



۱۵

انقلاب صنعتی چهارم از مسیر تکامل تولید

زنگ بیداری مدرسه

با نزدیک شدن به ماه مهر ساعت زیستی فرزندان تان را
برای بازگشت به مدرسه كوك كنید

۱۴

طبق آمار سازمان پزشکی قانونی
استان‌های غیرساحلی در صدر آمار غرق‌شدگی کشور قرار دارند

شیرجه مرگ



۱۶

زندگی

سه‌شنبه ۵ شهریور ۱۳۹۸ :: شماره ۵۴۶۶



حق با
شماست

info@amejamdaily.ir

روابط عمومی: ۰۲۲۶۳۱۴۷



شوش-تاکسی

مسافران ورامین:

قبلا يك خط مستقیم ورامین- شوش وجود داشت؛ اما مدتی است آن را برداشته‌اند و باید با مترو به ایستگاه شوش رسید و از آنجا مجدد تاکسی سوار شد و به میدان شوش رفت که این فرایند، هم وقت بیشتر و هم هزینه زیادی از ما می‌گیرد. لطفا رسیدگی شود.



افسریه-مترو

غفاری از تهران:

هیچ يك از ایستگاه‌های تازه‌تأسیس یا در شرف احداث خطوط متروی تهران در افسریه واقع نشده و ساکنان این محله برای رسیدن به یکی از ایستگاه‌های مترو باید مسافت زیادی طی کنند.



طرح-ترافیک

مومن‌پور از تهران:

با توجه به نتایج نه‌چندان مطلوب طرح جدید زوج یا فرد، شهرداری تهران چه زمانی این طرح را اصلاح می‌کند؟



دکه-مطبوعات

شهابی از تهران:

توقف خودروها جنب دکه مطبوعاتی در بلوار تختی روبه‌روی شهرک فجر باعث ترافیک و راه‌بندان می‌شود. در صورت امکان، مکان این دکه مطبوعاتی را تغییر دهید.



قیمت-خودرو

علیان از تبریز:

با وجود ادعای خودروسازان درباره تحویل چند هزار خودرو در روز و کنترل بازار، کامکان اختلاف قیمت خودرو در بازار و کارخانه بسیار زیاد است.

جوابیه

در پی درج پیامی در ۲۳ مرداد ۱۳۹۸ با عنوان «مترو - تاخیر- مشاور مدیرعامل و مدیرارتباطات و امور بین‌الملل متروی تهران با ارسال نامبری اعلام کرد: حجم مسافر در خطوط متروی تهران در روزهای جمعه و تعطیل حدود ۳۰ درصد روزهای عادی است؛ بنابراین با هدف بهینه‌سازی منابع و توازن نسبت عرضه به تقاضا، سر فاصله هر يك از خطوط متناسب با حجم مسافر همان خط تعیین می‌شود. لازم به توضیح است در حال حاضر هدوی خطوط ۱،۲،۴ مترو در روزهای تعطیل هفت دقیقه است که در بهینه‌ترین حالت ممکن قرار دارد و دیگر خطوط نیز به همین شکل و براساس حجم تقاضا در حال سرویس دهی به شهروندان و مسافران محترم هستند.

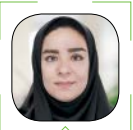


عکس: مجید آزار- جام جم

در روز خانواده و تکریم بازنشستگان

پای صحبت بازنشسته‌ها نشستیم و از خوشی‌ها و غم‌هایشان گفتیم

ستون‌های دورهمی



نرگس خاتمی‌زاده

جامعه

عصرهای تابستان که می‌شود، میزهای شطرنج پارک‌های محلی شلوغ‌تر از همیشه می‌شود. بازنشسته‌های محل، شال و کلاه می‌کنند و سر قرار نانوشته با هم‌سن و سال‌ها و هم‌شکل‌های خودشان می‌روند. سر بر دو و باخت شطرنج یا هم گل‌گل می‌کنند و نهایتش همدیگر را بستنی مهمان می‌کنند؛ البته این را همان چند دقیقه‌ای که در پارک بودیم و و با آنها معاشرت کردیم فهمیدیم. بازنشستگانی که حرف‌های زیادی برای گفتن دارند اما از آنها خواستیم تا بنشینیم و درباره موضوعی مشخص حرف بزنیم. بازنشستگانی حرف زدیم که ۳۰ سال و حتی بیشتر خدمت کرده‌اند و حالا وقت استراحتشان است که آن را با خانواده و بچه‌ها و از همه مهم‌تر نوه‌هایشان بگذرانند. در واقع روز خانواده و بازنشستگان، بهانه‌ای شد برای این که دور همه مسائل مالی بازنشستگان را که همه به آن آگاه هستیم تا حدودی خط بکشیم و از خانواده و بچه‌هایشان بپرسیم؛ از این بگوییم که آنها ستون يك خانواده هستند و بچه‌ها به بودنشان دلخوش هستند. اما چه می‌شود که گاهی این دور هم جمع‌شدن‌ها کم‌رنگ‌تر از همیشه می‌شود؟ البته واقعا کم‌رنگ شده یا شما همیشه خانه‌تان پر از آدم است و صدای نوه‌ها ساختمان را برمی‌دارد؟

