

شاخص کیفی هوای پایتخت صبح دیروز روی عدد ۵۸ قرار گرفته و کیفیت هوا با توجه به بارش باران و وزش باد، پس از چند روز آلودگی در شرایط سالم با همان قابل قبول است. بر اساس اعلام شرکت کنترل کیفیت هوای تهران، شاخص کیفی هوادر حالی قابل قبول است که در ۲۴ ساعت گذشته بر روی عدد۱۳۹دراشت و هواپرای گروه‌های سنی حساس جامعه آلوده و ناسالم بود. بر اساس اطلاعات موجود از ایستگاه‌های سنجش کیفیت هوای شهر تهران، اکنون چهار ایستگاه در وضعیت پاک قرار دارد ولی در سایر مناطق شرایط زرد است.

برخورد اتوبوس

با ساختمان مسکونی

انحراف اتوبوس شهری و ورود به پیاده‌رو و برخورد با ساختمان مسکونی در خیابان جمهوری پایتخت هفت مصدوم بر جای گذاشت. به گزارش اورژانس تهران، در ساعت ۷:۵۰ دقیقه صبح یکشنبه ۲۵ آذر، گزارش انحراف اتوبوس شهری به پیاده‌رو و برخورد با یک ساختمان در خیابان جمهوری صورت گرفته است. به مرکز ارتباطات اورژانس اعلام شد. با اعلام این حادثه، بلافاصله هفت دستگاه آمبولانس، ۲ دستگاه خودروی فرماندهی عملیات و یک دستگاه خودروی پشتیبانی عملیات به محل حادثه در خیابان جمهوری نرسیده به چهار راه اسکندری اعزام شدند. در این حادثه هفت نفر از مسافران اتوبوس مصدوم شده بودند که مصدومین پس از اقدامات اولیه توسط کارشناسان اورژانس به بیمارستان‌های امام خمینی (ره) و لقمان جهت ادامه درمان منتقل شدند.

امداد رسانی به بیش از ۳ هزار نفر

رئیس سازمان امداد و نجات از امداد رسانی به بیش از ۳ هزار نفر در ۱۵ استان به دلیل وقوع برف و کولاک خبر داد. به گزارش مهر، بابک محمودی، رئیس سازمان امداد و نجات هلال احمر گفت: در ۲۴ ساعت گذشته، ۱۵ استان آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی، اردبیل، اصفهان، تهران، چهارمحال و بختیاری، خراسان رضوی، خراسان شمالی، زنجان، سمنان، کردستان، کهگیلویه، گلستان، گیلان و مازندران متأثر از برف و کولاک بودند که سه هزار و ۴۰۷ نفر از هموطنانمان خدمات امداد و نجات را از امدادگران جمعیت هلال احمر دریافت کردند. گفتنی است، ۸۵ تیم عملیاتی جمعیت هلال احمر متشکل از ۳۲۶ امدادگر و نجارانگ به متاثرین تا این لحظه خدمات امدادی ارائه دادند.

حریق گسترده رستوران در فرحزاد

سختگوی سازمان آتش نشانی شهرداری تهران از حریق آلاچیق‌های یک باغ رستوران در محله فرحزاد خبر داد. جلال ملکی، سختگوی سازمان آتش نشانی شهرداری تهران در گفت‌وگو با مهر اظهار کرد: ساعت ۵:۳۶ صبح دیروز وقوع حریق در یک رستوران به آدرس بزرگراه یادگار امام (ره)، مسیر شمال به جنوب، نش خیابان فرحزاد به نیروهای آتش نشانی اطلاع داده می‌شود که بلافاصله نیروهای ۳ ایستگاه به محل حادثه اعزام می‌شوند. وی افزود: حادثه در آلاچیق‌های یک رستوران بود به طوری که ۸ آلاچیق گرفتار حریق و شعله‌وری آتش شده بود و حریق در حال انتقال به بخش آشپزخانه بود که آتش نشانان با اقدام به موقع مانع از سرایت آتش شده و در اسرع وقت حریق را اطفا و محل را ایمن سازی کردند. سختگوی سازمان آتش نشانی شهرداری تهران خاطر نشان کرد: ۱۶ کارگر در این رستوران حضور داشتند که به سلامت از محل منتقل شدند و خوشبختانه مصدومیت حاد و شدیدی نداشتیم. ملکی بیان داشت: علت حادثه اتصال برق در بخاری برقی بوده است.

