

پیشنهادهایی برای یک سفر اقتصادی و دلچسب خانوادگی

سفر گران است شما ارزانش کنید!

به رغم گرانی و مشغله فراوان نمی توان اعضای خانواده را از مسافرت تابستانی محروم کرد

گندم زمانی
یک زمانی تابستان را فصل تعطیلات و سفر می شناختیم؛ همان زمانی که این حجم از هتل ها نبود. محل اسکان یا چادر مسافرتی بود یا خانه اقوام و نزدیکان یا داخل ماشین و مدرسه ها. همان زمانی که عمدتاً ماشین های امروزی دنده اتومات نبودند. اتفاقاً باید با همان بیگان کوچهای سر بالایی امامزاده هاشم و پیچ های چالوس را طی می کردیم. همان زمانی که جاده ها اتوبان نبود و ساعت و پشت یک کامیون معطل می شدیم تا بلکه امکان سبقت را پیدا کنیم. همان زمان که قرار با خاله و دایی اولین نماز صبح در اولین مسجد جاده بود. همان زمان که منتقل و تشک و بالش روی بارند بود و از در و دیوار ماشین بچه می ریخت. هیچ کدام از امکانات امروزی نبود اما صفا و صمیمیت و سادگی یک سفر دسته جمعی و فامیلی را کلید می زد. تابستان تمام شد و یک سفر هم نرفتیم. خرج سنگین است؟ زمان محدودی داریم؟ رئیس یا مرخصی موافقت نمی کند؟ جا نداریم؟! خورد و خوراک گران است؟ همه اینها سر جای خود. اما با همه محدودیت ها بالاخره خروج چند روزه از شهر و سبک کردن روح و ذهن از کار و مشغله لازم و البته شدنی است. سفر به انرژی ما برای ادامه زندگی کمک می کند. یعنی به نوعی شارژ ما برای ادامه روزهای باقی مانده سال است. هر چه بیشتر سفر کنیم، روحیه بهتری هم خواهیم داشت. اما سفر خرج دارد و برای اینکه بتوانیم بیشتر سفر کنیم، باید کمتر هزینه کنیم. تعجب نکنید اما به اندازه موهایی سر تان راه برای سفر ارزان وجود دارد که فقط کافی است کمی حوصله به خرج دهید و فکر کنید، البته که مهم ترین گام سفر همت مضاعف و انتخاب همراهان و همسفران خوب است تا یک سفر دلچسب دسته جمعی با هزینه دانگی را تجربه کنید.



سیاحت
Journey

کجا برویم؟

۱ برای داشتن یک سفر ارزان لازم نیست حتماً هزاران کیلومتر از خانه خود فاصله بگیرید. رفتن به مکان های نزدیکی که تا حالا تجربه نکرده اید، می تواند برای ارزان تر تمام شود. مثل شهری در همسایگی که تا به حال پای تان به مناطق پرکش تر سبزه و زیبایی هایش را ندیده اید. دیگر اینکه طبیعت می تواند به کمک شما بیاید. به عبارت دیگر سفر به مناطقی که سرشار از جاذبه های طبیعی مانند دریاچه، جنگل، ساحل، آبشار و غیره هستند، مثل موزه ها یا مکان های تاریخی نیازمند هزینه بلیت نیست، البته حین گشت مجازی در تلفن همراه خود به خدمات رایگانی که برخی مؤسسات تفریحی در بعضی از روزهای ماه یا سال ارائه می دهند، دقت داشته باشید و از این فرصت ها استفاده کنید.

چه جوری برویم؟

۲ ماشین نداشتن بهانه خوبی برای سفر نرفتن نیست. قطار و حتی اتوبوس گزینه همیشه در دسترس شما برای سفر رفتن است. اگر بلیت را اینترنتی تهیه کنید، قطعاً برای شما ارزان تر هم تمام می شود. البته استفاده از یک خودروی مشترک با دوستان خود عقلمندتر به نظر می رسد. هزینه های سوخت هم بینابین تقسیم خواهد شد.

