



اقلیم ایران چه مزاجی دارد؟



چراغ روستاها روشن می ماند



معجزه عروسك درمانی ربات ها

زندگی

سه شنبه ۱۱ تیر ۱۳۹۸ :: شماره ۵۴۰



اگر اهل تفریحات تابستانی هستید، اما نمی خواهید خیلی خرج روی دستتان بماند، خواندن این گزارش را از دست ندهید

خوشگذرانی به وقت گرانی



info@jamejamonline.ir

روابط عمومی: ۲۲۲۶۱۴۷



#درخت_فراموش

بلقار از تهران:

شهرداری منطقه ۱۶ خیابان بهنام، پیاده‌روی این خیابان را سنگفرش کرد، ولی برای درختان هیچ فضایی جهت آبیاری قرار نداد.



#تاکسی_برجسب

رضوی از تهران:

بیشتر تاکسی‌های سطح شهر تهران برجسب کرایه ندارند و مسافران دچار سردرگمی می‌شوند.



#گوشت_گران

خیری از تهران:

برخلاف وعده‌های دولت و واردات دام هنوز هیچ کاهش قیمتی در گوشت قرمز صورت نگرفته است.



#واردات_ضروری

نیکوی از تهران:

به جای واردات کالاها ضروری چه لزومی دارد لوازم آرایشی وارد شود؟ بهتر است به جای آن دارو و مواد اولیه برای تولید وارد شود.



#دولت_گران

ظفری از تهران:

دولت خود با تصویب و صدور مجوز برای کارخانه‌ها نسبت به افزایش قیمت کالاها دامن می‌زند و با افزایش قیمت دلار عامل اصلی در تورم است و برای توجیه این کار، مقصر را دلالت معرفی می‌کند.



#آسفالت_خراب

حق پرست از کرج:

آسفالت نامناسب، دست‌انداز و چاله‌های فراوان در کمالشهر کرج رفت و آمد را برای خودروها سخت کرده است.



#جوابیه

در پی درج پیامی در ۲۸ خرداد ۱۳۹۸ با عنوان «کرایه-مترو» مشاور مدیرعامل و مدیر ارتباطات و امور بین‌الملل متروی تهران با ارسال نمرایی اعلام کرد: قیمت‌های تعیین‌شده مترو، بر اساس لایحه قیمت بلیت که به تصویب شورای اسلامی شهر تهران و فرمانداری تهران رسیده است، طبق مسافت طی شده از مبلغ اعتباری کارت مسافر کسر می‌شود. لازم به توضیح کارت در هنگام ورود مبلغ ۴۲۹ ریال از کارت مسافر برداشته و هنگام خروج براساس مسافت طی شده مابه‌التفاوت از اعتبار کارت ایشان کسر می‌شود. چنانچه مسافر محترم هنگام خروج از ایستگاه کارت خود را به دستگاه نشان ندهد در ورود بعدی ابتدا مبلغ ۷۹۶۲ ریال بابت مابه‌التفاوت عدم ثبت خروج قبلی کسر شده و جمعا ۱۲ هزار ریال از کارت ایشان کسر می‌شود.

هرچه در زمستان تا سر برمی‌گردانی شب شده است و دیگر رمقی برای کارهای جدید و حتی مانده از روز گذشته را نداری، روزهای بلند تابستان آن قدر هوا روشن می‌ماند که آدم رویش نمی‌شود به‌سادگی از آن بگذرد و کاری نکند. حالا چه‌کار کند؟ سفر؟ کلاس؟ رستوران؟ خرید؟ فهرست‌های پیشنهادی سرسام‌آور برای پر کردن اوقات فراغت آن قدر زیاد است که آدم در دوراهی سخت بین علاقه و هزینه می‌ماند. اما خب این یک راهنمای تکراری برای پر کردن اوقات فراغت نیست؛ بلکه راهنمایی برای پر کردن اوقات فراغت با فیلتر در نظر گرفتن شرایط اقتصادی و کم‌هزینه است؛ فیلتری که دایره انتخاب فعالیت‌های دلخواه تابستانه‌مان را قطعا برایشان راحت‌تر می‌کند. به نظر ما حتی اگر جیب‌تان پر پول هست هم با زی‌بی‌گدار به آب نزنید و این فیلتر را برای علاقه‌مندی‌هایتان فعال کنید.