ورود قوهای مهاجر به تالاب مهاباد

تالاب بین‌المللی کانی‌برازان مهاباد، بهشت پرندگان ایران میزان قوهای مهاجر شد. به گزارش ایلنا، رئیس اداره حفاظت محیط زیست شهرستان مهاباد گفت: کارشناسان این اداره در پایش‌های خود، دسته‌ای از قوهای فریادکش مهاجر در تالاب بین‌المللی کانی‌برازان این شهرستان مشاهده کردند. فاروق سلیمانی افزود: این قوهای مهاجر در ادامه مسیر کوچ خود به مناطق جنوبی و به منظور استراحت و تغذیه وارد این تالاب شده‌اند و پیش بینی می‌شود در روزهای آینده کوچ خود را ادامه دهند. تالاب بین‌المللی کانی‌برازان شهرستان مهاباد که در ۳۰ کیلومتری شمال مهاباد و در نزدیکی روستای قروداغ واقع شده است با بیش از ۹۰۰ هکتار مساحت، یکی از مهم‌ترین تالاب‌های اقماری جنوب دریاچه ارومیه و از باارزش‌ترین زیستگاه انواع پرندگان آبی و کنار آبی مهاجر بومی در شمال غرب کشور به شمار می‌رود.

«آرمان ملی» از روند افزایشی «چاقی» در کشور گزارش می‌دهد

تاثیر تلخ چاقی بر تن و روان



**آرمان ملی** – شفق محمدحسینی: فقیر و غنی نمی‌شناسد، یکی به دلیل تمکن بیش از حد به آن مبتلای می‌شود و دیگری به دلیل نداری. یکی آنقدر انواع گوشت و شکلات و مواد قندی و چربی را میل می‌کند که وزنش بالا می‌رود، اما دیگری که یخچال خالی اش با حقوق بخورونمیر، سهمی از گوشت و مرغ ندارد، حالا دیگر ماهی بیشکشا! مجبور است به همان سیب زمینی و ماکارونی و نان سنگین سفیدی اکتفا کند تا به اصطلاح فقط شکمش سیر شود، این دو گروه اما به یک میزان از اضافه وزن آسیب خواهند دید. از قدیم می‌گفتند، چاقی دلیل همه مرض‌هاست. تازه قدیم ما مردم به دلیل سبک زندگی پرتحرکی که داشتند، فعال‌تر بودند. اما امروز با توجه به تغییر سبک زندگی و استفاده بیشتر از تکنولوژی گرفته تا انجام اغلب فعالیت‌ها و مشاغل به صورت نشسته، برخی افراد که مستعد اضافه وزن هستند، با مشکلاتی روبه‌رو خواهند شد. به طوری که امروز هم کارشناسان تغذیه و هم وزارت بهداشت، از افزایش چاقی در ایرانی‌ها هشدار می‌دهند.

در همین زمینه، مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با بیان اینکه پدیده چاقی در کشور رو به افزایش است، گفت: با توجه به اینکه میزان چاقی در کشور بر مبنای «داده‌های سامانه‌های سطح یک» و «میزان چاقی و اضافه وزن در بزرگسالان بر مبنای یک جمعیت نمایانگر» به ترتیب حدود ۵۰ و ۶۵ درصد است، به دنبال تدوین «نقشه چاقی کشور» برای ۱۰ سال آینده هستیم. با توجه به این آمار می‌توان گفت که شاید نیازمند برنامه‌ای جامع‌تر در مقابله با روند افزایشی چاقی هستیم.