با چه کسانی برویم؟

۳ مهم نیست با چه کسی؟ اما مهم است که همه خانواده رضایت دسته جمعی برای انتخاب همسفران داشته باشند. به خصوص فرزندان، بالاترین حق انتخاب را برای انتخاب همسفران دارند. تابستان برای آنهاست و حق دارند برای عبور از خستگی دوران تحصیل در صدر تصمیم ها باشند. از همراه ساختن پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها غفلت نکنید. شاید کنار آمدن با آنها دشواری هایی داشته باشد اما قطعاً شیدین خاطرات دوران جوانی آنها در طول سفر خالی از لطف نیست.

کجا اتراق کنیم؟

۴ ارزان ترین جای اقامت برای سفر دسته جمعی، خانه های محلی و روستایی، خانه های معلم، مسافر خانه ها و حتی اقامتگاه های بوم گردی است که تجربه منحصر به فرد آشنایی با فرهنگ محلی مقصد را نصیب شما می کند. وقتی قرار است تمام روز را به گشت و گذار اختصاص دهید و فقط شب آن هم برای خواب در هتل بمانید، دیگر سایر مسائل مثل استخر و جکوزی اهمیت ندارد.

چی ببریم؟

۵ هر چند در سفر همواره توصیه به سبک بار بودن می شود، اما این به معنای آن نیست که از بردن وسایل ضروری خودداری کنیم چرا که این کار می تواند هزینه های اضافی برای ما برآورد. نبردن وسایل لازم می تواند سفر ارزان شما را دچار مشکل کند، چون در این صورت مجبور خواهید شد آنها را در میانه راه و با قیمت بیشتر خریداری کنید. تا آنجا که امکان دارد لوازم ضروری از جمله چادر مسافرتی، پتو و زیرانداز، داروهای ضروری، اقلام مرتبط با خورد و خوراک مانند لیوان، فلاسک چای، نان و غیره را همراه داشته باشید تا نیازی به خریدهای اضطراری در فروشگاه های بین راهی نداشته باشید.

چی بخوریم؟

۵ اینجا خوشمزه ترین بخش سفر است. بی شک همه ما با دیدن رستوران های شیک، غذاها و شیرینی های محلی یا حتی فست فودهای رنگارنگ وسوسه می شویم تا حساسی از خجالت شکم مان در آییم. در این صورت ممکن است وقتی به خودمان بباییم که نصف هزینه سفر را خرج شکم کرده ایم. پس بهتر است کمی خویشتندار باشید و تمام پول خود را در رستوران های شیک و گران هدر ندهید. توصیه ما این است سراغ اقامتگاه یا محل اسکان هایی بروید که امکان آشپزی را برای شما فراهم می کند. نکته بعدی این است که پیش از سفر امرار رستوران های ارزان را در آورید و ترجیحاً در آنها غذاهای محلی را امتحان کنید. نکته دیگر تهیه یک غذاساز یا حداقل هزینه است که به راحتی برای شما مثل یک طبیعت گرد امکان بخت و پز را فراهم می کند. در نهایت اگر همه اینها نشدنی بود، غذای آماده یا خود بپزید و نگران حمل آن نباشید بلکه با تهیه یک یخچال سفری و ریختن یخ در آن تمامی مواد غذایی تان را با خود حمل کنید.

توصیه هایی برای مقابله با زورگیرها و سارقان خیابانی

همراهی تلفن همراه شما با دزدها

تلفن همراه یکی از طعمه های اصلی برای سرقت است. گوشی شما تنها سوزنه سرقت بلکه حتی عامل تسهیل کننده برای سارقان است. با اقدامات پیشگیرانه زیر از خود و خانواده تان در برابر زورگیران مراقبت کنید.

- از پوشیدن لباس های نامتعارف، زنجیر گردن و دستبند گران قیمت و جلب توجه با موبایل پرهیز کنید.
- سعی کنید پول نقد قابل توجهی در کیف دستی تان حمل نکنید.
- برای اسناد و مدارک مهم جایی بهتر از کیف دستی در نظر بگیرید و رمز عبیر بانک خود را روی کارت یاد در کیف دستی تان نگذارید.
- از عبور و مرور در مکان های خلوت به ویژه در ساعات پایانی شب یا اول صبح خودداری کنید.