نگرس خاغانلی‌زاده

جامعه

ندارد. پس برای خودتان و بچه‌هایتان فعالیت‌سازی کنید و فهرستی از تفریحات و فعالیت‌های خانگی برای خودتان ردیف کنید. بازی کردن، قصه‌گویی، اجرای نمایشنامه، درست کردن کاردستی، نقاشی، مشاغر، خواندن و نوشتن، ورزش، آشپزی، رسیدگی به گیاهان و ... فعالیت‌هایی است که می‌توانید متناسب با فضای خانه و سن و سالتان آن را انتخاب کنید و چند ساعتی خودتان و البته بچه‌های کوچک‌خانه را سرگرم کنید.

همسفر با شهرداری

یک جست‌وجوی کوتاه در اینترنت، یک عالم پیشنهاد تور تهران‌گردی (یا شهر خودتان‌گردی) برایتان می‌آورد که به نظر می‌رسد در مقایسه با وقتی که به صورت شخصی به این موزه‌ها و مکان‌ها و ... بروید، هزینه‌تان کمتر خواهد بود. می‌توانید یک روز از هفته‌تان را برای همراهی با این تورها انتخاب کنید و با هزینه‌ای معمولی، جاذبه‌های شهر را بگردید. مثلاً یک روز بازدید از مسجد خرا دل‌و له، بازدید از کوشك خرا دل‌و له،

خانه‌ظهیرالاسلام، خانه سعید نفیسی، کوچه میزاده عشقی، موزه نقاشی پشت شیشه، خانه صادق هدایت،

عمارت تاریخی موزه‌ها و مکان‌ها و ... تخصصی از خانه ارغوان، ۶۵ هزار تومان هزینه برایتان دارد که به نظر برای یک گردش حسابی یک‌روزه، ارزشش را دارد.

به صرفه کتاب بخوانید و فیلم ببینید

فیلم دیدن و کتاب خواندن، همیشه جزو برنامه‌های ثابت برای پر کردن وقت‌های خالی است اما روش‌های خوبی برای به صرفه کردن این کتاب‌ها و فیلم‌ها وجود دارد. یعنی برای شروع کردن یک کتاب جدید، نیازی به خریدن یک کتاب ندارید؛ می‌توانید کتاب‌هایتان را به هم قرض بدهید یا در نهایت مشتری کتابخانه‌های محلی‌تان شوید. این‌طوری هم به کتابخانه رفت و آمد دارید و احتمالاً دوست‌های کتابخوان جدیدی پیدا می‌کنید، هم در هزینه‌هایتان صرفه‌جویی کرده‌اید و در ازای خرید یک کتاب ۸۰ هزار تومانی، با ده یا ۲۰ هزار تومان (یا حتی کمتر) آن را قرض می‌گیرید و می‌خوانید. فیلم هم از این ماجرا استثنا نیست و راه‌های مختلفی برای بیشتر فیلم دیدن و کمتر پول دادن وجود دارد؛ استفاده از برنامه‌های اینترنتی تماشاگر آلتاین فیلم، فیلم گرفتن از دوستان و دانلودهای قانونی فیلم‌ها از سایت‌های اختصاصی خود آن فیلم، تعدادی از این روش‌هاست که روزهای بلند تابستانی را برایتان دلچسب خواهد کرد.

در خانه بمان

همیشه هم جواب جمله حوصله‌ام سر رفته، بی‌پوش بریم بیرون، نیست. طبیعی است که بیرون از خانه هزینه‌هایی هرچند کم دارد که فعالیت‌های داخل خانه

قید کلاس رانزن

نمی‌توان گفت که به خاطر هزینه‌های نسبتاً بالای کلاس‌های تابستانی، به طور کلی قید آن را برنیزیم و بی‌خیالش شویم. کلاس‌های تابستانی هم مثل ماجرای مدرسه‌های غیرانتفاعی و دولتی است؛ انواع و اقسام متفاوتی دارد که می‌شود تحقیق کرد، مقایسه کرد و در نهایت آن کلاس بهتر و به صرفه‌تر را انتخاب کرد. سرازهای محله و فرهنگسراهای شهرداری، کلاس‌های متنوعی در حوزه‌های تفریحی، ورزشی، هنری و آموزشی برگزار می‌کنند که طبیعتاً هزینه‌هایشان تفاوت محسوسی با دیگر کلاس‌های خصوصی دارند. البته قرار نیست هر کدام که ارزان‌تر از همه بود، را انتخاب کنیم. قرار است ارزان‌ترها را گلچین و بعد بین آنها مقایسه و گزینه بهتر را انتخاب کنیم. ضمن این‌که کلاس‌های آنلاین هم تا حد زیادی هزینه خود کلاس و البته رفت و آمد را کاهش می‌دهد و در نهایت شما آن هنر یا حرفه را یاد گرفته‌اید.