خوبی‌اش این است که روز خانواده و بازنشسته در فصل تابستان است و گر نه سخت می‌توانستیم چنین جمع‌های سرحال و این‌شکلی را در عصرهای تاریک و سرد پاییز و زمستان در کنار هم پیدا کنیم. شش نفر هستند اما تقریباً با کل اهالی پارک سلام و علیک دارند. بدون مکث و فکر درخواستمان را برای گپ زدن قبول کردند و ما هفتمین نفر آنها شدیم. این‌طور که فهمیدیم، تعدادشان زیاد است؛ روزهایی که حال و حوصله داشته باشند، عصرهایشان را اینجا می‌گذرانند. البته این‌طور که می‌گفتند، تعداد آشنایانشان بیشتر از این حرف‌هاست، اما بعضی‌هایشان وقت پارک آمدن ندارند؛ آنها کار می‌کنند و روزهای بلند تابستان بهترین فرصت برای این کار است. اما آقای صلاحی می‌گوید: «من که دیگر توان کار کردن ندارم. ۳۰ سال کار کرده‌ام و همین کافی است دیگر؛ الان وقت استراحتم است.» می‌گوییم حقوق بازنشستگی کفایت می‌کند؟ کم که هست ولی خب الحمدلله.

بچه‌ها گرفتارند

آقا یعقوب چهار تا فرزند دارد؛ ۳ پسر و يك دختر که ازدواج کرده‌اند؛ «آرزوی من در زندگی خوشبختی بچه‌هایم بود که خدا رو شکر به آن رسیدم.» می‌پرسم چند وقت يك بار همه دور هم جمع می‌شوید؟ مکتی کرده، فکری می‌کند و می‌گوید: «جمع شدن همه با هم سخت است. شاید ماهی يك‌بار، شاید هم دو ماه يك‌بار؛ البته از روی بی‌مهری نیست‌ها. بنده‌های خدا هر کدام يك‌جور سر شلوغی دارند و حق هم دارند.» همین که بحث به نوه‌هایش می‌رسد، گل از گل آقا یعقوب می‌شکند: «نوه‌هایم را زیاد می‌بینم. خیلی وقت‌ها به خانه ما می‌آیند و شب را پیش من و مادر بزرگشان می‌مانند. حتی گاهی اوقات نوه کوچک را با خودم به همین پارک می‌آورم و با هم آب‌بازی می‌کنیم. البته هر کدام از بچه‌ها تکی زیاد به ما سر می‌زنند ولی جمع کردن همه‌شان با هم سخت

حوصله‌ام سر می‌رود و به پارک می‌آیم.» پس خیلی عیالوار نیست که دورهمی‌های بزرگ با عروس و داماد و نوه برگزار کنند؛ «هنوز که پسرم ازدواج نکرده، خب بیشتر دورهمی‌هایمان جمع شدن خواهر و برادرها در کنار هم است که يك نفر دو نفر نیستیم؛ تقریباً بالای ۵۰ نفر می‌شویم که جمع شدن مان در حال و روز فعلی، به صاحبخانه فشار می‌آورد. نمی‌آورد؟ البته که حالا کسی دیگر مثل قدیم حال و حوصله مهمان‌داری ندارد که بنده‌خدا اگر هم داشته باشد، با این درآمدها و این خرج و مخارج، سخت است.»

فرزندانی با وضوح و کیفیت بالا

حالا دیگر همه فهمیده‌اند قرار است راجع به چیزی حرف بزنیم و می‌دانند درباره چه موضوعی باید برایشان تعریف کنند. برای همین هم هست که وقتی می‌خواهم با علی آقا صحبت کنم، بدون این‌که سوالی بپرسم، تبلت بزرگش را نشانمان می‌دهد و می‌گوید: «من دو پسر دارم که هردو پیشان خارج از کشور درس می‌خوانند.

