

درس بزرگی از قهرمانی سرخ‌ها

پرسپولیس در شرایطی قهرمان لیگ برتر شد که در هفته‌های پایانی از شانس کمی برخوردار بود، اما به‌جای بحث روی موانع و مشکلات، روی نتیجه تمرکز کرد

سید مصطفی صابری | روزنامه نگار

بعد از باخت لحظات پایانی پرسپولیس به سپاهان در هفته بیست‌وسوم لیگ برتر و با توجه به تعداد بازی کمی که باقی مانده بود و فاصله ۴ امتیازی دو تیم، هیچ کس فکرش را نمی‌کرد در هفته آخر این پرسپولیس باشد که در روند خوب سپاهان، بتواند قهرمانی را تجربه کند. اما این اتفاق با لغزش‌های سپاهان مقابل تراکتور و ملوان و فرصت‌طلبی سرخ‌ها رقم خورد. تایتاک درس بزرگ داشته باشد. این که تا لحظه پایانی باید جنگید و منتظر فرصت خوب بود. مشکلات فوتبال کشورمان یکی دوتا نیست، هر تیمی می‌تواند برای نتیجه نگرفتن بهانه‌های زیادی داشته باشد؛ از مشکلات داوری تا درسرهای مدیریتی، ضعف‌هایی که در برنامه‌ریزی لیگ وجود دارد و خیلی چیزهای دیگر که با بحث درباره هر کدام‌شان به عنوان مربی، مدیر یا بازیکن می‌توان توجه برخی از هواداران پرسشوری را که اهل بحث و کربا تیم‌های دیگر هستند، جلب کرد و دست مسئولیت‌پذیری، حق‌طلبی و دفاع از تیم خودی را گرفت، اما این رفتارهایک سری نتایج دارد، شاید در فضای مجازی محبوبیت بیابود، شاید برخی از هواداران را راضی کند، اما باعث نتیجه‌گرفتن در زمین نمی‌شود چون کسی که تمرکز روی هدف اصلی‌اش ندارد، از انرژی که باید صرف رسیدن به نتیجه کند، برای پاسخ‌گویی به این‌و آن استفاده می‌کند. پرسپولیس هم مثل بقیه تیم‌ها از اشتباهات داوری سودو زیان دید. اما از یک جایی به بعد تصمیم گرفت کاری به این چیزها نداشته باشد؛ حتی پاسخ‌میدان، مربیان و بازیکنان حریف را ندهد. دو ماه تمرکز کامل باعث شد تیمی که شانس به‌مراتب کمتری داشت بتواند جام را بالای سر ببرد.

در زمینه‌های دیگر زندگی هم این ماجرا صدق می‌کند. برای نتیجه نگرفتن در کنکور می‌توان هزاران بهانه ردیف کرد؛ از این که بچه‌هایی که در غیرانتفاعی درس می‌خوانند آموزش بهتری می‌بینند، تا این که اساس کنکور به‌خوبی روند تحصیلی یک نفر را نشان نمی‌دهد. برای مشکلات شغلی، پیشرفت نکردن، زندگی زناشویی و هر چیزی فهرستی از موانع را می‌توان ردیف کرد؛ موانعی که واقعا هستند اما آدم‌های توانمند در زندگی برای موانع هم برنامه دارند و با در نظر گرفتن آن‌ها پیش می‌روند. بهانه جویی حس خوبی دارد، چون مسئولیت را از دوش خود فرد برمی‌دارد و روی دوش بقیه می‌گذارد. اما مشکلش این جاست که نتیجه خوب عاید کسی نمی‌شود که بهانه‌ها را ردیف کرده. شاید آدم بهانه جو در زندگی شغلی، تحصیلی و خانوادگی، خودش را مقصر نداد، اما برنده نیست.



ما و شما
راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۲۰۰۹۹۹ و تلگرام ۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

