یادداشت

توسعه تهرانگردی و تحول در ساختار تولید و اشتغال شهر

ابراهیمبای سلامی*

● گردشگری به‌عنوان مهم‌ترین صنعت جهان شناخته شده و با گسترش آن، ساختار تولید و اشتغال مردم در حال تحول است. با رویکرد تخصصی و برنامه‌ریزی برای مشارکت جوامع محلی در گردشگری می‌توان فرصت‌های کسب‌وکار مفید و پایداری در هر شهر فراهم کرد. شهر بدون گردشگر همانند کشور بدون گردشگر عقب‌مانده و ناامن تلقی می‌شود و در فرایند تعامل فرهنگی و اجتماعی و رشد و بالندگی برای حیات در «عصر جهانی‌شدن» قرار ندارد و منزلت و هویت فرهنگی آن ارتقا نمی‌یابد. شهر بدون گردشگر از کارکردهای اصلی صنعت گردشگری که عبارت‌اند از درآمدزایی، اشتغال‌آفرینی، عدالت‌گستری، فقرزدایی، پایداری و حفظ محیط زیست بی‌بهره است. عملیات گسترش طرح تهرانگردی نوین در نوروز امسال با رویکردی تخصصی و با درج یادداشتی تحت عنوان «تهران، زیباترین مقصد نوروز» در روزنامه «شرق» مورخ ۲۸ اسفند ۱۳۹۵ آغاز شد و با ایجاد هم‌افزایی بین شرکت‌های وابسته به بزرگ‌ترین هلدینگ گردشگری کشور به مرحله اجرا درآمد و در جهت ارائه خدمت به مردم و تحقق راهبرد توسعه مقاصد داخلی موفقیت‌های چشمگیری محقق شد. در طرح جدید، برای اولین‌بار تورهای تهرانگردی در قالب گروه‌های منظم و متوالی با اقامت شبانه برای گردشگران ۲۹ استان کشور برنامه‌ریزی و اجرا شد. گردشگران از شهرهای مختلف کشور نیز پس از اطلاع‌یافتن از بسته‌های سفر ارائه‌شده، مقصد تهران را برای گذراندن تعطیلات نوروز انتخاب کردند. با همت آژانس بین‌المللی تأمین فقط در هتل همای تهران در قالب پنج گروه گردشگر شرکت‌کننده در تورهای سه‌روزه تهرانگردی، حدود چهارهزارو ۵۰۰ نفر شب اقامت به فروش رسید و از امکانات موجود برای ارائه خدمات باکیفیت و کسب درآمد استفاده شد.

برحسب نظر کارشناسان و مدیران گردشگری استان تهران، میزان اشغال هتل‌های پنج ستاره این مقصد در تعطیلات نوروز سال‌های گذشته بین سه تا پنج درصد بوده است که با اجرای طرح نوین تهرانگردی و با تخفیف‌های منظورشده برای گردشگران که آن هم بخشی از طرح بود؛ به حدود ۹۵ درصد اشغال اتاق‌های قابل واگذاری در هتل همای تهران انجامید. نتیجه موفقیت‌آمیز و پیامدهای اجرای این طرح ثابت کرد که در صورت رهایی از شیوه‌های سنتی که اکنون گردشگری ایران را دربر گرفته است، امکان توسعه این صنعت به همراه ایجاد درآمد و اشتغال برای جوانان وجود دارد. شیوه‌های جدیدی از این‌گونه برای دیگر ایام تعطیل و غیرتعطیل و حتی برای دیگر شهرهای بزرگ کشور که به‌طور معمول، بر حسب رویکرد سنتی و تقاضامحور گردشگری کنونی ایران، در فهرست مقاصد اصلی قرار ندارند، قابل تعمیم و گسترش است و به‌تدریج بستر ساماندهی گردشگری داخلی از نابسامانی و قطبی‌شدن به سوی مشارکت محلی، آمایش سرزمین و استفاده همگانی فراهم می‌شود. با تداوم طرح تهرانگردی مطابق با رویکردهای تخصصی، علاوه بر خدمت به مردم و کاستن از سفرهای پرهزینه خارجی و همچنین، سفرهای پرخطر داخلی، زمینه مشارکت مردم تهران و به‌ویژه اشتغال فارغ‌التحصیلان دانشگاه‌ها مهیا می‌شود.

