روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران ■ صاحب امتیاز: سازمان صداوسیمای جمهوری اسلامی ایران ■ مدیر مسؤول: مهدی عرفاتی ■ نخستین موسسه فرهنگی مطبوعاتی کشور دارای گواهینامه بین‌المللی ISO9001:2008

جام جم

■ شاپا: ISSN۱۷۳۵-۳۶۳۷
■ پایگاه اطلاع‌رسانی: www.jamejamdaily.ir
■ پست الکترونیکی: info@jamejamdaily.ir

■ تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۱۲۹
■ تلفن: ۲۳۰۰۴۰۰۰ - ۰۲۱ ■ دورنگار تحریریه: ۲۲۲۲۶۲۵۲
■ سازمان شهرستان‌ها: ۴۵۸۹۷ ■ کد پستی: ۱۹۱۱۶۱۸۴۱۳
■ امور مشترکین: ۴۴۴۲۹۳۰ ■ سازمان آگهی‌ها: ۴۹۱۰۵۰۰۰
■ پیامک: ۳۰۰۰۱۱۲۴۰ ■ روابط عمومی: ۲۲۲۶۲۱۴۲
■ چاپ: به صورت همزمان در تهران و شهرستان‌ها (چاپخانه‌های روزنامه جام جم)

یکشنبه ۲۷ بهمن ۱۳۹۸ | ۲۱ جمادی‌الثانی ۱۴۴۱ | ۲۰ صفحه | سال بیستم - شماره ۵۶۰۱ | استان تهران و البرز ۲۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۱۰۰۰ تومان | Sunday - 2020 February 16

حدیث روز: بحارالانوار

پیامبر اسلام (ص): مردم در خوابند. وقتی که بمیرند، بیدار می‌شوند.

پلک احساس: حافظ

ای غایب از نظر به خدا می‌سپارمت
جانم بسوختی و به دل دوست دارمت

امروز در تاریخ:

- اعدام ارتشبد نعمت‌ا... نصیری رئیس سابق ساواک (۱۳۵۷ ش)
- درگذشت رضا ژیان، بازیگر (۱۳۸۱ ش)
- تأسیس کتابخانه بزرگ هاروارد بزرگ‌ترین کتابخانه دانشگاهی جهان (۱۶۳۸م)
- آغاز استفاده از «حق وتو» در سازمان ملل متحد (۱۹۴۶م)

اوقات شرعی:

اذان ظهر: ۱۲/۱۸ — غروب آفتاب: ۱۷/۴۶
اذان مغرب: ۱۸/۰۵ — نیمه‌شب شرعی: ۲۳/۳۶
اذان صبح (فردا): ۵/۲۶ — طلوع خورشید (فردا): ۶/۵۰

پیش‌بینی آب و هوا دوشنبه

تهران	ایلام	اراک	بوشهر	رشت	زنجان	شهرکرد	کرمانشاه
۱۰ / ۵	۱۱ / ۳	۱۰ / ۲-	۲۳ / ۱۶	۶ / ۱	۰ / ۶-	۱۲ / ۱-	۶ / ۲

حکمت ۲۱۵: نهج‌البلاغه

اختلاف، نابودکننده اندیشه است.

خودنویس

از سال‌های دور...

