

سبک کسب و کار

بررسی مشکلات
کاری کارگران
شاغل در پمپ بنزین

پمپ‌ها سلامت کارگران را می‌مکند!



مسئولان می‌دانند اما...

حامد حسینی، بازرس واحد مهندسی
فرآورده‌های شرکت نفت

متأسفانه بر خلاف آنچه مردم تصور می‌کنند کارگرهای پمپ‌های بنزین جز حقوق کارگری خودشان هیچ درآمد مازادی ندارند که البته حقوق کارگری آنها در سال ۹۲ کمتر از ۴۰۰ هزار تومان است! جای ناراحتی دارد وقتی به عنوان بازرس می‌دانم که یک کارگر اگر از دخل سسکو کم بیاورد باید توانش را با حقوقش بدهد اما در مقابل مردم به راحتی می‌آیند بنزین می‌زنند و بدون پرداخت هیچ پولی فرار می‌کنند. من خودم بارها دیده‌ام که کارگر تا چندین متر دنبال خودروی متخلف دویده و آخر سر هم خسته و نفس‌زنان بدون رسیدن به حقیقت به جایگاه برگشته است. حتی چندین کارگر زمان تخلیه بنزین از کامیون‌ها به جایگاه‌ها از بالای ماشین به پایین پر تاب شده‌اند و آسیب دیده‌اند. همه کارشناسان و پزشکان معتقدند عوامل خطرناک و بیماری‌زا در پمپ‌های بنزین به حدی زیاد است که غیرقابل دفع است. ما به همه کارگران آموزش‌های لازم در مورد زمان خطر را داده‌ایم اما کمتر سامانی حاضر می‌شود برای جلوگیری از خطرات جسمی و تنفسی کارگران هزینه کند. ناگفته نماند شاید هزینه جلوگیری از بیماری‌های تنفسی در کارگران نهایتاً به خرید ماسک‌های ضد آلودگی منجر شود که هزینه چندانی هم در مقایسه با هزینه‌های درمان ندارند اما نمی‌دانم چرا بعضی از مسئولان تا این اندازه نسبت به مشاغل زیان‌آور کم‌توجه هستند و حتی اسامی کارگران پمپ بنزین‌ها را از لیست مشاغل سخت خارج کرده‌اند!

فضایی که بالای جان شده!

سعید حسینی، ۵۰ساله، کارگر سابق پمپ بنزین

من کارگر یکی از پمپ بنزین‌های جاده امام رضا(ع) بودم. پیش از بازنشتگی‌ام متوجه شدم سطح پوست دستم که در تماس با هوای پمپ بنزین بود دچار بیماری شده است. بعد از کلی آزمایش و دکتر رفتن اول گفتند که اگرما پوستی گرفته‌ام بعد از یک‌سال متوجه شدم اگزما می‌پوستی در کار نبوده و آن پوست انداختن‌ها و تورم‌ها نشانه‌های سرطانی پوست بوده است.

وقتی برای گرفتن نتیجه آزمایشم رفتم دکتر گفت بخش مهمی از بیماری‌ام به خاطر کار کردن در فضای آلوده و خطرناک پمپ بنزین است اما چه فایده هم به خاطر بیماری‌ام نتوانستم دوره خدمتم را تمام کنم تا بازنشته شوم هم هزینه‌های درمان بیماری که به خاطر این کار برایم ایجاد شده بود، بر گردن خودم افتاد.

تمام حرفم این است که خود مسئولان می‌دانند شغل ما چه خطراتی دارد. همه می‌دانند که کارگرها در محیط‌های زیان‌آور باید هر چند ماه یکبار آزمایش سلامت بدهند اما متأسفانه هیچ‌کس به فکر ما نیست.

من فکر می‌کنم بخش مهمی از عوارض و بیماری‌های شغل ما ناشی از غیراستاندارد بودن جایگاه‌ها و پمپ‌های بنزین است. در همه کشورهای پیشرفته دنیا اول اینکه مصرف بنزین به شدت کشورمانیست پس حجم کارگرها کمتر از ماست. دوم اینکه تجهیزاتی که در پمپ‌ها و جایگاه‌ها به کار رفته استاندارد است و اجازه خروج گاز متصاعد شده بنزین را نمی‌دهد. سوم اینکه هر چندر سکوها و پمپ‌های بنزین در کل جایگاه‌ها از یکدیگر فاصله بیشتری داشته باشند خطری که کارگران را تهدید می‌کند به مراتب کمتر است. اما متأسفانه در کشور ما طمع جایگاه داران باعث می‌شود در یک سکوی کوچک حداکثر ۱۵ متری و به پهنای یک متر، سه پمپ بنزین نصب کنند! دانی این یعنی چه؟! یعنی فضا آنقدر کم است که کارگر امکان قدم زدن بین پمپ‌ها را ندارد و باید مدام از سکو پایین و دوباره برای رسیدن به پمپ بعدی از سکو بالا برود. یعنی مشکلات حرفه‌ای و عوارض جسمی، اسکلتی با مشکلات تنفس گازهای سمی همراه می‌شود و همین اتفاق ساده در مدت ۳۰ سال فاجعه است!