ادامه در صفحه ۱۷

سفر نوروزی ۱۲ میلیون نفر با اتوبوس، هواپیما و قطار

شرق: در تعطیلات نوروز ۹۶ از ۲۵ اسفند تا ۱۳ فروردین درمجموع حدود ۱۲ میلیون نفر با هواپیما، قطار، اتوبوس، مینی‌بوس و سواری‌های عمومی سفر کردند. این آمار روز گذشته و در نشست خبری اعضای ستاد مرکزی هماهنگی خدمات سفر اعلام شد. به صورت دقیق‌تر این آمار به این شرح است:

سه‌میلیون و ۳۵۹هزارو ۶۹۸ نفر با هواپیما، یک‌میلیون و ۵۹۳هزارو ۲۵۶ نفر با قطار و شش میلیون و ۹۳۹هزارو ۶۳۴ نفر با اتوبوس، مینی‌بوس و سواری عمومی سفر کرده‌اند. از شش میلیون و ۹۳۹ هزار و ۶۳۴ نفر مسافری که با وسایل نقلیه عمومی جابه‌جا شده‌اند نیز ۶۱ درصد از اتوبوس، ۲۲ درصد از مینی‌بوس و ۱۷ درصد از سواری استفاده کرده‌اند. براین‌اساس گفته شد وسیله نقلیه عمومی شماره یک ایرانیان اتوبوس است، پس از آن هواپیما و در رتبه بعدی قطار قرار دارد.

در این نشست خبری که در محل سازمان میراث فرهنگی کشور برگزار شد، مرتضی رحمانی‌موحد، معاون گردشگری کشور، از ثبت ۵۹ میلیون و ۳۴۳ هزار و ۶۷۸ نفر شب‌اقامت در تعطیلات نوروزی خبر داد و گفت: تغییرات جوی در اوایل سال سبب کاهش سفرهای بلندمدت شد و به جای آن آمار بازدید از مراکز فرهنگی و تاریخی افزایش یافت که ۹۴ میلیون و ۵۲۳ هزار و ۳۲۱ بازدید ثبت شده است.

رحمانی‌موحد که با همراهی دیگر اعضای ستاد هماهنگی خدمات سفر در سازمان میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری حاضر شده بود، با ارائه آماری کلی از روند سفرهای نوروزی با اشاره به کاهش سفرهای نوروزی تحت‌تاثیر تغییرات جوی اظهار کرد: با وجود افزایش ۱۸درصدی سفرهای هوایی به جزیره کیش، تردد دریایی به این جزیره مجموعا فقط هشت درصد رشد داشته است، قشم نیز در شرایط مشابهی به‌سر می‌بُرد که با وجود رشد ۵۰درصدی سفرهای هوایی، مسافرت دریایی به آن فقط دودرصد رشد داشت که توفان‌های دریایی، اصلی‌ترین عامل این کاهش سفر بوده است.

او همچنین به آمار اسکان در مراکز آموزش‌وپرورش که نماینده این سازمان در این نشست غایب بود اشاره کرد و افزود: در تعطیلات نوروزی ۱۰ میلیون و ۹۶۳ هزار و ۱۷۷ نفر روز در این مراکز اسکان داشته‌اند که یک میلیون و ۸۸۰ هزار نفر آنها غیرفرهنگی بوده‌اند.

رئیس ستاد هماهنگی خدمات سفر در پاسخ به سؤالی درباره احتمال حذف اسکان در مراکز آموزش‌وپرورش از سال ۹۷ نیز گفت: در جلسه‌ای از ستاد، آموزش‌وپرورش از این وضعیت ناراضی بود، چراکه معتقد است این نوع اسکان خارج از تحمل، امکانات و بودجه مدارس است. خانم احمدی‌پور استفاده از زیرساخت‌های دانشگاه آزاد را به‌واسطه تفاهم‌نامه‌ای که وجود دارد برای حذف اسکان مدارس پیشنهاد کرده و گفته شده که این مراکز با تغییر وضعیت به ظرفیت اقامتی اضافه شوند.