این را هم داده‌اند دست ما که ببینیم‌شان و دلمان برایشان تنگ نشود.» واقعا این‌جوری دیگر دلشان تنگ نمی‌شود؟ «بالاخره يك روزی می‌رسد که بچه‌ها هر کدام باید بروند سراغ زندگی خودشان دیگر؛ یکی با ازدواج، یکی با درس و یکی با کار نمی‌شود که به خاطر دل خودمان جلوییشان را بگیریم، می‌شود؛ الان هم نه؛ دل‌مان تنگ نمی‌شود. هر روز به چه واضعی و کیفیتی، همدیگر را می‌بینیم دیگر. بس است. ان‌شاء... درس‌شان را می‌خوانند و برمی‌گردند و با نوه‌های شیرین‌مان به خانه‌مان رفت و آمد می‌کنند.»

زندگی+

آرزوی جیب پر و دل آرام

با این‌که قارمان بود خیلی حرف از مسائل مالی نزنیم و بیشتر درباره خانواده حرف بزنیم اما خب واقعیت این است که نشد.

انگار جزئی جدانشدنی است که همه راه‌ها به آن ختم می‌شود. اما چیزی که ما فهمیدیم این بود آدم‌هایی که ما با آنها روبه‌رو بودیم، همه‌شان از زندگی‌شان راضی بودند؛ یکی کمتر و یکی بیشتر، یکی خنده‌روتر و بشاش‌تر و یکی کمی غرغرتا. اما همه‌شان در کنار خانواده و فرزندان‌شان روزهای خوبی را می‌گذرانند.

البته ما هم از کسانی که عصرهای تابستان‌شان را در پارک و با هم‌سن و سال‌هایشان می‌گذرانند توقعی جز این نداشتیم. به قول آقای صلاحی: «به نظر من، ما دیگر تلاش‌هایمان را کرده‌ایم و الان دیگر وقت استراحت است. با حقوق‌های بازنشستگی که ما داریم، کمی گذران زندگی سخت شده است اما می‌گذرد دیگر.

اما خب خیلی از آشنایان من هستند که رفته‌اند و در جایی مشغول شده‌اند تا بتوانند درآمد بیشتری داشته باشند؛ برای گذراندن همین مهمانی‌ها و دورهمی‌ها که شما می‌گویید. این چیزها جیب پر و دل آرام می‌خواهد که ان‌شاء... همه داشته باشند.»

اما خب علی آقا و همسرش؛ عمو و دایی و خاله و عمه‌های خوب و شاید خوش‌شانسی هستند که بچه‌های برادر و خواهرهایشان به آنها سر می‌زنند؛ «با این‌که پسرهای نیستند، ولی تنهای تنها نشده‌ایم. با برادرزاده‌ها و خواهرزاده‌هایمان زیاد رفت و آمد داریم و چند وقت يك بار همدیگر را می‌بینیم؛ اگر هم نبینیم تلفن هست.»

توان نداریم

«دیگر کشتش نداریم.» این را مسن‌ترین فرد جمع که ۶۹ سالش است می‌گوید. آقا رسول با این‌که ماشاء... خوب سرپا است اما از بدن‌درش می‌گوید: «يك روز یا دو روز در هفته من برای آوردن نوه‌ام از مدرسه می‌روم و آن روز را حسابی با هم بازی می‌کنیم و او را در این پارک‌ها و شهر بازی‌ها می‌گردانم و آخر شب به خانه‌شان برمی‌گردانم. دیگر آخر شب با درد پا و کمر، خوابم می‌برد. راستش را بخواهید بدن ما دیگر جوابگوی کار زیاد نیست و اگر کمی بیشتر از حد معمول از آن کار بکشیم، فردای آن روز را باید کامل استراحت کنیم تا دوباره حال‌مان جا بیاید.» آقا رسول می‌گوید: «برای همین خیلی نمی‌توانیم میزبان جمع‌های بزرگ بچه‌ها و فامیل باشیم. ما دیگر مهمانی‌هایمان را داده‌ایم؛ شاید همین هم باعث شده است که بچه‌ها مراعات حال و روز من و مادرشان را نکنند و کمتر مهمانی‌های سنگین برگزار کنیم؛ البته زیاد همدیگر را می‌بینیم‌ها.» می‌خندد و ادامه می‌دهد: «حالا دیگر بیشتر ما به خانه بچه‌ها می‌رویم تا این‌که آنها بیایند.»

حوصله از دست رفته

آقای مرتضایی اما از بی‌حوصلگی‌هایش برایشان می‌گوید، بی‌حوصلگی‌هایی که اقتضای سن‌شان است و بعد از گذراندن روزهای شلوغ و پرکار و پر از دغدغه، يك آرامش و بی‌خیالی، حق طبیعی‌شان به نظر می‌رسد؛ «نه این‌که حوصله نداشته باشیم، اما دلم سکوت و آرامش می‌خواهد و خیلی حال و حوصله شلوغی ندارم.»