حامد عسکری
شاعر و نویسنده

پدر دوتا بچه‌ام و سی‌خرده‌ای سن دارم ولی هنوزا دلم می‌خواهد مهمانخانه خانه مادربزرگ خلوت باشد و بروم کلیدش را که به جانماز پته لاکی پشم شتری مامان بزرگ سنجاق بود را یواشکی بدزدم و درش را باز کنم. شما یک کمد دیواری معمولی می‌شنوید ولی تماشای درونش برای من یا بهتر بگویم ما نوه‌ها حکم بازدید از گنجینه موزه هنرهای معاصر را داشت. طبقه پایینش یک جارو برقی بود که مامان بزرگ وقتی مهمان وی آی پی داشت عزت میگذاشت سرش و خانه را با آن جارو میکرد... یا مثلا کنترل تلویزیون رنگی گراندیک شان را توی یک مشمای فریزری گذاشته بود و توی همین کمد حراستش می‌کرد. ایشان معتقد بود وقتی می‌شود بلند شد و رفت کانال را عوض کرد چرا مثل علیل ها بنشینی و کانال عوض کنی. کنترل را گذاشتند برای روزهای پیرسالی. کار کردن با کنترل تلویزیون از کشف ستاره ها برای ما جذاب تر بود. یك حجم پلاستیکی که رویش چند کلید داشت و می‌شد با آنها کانال‌ها رو عوض کرد. یادم می‌آید علی آقا پسرخاله مادر بزرگ که تعمیر کار رادیو بود هم یك بار افاضه کرده بودند که: از توی کنترل اشعه بیرون میاد و کور میکنه و سرطانزاست. دوربین عکاسی و چراغ اضطراری و گوشی و دستگاه فشارخون و آلبوم های خانوادگی با عکس‌های سفید بر کاغذ های دالبر دار هم از گنجینه های مهم این کمد بودند. به دفینه ای باستانی می ماند که در شرق دور توسط باستان‌شناسان بلوند و چشم آبی کشف شده بود و بومیان منطقه هربار می خواستند به داشته هایشان افتخار کنند با نوار زرد رنگ «احتیاط منطقه حفاظت شده» و «عکاسی ممنوع» مواجه بودند. یکی از بدبختی های دنیای ما همین است که همه چیز لخت و عور است و رازآلودگی و وهم انگیز بودنش را از دست داده است. هیچ چیز به وجدمان نمی آورد و لذت کشف های شخصی را از ما گرفته است. باکره گی از مفاهیم و اشیا و اتفاقات رخت بر بسته است. لذت حفظ شماره تلفن و اسم پایتخت کشورها به صدقه سری حافظه گوشی ها و گوگل از کله همه مان رخت بر بسته. انسان معاصر گم نمی‌شود چون مپ دارد. قرارها اینگونه نیست که با تلفن ثابت اول چهارراهی یا میدانی یا کوچه ای وعده کنیم و بعد برسیم سر قرار... قرارها شده کجایی؟ کی می‌رسی؟ قرار ها شده تو ترافیکم... ده مین دیگه اونجام... بیا پایین دم درم... شاید من اشتباه می‌کنم شاید مدرنیته آمده تا راحت باشیم.... شاید با مدرنیته می‌توان حال خوب کاسب شد و ما بلد نیستیم... الغرض چند شب پیش مهمان بی بی بودم یك ربع به کمد زل زده بودم و با اینکه کلید روی درش بود و دلبری می‌کرد و می توانستم بروم سراغش اما نرفتم...

گفت‌وگو با مهرانه مهین‌ترابی درباره زندگی هدفمند

شبکه اجتماعی یعنی اتلاف وقت

کافه میرداماد

طاهره آشیانی
روزنامه‌نگار

مهرانه مهین‌ترابی یکی از دوست داشتنی‌ترین آدم‌های این روزگار است. نمی‌گویم بازیگر محبوب چون رفتار و سبک زندگی‌اش تا جایی که ما می‌دانیم و خودش درباره آن صحبت کرده، فراتر از یک بازیگر است و نمی‌توان درباره او نوشت فقط با این عنوان که مهرانه مهین‌ترابی بازیگر است. مهین‌ترابی از آن آدم‌هایی است که شبیه حرف‌هایشان زندگی می‌کنند، در واقع از آن آدم‌هایی نیست که به اصطلاح فقط حرف بزنند. یک چیزهایی سرهم بندی کند و بگوید اما وقتی پای عمل به میان می‌آید، رفتارش با حرف‌هایش از زمین تا آسمان فرق داشته باشد. برای همین است که مهین‌ترابی بین همه طیف‌ها با هر سن و سالی و هر تحصیلاتی طرفدار دارد و به معنی واقعی کلمه محبوب است.