رحمانی‌موحد همچنین بیان کرد: شیوه اقامت در مدارس استاندارد نیست. هرچند حذف آن در نوروز بستگی به تصمیم وزیر آموزش‌وپرورش دارد و همچنین اجرای طرح ساماندهی تعطیلات که در این صورت کل نیروهای آموزش‌وپرورش در طول سال می‌توانند از این ظرفیت اسکان به صورت متراکم بهره ببرند تا آن حجم و بار سنگین کاهش پیدا کند. او معتقد است که وزیر آموزش‌وپرورش تمایل دارد سرمایه‌گذاری استاندارد در این حوزه شکل بگیرد؛ به‌هرحال نیروی بزرگی در این بخش فعال هستند که می‌توان از ظرفیت آن در طول سال بهره گرفت.

رحمانی‌موحد تاکید کرد: وزارت آموزش‌وپرورش برای عملی‌کردن این تصمیم نیازمند اتاق فکری است که با حضور نمایندگان سازمان میراث فرهنگی و گردشگری و تأسیسات اقامتی که خط مقدم این صنعت هستند تشکیل جلسه بدهند تا اگر این طرح قرار است اجرا شود، پیشنهادهای خوبی جایگزین آن شود. معاون گردشگری در ادامه درباره آمار گردشگران خروجی از کشور گفت: پیش از آغاز تعطیلات با توجه به دو پارامتر سفرهای زمینی و هوایی و به‌ویژه ظرفیتی که برای چارترهای هوایی در نظر گرفته شده بود، پیش‌بینی می‌شد سفرهای خروجی ۳۰ درصد کاهش داشته باشد که دست‌کم آمارهای سفر به ترکیه گویای همین میزان کاهش سفر است، سفرهای زمینی به کشورهای همسایه نیز به صورت رفت‌وبرگشت ۹۰۰ هزار سفر بوده که ۲۷ درصد آن خارجی و ۷۳ درصد ایرانی بوده‌اند.

رئیس ستاد هماهنگی خدمات سفر یادآور شد: برای ارائه آمار سفرهای خروجی باید منتظر گزارش پلیس مهاجرت بود که بیستم هر ماه اعلام می‌شود.

معاون گردشگری همچنین درباره فیلم جدیدی که گفته می‌شود اخیرا در فضای مجازی منتشر شده و مربوط به درگیری یک مأمور مرزبانی ترکیه با مسافران است، با اعلام اینکه این فیلم جدید را ندیده است، توضیح داد: درباره روابط گردشگری با سایر کشورها دو شرط امنیت و احترام در همه سطوح تفهیم و منعکس می‌شود. برخورد با شهروندان ایرانی پیش از آغاز سال جدید به مقامات ترکیه اعلام شده و وزارت خارجه و سفارت ایران در آن کشور نیز که وظیفه حمایت از اتباع ایرانی را دارند پیگیر ماجرا بوده‌اند. ما هم توصیه‌های لازم را کرده‌ایم.

وی اضافه کرد: در اتفاقی که اواخر سال گذشته رخ داد، وزارت خارجه و سفیر ایران واکنش‌های شدیدی داشتند. ما نیز برای گرفتن هر نوع تصمیم کلان دراین‌باره متکی به تصمیم دستگاه دیپلماسی هستیم که قطعا بخش کنسولی کشورمان درباره این فیلم تازه واکنش نشان خواهد داد. ما بارها به مردم توصیه کرده‌ایم که شرایط امنیتی در ترکیه را بسنجند تا درگیر چنین اتفاقاتی نشوند. رحمانی‌موحد در ادامه این نشست با ارائه توضیحاتی درباره خدمات ستاد هماهنگی سفر و با بیان اینکه خدمات‌دهی به مسافران نوروزی از ۲۵ اسفندماه آغاز شد و تا ۱۸ فروردین‌ماه همچنان ادامه دارد، یادآور شد: فعالیت ستادهای هماهنگی خدمات سفر از نیمه آذر سال ۹۵ با رویکرد منشور خدمات شهروندی و با شعار نوروز ۹۶ با خدمات متفاوت آغاز شده بود.