چاقی چندعاملی است

متأسفانه برخی خانواده‌ها از همان کودکی فرزندان‌شان را مجبور به خوردن بیش از حد غذایی‌کنند و همین امر زمینه‌ساز بسیاری بیماری‌ها در بزرگسالی برای آنها می‌شود. در همین راستا خدیجه رحمانی، استاد تغذیه در دانشگاه شهید بهشتی، درباره دلایل افزایش چاقی به «آرمان ملی» گفت: فاکتورهای زیادی بر چاقی موثر است. یکی از آنها تغذیه است. فاکتورهای محیطی مانند شرایط و سبک زندگی، تحرک و فعالیت، اینها بر بروز چاقی موثر است. امروزه با توجه به پیشرفت تکنولوژی و ابزارهایی که در دست افراد به ویژه کودکان است، نوع بازی‌های کودکان هم تغییر کرده است. بیشتر بازی‌های کودکان، در دهه‌های قبل بچه‌ها با هم بازی می‌کردند، تحرک و فعالیت داشتند و حتی همین تحرک و فعالیت، بخشی از شرایط رشد جسمی، ذهنی، اجتماعی، رفتاری آنها را هم تأمین می‌کرد. خیلی آموزه‌ها در این بازی‌های کودکان‌ها ای که بچه‌ها با هم داشتند، وجود داشت. ولی متأسفانه این مساله امروز وجود ندارد. بچه‌ها بیشتر با ابزار بازی می‌کنند. تنها هستند. تعداد بچه‌ها در منازل هم قبلاً بیشتر بود و بچه‌ها هم با هم بازی می‌کردند و هم با همکلاسی‌ها، حتی در خیابان و بچه‌های همسایه هم بازی می‌کردند. این شرایط کاملاً تغییر کرده است. خب اینها روی مصرف‌کاری بچه‌ها اثر دارد.

سبک زندگی کم تحرک

این استاد تغذیه با اشاره به تحرک کمتر در بزرگسالان و کودکان افزود: همان‌طور که تحرک بچه‌ها یا در بزرگسالان کمتری می‌شود، مصرف بدن از نظر میزان کالری دریافتی، کمتر می‌شود، در حالی که دریافتشان تفاوتی نمی‌کند. اگر بخواهیم یک برابری بین میزان دریافت و میزان مصرف انرژی در بدن برابری کنیم، این قضیه هم در کودکان وجود دارد و هم در بزرگسالان. در بزرگسالان هم نوع زندگی‌ها به اندازه سابق تحرک ندارد. فرض کنید از در منزل با آسانسور به پارکینگ می‌آیند و سوار خودروی خود می‌شوند و به محل کار می‌روند. آنجا هم اغلب نشستند و تحرک خاصی ندارند. این است که بیش‌ترین

عاملی که در این زمینه هم برای کودکان و هم برای بزرگسالان، نوع و سبک زندگی آنهاست، که در بحث چاقی اثر دارد. به همین دلیل می‌توان گفت که بحث چاقی مولتی فاکتور یا چندعاملی است.

زندگی آپارتمانی

رحمانی در ادامه افزود: شرایط زندگی آپارتمانی هم ایجاب نمی‌کند که بچه‌ها و همچنین بزرگسالان آن تحرک قدیم را داشته باشند. در خانه هم اگر بخواهند کمی حرکت کنند، فوری بزرگترها می‌گویند سرورسدا نکنید، که صدا می‌رود پایین. اینها شرایط را سخت کرده است.

او درباره نوع تغذیه امروزی نیز بیان کرد: یک بخش دیگر هم بحث نوع تغذیه است. امروزه تغذیه‌ها هم از مصرف مواد طبیعی بیشتر به سمت مصرف مواد صنعتی رفته است. ما در مرحله گذار از تغذیه سالم به سمت تغذیه ناسالم هستیم. اینکه تغذیه مواد صنعتی قطعاً ارزش غذایی مواد طبیعی را ندارد. افزودنی‌هایی که در مواد صنعتی غذایی به کار برده می‌شود، اینها هم بر شرایط جسمی افراد اثرگذار است. حتی مصرف زیاد این مواد روی بیش فعالی بچه‌ها هم موثر است. تغذیه سالم، مواد غذایی طبیعی را می‌پذیرد که از نظر مواد غذایی مغذی غنی باشند، ریزمغذی‌ها را بیشتر داشته باشند.