دیروز تصمیم گرفتم درباره توانمندسازی خانم‌ها با یک آدم حسابی صحبت کنم؛ آدمی که کارنامه‌اش و سبک زندگی اش برای اثبات موفقیتش و این که آدمی خودساخته است کافی باشد با همین رویکرد به اولین نفری که تلفن کردم خانم مهین‌ترابی بود که البته خوش‌شانس هم بودم که وقتی موضوع گفت وگو را به او گفتم پذیرفت که صحبت کند. با همان صدای زیبایش گفت البته نمی‌دانم صحبت‌های من چقدر به کار خواننده‌های روزنامه شما بیاید چون من جامعه‌شناس نیستم. وقتی به او گفتم از تجربه و باورهای شخصی‌تان برایم بگویید، پذیرفت که درباره توانمندسازی و زندگی هدفمند زنان صحبت کنیم اما جلوتر که رفتیم به این نتیجه رسیدم که این صحبت‌ها اصلا ربطی به جنسیت ندارد و برای همه می‌تواند کاربرد داشته باشد.

دنبال رویایم رفتم

مهین‌ترابی درباره انتخاب مسیر زندگی و این که بازیگری را انتخاب کرده، گفت: من در رشته مدیریت اداری در دانشگاه درس خواندم و بعد از فارغ‌التحصیلی به عنوان ارزیاب گمرک شروع به کار کردم. اما چند ماهی که صبح ساعت ۶ از خواب بیدار شدم و سرکار رفتم، دیدم من اصلا آدم زندگی کارمندی نیستم و نمی‌توانم این زندگی را ادامه بدهم. برای همین تصمیم گرفتم بروم دنبال رشته‌ای که به آن علاقه مند بودم. به بازیگری و هنر علاقه داشتم برای همین کنکور شرکت کردم و در دانشگاه هنرهای زیبا قبول شدم و همزمان هم کار می‌کردم و هم درس می‌خواندم که این اصلا کار آسانی نبود. نمی‌توانستم کارم را رها کنم چون به حقوقش نیاز داشتم. از آن طرف خانواده‌ام هرچند مانع این تصمیم من نشدند اما حمایتی هم از آن نکردند. آنها ترجیح می‌دادند من کارم را حفظ کنم و کارمند بمانم اما رویای من چیز دیگری بود و بابت آن باید هزینه می‌دادم که دادم.

رضایتمندی درونی

مهین ترابی می‌گوید: راستش من می‌توانستم به همان آب باریکه حقوق کارمندی راضی باشم و خودم را به دردسر نیندازم؛ اما نشستم و با خودم فکر کردم آیا با این سبک زندگی چند سال می‌توانم دوام بیاورم؟ آیا دو سال دیگر هم خوشنود خواهم بود؟ همین تحلیل و رواست بودن با خودم باعث شد از سایه امنیت بیرون بیایم. داشتن زندگی هدفمند و آن طور که دوست داری با راحت‌طلبی و تنبلی به دست نمی‌آید. من خیلی تلاش کردم و بابت همین تلاشی که کردم الان از جایی که در آن قرار دارم راضی‌ام. رضایتم بابت شهرت بازیگری نیست. بابت این است که روحم راضی است. مسیری را طی کرده‌ام که دلم می‌خواسته به جایی رسیده‌ام که هدفم بوده. این رضایتمندی درونی است که خوشحالم می‌کند. من با آگاهی و به دور از هر هیجانی تصمیم گرفتم. با آگاهی مسیر و هدفم را انتخاب کردم و مرحله به مرحله پیش رفتم و همین است که راضی‌ام می‌کند.