در این نشست خبری همچنین قائم‌مقام وزارت صنعت، معدن و تجارت از ۳۲هزارو ۶۳۴ فقره رسیدن شکایت مردمی در تعطیلات نوروزی به دست این وزارتخانه خبر داد و نماینده اورژانس کشور هم آغاز امسال را با توجه به گزارشات تصادفات جاده‌ای، تلخ توصیف کرده و بدون اینکه اطلاعاتی از تلفات جاده‌ای بدهد، آمار داده از ۲۶ اسفند ۹۵ تا صبح روز ۱۴ فروردین، ۳۰هزارو ۲۴۰ مصدوم تصادفی به بیمارستان‌ها منتقل شده‌اند.

آقای گوران، قائم‌مقام وزارت صنعت، معدن و تجارت، با بیان اینکه به دنبال بازرسی سه‌هزارو ۱۰۰ نفر از مراکز خدماتی و اصناف که هتل‌ها، دفاتر خدمات مسافرتی و رستوران‌ها از آن جمله بوده‌اند، بیش از ۲۳هزارو ۲۰۲ پرونده تخلفات به ارزش ۱۰۹ میلیارد و۹۶۵هزار و ۲۳۱ ریال تشکیل شده است، ادامه داد: ۳۲هزارو ۶۳۴ فقره گزارش مردمی به سامانه دریافت شکایات وزارتخانه رسیده که بیشترین آن به گوشت گرم، تخم‌مرغ و تخلفات رستوران‌های بین‌راهی و شهری مربوط می‌شود. وی اضافه کرد: ۴۰۴هزارو ۲۰۳ فقره بازرسی بر اساس ۱۴هزارو ۵۹۳ شکایت مردمی صورت گرفت که شکایت‌های منجر به تخلف، چهارهزارو ۷۵۴ مورد بوده است.

سرابیان، نماینده وزارت دادگستری و سازمان تعزیرات حکومتی، نیز با ارائه گزارشی از پرونده‌های رسیدگی‌شده، گفت: در ۱۷ روز فعالیت ناظران سازمان تعزیرات حکومتی، بیش از ۵۸ فقره پرونده ثبت شده که بیشترین آنها با ۱۳هزارو ۲۷۴ فقره پرونده به استان تهران مربوط بوده و کمترین پرونده‌های رسیدگی‌شده با ۲۷۹ فقره به استان خراسان جنوبی ارتباط داشته است. غلامی، نماینده سازمان راهداری، نیز با اعلام اینکه ۱۷ میلیون نفر از طریق دریا، هوا و زمین در تعطیلات نوروزی جابه‌جا شده‌اند، گفت: تلاش شده خدمات غیرحضوری بیشتری به مسافران داده شود که در این مدت ۸۰ درصد ظرفیت بلیت‌های پیش‌فروش اتوبوس، غیرحضوری و به صورت اینترنتی عرضه شد.

به گفته او، در نوروز هفت میلیون تردد جاده‌ای با وسایل عمومی صورت گرفته که این آمار با اتکا به آمار بلیت‌های فروخته‌شده و مسافران خدمات‌گرفته، مستند است.

وی اضافه کرد: از شش‌میلیون‌و۹۳۹هزار و ۶۳۴ مسافری که با وسایل نقلیه عمومی جابه‌جا شده‌اند، ۶۱ درصد از اتوبوس، ۲۲ درصد مینی‌بوس و ۱۷ درصد از سواری استفاده کرده‌اند. سفرهای مرزی نیز ۱۸ درصد افزایش داشته که بیشترین ترددها به ترتیب از مرزهای مهران، بازرگان، بیله‌سوار، جلفا، نخجوان و آستارا صورت گرفته که ۴۵۷هزارو ۹۰۹ نفر وارد و ۴۷۶هزارو ۹۲۱ نفر تا ۱۳ فروردین خارج شده‌اند.

غلامی با اشاره به سفرهای هوایی نیز گفت: متوسط پروازهای داخلی و بین‌المللی بیش از ۲۷ فروند با سه‌میلیون‌و۳۵۹هزارو ۶۹۸ نفر جابه‌جایی بوده است. وی افزود: آمار مسافران جابه‌جاشده از طریق راه‌آهن یک‌میلیون‌و۵۹۳هزار و ۲۵۶ نفر و آمار سفرهای دریایی سه‌میلیون‌و ۹۵ هزار نفر بوده است.