بچه‌هایم که خدا خیرشان بدهد؛ خیلی به ما سر می‌زنند و هوایمان را دارند اما مثلاً اصرار می‌کنند که ما امشب می‌آییم دنبال‌تان که شام برویم بیرون. خب من نمی‌روم؛ ترجیح می‌دهم در خانه يك غذای سبک بخورم و بعدش بخوابم.» می‌گوییم خب دل‌شان را نشکنید. آنها می‌خواهند شما سرحال باشید. ضمن این‌که با شما به آنها خوش می‌گذرد. «می‌دانم؛ همه اینها را می‌دانم اما بیشتر دوست دارم آنها به خانه‌مان بیایند و هم را ببینیم و دور هم چیزی بخوریم اما خودشان بروند بیرون خوش بگذرانند. بد می‌گویم؟»



یادداشت:
دکتر حسن
موسوی چلک
رئیس انجمن
مددکاران اجتماعی

راه ورسم

سپاسگزاری

در روابط اجتماعی، بارها این عبارت‌ها را شنیده‌ایم که «قلانی نمک‌نشاناس است»، «نمک خوردن و نمکدان را شکستن»، «نمک به حرام...» و وقتی به کاربردهای این جملات نگاه می‌کنیم يك پیام مشخص دارد و آن این است که این نوع روابط در شان روابط بین انسان‌ها نیست و معمولاً واکنش مردم در مقابل کسانی که سپاسگزار آنچه دیگران برای آنها انجام دادند، نیستند فاصله گرفتن از آنها و حتی گاهی پشیمان شدن از انجام کار برای آنها و دیگران خواهد بود. این در حالی است که یکی از زیبایی‌های زندگی اجتماعی که به روابط انسانی معنی می‌بخشد «سپاسگزار بودن» است. افراد سپاسگزار همیشه در قلب دیگران جای دارند چون به اصطلاح «بی‌چشم و رو نیستند». سپاسگزاری، نیازمند هزینه کردن‌های گراف نیست.

گاهی اوقات با زبان سپاسگزاری کنیم از همسرمان که خانه را تمیز کرده، غذا درست کرده، مراقب‌مان است تا در کارهای مان موفق تر شویم، مراقب پدر و مادرمان است، مدیر یا همکاری که در کارها به ما کمک کرده تا امور را بهتر انجام دهید، کاری را که بلد نبودیم به ما یاد داد و... چرا که يك کلام با محتوای سپاس می‌تواند در تقویت رابطه انسانی تأثیرات مثبت بسیاری داشته باشد. تلخی نمک نشناسی از کسی بیشتر می‌شود که فردی با حمایت ما به جایی رسیده باشد، ولی رفتار ناسپاسانه داشته باشد. گاهی اوقات با ارسال يك پیام کوتاه می‌توانیم سپاسگزاری کنیم. خیلی از افراد ممکن است در قبال کارهایی که برای ما انجام می‌دهند، انتظار سپاسگزاری نداشته باشند ولی ما با سپاسگزاری به روابط انسانی معنا می‌بخشیم و روابط بین ما مردم گرم‌تر و صمیمی‌تر می‌شود. چنانچه در يك محیط اداری سپاسگزار افرادی که خوب کار می‌کنند باشیم هم خودشان برای کار بهتر انگیزه پیدا می‌کنند و دوستدار محیط کارشان می‌شوند، چون روابط انسانی حاکم است و در همکاران دیگر انگیزه برای کار بهتر ایجاد می‌شود.

خاطرهم هست جایی‌کار می‌کردم از یکی از کارکنان که به عنوان کارمند نمونه انتخاب شده بود، سپاسگزاری می‌کردند. یکی از همکاران دیگر که کمی هم صحبت‌های جدی خود را طنزگونه بیان می‌کرد رو به مدیر مربوط گفت: تازه فهمیدم کسی که دیر سرکار می‌آید، سر کار هم به امورات شخصی می‌پردازد و... مالک انتخاب کارمند نمونه است. در واقع این‌گونه سپاسگزاری سبب ایجاد حس بی‌اعتمادی می‌شود. مراقب باشیم در منزل و محیط‌های اجتماعی و اداری و... سپاسگزاری درست و به موقع را به عنوان مولفه مهم در حفظ وتقویت رابطه انسانی مورد توجه قرار دهیم.