payamdaily.ir

نخستین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۱۶۰۱
دوشنبه / ۱۵ اردیبهشت / ۱۳۹۹
۱۰ / رمضان / ۱۴۴۱
04 / May/ 2020

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کافون، کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۲۸۲۸-۳۲۵۳۲۴۲۳ - ۲۶۰ فکس: ۳۲۵۵۳۸۳۸
فکس اشتراکی پیام آشنا: ۰۲۱-۸۹۷۸۶۷۳۹
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۴۲/۴۶
چاپ: کارگر

خبرچه

سالن‌های نمایش فعلا بسته خواهند ماند

مدیرکل هنرهای نمایشی تأکید کرد زمان بازگشایی مجدد سالن‌های تئاتر هنوز قطعی نشده و درخواست جلسه با ستاد ملی مقابله با کرونا در خصوص وضعیت فعالیت تئاتر در دوران پساکرونا ارائه شده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، قادر آشنا مدیرکل هنرهای نمایشی درباره بحث مطرح شده در فضاهای مختلف درباره بازگشایی سالن‌های تئاتری از یک ماه آینده گفت: هر صنف، اداره و وزارتخانه‌ای دغدغه‌های خاص خود را برای از سرگیری فعالیت‌های خود با بهبود شرایط شیوع ویروس کرونا دارد و در حوزه سینما و تئاتر نیز از سرگیری فعالیت‌ها از جمله دغدغه‌های وزارتخانه فرهنگ و ارشاد اسلامی است.

وی با تأکید بر اینکه هنوز زمان بازگشایی سالن‌های تئاتر قطعی نشده و هیچ چیز از این خصوص مشخص نیست، افزود: معاونت هنری دغدغه فعالیت‌های زیرمجموعه‌های پنج‌گانه خود شامل تئاتر، موسیقی، هنرهای تجسمی، مد و لباس و مراکز آموزشی را دارد و در خصوص هر کدام از حوزه‌ها از جمله تئاتر، جلسات مختلفی را با حضور مدیران و مسئولان حوزه برگزار کرده است. آشنا درباره خروجی جلسات برگزار شده توضیح داد: نکته‌ای که به ذهن من رسید ارائه پیش‌نویسی به ستاد ملی مقابله با کرونا است مبنی بر اینکه در صورت بازگشایی سالن‌های تئاتر چه اتفاقاتی باید رخ دهد و به چه نکاتی باید توجه شود. مدیرکل هنرهای نمایشی یادآور شد: علاوه بر ارائه پیش‌نویس منتظر، درخواست جلسه حضوری با ستاد ملی مقابله با کرونا را مطرح کردیم و منتظر جواب هستیم.

وی در پایان سخنان خود گفت: قصدمان این است در جلسه مذکور دغدغه‌های جامعه تئاتری، تفاوت فعالیت تئاتر با سینما و موسیقی و همچنین تفاوت سالن‌های تئاتری مختلف را تشریح کنیم تا برای چگونگی از سرگیری فعالیت‌ها در زمان پایان یافتن بحران، به یک جمع‌بندی برسیم.

امروز با حافظ

بر مهر چرخ و شیوه او اعتماد نیست
ای وای بر کسی که شد ایمن ز مکر وی
فردا شراب کوثر و حور از برای ماست
و امروز نیز ساقی مه روی و جام می

خواندنی

ماه عبادت است و من، با لب روزه دار از این قول و غزل نوشتم، بیم گناه کردنست

شهریار

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۴:۴۵	۰۶:۱۹	۱۳:۰۴	۱۹:۴۹	۲۰:۰۸

برگه

اگر زیبایی را آواز سر دهی، حتی در تنهایی بیابان، گوش شنوا خواهی یافت.

