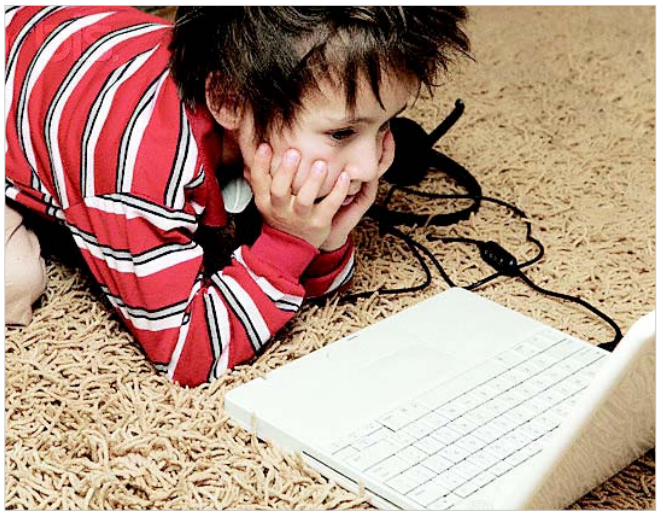

استفاده از اینترنت بدون اجازه، ممنوع!

راهیابی به مکانی که با هر کلیک، تو را به هزار تویی راهنمایی می کند، شگفت انگیز است؛ اما باید توجه داشت که استفاده از اینترنت و مراجعه به آنچه به «چت روم» (اتاق گفت‌وگو) شهرت یافته است، برای بسیاری از نوجوانان جز آسیب ثمری ندارد و والدین باید بسیار مراقب باشند

[زهرا رضایی]

الآن می آیم. تا یک دقیقه دیگه پائین هستم.

مادر از پله ها بالا رفت و بدون این که در اتاق فریبرز را بزند، داخل شد.

ـ شام سرد شد. یک ساعته دارم صدات می زنم.

فریبرز که چشم هایش را روی مانیتور کامپیوتر دوخته بود، گفت:

ـ فقط یک دقیقه.

فریاد مادر بلند شد:

ـ همین حالا پاشو گرنه کامپیوترتو از پنجره می ندازم وسط خیابون.

فریبرز به مادرش نگاه کرد. او عصبانی بود و فریبرز می دانست که اگر فقط یک دقیقه دیگر او را معطل نگه دارد، تهدیدش را عملی خواهد کرد. بلند شد و پشت سر او از اتاق بیرون رفت. وقتی به نزدیک آشپزخانه رسیدند، رو به مادرش کرد و گفت:

ـ یک چیزی تو اتاق جا گذاشتم. تا شما غذا رو بکشین، من برمی گردم.

یک ربع گذشت. مادر دوباره پائین پله ها ایستاده بود و فریبرز را صدا می کرد.

□□□

نفوذ رسانه ها روی نوجوان ها، تاکنون هرگز به اندازه دوره ما نبوده است. نوجوان های امروز، علاوه بر ساعت های طولانی که روبه روی تلویزیون می نشینند، ساعت هایی را نیز به تماشای فیلم های ویدیویی، گوش دادن به نوارهای موسیقی و استفاده از اینترنت اختصاص می دهند.

برخلاف یک دهه قبل که اخبار فقط از طریق چند روزنامه یا یکی دو شبکه تلویزیونی پخش می شد، نوجوان، امروز علاوه بر صدها کانال ماهواره ای، از اینترنت نیز برای شنیدن اخبار سود می برد. اینترنت در این میان برای نوجوان ها از جذابیت ویژه ای برخوردار است. راهیابی به مکانی که با هر کلیک، تو را به هزار تویی راهنمایی می کند، شگفت انگیز است. اما باید توجه داشت که استفاده از اینترنت و مراجعه به آنچه به «چت روم» (اتاق گفت‌وگو) شهرت یافته است، برای بسیاری از نوجوانان جز آسیب ثمری ندارد و والدین باید بسیار مراقب باشند. امروزه با شکل گیری اینترنت، بسیاری از ارتباط های قدیمی منسوخ شده است. نوجوان امروز حوصله نامه نگاری و حتی بعضی از اوقات، حوصله تلفن را هم ندارد و به جای آن ترجیح می دهد

سعی کنید همان اصولی را که در مورد استفاده از تلفن در خانه رعایت می‌شود، درباره استفاده از رایانه و اینترنت نیز رعایت کنید. باید مشخص کنید تا نوجوانتان چه مدتی و در چه زمان‌هایی می‌تواند با اینترنت کار کند

به اینترنت روی آورد و تبادل اطلاعات کند. یکی از اشکالات نوجوان ها این است که خیلی سریع تحت تأثیر تبلیغات قرار می گیرند؛ از این رو این امکان فراهم می شود که اینترنت با بعضی از اطلاعات جهت دار خود، روی نوجوان شما تأثیر سوء بگذارد.