بساط پیک نیک را بچین

نگاهمان این نیست که به رستوران نرویم و به جایش خودمان غذا بپزیم؛ اتفاقاً کاملاً برعکس است. قرار است در روزهایی که بی‌حوصله هستیم و آمادگی رستوران رفتن نداریم و می‌خواهیم یک شام سبک را در خانه و احتمالاً پای تلویزیون بخوریم، همان شام سبک را برداریم و به فضای سرسبز و دلنشین نزدیک خانه برویم و آنجا شام بخوریم. در واقع یک روال تکراری را به یک تفریح تابستانه قشنگ تبدیل کرده‌ایم؛ آن‌هم بدون هیچ هزینه‌ای.

دستش را بگیر

فعالیت‌های خیرخواهانه انجام بدهید. این‌طور که بسیاری از روان‌شناسان می‌گویند، انسان زمانی احساس خوشبختی می‌کند که احساس رضایت درونی از خودش داشته باشد. انجام فعالیت‌های خیرخواهانه به هر شکل و نحوی، این احساس رضایت را در شما زیاد می‌کند و در نهایت شما احساس خوشبختی می‌کنید. ذهن‌تان را هم از این‌که کاش پول زیادی داشتم و می‌توانستم به فلان دوست یا فلان نیازمند کمک‌کنم بیرون بیاورید. کمک کردن به یک آشنا در رسیدن به هدفش هم می‌تواند همان کار خیری باشد که در این تابستان می‌توانید انجام بدهید. پس به نوعش خیلی فکر کنید و یک خوشی را انتخاب کنید.

عضویت در گروه‌های کوهنوردی

برای استفاده از طبیعت با هزینه‌ای اندک می‌توان به این شکل عمل کرد که برای تهیه لوازم اولیه هزینه می‌کنید و بعد از آن دیگر همراه ثابت یک تیم کوهنوردی خانوادگی در آخر هفته‌هایتان هستید. همه

هزینه چنین حرکتی هم یک جفت کفش خوب برای کوهنوردی و یک کوله با خوراکی‌های دلخواه‌تان است که تقریباً مصداق یک بار هزینه برای چندین بار استفاده هستند. به نظر می‌رسد که کوهنوردی در هر جمعه تابستان، دستاوردی خوبی برای فصل فراغت‌تان باشد.

جمعی تفریح کنید

خیلی از مراکز و موسسات هستند که برای افرادی که به صورت گروهی به آنجا مراجعه می‌کنند، خدمات ویژه‌ای دارند. مثلاً به ازای هر چهار نفر مراجعه‌کننده، نفر پنجم به طور رایگان پذیرفته می‌شود. غیر از آن هم خیلی از رستوران‌ها، بن‌ها و تخفیفات خوبی در سایت‌های مختلف ارائه می‌کنند که می‌توانید از بین آنها رستوران مورد نظرتان را انتخاب کنید و دسته‌جمعی بروید و هزینه‌هایتان را نصف کنید. از طرف دیگر، اگر هزینه اجاره یک شب سالن ورزشی یا زمین فوتبال بین یک تیم ده یا ۲۰ نفر تقسیم شود، مبلغ پرداختی برای یک نفر مبلغ ناچیزی خواهد بود. به نظر که خیلی هیجان‌انگیز و در عین حال مقصدانه است.

معاشرت کنید

ملاقات با دوستان یکی از هیجان‌انگیزترین کارهایی است که می‌توانید انجام دهید. در واقع ارتباطات اجتماعی وقت و وقت‌آمدهای دوستانه و البته خانوادگی، همیشه برای همه و برای بچه‌دارها توصیه شده است. شب‌های بلند زمستان و روزهای کوتاه تابستان هم ندارد؛ البته که این روزهای بلند، فرصت بهتری است که وقت بیشتری را در کنار هم بگذرانیم و بیشتر از قبل با هم بگوییم و بخندیم و از حال و هوایمان برای هم بگوییم. خرجش هم می‌تواند یک شربت خنک که یک سفر دو روزه آخر هفته‌ای، یا انتخاب یک اقامتگاه دورهم‌نشینی‌ها و برنامه‌های گروهی ساده‌تر باشد، رغبت آدم‌ها به رفت و آمد بیشتر است و کسی در سختی نمی‌افتد. فرصت معاشرت با آدم‌های خوب را از خود و از بچه‌هایتان دریغ نکنید.