خلیل جبران

گزارش

مثلث خطر مقابل سفرهای بهاری

کرونا هنوز هست اما ممنوعیت تردد‌های بین استانی که از اواخر اسفند برای غلبه بر موج ابتلا به این ویروس مرگبار طراحی و اعمال شده بود، چندروزی است که از جلوی پای مسافران برداشته شده است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دنیای اقتصاد، عرضه‌کنندگان اقامتگاه‌های گردشگری در واکنش به این لغو ممنوعیت سفر از اواخر هفته پیش کار اجاره و معرفی ویلا و خانه‌های مخصوص سکونت مسافر را در شهرهای توریستی کشور آغاز کردند. با این حال بررسی‌های «دنیای اقتصاد» نشان می‌دهد سه خطر مسافران بهاری را تهدید می‌کند. مخاطرات بازار گردشگری در این مقطع همگی از کرونانشات می‌گیرد. بر خورد مسافران به فایل‌های اقامتگاهی با کیفیت بسیار نازل، برخورد مقدمات محلی استان ها با مالکان ویلاها بعد از مشاهده مسافر در آنها و همچنین احتمالا بالای ابتلا به کرونا مجموعه مخاطرات سه‌گانه سفر در فصل جاری است.

مطابق تصمیم ستاد ملی مقابله با کرونا و اعلام رئیس‌جمهور تردد‌های بین استانی از هفته گذشته مجاز شد و این لغو ممنوعیت سفر باعث شد سایتها و لستارت آپهایی که ویلاهای موجود در هر استان را به گردشگران معرفی می‌کنند فعالیت خود را با مجوزهایی که از گان‌های مربوطه در اختیار آنها قرار داده‌اند آغاز کنند. گزارش «دنیای اقتصاد» از واکنش عمومی به این اتفاق نشان می‌دهد برخی از گردشگران که در تعطیلات عید در قرنطینه بوده‌اند و از آن شرایط خسته شده بودند برای رزرو ویلا با عرضه‌کنندگان آنها در شهرهای مختلف تماس گرفته‌اند و تدارک سفرهای بهاری از روزهای اخیر آغاز شده است.

طبق اعلام وزارت بهداشت اقامتگاههایی که در شرایط بهداشتی مطلوب و مطابق با چارچوب پروتکل‌های بهداشتی ستاد مبارزه با کرونا است می‌توانند فعالیت خود را از سر بگیرند. از همین رو کلیه میزبانان برای دریافت این مجوز باید از طریق ثبت نام در «سامانه اصناف و صنایع کشور» و تکمیل فرم مربوطه اقدام کنند. تحقیقات میدانی «اقتصادی اقتصاد» از عرضه‌کنندگان ویلاها در استان‌های شمالی کشور نشان می‌دهد با وجود اینکه عرضه این نوع از اقامتگاهها بطور رسمی استارت خورده است، اما محدودیتهایی برای حاضران آنها از سوی مقامات استانی وجود دارد که موجب شده عرضه برخی از این ویلاها همچنان ممنوع باشد. در همین راستا فعلا یک مسیر ضعیف برای عرضه ویلاهای اجاره‌ای شکل گرفته که کیفیت فایل‌ها به دلیل ملاحظه غالب ویلادارها و پرهیز آنها از عرضه، چندان مناسب نیست اما برخی از گردشگران برای اقامت در این ویلاها با آنها تماس گرفته و به رزرو ویلا می‌پردازند.

نکته جالب این نوع فعالیت‌ها آن است که در نخستین بازاری صرفا ویلاهایی عرضه می‌شود که در کوچه و خیابان‌های فرعی جای گرفته است که نه تنها دید عمومی ندارد حتی دسترسی به آنها هم چندان راحت نیست. از سوی دیگر خدمات ارائه شده در این ویلاها نیز از کیفیت مطلوبی برخوردار نیست این امر می‌تواند آسیب‌جدی به بازار گردشگری داخلی وارد کند زیرا توریستها با تجربه چنین شرایطی دچار دلزدگی از سفر می‌شوند و همین امر موجب کاهش کلی سفرهای داخلی در کشور خواهد شد.