مرد بی‌معرفت شده‌اند!

سهیل محمودی، ۳۲ساله، کارگر پمپ بنزین

من در مدت ۱۴ ساله که در این شغل مشغول شدم هیچ مشکل تنفسی و پوستی ندارم اما به جای همه اینها تا دلتان نخواهد مشکل اعصاب پیدا کرده‌ام. بارها پیش آمده‌بر سر پول بنزین با مشتری بحث کرده‌ام چندین بار اتفاق افتاده البته بیشتر در بین موتورسوارها که بنزین زده‌اند اما هیچ پولی نداده و فرار کرده‌اند.

حتی یکی دوبار هم پیش آمده که یک نفر با دو کارت برای یک ماشین بنزین زده اما می‌خواست از پرداخت پول اولین بنزین زدن فرار کند. اینها تنها بخش کوچکی از مشکلات ما کارگرهای پمپ بنزین است چون تصور را کنید با هر اتفاق اینچنینی من باید دنبال مشتری بدون تا پول را بگیرم یا باید بروم و تمام فیلم جایگاه را واریسی کنم تا بتوانم ثابت کنم که او پول کم داده است.

پشت سرمایشن سواری مدل بالایی است آن لحظه فهمیدم حسین همین کارگراست که چند دقیقه بعد هم دست از پانراژتر بعد از کلی تعقیب و گریز ماشین فراری به پمپ بنزین برگشت.

حسین که نفس نفس می‌زد رویه همکارش کرد و گفت: این سومی بود، فکر کنم یک باک کامل سوپر زد حدود ۲۸ تومان.

کارگراول که بعداً فهمیدم اسمش احمد است، گفت: راست میگي؟! پس این ماه بیچاره‌ام دیگه حقوقی برام نمی‌مونه آخه ماشین اولی هم که بنزین زد و فرار کرد سوپر زده بود. در همین اوضاع و احوال بود که صدای ترگیری و کتک کاری از طرف دیگر پمپ بنزین به گوشم رسید. به سرعت خودم را به سکوی ترگیری رساندم و دیدم یکی از کارگرهای پمپ بنزین خونی روی زمین افتاده است. بقیه کارگرها کمکش کردند و او را به اتاق مسئول پمپ بنزین بردند. وقتی کمی آرام شد توضیح داد که انگار یک موتور با سه سر نشین آمدند و بنزین زدنند اما وقتی خواستند فرار کنند جوشان را گرفتند که نامردی کردند سه نفری ریختند سرمو کتکم. زدم مثلاً به خیال خودم دل‌دلی‌اش بدهم جلورفتم و گفتم: فدای سرتان نهایتش ۲۰ هزار تومان بود در عوض جان سالم به در بردید.

کارگر با پوزخندی نگاهم کرد و گفت: مگر همین یکبار

تحمل بیماری به قیمت خرج خانه

حسن ابراهیمی، ۴۷ساله، کارگر پمپ بنزین

سال ۶۵ و اردی‌ماه این شغل شدم. علاقه‌ای در کار نبود، چون درس خوانده بودم و حتی دیلم هم نداشتم مجبور شدم تن به کاری بدهم که فقط خرج خانواده‌ام را بدهد.

آن سال حقوقم ۱۰ هزار تومان بود، کم بود ولی کافی بود.