اعتیاد به اینترنت

راحتی استفاده از اینترنت و استفاده های متعددی که می توان از آن کرد، موجب شده است که ما با پدیده ای به نام اعتیاد به اینترنت روبه رو شویم. نوجوان امروز، ساعت ها وقتش را جلوی صفحه رایانه می گذراند و آن را بر هر تفریح دیگری ترجیح می دهد. فاصله گرفتن از فعالیت های اجتماعی، در خود فرو رفتن و یا توجه به یک جنبه خاص از اینترنت، تنها بخشی از زیانی است که فرزند شما را تهدید می کند.

مسأله مهم دیگر در مورد اعتیاد به اینترنت این است که نوجوان از بسیاری از سایر جنبه های زندگی نیز می گذرد. معتادان به اینترنت اگر اجازه استفاده از اینترنت را پیدا نکنند، دچار افسردگی می شوند. توجه داشته باشید که علاقه بیش از اندازه فرزند نوجوان شما به اینترنت می تواند راهی برای فرار از مشکلات زندگی باشد.

چه باید کرد؟

به بچه ها می گوییم با غریبه ها صحبت نکنید و یا آنها را به خانه راه ندهید. از آنها می خواهیم کلید خانه را به کسی ندهند و یا از مقدار پولی که در خانه است به کسی چیزی نگویند. در مورد استفاده نوجوان از اینترنت هم همین قاعده باید حاکم باشد. ملاقات با شخص غریبه موقعی که شما در جریان نیستید، نباید اتفاق بیفتد. چت روم بدون اطلاع شما ممنوع. اگر قرار است ملاقاتی صورت بگیرد، باید در جمع خانوادگی باشد. شما به عنوان پدر یا مادر، باید زمان مراجعه نوجوانتان را به اینترنت محدود کنید. مراجعه به اینترنت موجب می شود تا نوجوان شما از بسیاری از فعالیت های روزمره خود فاصله بگیرد.

برای استفاده از رایانه مقررات خاص خانواده خود را وضع کنید؛ باید مشخص کنید تا نوجوانتان چه مدتی و در چه زمان هایی می تواند با اینترنت کار کند. درباره ویروس های رایانه ای به فرزندانتان هشدار دهید؛ به خصوص به آنها بگویید پیام های ناشناس را باز نکنند.

از نوجوان خود بخواهید هر موضوعی را که موجب ناراحتی او می شود، با شما در میان بگذارد. درباره سوء استفاده از اینترنت، اطلاعات لازم و کافی به او بدهید.

رفت و آمدهای او را کنترل کنید و مطمئن شوید بدون اجازه شما وقتش را در کافی نت ها نمی گذراند.

آموختم که هرگز به پدرم دروغ نگویم

[جیسون بوکارو/ تهمینه مهربانی]

من در جنوب اسپانیا در منطقه کوچکی به نام استپونا بزرگ شده ام. ۱۶ سال بیشتر نداشتم که یک روز صبح پدرم به من گفت می توانم پشت ماشین بنشینم و او را به دهکده «میجاس» در ۱۸ مایلی دهکده خودمان ببرم، به شرط آن که بعد از این کار، ماشین را به تعمیرگاهی در آن نزدیکی ببرم. من که تازه رانندگی یاد گرفته بودم و خیلی کم پیش می آمد که از ماشین استفاده کنم بلافاصله قبول کردم. پدر را به میجاس بردم و قول دادم ساعت چهار بعدازظهر دنبالش بروم. بعد هم به تعمیرگاه رفتم و ماشین را آنجا گذاشتم. چند ساعتی وقت داشتم. تصمیم گرفتم بروم و چند فیلم را که در سینمای نزدیک تعمیرگاه نمایش می دادند، تماشا کنم. چنان غرق دیدن فیلم ها شده بودم که متوجه گذشت زمان نشدم. آخرین فیلم که تمام شد به ساعتم نگاه کردم و دیدم شش بعدازظهر است. دو ساعت دیر کرده بودم. می دانستم اگر پدر بفهمد مشغول دیدن فیلم بوده ام، عصبانی خواهد شد و دیگر هرگز به من اجازه رانندگی نخواهد داد. تصمیم گرفتم به او بگویم که لازم بود بعضی از قطعات ماشین عوض شود و این کار بیش از آنچه که انتظار داشتم طول کشیده است.