با توجه به اینکه عرضه ویلا به گردشگران در برخی از شهرهای استان‌های شمالی بر اساس دستورات برخی از مقامات استانی تخلف اعلام شده است؛ بنابراین حتی با قیمت پایین نیز سفر به این شهرها و اجاره ویلاها دارای ریسک بالایی است، زیرا گردشگران باید هر لحظه استرس حضور مسئولان مربوطه در ویلا را داشته باشند و نگران برخورد آنها با صاحبان ویلا و مسافران باشند. علاوه بر آن با توجه به اینکه هنوز ویروس کرونا از بین نرفته است خطر ابتلا نیز برای گردشگران همچنان با قدرت گذشته وجود دارد و باز شدن تردد‌های بین استانی در کشور به معنای پایان کرونا نیست. بنابراین برای جلوگیری از شیوع ویروس کرونا نیز باید گردشگران از سفر در این ایام حتی اگر قیمت بسیار هم پایین باشد صرف نظر کنند. طبق بررسی‌های انجام شده توسط «دنیای اقتصاد» قیمت برخی ویلاها در شهرهای مختلف مناطق شمالی کشور در حال حاضر نسبت به مدت زمان مشابه سال گذشته حدود ۷۰ درصد کاهش داشته است که این ارزانی کاملا معنادار است (به خاطر کیفیت پایین فایل‌ها است).

بنابراین برای جلوگیری از شیوع کرونا بهتر است از سفر کردن اجتناب کنند از سوی دیگر با شروع ماه مبارک رمضان مطابق هر سال میزان مسافران داخلی کاهش می‌یابد که همین امر نیز بر کاهش قیمت اجاره‌بهای ویلا برای اقامت‌های کوتاه‌مدت در طول سفر تاثیرگذار است.

برخی از عرضه‌کنندگان ویلا در استان‌های شمالی به «دنیای اقتصاد» عنوان کردند با وجود اینکه در تعطیلات نوروز ۹۹ سفری صورت نگرفت و تردد بین استانی از اولین روز اردیبهشت آغاز شده است با حجم زیاد مسافران مواجه نبودیم که علت اصلی آن ترس گردشگران از ابتلا به کرونا و همچنین شروع ماه مبارک رمضان است. این در شرایطی است که نه تنها هیچ‌گونه افزایش قیمت در اجاره روزانه ویلاها نداشته‌ایم، بلکه نسبت به مدت زمان سال گذشته نیز کاهش قیمت قابل توجهی برای این نوع از اقامتگاه‌ها در نظر گرفته‌ایم.

یکی از شهرهایی که در استان مازندران مجاز به عرضه ویلا به مسافران نیست شهر رامسر است. از همین رو برخی از عرضه کنندگان حاضر در این شهر با این ممنوعیت مخالف هستند زیرا از نظر درآمدی مشکلات قابل توجهی را تجربه می‌کنند. همچنین برخی دیگر از این عرضه‌کنندگان با این امر موافق بوده و اعلام کرده‌اند حتی اگر چنین ممنوعیتی وجود نداشته باشد هم آنها به علت وجود بیماری کرونا تمایلی به عرضه ویلاهای خود به مسافران ندارند. بنابراین گردشگری که تمایل به دریافت خدمات با کیفیت بالا، بدون ریسک ابتلا به کرونا و برخورد قانونی با آنها دارند، بهتر است تا اتمام کرونا از سفر خودداری کنند تا کیفیت عرضه ویلا در این شهرها نیز افزایش یابد.