افزایش مصرف فست قودها

او با اشاره به افزایش مصرف فست قودها گفت: غذاهای فست قودی و غذاهای آماده، در زمره غذاهای پرکالری هستند. میزان چربی و نمک بالایی دارند. شیرینی‌ها و شکلات‌ها و نوشیدنی‌ها هم قند بالایی دارند. همین قند و چربی از عواملی است که باعث افزایش کالری دریافتی می‌شود. کالری که بدن نمی‌سوزاند و مورد مصرف قرار نمی‌گیرد. در نتیجه سبب تجمع چربی در بدن می‌شود. شما حتی اگر مواد غذایی طبیعی را هم بیشتر مصرف کنید، باز آن مواد ماراد دریافتی تبدیل به چربی می‌شود. چون حتی اگر شما گوشت هم زیاد مصرف کنید، به‌رغم اینکه گوشت یک پروتئین است. به عنوان منبع عمده پروتئینی بدن است، آن هم اگر مورد نیاز بدن نباشد، تبدیل به چربی می‌شود. به همین علت است که نوع تغذیه تغییر کرده است. از غذاهای طبیعی به سمت غذاهای آماده و در دسترس آسان رفته است. اینها هم از نظر ریزمغذی‌ها بسیار نژی هستند و از نظر کالری بسیار پرکالری هستند و حتی نمک بیشتری دارند

معاون اسبق آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش مطرح کرد:

در ایران تنوع آموزشی نداریم

معاون اسبق آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش گفت: ما آموزش و پرورش را طیفاتی کرده‌ایم. در واقع خاستگاه اقتصادی و درآمدی والدین هر دانش آموزی بهتر و بالاتر بود بهترین و باکیفیت‌ترین آموزش را در اختیار دارد. «براهیم سحرخیز» معاون اسبق آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش در گفت‌وگو با ایلنا درباره اظهارات اخیر وزیر آموزش و پرورش مبنی بر اینکه «تشتت، تکثر و تنوع در زیست بوم تعلیم و تربیت سبب انحراف اهداف نظام تعلیم و تربیت و تضعیف آن شده است و در بیرون این عرصه، فعالیت‌صدها مؤسسات و نهادهای موازی است که آموزش و پرورش را به رسمیت نمی‌شناسند و برنامه درسی ویژه خود را دارند.» اظهار کرد: ما این راه به این شکل قبول ندارم. نظام آموزشی ما کاملاً متمرکز است و برای هر موضوع درسی یا حتی محورها کتاب داریم که در سراسر کشور تدریس می‌شود. همچنین امتحانات هماهنگ در سراسر کشور داریم که در دوره دوم متوسطه حداقل برای پایه دوازدهم ده‌ها سال است که به صورت نهایی و هماهنگ کشوری از کتاب واحد و متن واحد در حال برگزاری است و حتی همین متن‌های مبنای برگزاری کتکور قرار می‌گیرند. اما اینکه عملکرد آموزش و پرورش در راهبری و نظارت خود چنان است که از مؤسساتی که از آموزش و پرورش باید مجوز بگیرند و آموزش و پرورش حجتی قانوناً می‌تواند در شورای عالی نظارت بر مدارس غیردولتی آن‌ها را منحل اعلام کند، به عبارتی می‌توان گفت دسترسی به آموزش یا

نبود عدالت آموزشی

سحرخیز درباره امکان تقویت مدارس دولتی گفت: رئیس‌جمهور به درستی، نبود عدالت آموزشی را به عنوان یک تهدید و خطر جدی یادآور می‌شود، اما با گفتار رمانی یا دست گذاشتن بر نقطه ضعف‌ها و گفتن اینکه این مشکلات وجود دارد مسأله حل نمی‌شود. بله ما می‌دانیم که در ایران به‌ویژه در دوره ابتدایی بیش از سی تا چهل درصد فقر یادگیری وجود دارد. این را از آمون‌های بین‌المللی نشان می‌دهد. از طرف دیگر ما شکاف طبقاتی و آموزش به ازای پول داریم؛ به عبارتی می‌توان گفت دسترسی به آموزش یا