فکرش را بکنید من که آن سال‌ها حتی از بوی عطر و ادکلن هم می‌گریز و تنگی نفس می‌گرفتم فقط و فقط به خاطر گردان زندگی‌ام آدمم در این شغل مشغول به کار شدم. چند سال اول مدام در راه دکتر بودم. حتی وقتی جای کارم را از کنار پمپ به داخل اتاق منتقل کردم بازهم بیماری‌ام ادامه داشت تا اینکه پزشکان گفتند حداقل تا

همه بیماری‌ها در یک شغل

مهیا صابری، کارشناس بهداشت

کمتر شغلی را می‌توانید در جهان پیدا کنید که تمام معایب را یکجا داشته باشد و کارگر را به انواع مختلف بیماری جسمی، حرکتی، عصبی و روحی مبتلا کند اما متأسفانه کارگرهای پمپ بنزین در ایران و کشورهای در حال توسعه همین شرایط را دارند.

یک کارگر پمپ بنزین به دلیل شرایط عادی که در محل کارش در کشور ما با آن مواجه است به مشکلات تنفسی و پوستی بسیاری مبتلا خواهد شد اما در این بین ممکن است اتفاقات بسیار زیاد دیگری هم رخ بدهد که باعث ایجاد بیماری‌های دیگری شود. برای نمونه استاندارد نبودن محل کار و سکوها و پمپ بنزین سبب می‌شود این کارگرها به دلیل مدام در تردد بودن به مشکلات تنفسی و حرکتی زیادی مبتلا شوند. البته در زمینه مشکلات و بیماری‌های این شغل اوضاع کارگرها در کشور ما به دلیل مشکلات عصبی، روحی و روانی اسفناک‌تر است. کارگری که مدام باید نگران گرفتن پول از مشتری باشد، کارگری که مدام باید با اضطراب سکوها را یا قدم زدن طی کند، کارگری که ممکن است در روز برای گرفتن پول دنبال یک ماشین یا موتورسیکلت بدود و در آخر ماه هم باید انتظار کسر از حقوق داشته باشد نمی‌تواند بدون نگرانی و اضطراب کار کند.

من مطمئتم چنین شرایط کار برابسترسی کارگر را به انواع و اقسام بیماری‌های روحی و عصبی مبتلا خواهد کرد. این شرایط نه تنها بر بازدهی کاری این کارگرها تأثیر می‌گذارد بلکه بر مدت خدمت آنها و سلامت بعد از بازنشتگی آنها نیز تأثیرگذار خواهد بود.

نکته مهم این است که مسئولان مربوطه می‌توانند با کم کردن شرایط فیزیکی بیماری‌زا بخش مهمی از عواقب خطرناک این شغل را کم کنند. حتی با چاره‌اندیشی کردن در مورد رانندگان خاطی که از دادن پول بنزین فرار می‌کنند به جای کم کردن از حقوق کارگر هم می‌شود بخش مهمی از دغدغه‌های فکری این قشر را رفع کرد.

است. در همین دو هفته شش موتورسوار بنزین زده‌اند و بدون پرداخت پول فرار کرده‌اند از طرف دیگر فکر کردید کسری این پول از کجا تأمین می‌شود؟! از حقوق من، از حق زن و بچه من، از اجاره آخر ماه من و هزینه بچه‌هایم. فکر می‌کنم بدجور ترگیر اوضاع کارگرهای پمپ بنزین بود. یادم است دوران کودکی و نو جوانی تصور می‌کردم دو دسته آدم همیشه خوشبخت هستند اول شیرینی فروش‌ها که هر وقت می‌خواهند می‌توانند شیرینی بخورند و دوم کارگرهای پمپ بنزین که همیشه جیب‌هایشان پر از پول است اما تازه فهمیدم که اغلب شیرینی فروش‌ها دیابت دارند و خودشان در حسرت خوردن یک عدد شیرینی هستند و کارگرهای پمپ بنزین از همه رنج کشیده‌ترند. همیشه برای نشینن در دل‌های یک شغل و یک حرفه باید پای صحبت کارگرهای آن شغل نشست. بنزین‌زدن، پول ندادن و فرار کردن تنها یکی از مشکلات کارگرهای پمپ بنزین است. اکثر کارگرهای مشغول به کار در پمپ‌های بنزین به انواع بیماری‌های پوستی و تنفسی مبتلا می‌شوند و همه اینها در حالی است که هزینه‌های درمانشان را باید خودشان بپردازند و باز نشتنگی پیش از موعد باعثی کار هم خبری نیست!

بهترین راه‌حل برای پی بردن به مشکلات این قشر از کارگران پرسیدن مشکلات از زبان خودشان است.