پرونده جراید

آزادی مطبوعات، در گرو رابطه نزدیک مخاطب و رسانه است

ایران؛ علی‌اکبر قاضی‌زاده- بی‌تردید آنچه امروز باید درباره آن به صراحت سخن گفت کم شدن اقبال رسانه‌های مکتوب نزد مخاطبان است و دوری آنها از این بخش را باید در چند مسأله که یکیش دغدغه و مسأله آزادی مطبوعات است جست‌وجو کرد. آزادی مطبوعات پروتکلی بود که سالیان دراز، در هر کشوری و قانونی وجود داشت و در نهایت مجمع عمومی سازمان ملل متحد ۲۰ دسامبر ۱۹۹۳ میلادی و در چهل و هشتمین اجلاس خود روز سوم ماه مه هر سال را به‌عنوان «روز جهانی آزادی مطبوعات» اعلام کرد. بخش مهمی از داستان کم‌شدن اقبال مخاطب مطبوعات، بی‌تردید گردن خود ما روزنامه‌نگاران است. بسیاری از ما کار خود را بلد نیستیم و تخصص لازم در این زمینه را نداریم و درست آموزش ندیده‌ایم و پرورده نشده‌ایم و از این بدتر، اصل تخصص را فراموش کرده‌ایم. به‌عقیده کسی مثل من که بازنشسته این حوزه و حرفه است، روزنامه‌نگاری حرفه‌ای ۲۴ ساعته است که دوسه‌ساعت کار پشت میز می‌طلبد آن‌هم برای پیاده و مستقر کردن آنچه در روزها و ساعت‌های گذشته، درباره‌اش تحقیق کرده‌ایم و مطلب و یادداشت برداشته‌ایم. متأسفانه به سمتی پیش رفته‌ایم که روزنامه‌نگاران ما اغلب به میرزا بنویس‌هایی تبدیل شده‌اند که از صندلی خود تکان نمی‌خورند و چند خبر از چند خبرگزاری برمی‌دارند و کنار هم، اسمش را تحلیل خبر می‌گذارند. یا منتظرند فلان مسئول و مدیر حرفی بزند و آن را منعکس کنند. چیزی که در این زمینه، لاغر و نابوده شده متأسفانه روحیه کشف و کنشگری است. برخی می‌گویند ورود فناوری‌های نوین و اینترنت و... باعث شده مردم نظر از مطبوعات کاغذی بگیرند و... با چنین چیزی کاملاً مخالفم و می‌توان کشورهایی را شاهد مثال آورد که اتفاقاً آنها به لحاظ فناوری‌های نوین و شبکه‌های مجازی و... از ما بسیار جلوتر و پیشرفته‌تر هستند اما مردم‌شان، همچنان مطبوعات کاغذی را دنبال می‌کنند و اهل کاغذ دست گرفتن هستند. نکته این‌جاست که طبیعی‌ست وقتی مردم پاسخ نیازهای خود را در رسانه‌ها نبینند دنبالش نمی‌روند، بابتش پول نمی‌دهند و وقتشان را پای رسانه‌های مکتوب نمی‌گذارند. متأسفانه سال‌های مدیدی‌ست که به جای تقویت مطبوعات، مدام مراقب بوده‌اند روزنامه‌نگار علیه جزء یا کلی از آنچه مطلوب نظر آن‌هاست ورود نکند. اتفاقاً همان چیزهایی که با وسواس روی آن نظارت شد درست همان چیزهایی بوده که مردم طالب دانستنش بودند. حالا به عقیده من مطبوعات از نیازهای مردم و مخاطبان تقریباً خالی شده و تبدیل شده‌اند به بنگاه‌هایی که مرتب باید به آنها پول تزریق کرد تا سرپا بمانند و چیزی منتشر کنند که کمترین ارتباطی با مردم دارد. قوانین جاری مربوط به مطبوعات باید بازنگری شود و ضروری است تا آنچنان دیر نشده است به فکر ده سال آینده باشیم. اطلاعات و آمار و ماده اولیه خبر و... نباید از مطبوعات، پنهان نگه‌داشته شود که چنین مسأله‌هایی باعث می‌شود به روزگار نه چندان مساعد و مناسب رسانه مبتلا شویم و پیش خود فکر کنیم که یادبودهایی مثل روز خبرنگار و آزادی مطبوعات حالتی تشریفاتی گرفته که از واقعیت‌های خود دور شده است. منظور ما از آزادی، بی‌بندوباری و شیوه اروپایی و امریکایی نیست، اما نگاه کنیم به کشورهایی مثل هند و پاکستان و اردن و بولیوی و برزیل و... پایان سخن اینکه همه گناه را نمی‌شود گردن فناوری‌های نوین گذاشت. مگر در دنیا همه روزنامه‌نگاری را کنار گذاشته‌اند. کشورهای بسیاری در دنیا، هنوز با مطبوعات زندگی می‌کنند و رسانه‌های ورزشی یا حوادث‌شان جزو پرفروش‌ترین رسانه‌های کاغذی‌شان هستند آیا ژاپن و کره مطبوعات خود را تعطیل کرده‌اند و همه چیز را آنلاین کرده‌اند. باید از فناوری استفاده کرد برای رشد بیشتر فضاهای کاغذی نمی‌توان به‌همین راحتی با پاک‌کردن صورت مسأله، سنت کاغذ کتاب و روزنامه گرفتن را از مردم گرفت. آزادی مطبوعات، در گرو رابطه نزدیک مخاطب و رسانه است که تعریف می‌شود و اگر چنین رابطه نزدیک و متقابلی نباشد این پیکره هر روز لاغر و لاغرتر می‌شود و به سرانجامی می‌رود.