به مهین‌ترابی می‌گویم برخی منتظرند تا شرایط بیرونی هموار شود تا آنها شروع به هدف‌گذاری کرده یا مسیرشان را انتخاب کنند، به نظرتان این روش درستی است، می‌گوید: شرایط بیرونی شامل جامعه، خانواده و مدرسه بسیار اهمیت دارند. اما روحیه و این که هر آدمی چقدر خواسته‌های خودش را بشناسد و چقدر به خودش احترام بگذارد و برای رسیدن به اهداف و آرزوهایش مبارزه کند هم مهم است. باز هم تاکید می‌کنم با تنبلی و امروز و فردا کردن هیچ کس به هیچ جا نمی‌رسد یا به جایی که دوست دارد نمی‌رسد. این که فقط رویا ببافی بدون هیچ تلاشی یعنی خیالبافی صرف و درجا زدن. این که بیشتر ساعات شبانه‌روز گوشی دستت باشد و در شبکه‌های اجتماعی بچرخی هیچی عایدت نمی‌شود. من موافق این هستم که گوشی‌ها را زمین بگذاریم و واقعیت زندگی را درک کنیم و از ماهیت واقعی زندگی لذت ببریم. من در هیچ شبکه اجتماعی عضو نیستم چون آن را وقت تلف کردن بیهوده می‌دانم. حالا فرض کن عکسی در اینستاگرام گذاشتی و هزاران لایک و تایید هم گرفتی و در لحظه خوشحال شدی، در چنین شرایطی فکر کن آیا یک سال بعد هم این لایک‌ها و تاییدها خوشحالت می‌کند؟ این لایک‌ها که از آدم‌هایی می‌گیری که اصلا تو را نمی‌شناسند آیا یک ماه دیگر هم احساس خوبی به تو می‌دهد؟ آیا آن آدم‌ها یک سال بعد هم هستند که تو را تایید کنند؟ اگر نباشند و اگر تاییدت نکنند چه احساسی خواهی داشت؟ همه اینها باعث شده من به جای گرفتن تایید از بیرون و گرفتن لایک از شبکه‌های اجتماعی به درون خودم بپردازم و کارهایی انجام دهم که از درون خوشحالم می‌کند. این رفتارها چون درونی و عمیق است همیشه در دسترس هستند و من هرگز نگران این نیستم که اگر آن آدم‌های مجازی نباشند چه به روز من خواهد آمد.

وقت تلف کردن محض!

به مهین ترابی می‌گویم، برخی در شبکه‌های اجتماعی می‌چرخند با این هدف که چیزی یاد بگیرند، آیا این نوع حضور در این شبکه‌ها به معلومات آنها اضافه می‌کند؟

این بازیگر می‌گوید: اصلا! آگاهی باید عمیق باشد و آگاهی و دانش فقط با مطالعه زیاد به دست می‌آید. به نظرم باید یک موضوع را برای مطالعه و عمق بخشیدن به آگاهی انتخاب کرد و بعد تا آخرش رفت، تحقیق و مطالعه کرد تا در آن موضوع کاملا دانا شویی. این که در چند شبکه اجتماعی بچرخی و مطالبی را که معلوم نیست منبع آنها چیست بخوانی که نتیجه‌ای ندارد، فقط توهم دانایی به تو دست می‌دهد و وقتی به خودت می‌آیی که هم زمان را از دست داده‌ای و هم به جایی نرسیده‌ای و هم بی سوادی ات عمیق‌تر شده است. قدیم‌ترها می‌گفتند فلان کار آب می‌شود یا نان؟ درست حکایت همین شبکه‌های اجتماعی است، حضور در آنها نه آب می‌شود و نه نان و فقط وقت تلف کردن است.

بندهای شگفت‌انگیز کفش نایک

نایک سال گذشته برای نخستین بار کفش‌هایی عرضه کرد که بندهایشان به‌طور خودکار سفت شده و بسته می‌شوند و حالا این فناوری را به دنیای ورزش هم آورده است.

به گزارش فارس، نایک در سال ۲۰۱۹ برای نخستین بار کفشی ورزشی به نام ادپت بی بی عرضه کرد که به طور خودکار با پای انسان سازگار شده و متناسب با ابعاد پا به دور پا بسته شده و بندهای آن نیز سفت می‌شد.

این شرکت امسال مدل پیشرفته تری از این کفش به نام ادپت بی بی ۲ را تولید کرده است. قرار است این کشف تازه به زودی برای فروش و استفاده ورزشکاران عرضه شود. کفش یادشده ۴۰۰ دلار قیمت دارد و در مقایسه با ادپت بی بی ۵۰ دلار گران تر است.

کفش یادشده بلافاصله بعد از پوشیده شدن به طور خودکار به دور پا محکم می شود و با توجه به نصب کیسه های متعدد هوا در کناره ها و کف آن برای پرش و حرکت های جهشی مناسب است. طراحی بدنه و کف این کفش نیز ارتقایافته تا انتقال نیرو از پاشنه به انگشتان پا راحت تر انجام شود. کنترل و مدیریت این کفش با استفاده از یک اپلیکیشن صورت می‌گیرد که از طریق بلوتوث به آن متصل می‌شود.

