

سبک خرید



تغییر سبک خرید متناسب با اوضاع اقتصادی

عید بدون خریدهای آنچنانی هم می‌شود

مریم ترابی

اسفند که از راه می‌رسد طبق روال هر ساله ترافیک و ازدحام جمعیت و توده‌ها در شهر بیشتر می‌شود. این روزها شهر شلوغ شده است و ترافیک پیدای می‌کند. هر جایی که می‌رویم مملو از آدم و ماشین است. دلیل این همه شلوغی را فقط می‌توانیم به روزهای پایانی سال برداریم و جنب و جوش‌های شب عید را بدانیم که البته فقط مردم در خیابان‌ها حضور دارند و شهر را شلوغ کرده‌اند و گرنه ظاهراً خرید چندانی صورت نمی‌گیرد. تمام پاساژها و فروشگاه‌های برندهای مختلف حراج‌های آنچنانی زده‌اند که مشتری را به داخل فروشگاه بکشاند اما با وجود این حراج‌ها باز هم قیمت‌ها به شکل نجومی و سرسام‌آوری بالااست و قدرت خرید مردم پایین‌تر است از آنچه که تصور می‌شود. سالی که روزهای پایانی آن را مسیری می‌کنیم سال مشکلات اقتصادی بود که در معیشت و زندگی تمام افراد جامعه تأثیرات منفی خود را به جا گذاشت. تورم و بالا رفتن قیمت‌ها به شکل سرسام‌آور، چنان فشار اقتصادی را بر قشر متوسط و کم‌درآمد جامعه وارد کرده است که مردم این طبقات اجتماعی به دنبال راه چاره‌ای برای رفع نیازها و ما محتاج خود برای شب عید هستند ولی مثل سال‌های گذشته توان خریدهای عید را ندارند. با تمام این‌گرنای‌های غیرمتعارف ولی باز هم شهر شلوغ است و مردم به بازار می‌روند، اما...

باز هم اسفند، باز هم شلوغی و باز هم بازار

گویا اسفند ماه بدون ترافیک و شلوغی را نمی‌توانیم تصور کنیم. مردم بر حسب عادت و سنت بیرون رفتن از

خانه برای نونوار کردن خودشان و خانه و زندگی‌شان به فروشگاه‌های مختلف سری می‌زنند شاید بتوانند خریدی حتی ناچیز انجام دهند تا دلشان خوش باشد که خرید عید را انجام داده‌اند. خرید برای عید که در واقع بخشی از سنت نوروز است و از همان ایام قدیم تا به امروز زنده بوده است با شرایط فعلی این روزهای جامعه در حال کم‌رنگ شدن است. گران شدن اجناس آن هم به شکل روزانه، کم‌رک قشر ضعیف را خم کرده است. از مواد غذایی گرفته تا اجناس لوکس و غیر ضروری همگی چنان گران شده است که کمتر افرادی از جامعه توان خرید شب عید را دارند. اما این گرانی‌ها یک اتفاق جالب و قابل توجه‌ای را مسبب شده است. نکته جالب و قابل توجه این است که بالا رفتن نرخ تورم در جامعه و گرانی‌های ایجاد شده باعث شده است تغییری در سبک خرید مردم اتفاق بیفتد.

خرید اجناس داخلی آن هم در صورت نیاز

تغییر در سبک خرید بدین معناست که خرید اجناس داخلی جایگزین اجناس خارجی در بسیاری از موارد شده است و دیگر اینکه مردم خریدهایی که نیاز دارند را تهیه و بابت آن هزینه می‌کنند. مبادا تصور کنید که این تغییر در سبک خرید فقط مختص یک قشر از یک طبقه خاص جامعه (طبقه پایین و ضعیف) است. اصلاً تمام مردم از هر طبقه اجتماعی که هستند (از آدم‌های پولدار شهر بگیریم تا کارگر حقوق‌بگیری که چند ماهی است حقوق نگرفته است) همه به نوعی در خریدهای خود بیشتر دقت می‌کنند و چیزهایی را می‌خرند که واقعا به آن نیاز دارند و خرید موارد غیر ضروری را از لیست زندگی خود حذف کرده‌اند. به عنوان مثال با گرانی‌های شب عید بسیاری از خانواده‌ها آجیل شب عید را از سبد خرید خود حذف کرده‌اند و معتقدند عید امسال بدون

آجیل هم عید می‌شود و دلیلی ندارد که آجیل به این گرانی خریده شود. برای روشن شدن موضوع به ذکر دموته‌ای که در ادامه می‌آید بسنده می‌کنم.