مقاله

تشویق عادت‌های خوب برای فضای کاری پاک

چشم خود را به خطرات روزمره سلامتی در محل کار نبندید. بهداشت نامناسب محیط کار یک خطر برای سلامتی شما و تیم محسوب می‌شود. اگر بلافاصله با این مسأله برخورد نشود، احتمالا این وضعیت بدتر خواهد شد. اما بهداشت شخصی در محل کار موضوعی ظریف است و تشویق افراد به تغییر رفتار آنها می‌تواند پیچیده و مشکل باشد. در این مقاله نحوه انجام آن را با حداقل هیاهو و بدون رنجش و دلخوری توضیح داده شده است.

افراد میکروب‌ها را به روش‌های مختلفی پخش می‌کنند، از عطسه کردن بدون دستمال کاغذی گرفته تا فنجان‌های قهوه نشسته و امکانات و تجهیزات مشترک می‌توانند خیلی سریع مقدار زیادی از باکتری‌های مضر را در خود جای دهند وقتی این رفتارها و خطرات بدون کنترل انجام شوند، می‌توانند پیامدهای جدی برای سازمان شما داشته باشند. اولین نتیجه این است که افراد بیمار می‌شوند. کار را متوقف می‌کنند و باید برای بهبودی مرخصی بگیرند. با این حال وقتی بیمار می‌شوید شغل شما می‌تواند حتی بیشتر نیز متحمل آسیب شود وقتی که به‌جای گرفتن مرخصی استعلاجی مورد نیاز خود، همچنان به‌کار خود ادامه دهید و به گسترش ویروس در محل کار خود بپردازید. تحقیقات همچنین نشان می‌دهد استانداردهای ضعیف بهداشت، توقایی افراد را برای تمرکز روی کار خود کاهش می‌دهد و باعث ایجاد یک ذهنیت منفی می‌شود. این امر می‌تواند بر بهره‌وری و روحیه تأثیر بگذارد. یک دفتر کثیف یا نامرتب، مشتری‌ها و استخدام‌های احتمالی را نیز منصرف می‌کند. افراد وقتی وارد محیط کار شما می‌شوند، بینش فوری از فرهنگ محل کار شما به‌دست می‌آورند و هیچ‌کس از برداشت‌های اول بد سود نمی‌برد.

