر گرفت و از این طریق به نتیجه رسید. او باور داشت که دوره‌ای ۱۲۶۰ ساله نشان‌دهنده فاصله زمانی انحراف کلیسا از مسیر اصلی است.

نیوتن برای مشخص کردن زمان آغاز این دوره، تاریخ‌های مختلف را بررسی کرد و به این نتیجه رسید که این روند از سال ۸۰۰ میلادی، یعنی زمان تأسیس امپراتوری مقدس روم آغاز شده است. او با اضافه کردن ۱۲۶۰ سال به این تاریخ، به سال ۲۰۶۰ میلادی رسید.

نیوتن در نامه‌ای که در سال ۱۷۰۴ نوشته، توضیح داده که «زمان، زمان‌ها و نصف زمان» برابر با ۴۲ ماه یا سه سال و نیم است که با محاسبه هر ماه ۳۰ روز و هر سال ۱۲ ماه به دست می‌آید. استیون دی. اسنوبلن، استاد تاریخ علم، توضیح داده که نیوتن برای این پیش‌بینی از محاسبات پیچیده ریاضی مانند حساب دیفرانسیل و انتگرال که خود ابداع کرده بود، استفاده نکرد بلکه از محاسبات ساده‌ای بهره برد که حتی یک کودک نیز می‌توانست انجام دهد. با این حال، نیوتن در مورد تعیین تاریخ‌های پیشگویی بسیار محتاط بود و نگران بود که اگر پیش‌بینی‌های انسانی اشتباه از آب درآید، اعتبار کتاب مقدس خدشه‌دار شود. او حتی نسبت به پیش‌بینی پایان جهان در سال ۲۰۶۰ تردید داشت و نوشت: «ممکن است دیرتر رخ دهد اما دلیلی نمی‌بینم که زودتر اتفاق بیفتد».

در نوشته‌ای دیگر که به سال ۲۰۶۰ اشاره دارد، نیوتن بیان کرده بود که هدفش از ذکر این تاریخ، «جلوگیری از حدس‌های عجولانه و بی‌پایه‌واساس» است، زیرا بسیاری از افراد با پیش‌بینی‌های اشتباه خود، باعث بی‌اعتبار شدن پیشگویی‌های دینی شده‌اند.