صرفه‌جویی پورشه‌سواران هنگام خرید!

خانم حدوداً ۳۵ ساله‌ای که ظاهر او قشر مرفه جامعه است همراه همسرش که پورشه‌سوار و البته صاحب شرکت است برای خرید به یکی از پاساژها آمده و با این اوصاف بی‌پولی و صرفه‌جویی برایش معنایی ندارد. با این تفاسیر او می‌گوید: گرانی بیداد می‌کند اصلاً نمی‌توانم به راحتی قیل خرید کنم. اجناسی گران شده‌اند که اصلاً ارزش آن مبلغ را ندارند. وقتی وارد فروشگاه می‌شوم و قیمت‌های نجومی را می‌بینم خنده‌ام می‌گیرد و پیش‌خودم فکر می‌کنم آیا کسی یا کسانی هستند که اجناس به این گرانی را بخرند. با این وضعیت تغییراتی در خریدهایم بدون آنکه خودم متوجه باشم ایجاد شده است. ابتدا به صورت ناخودآگاه از خرید اجناسی که بیش از حد گران شده بودند منصرف می‌شدم و چیز دیگری را جایگزین آن می‌کردم مثلاً در خرید خوراکی‌ها هیچ‌وقت از برندهای داخلی خرید نمی‌کردم و همه را خارجی می‌خریدم. ابتدای شروع گرانی‌ها همچنان از برندهای خارجی خرید می‌کردم ولی بعد از گذشت چند ماه متوجه شدم برندهای داخلی را جایگزین اجناس خارجی کرده‌ام و اصلاً هم بد نیستند. درست است که ابتدا ناخودآگاه این جایگزینی و تغییرات در من صورت گرفته است ولی اکنون به صورت آگاهانه این سبک خرید را انجام می‌دهم. به همین دلیل امسال دکوراسیون منزل را بر عکس هر ساله عوض نکردم. به قدری اجناس گران شده است که دلیلی برای این کار نداریم. این روزها باید در خریدهای خود بیشتر از قبل دقت کنیم.

نگاتی که رفت و روب آخر سال را دلچسب می‌کند

سبک پاکیزگی

نیندازید که در شرایط تورم و گرانی اکنون دیگر به راحتی نمی‌توانید نور همان وسیله را بخرید. اگر می‌خواهید کم‌رگ‌زدندان آسیب‌نبیند به تنهایی وسایل و اجسام سنگین را بلند یا جابه‌جا نکنید چون باعث می‌شود به مهره‌های کمر یا حتی گردن شما فشار وارد شود و دچار دیسک کم‌ر یا تروز گردن شوید. پس با کمک دیگران و به مرور این جابه‌جایی‌ها را انجام دهید تا در ایام تعطیلات کم‌ر درد و گردن درد نداشته باشید. برخی خانم‌ها تصور می‌کنند باید تمام خانه از سفیدی برق بزند پس برای رسیدن به این هدف دست به کارهای خطرناکی می‌زنند. لطفاً در زمان استفاده از وسایل شوینده برای نظافت مراقب باشید آنها را با هم ترکیب نکنید، زیرا ترکیب مواد شوینده‌های شیمیایی با هم گازهای شیمیایی خطرناکی را تولید می‌کند که ممکن است به بافت‌های ریه شما آسیب بزند. پس برای شست‌وشو و سفید شدن خانه، خود را به کشتن ندهید. در روزهای پایانی سال به کرات شاهد سقوط افرادی از

ارتفاع هستیم. خانم‌های خانه‌اگر اگر است از پله یا همان نردبان بالا بروید ابتدا از سالم بودن آن مطمئن شوید و بعد هم به تنهایی این کار را انجام ندهید. حتماً نفر دومی کنار شما باشد که هم مراقب شما باشد هم دستمال و مواردی که نیاز دارید را به شما بدهد تا نیاز نباشد شما از این پله‌ها مرتب بالا و پایین بروید. همین بالا و پایین رفتن از نردبان باعث می‌شود به زانو‌ها فشار آید و دچار مشکل شوید. پس موقع شست‌وشوی دیوار و پنجره‌ها مراقب



توجه کنید قرار است فقط خانه و اسباب آن را تمیز و مرتب کنید یعنی قرار است خانه‌تکانی کنید نه خودکشی، پس لطفاً دست به کارهای خطرناک نزنید