مقطع حساس‌کنونی

حکایت درآمدن گل از حمام

امید مهدی‌نژاد
طنزنویس

یکی از پادشاهان وقت که مقر پادشاهی‌اش شهری در کنار رود دجله بود، غلامی داشت که با وی معاشرت بسیار و به وی علاقه بسیار داشت و انواع فنون و مهارت‌ها را به وی آموخته بود و هیچ‌گاه وی را از خود دور نمی‌کرد. روزی پادشاه تصمیم گرفت همراه جمعی از درباریان، ملازمان، مأموران، محافظان و غلام برای گردش و تفریح به کنار رودخانه بروند. وقتی به کنار رودخانه رسیدند، غلام از پادشاه رخصت خواست تا مقداری در آب شنا کند. پادشاه رخصت داد و غلام برای شنا به داخل رودخانه رفت. وقتی ناهار آماده شد، هرچه غلام را صدا کردند جوابی نداد. به دستور پادشاه مأموران و ملازمان رودخانه را جست‌وجو کردند، اما اثری از غلام نیافتند. پادشاه بسیار افسرده و غمگین شد و دستور داد همه بسیج شوند و تا غلام را پیدا نکرده‌اند، برنگردند. پنج روز بعد یکی از مأموران جست‌وجو، غلام را در دوازده فرسخ پایین‌تر در حالی‌که در یکی از شکاف‌های دجله گیر افتاده بود، پیدا کرد و نزد پادشاه برد. پادشاه با دیدن غلام شادمان شد و او را در آغوش کشید و گفت: چه بوی گندی می‌دهی. حتماً گرسنه هستی. غلام گفت: خیر. غذا صرف شده است. پادشاه گفت: چگونه؟ در شکاف رودخانه غذا سرو می‌شود؟ غلام گفت: هر روز یك عدد نان داغ که روی سبدی قرار داشت با جریان آب به سمت من می‌آمد و من آن را می‌خوردم و زنده ماندم. امروز هم نیم‌ساعت قبل از رسیدن مأمور شما، نان خورده بودم. پادشاه تعجب کرد و نخست به غلام دستور داد برود حمام و سپس به مأموران دستور داد به شهر بروند و کسی را که هرروز در داخل رودخانه نان می‌اندازد، پیدا کنند و بیاورند. ساعتی بعد مأموران همراه مردی نزد پادشاه آمدند. پادشاه گفت: ایشان است؟ مأموران گفتند: بلی. پادشاه رو به مرد کرد و گفت: شما هستی؟ مرد گفت: بلی. پادشاه برخاست و وی را در آغوش گرفت و گفت: چند وقت است؟ مرد گفت: یك سال. پادشاه گفت: چرا؟ مرد گفت: از قدیم گفته‌اند تو نیکی می‌کن و در دجله انداز که ایزد در بیابانت دهد باز. پادشاه گفت: از قدیم چنین چیزی نگفته‌اند. این جمله از این به بعد است که به ضرب‌المثل تبدیل خواهد شد. مرد گفت: در این حد وارد نیستم. پادشاه گفت: عیب ندارد. وی سپس افزود: من به پاس این حرکت قشنگ تو که موجب شد غلام من زنده بماند، به تو یك مزرعه و یك باغ و یك خانه و یك ویلا می‌بخشم. در این لحظه غلام نیز از حمام بیرون آمد و مطربان نیز به افتخار او آهنگ گل در اومد از حموم سنبل در اومد از حموم را در مایه شیش‌وهشت اجرا کردند.