- * دنیای حیات وحش خیلی جذابه.
- * اگر در دست یادم باشه، یکی از پربیننده‌ترین برنامه‌های تلویزیون طبق آمار، مستندهای حیات وحش از شبکه مستند است.
- * در صفحه جوانه، مطلب «یک گردش با مزه بین اولین‌ها» جالب بود. خسته نباشید.
- * در صفحه سلامت نوشتن که در کافه، چی سفارش بدیم؟ من چند وقتی هست که به اسم‌هاش نگاه نمی‌کنم. فقط به قیمت‌ها نگاه می‌کنم، برهمون اساس هم سفارش می‌دم!
- * درباره مطلب مغازه موحسن در زندگی سلام، کثیف بودن ظاهری زشت و ناپسند است، هر چند خیلی‌ها به غلط شیفته‌اش باشند.
- * قسمتی از صحبت‌های آقای دوبلور که داستان‌های ناگفته در مستندهای «آنتیپور» بود، خیلی جذاب بود. ترغیب‌کننده هم بود برای تماشای چنین مستندهایی.
- * پرونده‌ای که درباره لژیون‌ها در حال فتح جام‌ها نوشته بودید، حالم را خوب کرد. امیدوارم تیم ملی با کمک این بازیکنان و بعد از سال‌ها، عنوان قهرمانی در جام ملت‌های آسیا را کسب کند.
- * در زندگی سلام درباره افرادی که ۳ و ۲ شیفت در بیرون از خانه کار می‌کنند تا زندگی‌شان بچرخد هم بنویسید. آن‌ها حتی فرصت گلایه هم ندارند چون وقت ندارند.

برگ سبز و سند کمیانی خودرو پراید ۱۳۲ مدل ۹۰
به شماره انتظامی ایران ۳۶ - ۵۱۱ ب ۵۴ به شماره موتور ۴۲۲۷۳۱ و شماره شاسی S1422290289133 بنام عباس مودب بیلندی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.
۱۲۰۲۰۶۵۲۴

برگ سبز و سند کمیانی پراید جی تی ایکس مدل ۱۳۸۳
به شماره پلاک ۱۴۵ ن ۱۱ - ایران ۲۳ و به شماره موتور ۱۰۶ ۵۱۰۶ و به شماره شاسی S14۱۱۲۲۸۲۱۶۴۶۲۱ بنام علیرضا مطلب زاده مفقود و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.
۱۲۰۲۰۶۵۲۸

برگ سبز خودرو وانت پیکان مدل ۱۳۷۷
به شماره پلاک ۴۵۱ ن ۲۱ - ایران ۲۳ و به شماره موتور ۱۹ ۱۱۵۱۷۷۱۱ و به شماره شاسی ۷۷۹۱۱۸۵ بنام حسن پندش مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.
۱۲۰۲۰۶۶۱۲

برگ سبز و سند کمیانی خودروی نیسان مدل ۱۳۹۹
به شماره پلاک ایران ۲۸ - ۳۶۹ بنام ۶۸ و شماره موتور ۲۲۸۴۲۳۵۹۳۲ و شماره شاسی NAZPL140TL۵62164 بنام رقیه تاجی به کد ملی ۷۲۱۲۷۲۵۶ مفقود شده و فاقد اعتبار است.
۱۲۰۲۰۶۵۶۹

مهم‌ترین و باارزش‌ترین چیزی است که کتاب به ما می‌دهد. این آگاهی بخشی می‌تواند در سطوح مختلف رخ دهد، از عمیق‌ترین لایه‌های شخصیتی تا افزایش اطلاعات عمومی. بزرگی گفته است خواندن کتاب خوب مانند گفت‌وگو با بهترین ذهن‌های قرون گذشته است و به درستی انگار با خواندن کتاب، سرکلاس بزرگ‌ترین اندیشمندان نشستیم و سخنان آنان را می‌شنویم.

سفر در زمان و مکان با کتاب

ما در زندگی زمان و توانایی محدودی داریم و نمی‌توانیم تمام چیزهایی را که می‌خواهیم مستقیم تجربه کنیم، ما نمی‌توانیم زندگی‌های مختلف را کاملاً تجربه کنیم و کتاب این فرصت را در اختیار ما می‌گذارد که چندین و چند زندگی را به طور غیرمستقیم تجربه کنیم. با کتاب در زمان و مکان سفر می‌کنیم. می‌توانیم به قرن‌ها قبل یا دورترین سرزمین‌ها سفر کنیم و با انسان‌ها و زندگی‌های گوناگون آشنا و مانند یک جهانگرد، پخته و با تجربه شویم.