- اگر مسیری را پیاده می روید، کیف تان را به سمتی بیندازید که امکان عبور خودرو، موتور سوار یا حرکت سریع عبیر پیاده وجود نداشته باشد.

- سعی کنید در خیابان ها و مکان هایی که امکان سرقت گوشی بالاست، با تلفن همراه خود خیلی کار نکنید.

- در کوچه ها و خیابان های تاریک و خلوت تلفن همراه خود را از کیف یا جیب های خود در نیارید.

- اگر تلفن همراه گران قیمتی دارید، سعی کنید در اماکن عمومی آن را در معرض دید همگان قرار ندهید.

- در اماکن شلوغ و مراکز پر تردد تلفن همراه خود را در جیب پشتی شلوار یا مانتوی خود قرار ندهید.

- اگر قصد دارید با تلفن صحبت کنید، گوشی را به سمتی بگیرد که امکان عبور موتور سوار و خودرو به داخل می رسد.
- در صورتی که وسایلی مثل لپ تاپ یا دوربین عکاسی حمل می کنید، حتماً از کیف های کوله پشتی، استفاده کنید.

- اگر نهایتاً با صحنه ای مواجه شدید که در کوچه یا محلی خلوت با زورگیر و سارق تنها هستید، بهتر است در سریع ترین زمان ممکن کیف یا کوله خود را به یکی از ساختمان ها یا حیات اطراف پرتاب کنید تا ضمن دور ماندن دست سارقان از موارد با ارزش، زمان بیشتری هم برای درخواست کمک بخرید.

- هنگام پیاده روی، بی خیال هندزفری و موزیک شوید تا ز صداها و رفت و آمدهای اطراف بی خبر نباشید.

- به قفل کردن در های اتومبیل، درست پس از شروع به حرکت عادت کنید یا دزدگیری خود را به گونه ای انتخاب کنید که به شما امکان قفل شدن درها را با اولین ترمز بدهد.

- از قرار دادن کیف یا تلفن همراه روی صندلی های دیگر یا روی پشخوان ها خودداری کنید.
- در حین رانندگی کیف، تلفن همراه و ایرپاد را در معرض دید نگذارید.
- اپلیکیشن های ردیابی گوشی خود را فعال کنید.



چرا تماشای منافع حوادث شده ایم؟ یکی بیاید کمک!

سوی یک یا چند نفر می تواند از جنایت و حشمتا کتری جلوگیری کند. یکی از مصادیق این تماشای بودن به حادثه قدیمی میدان کاج در سال ۱۳۸۹ برمی گردد. در دادگاه این حادثه ای که سال ها پیش بسیار پرسرو صدا بود، پدر مقتول حرف جالبی زد و گفت: «در این حادثه بیشتر از همه، مردم حاضر در صحنه جرم و پلیس دل ما را شکستند.»

گاهی همین تماشای بودن و لیخندهای تصنعی و قضاوت گونه یا قضاوت های بیجا و بیچ گونه که انرژی آن در حادثه اثر گذار است، باعث می شود تلخی اصل ماجرا از یاد قربانی برود اما تلخی رفتار مردم از ذهن او پاک نشود.

یک زورگیر سراسر فردی در گوشه پیاده روی یا داخل خودرو می رود، اگر دوالی سه نفر به جای نگاه کردن به سمت فرد ضارب یا زورگیر حرکت کنند، شاید حتی قبل از حمله و اقدام عملی، فرد زورگیر متواری شود. جایی که نباید ببینیم می بینیم، جایی که باید بشنویم و ببینیم می شنویم و برعکس، جایی که باید بشنویم و ببینیم خود را به غفلت می زنیم.