به محل قرار ملاقات رفتم و دیدم پدرم کنار خیابان صبورانه منتظر است. به خاطر این که دیر کرده بودم معذرت خواستم و گفتم تا جایی که می توانستم سریع خود را رساندم، ولی ماشین یک سری تعمیرات اساسی لازم داشت. هیچ وقت نگاه پدرم را فراموش نخواهم کرد. او گفت: «اسباب تأسف من است که احساس می کنی باید به من دروغ بگویی.» گفتم: «منظورتان چیست. دارم راستش را می گویم.» پدر دوباره نگاهم کرد و گفت: «وقتی خبری از تو نشد، به تعمیرگاه تلفن زدم و پرسیدم چیزی شده یا نه و آنها گفتند که هنوز نرفتی ماشین را تحویل بگیری، پس می بینی که می دانم ماشین مسأله ای نداشته است.» وقتی با ناتوانی اعتراف کردم به تماشای فیلم رفته بودم و دلیل واقعی تأخیرم را بیان کردم، احساس گناه همه وجودم را فرا گرفت. موجی از اندوه بر چهره پدرم نشسته بود و با دقت به حرف هایم گوش می کرد. او گفت: «عصبانی هستم. ولی نه از دست تو، بلکه از دست خودم. می دانی؟ متوجه شدم که اگر بعد از این همه سال هنوز هم مجبوری به من دروغ بگویی، به عنوان یک پدر، حسابی شکست خورده ام، چون پسری بزرگ کرده ام که حتی نمی تواند به پدر خودش راست بگوید. حالا هم پیاده به خانه برمی گردم. می خواهم فکر کنم این همه سال کجا اشتباه کرده ام.» ولی پدر تا خانه ۱۸ مایل راه است و هوا هم تاریک شده، نمی توانی پیاده بیایی.» اعتراض، عذرخواهی و بقیه حرف هایم به کلی بی فایده بود. من پدرم را مأیوس و دل شکسته کرده بودم و داشتم یکی از بزرگترین درس های زندگی ام را یاد می گرفتم. پدر راه پیمایی اش را در جاده خاکی شروع کرد. من سریع داخل ماشین پریدم و دنبالش راه افتادم. امیدوار بودم کوتاه بیاید. در تمام طول راه به او التماس کردم و گفتم که چقدر متأسفم، ولی او ابداً اعتنا نکرد و ساکت و متفکر و دردمند به راهش ادامه داد. ۱۸ مایل پشت سرش رانندگی کردم. دیدن پدرم که چنان درد جسمی و روحی عجیبی را تحمل می کرد، دردناک ترین تجربه عمرم و در عین حال موفق ترین آن نیز بود.

از آن پس آموختم که دیگر هرگز به او دروغ نگویم.

اخلاق، میراث والدین برای فرزندان

[شیما جمالی]

آیا تا به حال مادر یا پدری را در حال فریاد زدن بر سر کودک خود و یا احیاناً تنبیه بدنی او دیده اید؟ آیا تا به حال کودک و یا نوجوانی را در حال دعوا با دیگران، مشاجره لفظی با خانواده و یا بد خلقی با همکلاسی های خود دیده اید؟

● حلقه گمشده

فرزندان آئینه تمام نمای رفتار پدر و مادر خود هستند. وقتی ما با همسر خود با صدای بلند صحبت می کنیم، وقتی تنها به خواسته های خود فکر می کنیم، وقتی دروغ می گوییم، خستگی فعالیت های روزانه را بر سر اعضای خانواده خالی می کنیم و به نظم و انضباط بی توجه هستیم، چه انتظاری از فرزندان خود داریم که طبق موازین اخلاقی عمل کنند؟

در دنیای امروز، بخصوص، «اخلاق» حلقه گمشده جوامع بشری است. در قرن ۲۱ شاید بشر به پیشرفت های علمی اعجاب انگیزی دست پیدا کرده باشد اما مسئله ای که مهجور مانده و یا مهجور نگه داشته شده، اخلاق است. مسئله ای که پیامبر اکرم(ص) آن را علت بعثت و برانگیخته شدن خود به نبوت اعلام می کند. اما آیا صادقانه با خود فکر کرده ایم چقدر به این موضوع ولزوم جود اخلاق در زندگی توجه داریم؟ آیا تا به حال فکر کرده ایم که زندگی ما چقدر برمبنای اخلاق استوار است و موازین اخلاقی در خانواده رعایت می شود یا نه؟

● سؤال بیجا!