نماینده سازمان راهداری همچنین به نصب ۷۳۰ دوربین کنترل سرعت در جاده‌ها اشاره کرد و افزود: ۲۸۲هزارو ۴۳۰ سرعت غیرمجاز در این ایام ثبت شده که در اختیار پلیس برای اعمال قانون قرار گرفته است. میانگین تردد سرعتی با ۱۱ درصد افزایش روبه‌رو بوده که بیشترین آمار به هفتم فروردین برمی‌گردد.

نوری، معاون اورژانس کشور، نیز با بیان این توضیح که مسئولیت کل سلامت و بهداشت با این سازمان بوده، گفت: در تعطیلات نوروزی بیش از ۱۶۶ هزار مأموریت انجام شده که ۳۵هزار و ۱۱۵ مورد آن به تصادفات جاده‌ای مربوط بوده که ۳۰هزارو ۲۴۰ نفر مورد تصادفی به بیمارستان منتقل شده و سه‌هزارو ۵۷۸ مورد درمان در محل تصادف صورت گرفته است.

وی بیان کرد: گزارش راهداری از میزان افزایش سرعت در تعطیلات نوروزی و همچنین عملیات تصادفات اورژانس نشان می‌دهد سال خوبی را از لحاظ حوادث ترافیکی آغاز نکرده‌ایم؛ چراکه حجم و آمار بالا بوده و امیدواریم در ادامه سال شمار این حوادث کاهش پیدا کند.

سمیع‌الله حسینی‌مکارم، معاون توسعه مدیریت سازمان میراث فرهنگی و گردشگری و رئیس شورای سیاست‌گذاری نوروزگاه‌ها، نیز در این جلسه با اشاره به اجرای طرح نوروزگاه در ۳۱ استان کشور، گفت: ۲۶۰ نوروزگاه غیر از مراکز استان‌ها در سایر شهرها برگزار شد که سبب افزایش بازدید از مراکز تاریخی و موزه‌ها شد و شادی و نشاط مردم را در پی داشت.

او بر این باور است که آیین‌های نوروزی و نوروزگاه‌ها جاذبه جدید گردشگاه‌ها به شمار می‌آید که بازدید از برخی مراکز تاریخی و فرهنگی ازجمله آرامگاه سعدی را تا ۳۰ درصد افزایش داده؛ درحالی‌که پیش از آغازبه‌کار این رویداد مثلا آمار بازدید در استان فارس فقط چهار درصد بیشتر بود.

محمدحسن طالبیان، معاون میراث فرهنگی این سازمان نیز در تکمیل این توضیحات به برگزاری جشن ملی نوروز در کاخ گلستان با توجه به سبقه تاریخی این مکان اشاره کرد و افزود: تلاش می‌شود در نوروز آینده با مشارکت جدی ۱۱ کشور دیگر عضو پرونده جهانی نوروز، این جشن تکرار شود.

وی با بیان اینکه بازدید از موزه‌ها و محوطه‌های تاریخی در نوروز بین ۲۰ تا ۴۰ درصد افزایش داشته، اظهار کرد: از ۲۱ پایگاه جهانی تا پایان ۱۲ فروردین، دومیلیون‌و ۵۲۴ هزار نفر بازدید کردند و آثار تاریخی و فرهنگی استان‌های فارس، خراسان رضوی و اصفهان نیز در این مدت به ترتیب یک‌میلیون‌و ۵۰۰ هزار، یک‌میلیون‌و ۴۰۰ هزار و ۸۰۰ هزار نفر بازدیدکننده داشته است. به گفته او، به جز استان‌های غربی به خاطر برودت هوا، سایر مناطق با افزایش بازدیدکننده از محوطه‌های تاریخی و فرهنگی همراه بوده‌اند.

در ادامه این جلسه، مرتضی سلیمی، رئیس سازمان امداد و نجات هلال‌احمر نیز با ارائه آماری از عملیات‌های انجام‌شده در تعطیلات نوروزی گفت: بیشترین عملیات در استان‌های مازندران، اصفهان و فارس بود که ۸۳هزارو ۲۰۰ نفر از خدمات امداد و نجات استفاده کردند. از ۲۵ اسفند تا صبح امروز نیز دوهزارو ۳۴۸ نفر توسط عوامل این سازمان به مراکز درمانی منتقل شدند و ۲۴هزارو ۸۵۰ نفر هم از خدمات درمان سرپایی بهره گرفتند.