وزیر زده شدن مغز و موفقیت در آینده

کتاب خواندن، درست مانند کاری که ورزش با بدن می‌کند، مغز ما را ورزیده می‌کند. فعالیت مغز، تمرکز و حافظه را تقویت می‌کند و می‌تواند از افت کارکردهای شناختی و آلزایمر در سنین بالا جلوگیری کند. همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند کتاب خواندن، مهارت‌های حل مسئله، برنامه‌ریزی و تفکر نقاد را که از مهم‌ترین مهارت‌های زندگی هستند، در ما تقویت می‌کند. کتاب خواندن با افزایش دایره‌واژگان و تسلط بر ادبیات، موجب تقویت مهارت‌های کلامی و ارتباطی با آدم‌های مختلف می‌شود. همچنین هنگام کتاب خواندن، با همانندسازی و همذات‌پنداری با شخصیت‌های کتاب، درک ما از افراد، افکار، احساسات، مشکلات و جهان بینی‌شان افزایش می‌یابد و همدلی ما تقویت می‌شود که همه این‌ها از رموز موفقیت در زندگی هستند.

تفریحی سالم و لذت‌بخش

در نهایت کتاب یک تفریح سالم، لذت‌بخش و تقریباً کم‌هزینه است. اعضای خانواده و به خصوص همسران می‌توانند با یکدیگر کتاب بخوانند و درباره آن گفت‌وگو کنند. این کار به صمیمیت بین آن‌ها بسیار کمک می‌کند. به یاد داشته باشید برای رسیدن به این فواید نیازی نیست حتماً کتاب‌های علمی، فلسفی، روان‌شناسی، تاریخی و... بخوانید. داستان‌ها و رمان‌های خوب هم می‌توانند شما را با یک دنیای دیگر، زندگی‌های دیگر و انسان‌های دیگر آشنا کنند و تمام آن فواید را به شما بدهند.



ارسال سوالات به صفحه خانواده پیامک ۲۰۰۹۹۹ تلگرام ۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

گوشه‌ای می‌کنند، به شما توصیه می‌کنم بدون افتادن به ورطه شک و بدبینی و در کمال خونسردی و پذیرش این که تمایل به نیاز همبازی داشتن در سنین خردسالی وجود دارد، همچنین با توجه به این که در خانواده‌های امروزی تعداد فرزندان خیلی کم شده است، به دنبال مدیریت این مسئله باشید. در شرایط کاملاً عادی و ابتدایی، کودکان به هم‌سن و سالان خویش فقط به عنوان یک همبازی و هم کلام که خیلی به او نیاز دارند نگاه می‌کنند و این امکان‌هاست که ممکن است با برخورد‌های تند و آن‌ها یا ساد انکارانه خویش حس ترس و بدبینی از جنس مخالف پاتما یل بیمار گونه به یکدیگر را در آن‌ها ایجاد و تقویت کنیم.

نظارت دورادور را جدی بگیرد

بنابر این توصیه می‌شود چنان چه دخترانی دیگر در بین اقوام و دوستان هم‌سن دختر خانم شما وجود دارند ارتباط خودتان را با آن‌ها بیشتر کنید تا دخترتان فرصت بیشتری برای بودن در کنار دوستان همجنس خود داشته باشد و با گفت‌وگو با آن‌ها لذت کودکانه ببرد. چنان‌چه از این امکان برخوردار نیستید و انتخاب‌های‌تان محدود است، از بازنگیختن حس کنجکاوی بی دلیل و ایجاد زمینه‌های حساسیت بی‌جا یا وسواس گونه در فرزندان‌ها پرهیز کنید. همچنین شرایطی را فراهم کنید که نظارت دورادور بر اعمال و گفتار آن‌ها داشته باشید. مثلاً از دخترتان بپرسید که چقدر با حرف‌های پسر خاله‌ات موافق بودی تا با شمار درباره حرف‌های‌شان صحبت کند و در صورت نیاز از شما راهنمایی بگیرد.



طالع بینی آینده با کتاب!؟

واکاوی روان‌شناسانه شعار «آینده خواندن است»

که مربوط به سی و چهارمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران است



دکتر پرستو امیری | متخصص روان‌شناسی سلامت

همه ما دوست داریم بیشتر درباره آینده بدانیم. آگاهی از آینده این امکان را به ما می‌دهد تا تصمیم‌های معقولانه‌تری بگیریم و بیشترین منفعت را ببریم. این روزها یعنی از ۲۰ تا ۳۰ اردیبهشت، سی و چهارمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران با شعار «آینده خواندن است» در حال برگزاری است، اما آیا واقعا با مطالعه کتاب، می‌توان از آینده اطلاعات قابل توجهی به دست آورد. در ادامه به این سوال پاسخ می‌دهیم و از مهم‌ترین فواید مطالعه خواهیم گفت.