بعضی از پدر و مادرها تصور می کنند اگر فرزند از نظر خوراک و پوشاک تأمین و از نظر تحصیلی نیز به سطح قابل قبولی رسیده باشد برای آنها کافی است. این دسته از والدین اعتقادی به سازندگی اخلاقی فرزندان ندارند. آنان نه خود اصول اخلاقی را رعایت می کنند و نه تلاش می کنند که فرزندانی متخلق به اخلاق حسنه داشته باشند. اما زمانی که نوجوان، پرخاشگر، بی ادب و بی انضباط می شود، از خود می پرسند: «چرا؟» ما که تمام تلاشمان را برای زندگی آنها کرده ایم.»

زمانی که با فرزند خود تندی می‌کنیم، او را دعوت به گفتن دروغ به اصطلاح مصلحتی می‌کنیم و در برابر بی‌توجهی آنان به مسائل مذهبی واکنش نشان نمی‌دهیم، انتظاری هم نباید داشته باشیم که آنان در آینده فردی پرهیزکار و خداترس شوند

توجه نکردن به مسائل اخلاقی در سنین خردسالی و کودکی، پیامدهای ناگواری در سنین نوجوانی و جوانی در پی خواهد داشت. اگر زمانی که ذهن و قلب فرزند ما آماده پذیرش تربیت صحیح است مورد بی توجهی قرار گیرد، در سنین بالاتر، خیلی سخت تر می توان او را از عادات ناپسند دور کرد.

● تکلیف الهی

از جمله وظایفی که خداوند بر عهده پدر و مادر در قبال فرزندان گذاشته، تربیت صحیح دینی است و این، یکی از حقوق فرزندان محسوب می شود که در بیشتر خانواده ها مورد غفلت واقع شده است. حضرت علی(ع) در این زمینه می فرمایند: «میراثی مانند ادب نیست.» معمولاً اگر فرزند ما نمره درسی اش کم شود و دست به کارهای خطرناک بزند، به درس و مدرسه توجه نشان ندهد یا به حرف های ما بی توجه باشد، ناراحت شده و واکنش نشان می دهیم. اما اگر برای نماز صبح بیدار نشود، دروغ بگوید و کاهلی در امور دینی داشته باشد آن را به عنوان ناهنجاری تلقی نمی کنیم و به راحتی از آن می گذریم. اگر کودک ما با چنین تربیتی رشد کند، در آینده نباید انتظار داشت که فردی پایبند به اصول مذهبی و اخلاقی باشد. همانطور که خداوند در آخرت از نوع تربیت فرزندان، از والدین بازخواست خواهد کرد، مردم نیز مؤدب بودن یا نبودن فرزند را به پای پدر و مادر خواهند گذاشت. چه عملی سنگین تر و پر اجر تر از تربیت یک نسل پاک، متعهد و خداشناس وجود دارد.

توجه نکردن به مسائل اخلاقی در سنین خردسالی و کودکی، پیامدهای ناگواری در سنین نوجوانی و جوانی در پی خواهد داشت. اگر زمانی که ذهن و قلب فرزند ما آماده پذیرش تربیت صحیح است مورد بی توجهی قرار گیرد، در سنین بالاتر، خیلی سخت‌تر می‌توان او را از عادات ناپسند دور کرد

حضرت سجاد(ع) در رساله حقوق خود می فرمایند: «و اما حق فرزندت آن است که بدانی او از توست و خیر و شر او در همین دنیا به تو نسبت داده می شود و تو نسبت به تربیت شایسته او و راهنمایی اش به سمت و سوی خدا و کمک به خدا پرستی اش، مسئولی و در این مورد پاداش و کیفر خواهی شد. پس در کار تربیت فرزند، چنان رفتار کن که اگر در دنیا آثار خوب داشت مایه آراستگی تو باشد و نزد پروردگار حجت داشته باشی.»

زمانی ما مسلمان واقعی محسوب می شویم که اعمالمان گویای مذهب ما باشد. زمانی که با فرزند خود تندی می کنیم، او را دعوت به گفتن دروغ به اصطلاح مصلحتی می کنیم و در برابر بی توجهی آنان به مسائل مذهبی واکنش نشان نمی دهیم، انتظاری هم نباید داشته باشیم که آنان در آینده فردی پرهیزکار و خداترس شوند. در مقابل هم فشار بیش از حد بر فرزند برای انجام فرایض دینی، سختگیری، پرخاشگری در مقابل انجام ندادن اعمال نیز اثر سوئی بر فرزند خواهد گذاشت و چه سا او را از دایره دینداری خارج می سازد.