فاصله ۱۵۰ متری بوی بنزین در مجاری تنفسی نفوذ می‌کند. جالب اینجاست که خود من بارها به پزشک مراجعه کردم و تأیید کرده که تمام مشکلات تنفسی من ناشی از استنشاق گاز بنزین است اما وقتی به اداره کار مراجعه کردم تا بلکه هزینه‌های درمانم را بگیرم کارشناس مربوطه گفت ما نمی‌دانیم که شما شغل خطرناکی دارید و گازهای متصاعد شده از بنزین دستگاه تنفسی شما را دچار مشکل می‌کند اما متأسفانه در قانون راه‌حلی برای این موضوع وجود ندارد و شما جزو مشاغل خدماتی هستید که نه تنها هزینه‌های درمان به شما تعلق نمی‌گیرد بلکه سختی کار هم ندارید و باید ۳۰ سال خدمت تان را پر کنید تا باز نشتسته شوید!



سبک کدبانوگری

همه فن حریف شوید

زهرا صبور

جوش آمدن سس به تعویق بیندازد.

کلم هنگام پخت بوی بدی دارد چه باید کرد؟

یکی از مهم‌ترین دلایلی که خانم‌ها از پختن کلم، پلو یا دل‌مه کلم در خانه خودداری می‌کنند بوی بدی است که از کلم پخته شده متصاعد می‌شود. این عامل آنقدر بازدارنده است که بسیاری از خانم‌ها با تمام خوشمزگی، قید پختن غذاهای کلم‌دار را زده‌اند. بدتر از همه اینکه این بوی بد زمان پخت گل کلم، برگ کلم و حتی کلم بروکلی متصاعد می‌شود.

فوت و فن پختن کلم بی‌بو در این است که شما باید کلمی را که می‌خواهید با آن غذا تهیه کنید به مقدار آب نمک و سرکه یا الیئیمو بجوشانید. حتی می‌توانید یک تکه نان بیات شده را هم به این آب اضافه کنید چون نان قدرت جذب و الیئیمو و سرکه قدرت خشنی کردن بوی بد کلم را دارد. نکته آخر اینکه در کلم، پلو خود مقداری سبزی پلو یا سبزی‌های معطر بریزید که بقایای جزئی این بوی بد را هم کاملاً نابود کند.

از تازه ماندن سبزی خود لذت ببرید

تمام حسن استفاده از سبزی، تازه و با کیفیت بودن آن است. مطمئناً هیچ‌کس نسبت به خوردن سبزی پلاسیده و تاریخ گذشته رغبتی نشان نمی‌دهد از طرفی دیگر مطمئتم شرایط معمول برای نگه داشتن سبزی مانند نگهداشتن در کیسه نایلونی نمی‌تواند سبزی را تازه نگه‌دارد.

توصیه من به شما برای تازه نگهداشتن سبزی خوردن نگهداری آن در پارچه تمیز و در صورت امکان نخ‌ی است. حتی می‌توانید مانند خیال این نوع سبزی را در بین واره‌های روزنامه ببچید و در یخچال نگهداری کنید. بهترین شرایط نگهداری این است که سبزی خوردن را در یک پارچه نخی ببچید، در یک آبکش فلزی قرار دهید و در آخر در فلزی قابلمه‌ای را روی آن قرار دهید. برای جلوگیری از زرد و پلاسیده شدن سبزی خوردن هم می‌توانید پس از پاک کردن و شستن سبزی، سبزی‌ها را داخل سبد ریخته و سطح روی آن را پلاستیک فریزر بکشید به طوری که تمام سطح سبد پوشیده شود به این ترتیب شما می‌توانید سبزی خوردن خود را به مدت طولانی‌تری نگه دارید.

روش آخر اینکه چند قطعه اسفناج خشک را در قفسه مخصوص سبزیجات یخچال خود قرار دهید. دلیل این کار جذب بسیار بالای رطوبت توسط اسفناج خشک است و همین خصلت باعث می‌شود از فاسد شدن میوه و سبزیجات برای مدتی جلوگیری شود.