خواندن آینده در کتاب‌های گذشته

شاید به نظر تان عجیب بیاید اما من بعد از شنیدن شعار نمایشگاه کتاب امسال، به لغت‌نامه جوع‌وواژه «خواندن» را جستجو کردم. اگر از من بپرسید چرا آینده خواندن است، شاید بتوانم پاسخ قانع‌کننده‌ای به شما و خودم بدهم، اما در لغت‌نامه مقابل واژه «خواندن» نوشته شده است: «خوانا و دیگری، آن‌چه شایسته خواندن است. حالا بیایید با این دموئی، بار دیگر به این شعار نگاه کنیم. آینده‌ای می‌تواند خواند؟ شبیه کاری که طالع بین‌ها می‌کنند؟ احتمالاً با من هم‌نظرید که خیر! اما مگر داستان‌های زندگی انسان روی کره زمین، تکرار و تکرار و تکرار نیست؟ مگر ما در حال تجربه آن‌چه هزاران سال انسان تجربه کرده است نیستیم؟ اگر این‌طور نگاه کنیم، مگر نه این که آینده را می‌توان در کتاب‌هایی که در گذشته نوشته شده است، خواند؟!

دختر ۷ ساله ام خیلی با پسر خاله ۱۲ ساله اش صحبت می‌کند

دختری دارم ۷ ساله. هر وقت با فامیل بیرون می‌رویم، می‌بینم که دخترم با پسر خاله‌اش، خیلی صحبت می‌کند. پسر خاله‌اش ۱۲ ساله است. بزرگ‌های فامیل به من تذکر می‌دهند که مراقب دخترت باش. من باید چه کار کنم؟ از دخترم بپرسم که درباره چه مسائلی صحبت می‌کنند و به او تذکر بدهم یا این کار باعث می‌شود که ذهنش به این مسئله حساس شود؟ راهنمایی کنید.



دکتر فیده ناصری | روان‌شناس کودک

درباره سوال شما و ارتباط دختر خردسال با پسر خاله نوجوان باید در نظر داشته باشیم جلوگیری از ارتباط کلامی و امر و نهی نسنجیده، ممکن است به انزوای ناخواسته، کم‌رویی و خجالتی شدن فرد منجر شود. البته ذکر این نکته حائز اهمیت است که این مسئله به چار چوب‌های

شهرداری تأیید در نظر دارد از محل اعتبارات منابع داخلی به استناد مصوبه ۷۹۱ مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۲۴ شورای اسلامی شهر تأیید مناقصه انجام ممیزی املاک سطح شهر تأیید به تعداد ۲۰۰۰ ملک (۱۱-ممیزی میدانی و برداشت اطلاعات املاک و معیار سطح شهر ۲- اصلاح ترسیم و بروز رسانی لایه های پلیگون محدوده عرصه ، پلیگون محدوده ساختمان و لایه نقطه ای اصناف وفق GIS بر مبنای برداشت های ممیزی ۳- ورود اطلاعات به سامانه نرم افزار شهرداری) تا سقف ۲۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد.

((آگهی مناقصه انجام ممیزی سطح شهر تأیید به تعداد ۲۰۰۰ ملک))
(ستاد به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.
- زمان اولین انتشار آگهی : ساعت ۱۷/۲۳/۱۴۰۲ و روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۲۳ مهلت در یافت اسناد مناقصه از سایت : ساعت ۸ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۲۳ - مهلت زمانی ارائه پیشنهادات : ساعت ۱۶ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۲۳ - زمان بازگشایی پاکت ها در ساعت ۱۲ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۲۳ - سیره شرکت در مناقصه مبلغ ۱/۲۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می باشد.
- کلیه هزینه های مربوط به آگهی بر عهده برنده مناقصه می باشد.
- اطلاعات در خصوص اسناد مناقصه و ارائه پاکت ها :
الف : چک یا ضمانت بانکی به صورت فیزیکی به شهرداری ارسال گردد.
ج : قیمت پیشنهادی
- شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است.
- در صورتی که برندگان اول تا سوم از پیشنهاد خود عدول نمایند سپرده آنان به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.
- سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به معامله در اسناد مناقصه مندرج است.
اطلاعات تماس و آدرس مناقصه گذار:
آدرس : خراسان رضوی - شهر تأیید- بلوار شریعتی - شهرداری تأیید- تلفن ۵۴۱-۵۴۵۲۲۴۶۵
اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه :
مرکز تماس : ۰۲۱۴۱۹۳۴ دفتر ثبت نام ۸۸۹۶۹۷۲۷ و ۸۸۹۶۹۷۲۸
مهر دادگرم زاده - شهردار تأیید