آرمان ملی

گزارش

جمعیت سالمندان تا ۳۲ سال دیگر ۳۲.۴ میلیون نفر

رئیس دبیرخانه شورای ملی سالمندان با بیان اینکه دستگاه‌های عضو و همکار شورای ملی سالمندان، یکی از دلایل مهم عدم تحقق اهداف سند ملی سالمندان را نبود بودجه مشخص در این خصوص می‌دانند، گفت: علی‌رغم ابلاغ رسمی سند ملی سالمندان در سال ۱۳۹۹، تاکنون ردیف بودجه لازم به موضوع سالمندی در برنامه‌های بودجه کشور گنجانده نشده است. مرگان رضازاده در گفت‌وگو با ایستنا، با بیان اینکه طبق سرشماری‌های مرکز آمار ایران از سال ۱۳۲۵ تا ۱۳۹۵ جمعیت افراد ۶۰ ساله و بالاتر از ۷.۴ به ۲۳.۴ میلیون نفر در ۶ دهه گذشته، افزایش جمعیت سالمندان روند کند و آرامی داشته، اما این روند در سال‌ها و دهه‌های آینده سرعت بیشتری به خود گرفته است، به طوری که براساس پیش‌بینی‌های جمعیتی تعداد سالمندان ۶۰ ساله و بالاتر از ۲۳.۴ میلیون نفر در سال ۱۴۳۵ خواهد رسید. وی افزود: تا سال ۱۴۳۵ تعداد سالمندان ۶۵ ساله و بالاتر نیز از ۵۰ میلیون نفر به حدود ۲۳ میلیون نفر افزایش خواهد داشت. این موضوع نشان می‌دهد که موضوع سالمندی می‌تواند در آینده ایران تأثیرات زیادی داشته باشد. رئیس دبیرخانه شورای ملی سالمندان ادامه داد: از طرفی دیگر بررسی‌ها نشان می‌دهد که به‌رغم اهمیت موضوع سالمندی به عنوان یکی از چالش‌های پیش‌روی ایران فردا؛ در برنامه هفتم توسعه اشاره به این موضوع نشده است.

رضازاده تصریح کرد: از سوی دیگر به‌رغم ابلاغ رسمی سند ملی سالمندان در سال ۱۳۹۹، تاکنون ردیف بودجه لازم به موضوع سالمندی در برنامه‌های بودجه کشور گنجانده نشده است، لذا دستگاه‌های عضو و همکار شورای ملی سالمندان، یکی از دلایل مهم عدم تحقق اهداف سند ملی سالمندان را نبود بودجه مشخص در این خصوص می‌دانند. وی با اشاره به اینکه لازم است پیش‌بینی لازم جهت بودجه مورد نیاز حوزه سالمندی برای مواجهه با این موضوع اجتماعی در نظر گرفته شود، بیان کرد: به‌طور کلی طی سنوات گذشته تاکنون ردیف بودجه مشخصی به موضوع سالمندی در لویح بودجه اختصاص داده نشده است. رئیس دبیرخانه شورای ملی سالمندان در همین راستا گفت: با توجه به وضعیت افزایش قابل ملاحظه جمعیت سالمندان، لازم است ردیف بودجه اختصاصی در لایحه بودجه ۱۴۰۴ توسط متولیان امر از جمله مجلس و سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی به این حوزه اختصاص پیدا کند.

رضازاده با اشاره به اینکه برنامه‌ها و سیاست‌های حوزه سالمندی باید براساس پیمایش سالمندی تدوین شود، خاطر نشان کرد: از جمله مهم‌ترین علل عدم انجام پیمایش در حوزه سالمندی در کشور، نبود ردیف بودجه برای این موضوع و مشکلات سالن اخیر از جمله بیماری کرونا و عدم سرشماری در سالیان اخیر بوده است. به گفته وی، در حال حاضر ۹ میلیون و ۸۶۶ هزار نفر از جمعیت کشور را سالمندان تشکیل داده‌اند که ۵۲.۲۷ درصد از این جمعیت را زنان و ۴۷.۷۳ درصد را مردان تشکیل می‌دهند. البته دبیرخانه درصداست با همکاری مرکز ملی آمار ایران و موسسه ملی تحقیقات جمعیت و ژنوم، تحقیقات و فناوری پیمایش ملی سالمندان را برای اولین بار در کشور اجرا کند. رضازاده با اشاره به حوزه سالمندی در برنامه هفتم توسعه نیز گفت: متأسفانه در برنامه هفتم هم اشاره‌ای به این موضوع جهت موضوع نشده و پیگیری‌های زیاد شورای ملی در آن زمان در جهت طرح موضوع سالمندی در برنامه هفتم نتایجی نداشته و این درحالیست که فقط در برنامه سوم توسعه به موضوع سالمندی توجه شده که این توجه در نهایت منجر به تشکیل شورای ملی سالمندان شده است. رئیس دبیرخانه شورای ملی سالمندان معتقد است که اگرچه توجه به موضوع جوانی جمعیت بسیار ضروری و مهم است و اقدامات خوبی در این زمینه در حال اجراست، اما موضوع سالمندی و افزایش سن جمعیت نیز جنبه دیگر جمعیت و تغییرات آن است که اگر هم اکنون مورد توجه قرار نگیرد، در آینده در بعدهای مختلف اجتماعی، اقتصادی و مدیریت‌های کلان کشوری چالش‌برانگیز خواهد بود. بنابر اظهارات وی، مدیریت به موقع و برنامه‌ریزی در این خصوص می‌تواند فرصت مغتنمی جهت استفاده از تجربه سالمندان و بزرگان جامعه را فراهم کرده و شرایط یکسان و برابر توأم با کارمات را برای سالمندان فراهم کند.