بوی خوش ادویه را حفظ کنید

یکی از دلایل مهم استفاده از ادویه در پخت غذاهای ایرانی حفظ کیفیت و طعم این ادویه‌هاست. ادویه‌هایی که از فلل قرمز تهیه می‌شود نظیر (پاپریکا) و بودر چیلی باید در ماه‌های گرم تابستان در ظروف تیره و داخل قفسه‌های یخچال نگهداری شود. دلیل مهم این نوع نگهداری در این است که گرما و رطوبت زیاد باعث فاسد شدن این نوع ادویه‌ها می‌شود. بهترین راه نگهداری فلل‌های تفت‌دار دادن آنها درون پاکت‌های کاغذی قهوه‌ای رنگ است و نگهداری آنها داخل یخچال است. پاکت‌های کاغذی منافذی دارند که جاذب رطوبت است با این تدبیر فلل شما کیفیت خود را حفظ می‌کند. توصیه من به شما این است که انواع ادویه‌های خورشی من به پخته شده به اصطلاح ما آشپزها «قوام» قدرت حفظ مواد را کنار هم ندارد پس نظر من این است که این بار برنج کوفته تان را «زنده» آبکش کنید یعنی زمانی که برنج هنوز پخته نشده و مغز آن سالم است از قابلمه آب‌جوش به سبد آب‌کشی منتقل کنید با این روش برنجی که برای کوفته‌تان استفاده می‌کنید نیز است. خصوصیت مهم این نوع برنج این است که به راحتی با بقیه مواد مخلوط می‌شود و خشک بودن آن باعث جذب آب مواد مخلوطی می‌شود که همین عامل کم شدن احتمال وارفتن کوفته است.

اگر با این روش بازهم مشاهده کردید که کوفته کمی از حالت اولیه خود تغییر شکل داده بهتر است به مواد اولیه کمی آرد و تخم‌خمر اضافه کنید. با این روش حتی اگر حرارت را زیاد کنید کوفته از هم جدا نمی‌شود. البته می‌توانید برای قوام و لعاب کمی از آرد را داخل سس کوفته هم بریزید. نکته آخر اینکه بهتر است به محض قرار دادن کوفته‌ها داخل قابلمه در ظرف را بپندید و این کار را تا زمان

از ساده و وارفتن کوفته

در فصل زمستان با آمدن سبزی‌های معطر این فصل بساط پخت کوفته فراهم می‌شود و سرای هوا ذائقه ما ایرانی‌ها را به سمت پخت این غذای اصیل ایرانی می‌کشاند اما یکی از مهم‌ترین



برنج پخته شده به اصطلاح ما آشپزها «قوام» ندارد پس این بار برنج کوفته تان را «زنده» آبکش کنید. یعنی زمانی که برنج هنوز پخته نشده و مغز آن سالم است از قابلمه آب‌جوش به سبد آب‌کشی منتقل کنید. با این روش برنجی که برای کوفته‌تان استفاده می‌کنید نیز است. خصوصیت مهم این نوع برنج این است که به راحتی با بقیه مواد مخلوط می‌شود

دغدغه‌های بانوی ایرانی برای پخت کوفته ترس از وارفتن یا شل شدن کوفته است و صدا البته که کوفته وارفته بیشتر شبیه اش است تا کوفته! اما در فرصت کوتاه ستون این هفته همراهان باشید چون می‌خواهم روش پخت یک کوفته سالم را آموزش دهم.

یکی از مواد لازم و مهم و اساسی برای پختن کوفته، سبزی‌های مورد نیاز است. قدم اول برای پختن یک کوفته سالم و باکیفیت این است که سبزی‌ها را بعد از شست و شو روی یک پارچه نخی قرار دهید و مدتی صبر کنید تا سبزی نیمه خشک شود.

برنج پخته شده به اصطلاح ما آشپزها «قوام» قدرت حفظ مواد را کنار هم ندارد پس نظر من این است که این بار برنج کوفته تان را «زنده» آبکش کنید یعنی زمانی که برنج هنوز پخته نشده و مغز آن سالم است از قابلمه آب‌جوش به سبد آب‌کشی منتقل کنید با این روش برنجی که برای کوفته‌تان استفاده می‌کنید نیز است. خصوصیت مهم این نوع برنج این است که به راحتی با بقیه مواد مخلوط می‌شود و خشک بودن آن باعث جذب آب مواد مخلوطی می‌شود که همین عامل کم شدن احتمال وارفتن کوفته است.

اگر با این روش بازهم مشاهده کردید که کوفته کمی از حالت اولیه خود تغییر شکل داده بهتر است به مواد اولیه کمی آرد و تخم‌خمر اضافه کنید. با این روش حتی اگر حرارت را زیاد کنید کوفته از هم جدا نمی‌شود. البته می‌توانید برای قوام و لعاب کمی از آرد را داخل سس کوفته هم بریزید. نکته آخر اینکه بهتر است به محض قرار دادن کوفته‌ها داخل قابلمه در ظرف را بپندید و این کار را تا زمان