به گفته او ۱۸هزارو ۹۷۵ نفر به‌صورت اضطراری اسکان داده شدند و ۴۷۶ سورتی‌پرواز برای امداد و نجات صورت گرفته که ۷۷ مصدوم به این وسیله منتقل شده و دوهزارو ۵۰۰ کیلو مواد غذایی به مناطق سیل‌زده انتقال داده شده است. سلیمی اضافه کرد: ۳۱ پایگاه ویژه برای راهیان نور اختصاص داده شد که هشت‌هزارو ۱۶ نفر از خدمات امدادی بهره گرفتند. او توضیح داد ۱۱ استان و ۲۲ محور درگیر برف و کولاک و ۱۵ استان درگیر سیل شدند که به هشت‌هزارو ۶۸۰ نفر امدادرسانی شد و ۶۸ نفر نجات داده شدند.

عکس: امین برنجکار، مهر

نگاه

راهکارهای روان‌شناختی که دیدگاه ما را درباره خوشحالی تغییر می‌دهد

کمتر جمع کنیم، بیشتر زندگی کنیم

ترجمه: هما کریمی‌راد

● مردم تمام هفته منتظر جمعه، تمام سال در انتظار تابستان و یک عمر به‌دنبال شادی هستند.

روش‌های جدید روان‌شناسی اجتماعی بر «استغنابخشیدن به زندگی روزمره» و روحیه مثبت داشتن تاکید می‌کنند و با بهره‌گیری از متد علمی (تئوریزه‌کردن، پیش‌بینی، مطالعه، تحقیق، تجزیه و تحلیل داده‌ها) به‌دنبال درک جنبه‌هایی هستند که روح زندگی انسانی را غنا می‌بخشد. این مطالعه نشان می‌دهد که چه انگیزه‌ها و کنش‌ها و تعقیب چه رفتارهایی زندگی بهتری برای انسان- چه به‌صورت فردی و چه اجتماعی - رقم می‌زند.

ثروتمندبودن یا خوب‌زندگی‌کردن

در بررسی انجام‌شده از سوی دانشگاه هاروارد مشخص شد بین شادی و میزان درآمد، مادامی که نیازهای انسان برطرف نشده باشد، رابطه معنی‌دار و درخور توجهی وجود دارد؛ اما به نظر می‌آید مردم تاثیر ثروت بر شادی را بیش از حد ارزیابی می‌کنند. پول به آن حدی که مردم فکر می‌کنند نمی‌تواند شادی‌آفرین باشد.

موارد متعددی در زندگی انسان وجود دارد که می‌تواند به زندگی رنگ بدهد و خوشحالی فردی و شادابی اجتماعی را رقم بزند. شادی عمیق به‌ندرت با کسب یا جمع‌کردن مایملک مادی به دست می‌آید. این استغنا بدون توجه به پیشینه خانوادگی، ارث و میراث یا جایگاه اجتماعی افراد قابل دستیابی است و هرکس می‌تواند انتخاب کند که تا چه حد از آن برخوردار شود.

ایجاد ارتباط

همگان به اهمیت داشتن رابطه در محیط کاری اذعان دارند؛ اما برخی نمی‌دانند اهمیت این رابطه چقدر است. بسیاری به کارشان فقط به‌عنوان نردبانی برای رسیدن به شغل بالاتر، حقوق یا دریافت مزایای بیشتر نگاه می‌کنند؛ اما ارتباط واقعی، معنایی به‌مراتب فراتر دارد و نه‌تنها موجب فراهم‌آوری فرصت‌های جدید می‌شود، بلکه به بهبود سلامتی و شادی فردی نیز می‌انجامد. این خاصیت انسان است، زیرا شرایط احساسی، فکری و فیزیکی انسان در همین ارتباطات صیقل می‌خورد. روابط انسانی موجب ارتقا و پربارترشدن جامعه‌ای که عضو آن هستیم، می‌شود و از این رهگذر نه‌تنها سلامت جسمی و روحی، بلکه شادی و رضایت عمیق‌تری را فراهم می‌کند. هنگامی که انسان روابط خوب و شادی‌بخش دارد، سیستم قلبی-عروقی، هورمون‌های مؤثر بر سیستم عصبی و سیستم ایمنی بدن تقویت شده و منجر به افزایش سطح اکسی‌توسین (هورمون کنترل‌کننده اضطراب و سرخوشی) در خون می‌شود. روابط اجتماعی مانند «هوا و آب و غذا» است؛ داشتن رابطه با مردم، از همسر و فرزند تا دوستان، همکاران، همکلاسی یا مشتری یا... حس کامیابی و رضایتمندی به انسان می‌دهد و به شادی بیشتر می‌انجامد.