۹ راه برای مبارزه با مکان‌های ناسالم

در بسیاری از سازمان‌ها، تمیز کردن روزانه و «تمیز کردن اساسی» به‌طور مرتب توسط پیمانکارهای نظافت انجام می‌شود. اما این به آن معنا نیست که بهداشت، مسأله دیگران است.

حفظ محل کار سالم وظیفه همه است و این یک اصل خوب و اساسی است! اما نیازی به‌کار سخت نیست و به این معنی نیست که شما باید هزینه زیادی را صرف مشاوره در زمینه بهداشت کنید یا تمام وسایل و لوازم جانبی خود را جایگزین کنید بلکه به معنای الهام بخشیدن به افراد برای تغییر عادت‌های خود برای منافع مشترک است.

در اینجا ۹ اقدام ساده که می‌تواند برای تشویق این امر انجام دهید آمده است:

۱. قوانین را بدانید

بخشی از وظایف شما به‌عنوان مدیر، نگهداری محیط کار فیزیکی بی‌خطر و اطمینان از رعایت استانداردهای صنعت و مقررات قانونی است. معمولا استانداردهای اولیه ایمنی و بهداشت کار در کشورها توسط نهادهای مرتبط تنظیم می‌شود. اطمینان حاصل کنید که شما استانداردهای موردنیاز در کشور خود را می‌دانید و همچنین اطلاع دارید چه کسی مستقیما مسئول اجرای آنها در سازمان شماست. اگر فکر می‌کنید این استانداردها برآورده نمی‌شوند، آنها اولین درگاه تماس شما هستند. به‌عنوان مثال در شرایط بیماری علاگیر کرونا، دولت‌ها ممکن است از کسبوکارها بخواهند اقدامات ویژه‌ای را برای اطمینان از برخورد با شیوع بیماری انجام دهند. این موارد ممکن است شامل کار اجباری از خانه، مرخصی اجباری یا حتی بسته شدن دفاتر باشد. این شرایط اغلب می‌تواند سریع باشد، بنابراین با بررسی مرتب توصیه‌های دولت و همچنین به‌روزرسانی‌های خدمات درمانی ملی یا محلی و سازمان بهداشت جهانی (WHO)، موارد مهم را انجام دهید و بسیار مهم‌تر اینکه کارکنان خود را از هرگونه تغییر آگاه نگه دارید!

۲. انتظارات را مشخص کنید

حفظ و نگهداری محل کار تمیز و بهداشتی یک تلاش تیمی است؛ بنابراین اطمینان حاصل کنید که همه افراد شما آنچه از آنها انتظار می‌رود را درک کنند. لیتا رفتارهایی را که می‌خواهید ببینید به روشنی مشخص کنید. این موارد می‌تواند شامل همه افراد باشد به‌عنوان مثال اینکه در انتهای هر روز صفحه کلید رایانه مشترک خود را ضد عفونی کنند، شستن دست‌ها به‌طور مرتب یا شستن ظرف‌ها. این انتظارات را در جلسات تیمی یا به‌روزرسانی‌های شرکت به‌اشتراک بگذارید و آن را در دفترچه راهنمای کارکنان خود قرار دهید، تا افراد تازه استخدام‌شده بدانند چه انتظاری دارید.

۳. کار را آسان کنید

تنبلی و نگرش نسبت به پاکیزگی را نمی‌توان به راحتی تغییر داد بنابراین شکل دادن به عادات بهداشتی را برای افراد آسان کنید. تلاش‌های خود را در زمینه‌های اصلی زیر متمرکز کنید:

• مبلمان و تجهیزات اداری، دستمال، ضدعفونی‌کننده دست و دستمال مرطوب ضدباکتری را روی همه میزها قرار دهید و مطمئن شوید که افراد از آنها استفاده می‌کنند!