نوبت اول

آگهی مناقصه عمومی شماره ۹۸/۳۴/ش

فراخوان تجدید مناقصه عمومی یک مرحله‌ای
عملیات راهبری سیستم امداد و آتش نشانی شهرک صنعتی کاسپین ۲

۱ شرکت شهرکهای صنعتی استان قزوین در نظر دارد، تجدید مناقصه‌عمومی به‌شماره (۲۰۹۸۰۰۱۰۸۵۰۰۰۰۳۴) را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهادات مناقصه‌گران و بازگشایی پاکات از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.
۲ تاریخ انتشار در سامانه: تاریخ شنبه ۹۸/۱۱/۲۶ ساعت ۱۵ می‌باشد.
۳ مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت: ساعت ۱۵ روز شنبه مورخ ۹۸/۱۲/۰۳
۴ مهلت زمانی ارائه پیشنهاد در سامانه: ساعت ۱۵ روز سه‌شنبه ۹۸/۱۲/۱۳
۵ مهلت زمانی تسلیم ضمانت‌نامه به کارفرما: ساعت ۱۰ روز چهارشنبه مورخ ۹۸/۱۲/۱۴
۶ زمان بازگشایی پاکت‌ها: ساعت ۱۱روز چهارشنبه مورخ ۹۸/۱۲/۱۴
۷ اطلاعات دستگاه مناقصه‌گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر درخصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت‌ها:
شرکت شهرکهای صنعتی استان قزوین واقع در: قزوین، بلوار آیت ا... شهید بهشتی، روبروی بوستان دهخدا، شماره ۱۶۶، تلفن تماس: ۳۳۳۵۴۵۹۰-۰۲۸.
سایت اینترنتی www.qazviniec.ir
۸ مبلغ برآورد: ۲,۹۵۳,۴۷۹,۹۶۸ریال است که بر اساس برآورد مقطوع کارفرما محاسبه گردیده است.
۹ مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ۱۴۸,۰۰۰,۰۰۰ریال می‌باشد.
۱۰ مدت قرارداد: ۱۲ ماه
۱۱ محل اجرای پروژه: شهرک صنعتی کاسپین۲، واقع در کیلومتر ۵۵ آزادراه قزوین-کرج
۱۲ شرایط شرکت‌کنندگان:
بهره بردار بایستی دارای اساسنامه مرتبط و مجوز از سوی مراجع ذیصلاح باشد، دارا بودن سابقه کار و ارائه قرارداد و صورتجلسه تحویل حداقل یک پروژه مرتبط که بهره‌بردار با دستگاه‌های اجرایی و شهرداری‌ها (طبق ماده ۵ قانون خدمات کشوری) طی ۵ سال گذشته منعقد نموده و ارائه رضایت نامه آن از دستگاه‌های اجرایی مذکور
تبصره: پیمانکاران طرف قرارداد و دارای سابقه همکاری با این شرکت در صورت اخذ ۸۰ امتیاز از فرم ارزیابی (پیوست اسناد مناقصه) از کارفرما می‌توانند در مناقصه شرکت نمایند، بدیهی است عدم کسب امتیاز مذکور به منزله عدم صلاحیت لازم مناقصه‌گر جهت شرکت در مناقصه می‌باشد.

روابط عمومی شرکت شهرکهای صنعتی استان قزوین

شرکت تدبیر نوین سازان
Tadbir Novin Sazan CO

تولیدکننده لوله، اتصالات
مخازن و منهول‌های
پلی‌اتیلنی
تا قطر ۴۰۰۰ میلیمتر

Producer of double wall PE pipes fittings Tanks And Manholes up to 4000 mm (ID)

برند ایرانی
کیفیت جهانی

کارخانه: تبریز، کیلومتر ۳۵ جاده آذرشهر، شهرک صنعتی شهید سلیمی، ۳۰ متری چهارم جنوبی، بیست متری ۵۳
۰۴۱-۳۴۳۲۸۴۵۸ ۰۴۱-۳۴۳۲۸۴۵۷
دفتر تهران: خیابان ولیعصر، بالاتر از خیابان انقلاب، مجتمع ابریشم، واحد ۴۰۱
۰۲۱-۶۶۴۷۵۷۱۲ / ۰۲۱-۸۸۸۷۵۱۰۱-۲
۰۲۱-۶۶۴۷۵۵۶۳
دفتر تبریز: ولیعصر، فلکه بارنج، برج ارم، طبقه ۱۲
۰۴۱-۳۳۲۹۵۶۳۸ ۰۴۱-۳۳۲۹۵۶۴۱

www.tns.ir