خاصیت سرایت شادی

براساس مطالعه دانشگاه کالیفرنیا در سان‌دیه‌گو، مردمی که با افراد شاد معاشرت دارند، روحیه شاداب‌تری دارند و در آینده نیز افراد شادتری خواهند بود؛ بنابراین اگر می‌خواهید به شادی بیشتر دست یابید، با مردم شاد مراوده کنید- البته برعکس آن هم صادق است. این پدیده را روان‌شناسان «پدیده آینه‌ای» می‌نامند.

ادامه در صفحه ۱۷

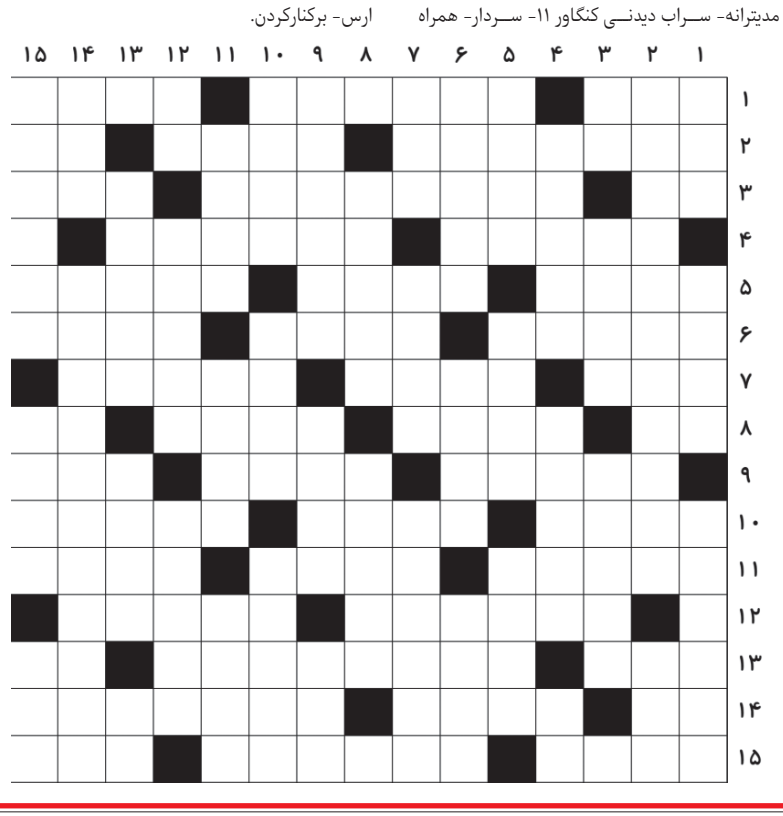
جدول ۲۷۹۰ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- سوره نودوسوم قرآن- نوعی مجازات محکومین- آخر هفته ۲- از شهرهای استان فارس- برای برآورده‌شدن حاجت به ضریح می‌بندند- تعجب زنانه ۳- گاهی دل هم می‌زند!- پایتخت ایالات متحده آمریکا- ارگان ۴- روباروبی- دستگاه خارج از رده ۵- سرد و خنک- خشک‌سالی- سرطان خون ۶- نقاش فرانسوی تابلوی صبحانه قایقران‌ها- باریک‌بین- تأیید خارجی ۷- از عناصر اربعه- زشت- حصیر ۸- تکرار حرفی- داشتن احساس مسئولیت- پشک- رمق پایانی ۹- فاقد تحرک- فراموش‌کار- از مشتقات نفت ۱۰- ماه نو- نقش، تصویر- طول ۱۱- نوعی زغال‌سنگ- پدرمرده- نسیم شب ۱۲- مادر اسفندیار در شاهنامه- فیلم کوتاه تبلیغی ۱۳- بسیار زیاد- شهری در استان کردستان- بسیار سرد ۱۴- رفوزه- همه را به کیش خود پندارد!- نوار باریک دور دسته‌های اسکناس ۱۵- طویل- پایتخت آلبانی - بازداشتن.