روی خط آرمان ملی

۸۸۱۰۵۰۰۷

مشکلات کشور

مشکل مسکن و اشتغال مسائل اصلی اقتصاد کشور هستند. اگر چاره نشود نسل‌های بعدی مشکل اساسی خواهند داشت. جمعیت پیرتر خواهد شد چون ازدواج کم می‌شود. مسئولان دولتی و آقای رئیس‌جمهور باید تیمی ایجاد کنند این مشکل اصلی را هر چه سریعتر حل کنند.

یک شهروند از تهران

سدمعبر

در منطقه عبدال‌آباد بورس سیسمونی و لباس نوزاد فروشی خیابانی است که مغازه دارها عرض خیابان را با وسایل خود پر کرده‌اند و از این خیابان ماشین‌ها هم عبور می‌کنند و خطرات زیادی برای خریداران لباس نوزاد و سیسمونی ایجاد کرده است از مسئولان تقاضا داریم با این خیابان را کلابندند و یا اینکه به مغازه دارها بگویند که وسایل را وسط خیابان نپهن کنند که مردم مجبور شوند از وسط خیابان عبور کنند.

کازمی از تهران

ساخت مسجد

مسجدی در روستای سیاه‌اسطلخ صومعه‌سرا است که این مسجد خیلی قدیمی است و احتیاج به ساخت دوباره دارد از خیرین و اوقاف درخواست داریم که به این روستا آمده و کمک به ساخت دوباره این مسجد کنند.

صفایی از تهران

کیفیت آموزش بسته به پایگاه اقتصادی افراد متفاوت است، یعنی آن‌ها که درآمد بالایی دارند از آموزش با کیفیت‌تری برخوردارند و آن‌هایی که پول ندارند، آموزشی با کیفیت به مراتب پایین‌تری را ضعیفی دریافت می‌کنند و سوال این است که چگونه به اینجاریسیم؟ وی تصریح کرد: من می‌بینم که مدام می‌گویند دولت بیشتر از این نمی‌تواند در آموزش و پرورش هزینه کند و ما باید دنبال منابع دیگر بگردیم. چرانی‌تواند هزینه کند؟ البته این را فقط در مورد دولت آقای پزشکیان نمی‌گویم. در زمان آقای احمدی‌نژاد هم – که بیش‌ترین فروش نفت، درآمد و دلارهای نفتی را داشتیم – سهم آموزشی و پرورش ۱۰ تا ۱۱ درصد بود. در دولت رئیسی فقید این سهم زیر ۱۰ درصد (۹.۸ درصد) بود و این درست نیست.

۲۳ تا ۲۰ درصد ناترازی

معاون اسبق آموزش متوسطه وزارت آموزش و پرورش تصریح کرد: قریب به چهار دهه است که آموزش و پرورش کسری یا ناترازی بین ۲۳ تا ۳۰ درصد دارد. یعنی آموزش و پرورش هر سال ۳۰ درصد به معلمان بدهکار است، حال این بدهکاری با حقوق یا حق الزحمه امتحانات و پاداش پایان خدمت بازنشسته‌ها یا اضافه‌کار معلمان است. آموزش و پرورش مجبور است شب‌عید به معلمان کلاسش منتظر و باب میل ما نخواهد بود و این مشکلات را در مدارس عادی دولتی شاهد هستیم و می‌بینیم معلم انگیزه ندارد.