ابتدا یک فهرست از تمام کارهایی که برای خانه‌تکانی باید انجام دهید تهیه کنید و طبق آن پیش‌روید. لطفاً خانه‌تکانی را در یک یا دو روز انجام ندهید. با تقسیم کار در روزهای مختلف خانه خود را تمیز و مرتب کنید. به محض بیدار شدن از خواب شروع به خانه‌تکانی نکنید، بگذارید کمی بدنتان گرم شود بعد شروع کنید. روزی یک تا دو ساعت کافی است. بیشتر از این موجب می‌شود از تعطیلات و تمیزی خانه لذت نبرید. لوازم منزلتان را جک کنید و از سلامت یا خراب بودن آنها مطلع شوید. اگر نیاز به تعمیر دارد آن را تعمیر و مجدد از آن استفاده کنید. حواستان باشد وسیله‌ای که خراب است و تعمیرات می‌شود مجدد از آن استفاده کرد را دور



همه به نوعی در خریدهای خود بیشتر دقت می‌کنند و چیزهایی را می‌خرند که واقعا به آن نیاز دارند و خرید موارد غیر ضروری را از لیست زندگی خود حذف کرده‌اند. به عنوان مثال با گرانی‌های شب عید بسیاری از خانواده‌ها آجیل شب عید را از سبد خرید خود حذف کرده‌اند و معتقدند عید امسال بدون آجیل هم عید می‌شود و دلیلی ندارد که آجیل به این گرانی خریده شود

عید را به کام خود و خانواده تلخ نکنیم

زن جوانی که کارمند یک شرکت خصوصی است و به دیدنش رفته‌ام می‌گوید: خرید شب عید خیلی خوب است و من دوست دارم حتماً چیزی برای خودم بخرم. احساس می‌کنم اگر خرید عید را انجام ندهم اصلاً عید نمی‌شود ولی امسال نمی‌توانم مثل همیشه خرید کنم. هر سال برای عید همه چیز می‌خردم اما امسال باید انتخاب کنم یا کفش بخرم یا مانتو! نمی‌دانم کدامیک که نه، دوست دارم داشته باشم (ولی) بودجه ما به خرید دوتای آنها نمی‌رسد. من به عنوان یک دوست به او پیشنهاد می‌دهم که مانتو بخرد و با یکی از کفش‌هایی که دارد آن را بپوشد. خوشحال از اینکه در تصمیم‌گیری کمکش کردم در دهنش مانتو مورد نظرش را ترسیم می‌کند. در پایان ساعت اداری می‌گوید: مانتو را هم نمی‌خرم. همان مانتویی که پارسل عید خریدم را می‌پوشم. متعجب از این تصمیم می‌پرسم: چرا! با حالت ناراحت و عصبانی جواب می‌دهد: تمام مواردی را که نیاز داریم لیست کرده‌ام. با این گرانی پولی برای خرید مانتو نمی‌ماند. از سوروسات شب عید آجیل را هم حذف کرده‌ام ولی باز هم کم می‌آوریم. به او دللاری می‌دهم و می‌گویم: بسر به حراجی‌ها بزن، شاید بتوانی مانتویی با قیمت پایین‌تر از آنچه فکر می‌کنی پیدا کنی و اگر هم نشد ایرادی ندارد یک وقت دیگری می‌خری. خلاصه اینکه به خاطر لباس شب عید و این چیزها ارزش ندارد زندگی را به خودمان و همسر و فرزندانمان تلخ کنیم. امسال شرایط اقتصادی با همه سال‌های گذشته فرق دارد. عید بدون لباس نسو و میلمان جدید و فرش جدید هم عید می‌شود. این را باور کنید.

سبک فراغت



راهکارهایی ساده برای گذران یک تعطیلات خوب

نوروز فقط برای سفر رفتن نیست

حسین گل محمدی

هر ساله هیاهوی اسفند و بوی بهار و نزدیک شدن به تعطیلات نوروز تصویری از یک تعطیلات طولانی و خوب را برای ما ترسیم می‌کند که البته برای برخی این تعطیلات با تصور اتشان کیلومترها فاصله دارد، زیرا برای چگونه گذراندن آن مدام در حال مشاجره و اختلاف نظر با یکدیگر هستند. منظور زوجینی هستند که برای انجام هر کاری با هم مخالفت می‌کنند. تعطیلات عید هم در این مورد مستثنی نیست. به هر حال زمان زیادی نداریم و فقط دو هفته تا تعطیلات عید نوروز باقی مانده است. آیا برای چگونه گذراندن این تعطیلات برنامه‌ریزی کرده‌اید؟ قرار است چگونه تعطیلات خود را بگذرانید؟ برنامه سفر به شهر یا کشورهای دیگر، دیدن و بازدید از اقوام و آشنایان یا خانه‌نشینی و نشستن پای تلویزیون و تماشای برنامه‌های تلویزیونی؟ کدامیک را تصمیم دارید انجام دهید یا اینکه هیچ برنامه و تصمیمی ندارید و قرار است روزهای عید را به بطالت و بی‌حوصلگی بگذرانید؟