عمودی:

۱- گمراه- مرکب پیامبر (ص) در شب معراج- حمل‌ونقل نیروها به وسیله هلیکوپتر ۲- گردش زمین به دور خورشید که بر اثر آن فصل‌ها پدید می‌آیند- درخت کُنار ۳- بله انگلیسی- سکه رایج در برخی کشورهای عربی- ینگه دنیایی ۴- از ایالات آمریکا- غم و اندوه کسی را کاستن- در خود فرورفتن ۵- مصونیت است نه محدودیت- هر بخش از نماز- واحد پول بنگلادش ۶- کلاه بارانی- شرط‌بندی- پسر حضرت نوح (ع) ۷- از مذاهب اسلام- سوره آهن- مرکز استان شیراک در شمال ارمنستان ۸- قوه سخن‌گویی- فرزندانی که از یک پدر و مادر نیستند ۹- از دیگران به زشتی یادکردن- تلاوت‌کننده قرآن- پدران ۱۰- فرزند مؤنث- کشور جزیره‌ای در مشرق دریای مدیترانه- سراب دیدنی کنگاور ۱۱- سردار- همراه وعده- رمان مشهور امیل زولای فرانسوی ۱۲- پوشاک ستور- پارچه بریده‌شده به اندازه دوخت لباس- ساقه زیرزمینی ریواس ۱۳- مسیحی- شهر زعفران- گریزحیوان ۱۴- بدل- جایگزین‌کردن ماشین با نیروی انسان یا حیوان ۱۵ - ایالتی دیگر در آمریکا- رودخانه ارس- برکنارکردن.



حل سودوکو سخت

۴	۳	۵	۲	۸	۹	۱	۶	۷
۷	۲	۹	۱	۵	۶	۴	۳	۸
۱	۶	۸	۳	۷	۴	۵	۹	۲
۵	۴	۱	۷	۶	۳	۲	۸	۹
۹	۸	۶	۴	۲	۱	۳	۷	۵
۲	۷	۳	۸	۹	۵	۶	۴	۱
۳	۱	۲	۹	۴	۸	۷	۵	۶
۸	۵	۷	۶	۳	۲	۹	۱	۴
۶	۹	۴	۵	۱	۷	۸	۲	۳

حل سودوکو ۱۷۸۵

۲	۷	۳	۵	۸	۱	۴	۶	۹
۹	۴	۱	۷	۶	۳	۵	۲	۸
۶	۵	۸	۹	۲	۴	۱	۳	۷
۴	۳	۶	۸	۹	۷	۲	۵	۱
۷	۹	۵	۲	۱	۶	۳	۸	۴
۱	۸	۲	۳	۴	۵	۹	۷	۶
۸	۲	۷	۴	۳	۹	۶	۱	۵
۳	۱	۴	۶	۵	۸	۷	۹	۲
۵	۶	۹	۱	۷	۲	۸	۴	۳

جدول ۲۷۸۹

سودوکو سخت ۱۷۸۶

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

۷	۸		۶				۱	
		۲			۸	۹		
۴	۳		۱					
			۸				۹	۲
۵		۸		۶	۳			
			۷		۹		۳	
	۶	۴			۱			۷
	۵	۳			۷			
			۴		۶		۵	

سودوکو ۱۷۸۶

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

۹		۵	۶					۷
۴		۲		۸	۱	۳	۶	
	۳				۹			۲
۸		۳				۷	۹	۱
	۲	۷	۸		۴	۶		
		۶	۷	۱	۳			۴
۲	۵				۷			۸
۷					۵			۶
۳			۱	۲		۴		