• میز، دستگیره در، تلفن، صفحه کلید رایانه، دکمه‌های چاپگر، اهرم شیرهای آب و حتی فنجان‌های چای و قهوه باید همه مرتبا تمیز شوند.

• یخچال‌ها، هر هفته هر غذای نخورده شده را دور بریزید تا از ایجاد محلی برای رشد باکتری جلوگیری شود.

• مایکروویو. افراد را ترغیب کنید بعد از هر بار استفاده آن را تمیز کنند. میکروب‌ها برای پخش شدن، به غذا نیاز دارند و مایکروویو اداری می‌تواند بستر عالی پرورش باشد.

• مخزن مایع دستشویی اتوماتیک چشمی. بررسی کنید که این محفظه همیشه صابون لازم را دارد و افراد را ترغیب می‌کند که دست‌های خود را به‌طور مرتب و کامل بشویند.

نکته:

در سال ۲۰۲۰، انتشار ویروس کرونا در سراسر جهان بسیاری از مشاغل را بر آن داشت تا با کمک به شیوه‌های خاص بهداشتی برای جلوگیری از شیوع ویروس، اقدامات خاصی را در مورد بهداشت محیط کار انجام دهند.

اقدامات بهداشتی خوب (به‌ویژه در موارد شیوع ویروس) شامل موارد زیر است:

• هنگام ورود و خروج از کار و قبل از غذاخوردن، دستان خود را با صابون بشویید. اگر صابون در دسترس نیست، از ضدعفونی‌کننده حاوی الکل استفاده کنید.

• شستن دست‌ها به مدت ۲۰ ثانیه یا بیشتر.

• هنگام عطسه و سرفه از دستمال کاغذی استفاده شود. یا اگر دستمال کاغذی در دسترس نیست، دهان و بینی خود را با آرنج خم شده خود بپوشانید.

• اگر تماس دست با چشم، بینی و دهان خودداری کنید.

• فاصله اجتماعی را حفظ کنید. این به معنای حفظ فاصله حداقل یک متر بین خود و هرکسی است که سرفه یا عطسه می‌کند.

۴. دلایل خود را توضیح دهید

افراد هنگامی که دلایل پشتیبان را کاملا درک کنند، تمایل بیشتری دارند تا با اهداف درگیر شوند و مشارکت کنند. پیوند استانداردهای بهداشت با اهداف کلیدی سازمان شما می‌تواند به این پیام کمک کند. توضیح عواقب منفی می‌تواند به همان اندازه موثر باشد. با توجه به سطح دانش و فهم آنها از مثال‌های مختلف استفاده کنید.

۵. استفاده از «قدرت سقلمه زدن»

سیاست‌های سختگیرانه بهداشت و مجازات برای عدم رعایت آنها، در صورت عدم ایجاد احساس حمایت از افراد ممکن است خطرآفرین باشد. شما می‌توانید از این کار جلوگیری کنید و با هدایت آنها در مسیر درست، به نتایج خوبی برسید. می‌توانید با اقدامات نمایشی «قدرت سقلمه زدن» را مهار کنید. به‌عنوان مثال ممکن است «ردپاها» را روی زمین نقاشی کنید تا افراد را به سمت محل بازیافت سوق دهید یا راهنماهای مرحله به مرحله در مورد شستوشوی دست را در کنار سینک‌ها و توالت‌ها قرار دهید.

۶. از مکالمات دشوار خودداری نکنید

اگر با کارکنان در مورد مسائل مختلف گفت‌وگو کنید احتمالا، مسائل مربوط به بهداشت شخصی در صدر موارد خواهد بود! اما مشکلاتی این‌گونه به احتمال زیاد به خودی خود از بین نمی‌رود یا حتی ممکن است فرد موردنظر از آن آگاهی نداشته باشد. مواظب باشید هنگام مطرح کردن موضوع از نق زدن و لاف زدن دوری کنید. ممکن است فرد از اتهامات شما احساس خجالت و ناراحتی کند یا ممکن است بر موضع اشتباه خود استوارتر شوند. اگر در عوض با آنها با تدبیر و توجه برخورد کنید، احتمالا پاسخ آنها مثبت‌تر و مشارکتی خواهد بود. ممکن است این چارچوب برای مکالمات حساس مفید باشد:

• یک فضای خصوصی برای صحبت کردن پیدا کنید. این نشان می‌دهد که شما به احساسات فرد اهمیت می‌دهید.