سفر بروید

سفر رفتن هم راه و روش دارد؛ آنقدر که هم خوش بگذرد و هم موقع برگشت، موجودی‌تان صفر نشده باشد و خوشی سفر را برایتان تلخ نکند. به نظر می‌رسد که یک سفر دو روزه آخر هفته‌ای، با انتخاب یک اقامتگاه بوم‌گردی به جای هتل‌های مجلل، سفری کم‌هزینه و البته متفاوت را برایتان فراهم کند. اصلاً همه فکرش را نکنید که قرار است با جیب خالی به سفر بروید. یادتان نزود که همیشه باید آنقدری پول همراهتان باشد که به قول بزرگی، اگر دستتان خورد و کوزه‌ای شکست، بی‌چاره‌نمانید.

به صرفه‌های تابستانی

مدرسه

این روزها همه چیز گران است، از یک کافه‌گردی ساده و ناهار و شام خوردن در یک رستوران گرفته تا سفر رفتن و گشت و گذارهای تک‌نفره و دسته‌جمعی؛ خرید کردن هم که تفریح عده‌ای است پولی می‌خواهد علی‌حده. در واقع اوقات فراغتی اگر باشد و میلی برای پرکردن آن به نحوی دلخواه، خرج‌بردار است و وقتی در یک خانه دست‌کم پنج شش نفر بخواهند به پرکردن اوقات فراغتشان فکر کنند و برنامه‌ای بچینند باید حسابی پول مهیا باشد. البته این باز به خلاقیت هر کسی برمی‌گردد، به سلیقه و میلش در انتخاب حوزه‌های سرگرمی و این‌که آیا قدر پول را می‌داند یا نه و این‌که بیشتر دنبال اسم و رسم یک تفریح است یا کیفیت و اصل‌التش.

فرض را بر این می‌گیریم که وضعیت اقتصادی کشور به خیلی‌ها آموخته که باید با صرف کمترین هزینه بیشترین بهره را گرفت و اگر فرض را بر این بگیریم ارائه پیشنهاد نیز راحت‌تر می‌شود و چندان گرفتار افکار ایده‌آل و بلندپروازانه نمی‌شویم. اگر بخواهیم به افراد زیر ۱۸ سال و بالای هفت سال یک پیشنهاد تابستانه بدهیم که هم خرج و مخارجش معقول باشد و هم بعد از پایان تابستان چیزی عایدشان شود یکی از پیشنهاد های ارزان، شرکت در پایگاه‌های تابستانی مدارس است. سال‌ها پیش پایگاه‌های تابستانی در خود مدارس برگزار می‌شد و حس دانش‌آموز بودن با وجود تعطیلی آموزش همچنان به بچه‌القلم می‌شد ولی چند سالی است که اکثر پایگاه‌های تابستانی از مدارس به بیرون از ساختمان مدارس منتقل شده به نحوی که کلاس‌های تابستانی را می‌شود در کانون‌های فرهنگی و تربیتی، دارالقرآن‌ها، اردوگاه‌های دانش‌آموزی، سالن‌های ورزشی، پایگاه‌های تشکلهای دانش‌آموزی، کتابخانه‌ها و پژوهش‌سراهای دانش‌آموزی، سراغ گرفت.

امسال ۳۰ هزار پایگاه تابستانی در کشور فعال است. سال‌های قبل ۳۳ هزار پایگاه نیز رفته بود. از حدود ۱۳ میلیون دانش‌آموز کشور نیز آموزش در پرورش انتظار دارد حدود چهار میلیون نفر به این پایگاه‌ها بیایند و پای درس مربیان بنشینند. برنامه این است که امسال به جای برنامه‌های خسته‌کننده سال‌های دور یا برخی برنامه‌های کم‌مایه، مهارت‌آموزی در اولویت باشد تا وقتی تابستان تمام شد و بعد از هشت هفته‌متوالی، کسی که وارد این پایگاه‌ها شده دست پر خارج شود و حس کند که اوقات فراغت تابستانش غنی شده است. سال‌های پیش هم همین‌طور بود، البته به خلاقیت گردانندگان پایگاه‌های تابستانی بستگی داشت که مهارت را چه چیزهایی به بچه‌ها تالاش کنند؛ فقط یک مهارت صنعتی یا هنری یا مهارت زندگی را در کنارش. سال‌های قبل که خوب جواب داد وقتی برخی پایگاه‌ها مهارت زندگی در شهر، مهارت حل‌مسئله و مهارت زمانی را ازای هشت هفته که روی هم می‌شد یک تابستان اقتصادی و به صرفه.