بی‌برنامه و بی‌کارنامه نباشید

آیا شنیده‌اید که می‌گویند آدم بی‌برنامه مثل آدم بی‌کارنامه است، یعنی اینکه شما نباید فکر کنید چون تعطیلات است پس نباید برای آن برنامه‌ای داشته باشم. انسان باید برای هر روز خود برنامه‌ریزی داشته باشد تا بتواند به نتایج دلخواه برسد. پس برنامه‌ریزی برای روزهای تعطیل هم مثل سایر روزهای سال لازم است، حتی اگر این برنامه‌ریزی مانند در خانه و تماشای فیلم و سریال باشد.

بدین ترتیب می‌توانیم از فرصت‌های خود بهترین لذت را برده و بهترین تجربه را در کارنامه نوروزی خود ثبت کنیم. شما زوجین هم اختلاف نظر را کنار بگذارید و با همکاری یکدیگر یک برنامه درست و حسابی برای خود و خانواده خود تدارک ببینید. بچه‌ها چه گناهی کرده‌اند که پس از یک سال درس خواندن باید پاسور اختلافات شما شوند؟

تعطیلات عید فقط برای سفر رفتن نیست

به هر حال چه آماده باشید و چه نه، چه برنامه‌ریزی کرده باشید و چه نه، فراموش نکنید که بهترین زمان برای ایجاد تنوع و تغییرات مثبت در شما و زندگی‌تان همین تعطیلات است. اکنون روح، ذهن و جسم خسته شما پس از یک سال کار و تلاش نیاز به استراحت و تقویت دارد، پس از همین الان به کار خود و ذهن خود بپردازید. پیشنهاد دیگر این است که خانه‌های روستایی را به قیمت مناسب اجاره کنید و ضمن کسب تجربه‌ای ناب و متفاوت در تعطیلات نوروز، به رونق کسب و کار هموطنان روستایی مان کمک کنید.

شهر خودتان را خوب بگردید

بدون شک خیلی‌ها دوست دارند سفر بروند ولی شرایط مالی این امکان را برای آنان فراهم نمی‌کند. اگر شما از این دسته افراد هستید می‌توانید از جاذبه‌های تاریخی و طبیعی شهر خود دیدن کنید. فراموش نکنید که تعطیلات را نباید در سفر محدود کرد و می‌توانید در شهر خود بمانید و از جاذبه‌ها و اماکن دیدنی شهر خود که در طول سال فرصت رفتن و دیدن آنها را نداشتید، دیدن کنید. به خصوص شهرهایی که دوست دارید بروید تهیه کنید و با موقعیت و زمان و محدودیت‌هایی که دارید و با توجه به بودجه و شرایط مالی برنامه تعطیلات خود را بچینید.

تألیت تمام نشده بچینید

اگر شما از آن دسته افرادی هستید که حتماً باید چند روز از تعطیلات را در سفر بگذرانید از همین الان باید تدارکات آن را بچینید. اینکه با چه وسیله‌ای قرار است به مسافرت بروید را مشخص کنید و اگر قرار است با اتوبوس، قطار یا هواپیما سفر کنید هر چه سریع‌تر تا قبل از آنکه بلیت‌ها تمام شود آن را تهیه کنید. هتل یا مکانی که قرار است در آن اقامت داشته



بدون شک خیلی‌ها دوست دارند سفر بروند ولی شرایط مالی این امکان را برای آنان فراهم نمی‌کنند. اگر شما از این دسته افراد هستید می‌توانید از جاذبه‌های تاریخی و طبیعی شهر خود دیدن کنید. فراموش نکنید که تعطیلات را نباید در سفر محدود کرد

باید برنامه برسانید. به دیدن دوستان و اقوامی که در طول یک سال گذشته فرصت دیدنشان را نداشته‌اید بروید. به هر حال این تعطیلات و روزها برای شمامست و شما انتخاب می‌کنید که آن را با عصبانیت و تلخی بگذرانید یا از آن لذت ببرید. از خودتان، خانواده و شرایط انتظار زیادی و دور از منطق نداشته باشید و تفاوت واقعیت و شرایط ایده‌آل را بپذیرید تا بهترین و بهترین استفاده را از تعطیلات خود ببرید.