• مثال زدن. به‌عنوان مثال، «هفته گذشته، شما ظرف-شیرینی برداشتید».

• دلیل مساله را بیان کنید. به‌عنوان مثال، «این یک خطر آشکار برای سلامتی است و دیدن آن ناخوشایند است.»

• به فرد فرصتی برای پاسخ دادن بدهید به آرامی بپرسید «آیا نگرانی را درک می‌کنی؟»

• در مورد راه‌حل‌ها بحث کنید. در بسیاری موارد، راه‌حل آشکار خواهد بود. در مثال ما در بالا، شخص فقط نیاز به استفاده از دستمال کاغذی‌ها و شستن دست‌های خود دارد. اما اگر مشکل پیچیده‌تر است، هر کاری را می‌توانید انجام دهید تا به آنها کمک کنید تا راه‌حل پیدا کنند.

اگاه باشید که وقتی یک مساله بهداشت شخصی را با یک همکار مطرح می‌کنید، ممکن است پافشاری را که انتظار نداشتید دریافت کنید. برای مثال ممکن است فاکتورهای فرهنگی در نظر گرفته شود. استرس، اضطراب و سایر شرایط پزشکی نیز می‌تواند دلیل شخصی باشد.

۷. غذای خود را از میز کار دور کنید

کارکنان خود را به خوردن در مناطق مشخص و به دور از میزهای کاری خود ترغیب کنید. ایستگاه‌های کاری مکان‌های مورد علاقه میکروب‌ها هستند که از خرده‌های غذا که می‌ریزیم تغذیه می‌کنند. اگر افراد حتما باید در میزهای خود غذا بخورند، سیاستی را اتخاذ کنید که پس از اتمام آن را به درستی تمیز کنند. به‌خاطر داشته باشید که دوری از ایستگاه کاری در وقت صرف غذا می‌تواند راهی مناسب برای مقابله با استرس و افزایش تناسب اندام شما نیز باشد!

۸. از نشانه‌های بیماری بپرهیزید

بدیهی است که افراد هنگام بیماری باید در خانه استراحت کنند. خودتان الگو باشید و «قهرمان بیمار» نباشید. وقتی که باید استراحت کنید اگر کار کنید درحقیقت، میکروب‌ها را پخش می‌کنید.

براساس شیوه‌نامه‌های دورکاری اقدام کنید، اگر درحال‌حاضر آنها را ندارید، روش‌های کار از راه دور را اجرا کنید در صورت داشتن بیماری جزئی اما عفونی، کار در خانه معقول‌ترین روش است.

۹. با هم تمیز کنید

برنامه‌ریزی جلسات تمیز کردن منظم با تیم می‌تواند همه را ترغیب کند و باعث شود همگان به آن افتخار کنند، اگرچه ممکن است مجبور شوید بر مقاومت افراد به برابر ایده غلبه کنید! سعی کنید هر هفته ۱۵ دقیقه وقت بگذارید تا همه بتوانند نظافت را در کنار هم انجام دهند، مانند مرتب کردن کتاب یا پرونده، پاک کردن سطوح و تجهیزات در مناطق مشترک یا سالم‌سازی ایستگاه‌های کاری خود. این کار همچنین یک فعالیت تیمی ساده و موثر است. برای بهترین نتیجه، اطمینان حاصل کنید که همه افراد شرکت آن را انجام می‌دهند، از جمله مدیران!

مترجم: دکتر ساسان قاسمی