آگهی فراخوان برای مناقصه

روابط عمومی و بین الملل
شرکت راه آهن شهری تهران و حومه (مترو)

شماره ۸۶/۴۷

شرکت راه‌آهن شهری تهران و حومه (مترو) درنظر دارد عملیات اجرایی سه ایستگاه ، چهارهواکش میان تونلی و تونل حدفاصل جنوب میدان شهدا تا غرب میدان هفتم‌تیر را که شامل بخشی از خط ۶ متروی تهران می‌باشد در سه قطعه مجزا ، مطابق جدول ذیل که براساس فهارس بهای سال ۱۳۸۶ معاونت برنامه‌ریزی و نظارت راهبردی ریاست جمهوری برآورد گردیده، از طریق مناقصه به پیمانکاران واجد صلاحیت واگذار نماید.

قطعه	عملیات اجرایی:	مبلغ	مدت اجرای کار
یک	شامل سازه نگهبان، سازه، معماری ، تأسیسات برقی و مکانیکی ایستگاه میدان امام حسین(ع)، هواکش میان تونلی و تونل حدفاصل ایستگاه میدان شهدا تا ایستگاه میدان امام حسین(ع)، تونل ارتباطی خط ۶ به خط ۴ و سه راهی مربوطه	۳۱۷ میلیارد ریال	۲۶ ماه
دو	شامل سازه نگهبان ، سازه، معماری ، تأسیسات برقی و مکانیکی ایستگاه شریعتی، هواکش میان تونلی و تونل حدفاصل ایستگاه میدان امام حسین(ع) تا ایستگاه شریعتی.	۳۲۷ میلیارد ریال	۲۶ ماه
سه	شامل سازه نگهبان ، سازه ، معماری ، تأسیسات برقی و مکانیکی ایستگاه میدان هفتم تیر، هواکش‌های میان تونلی قبل و بعد از میدان هفتم تیر و تونل حدفاصل ایستگاه شریعتی تا میدان هفتم تیر و در ادامه تا هواکش میان تونلی بعد از ایستگاه میدان هفتم تیر	۳۳۵ میلیارد ریال	۲۶ ماه

توضیح : پیمانکاران متقاضی شرکت در مناقصه می‌بایست حداقل دارای پایه دو حمل و نقل، یک ساختمان و سه‌تأسیسات باشند.

از شرکتهای پیمانکاری واجد شرایط با دارا بودن سابقه کار مشابه و علاقه‌مند به شرکت در این مناقصه دعوت می‌گردد ظرف مدت یک هفته از زمان درج این آگهی برای دریافت اسناد فراخوان با معرفی نماینده و پرداخت مبلغ ۳۰۰،۰۰۰ ریال به نشانی زیر مراجعه و حداکثر ۱۴ روز پس از آخرین روز توزیع اسناد آنها را تکمیل و در ساعات اداری روزهای غیرتعطیل به همان نشانی تحویل و رسید دریافت دارند.

نشانی : تهران ، بزرگراه رسالت ، بعد از چهارراه دردشت ، نرسیده به بلوار شهید باقری، مجتمع اداری شرکت‌مترو، مهندسین مشاور حمل و نقل ریلی بهروی تهران.

- کارفرما : شرکت راه آهن شهری تهران و حومه (مترو) — تلفن : ۷۷۲۵۲۰۲۱
- مدیریت طرح : مهندسین مشاور حمل و نقل ریلی بهروی تهران — تلفن : ۷۷۸۹۲۸۶۷
- مشاور تونل تمام قطعات : مهندسین مشاور عمران محیط زیست — تلفن : ۸۸۸۰۰۷۱۷
- مشاور ایستگاه میدان امام حسین(ع) و هواکش مربوطه: مهندسین مشاور طرح بامداد — تلفن : ۸۸۰۵۸۸۳۰
- مشاور ایستگاه شریعتی و هواکش مربوطه : مهندسین مشاور کنو — تلفن : ۳ - ۸۸۷۵۰۲۶۳
- مشاور ایستگاه میدان هفتم تیر و هواکش مربوطه : مهندسین مشاور مونیت — تلفن : ۶ - ۸۸۸۲۴۸۳۴

روابط عمومی و بین الملل
شرکت راه آهن شهری تهران و حومه (مترو)