دوستی تعریف می کرد که مورد حمله یک زورگیر در خیابانی خلوت قرار می گیرد که همزمان با مورتوری، دو موتور سوار دیگر هم در نزدیک محل حادثه حضور داشته اند. وی به گمان همدست بودن دو موتور سوری دیگر جسارت حمله و شستن به زورگیر یا مقاومت را پیدا نمی کند و تسلیم خواست وی برای تقدیم کردن گوشی می شود. بعد از متواری شدن زورگیر، متوجه می شود دو موتور سوری دیگر صرفاً تماشای حادثه بوده اند. تحلیل وی اینگونه بود که اگر این دو فرد فارغ از هر گونه اقدامی، حتی اگر حضور نداشتند، امکان دفاع و مقاومت را پیدا می کرد، در حالی که صرف تماشای بودن آنها باعث شد تلفن همراهش به سرقت برود.

گاهی هیچ کاری نکردن حتی از کاری کردن هم بهتر است، در حالی که در بسیاری از موارد یک قدم کوچک از

گاهی همین تماشای بودن و لیخندهای تصنعی و قضاوت گونه یا قضاوت های بیجا و بیچ گونه که انرژی آن در حادثه اثر گذار است، باعث می شود تلخی اصل ماجرا از یاد قربانی برود اما تلخی رفتار مردم از ذهن او پاک نشود

نکته



همرنگی با جماعت؛ خصیصه ای پسندیده یا نکوهیده؟ چرامن؟ چرادیگران نه؟

البوت آرونسون یکی از برجسته ترین روان شناسان اجتماعی معاصر است که هم رنگی با جماعت را از زاویه خصیصه ای پسندیده یا نکوهیده بررسی کرده است. آرونسون می نویسد: هم رنگی همیشه سباز گارانه و نا هم رنگی همیشه ناسباز گارانه نیست. موقعیت های اجتناب ناپذیری وجود دارد که هم رنگی در آنها مصیبت بار و اسفناک است. آفرین بر آن، امکان دارد حتی تصمیم گیرندگان آگاه و پخته نیز در دام انواع ویزهای از فشارهای هم رنگی که در تصمیم گیری گروهی وجود دارد، گرفتار شوند. به اعتقاد آرونسون احتمال هم رنگ شدن فرد، به مبهم بودن موقعیتی که فرد یا آن روبرو است، بستگی دارد. علت هم رنگ شدن فرد با جماعت، «حساس فشار خیالی یا واقعی از سوی گروه» است. یکی از عوامل مهمی که می تواند احتمال هم رنگ شدن فرد را با گروه افزایش دهد «مبهم بودن» موقعیتی است که فرد با آن مواجه شده است. در هم رنگی با جماعت، آنچه رخ می دهد «تغییر در رفتار یا عقاید فرد» است. غفلت جمعی ناظر بر این نکته است که تماشای یا تماشای چیک می صحنه اضطراری، آن را تا چه حد به عنوان یک موقعیت اضطراری درک کنند. در مورد موقعیت هایی که هیچ گونه ابهامی در آنها وجود ندارد و اضطراری بودن آنها به آسانی قابل تشخیص است، چطور؟

در این مورد تحقیقات انجام شده حاکی از آن است که عامل تعیین کننده و مهم در دخالت نکردن در اطراف، حضور دیگران در صحنه است. توضیح آنکه، وقتی فردی به تنهایی ناظر یک صحنه اضطراری است، همه بار مسئولیت کمک رسانی و دخالت در آن موقعیت بر دوش او سنگینی می کند، اما وقتی بیش از یک نفر ناظر یک موقعیت اضطراری باشند، میزان دخالت شدیداً افت می کند.

محققان علت چنین وضعیتی را در بخش و انتشار مسئولیت می دانند که یا به صورت: «چرا من؟» و «چرا دیگران نه؟» یا به شکل: «حتماً موقعیت اضطراری نیست، وگرنه دیگران دخالت می کردند» جلوه می کند. وقتی که چند نفر، ناظر بر یک موقعیت اضطراری هستند و هیچ کدام برای کمک به فرد نیازمند در آن موقعیت اقدام نمی کنند، این امر چنین توضیح می شود که: هر یک از آنها تصور می کند دیگران به کمک خواهند شتافت. از دید این روان شناس هر فرد ملزم است، رفتار مناسب را از طرق مختلف اجتماعی و شخصی مطابق ارزش ها و هنجارهای جامعه، شناسایی و آنها را در خود تقویت کند.