



مهم‌ترین نکته‌ای که در این ایام باید به آن توجه کنیم، پرهیز از چشم و هم چشمی است. در این شرایط سخت اقتصادی، بهتر است بیشتر به فکر سلامت روحی و روانی خانواده باشیم و از رقابت با اقوام، دوستان و آشنایان دوری کنیم

را تهیه و بابت آن هزینه‌ای پرداخت کنند. پس برای این که بتوان از پس این هزینه‌ها برآمد در گام اول باید یک برنامه‌ریزی دقیق برای آن انجام داد. عزیزآبادی فراوانی اضافه می‌کند: با توجه به این که در ماه آخر سال معمولاً خانواده‌ها به واسطه عیدی و پاداش، درآمد بیشتری دارند خریدها را باید براساس اولویت انجام دهند تا فشار کمتری از نظر اقتصادی متحمل شوند. خانواده‌ها بهتر است ابتدا برای فرزندان به خصوص

کودکان که درک کمتری نسبت به وضعیت اقتصادی دارند خرید را انجام دهند و نیازهای آنان را تا جای ممکن و در حد توان رفع کنند. سپس بخشی از هزینه را به تهیه کالاهای اساسی و مواد غذایی اختصاص دهند. با توجه به این که امسال عید نوروز مصادف با ماه مبارک رمضان شده و ثواب افطاری دادن بسیار است، معمولاً دید و بازدیدها در غروب انجام می‌شود و لازم است اقلامی همچون برنج، گوشت، مرغ، مواد پروتئینی، حبوبات، روغن و... را تهیه کنیم که مهمانان عید را افطار دهیم و از پس تأمین نیازهای خانه تا جایی که در توان داریم برپاییم.

این کارشناس مسائل اجتماعی تأکید می‌کند: مهم‌ترین نکته‌ای که در این ایام باید به آن توجه کنیم، پرهیز از چشم و هم چشمی است. در این شرایط سخت اقتصادی، بهتر است بیشتر به فکر سلامت روحی و روانی خانواده باشیم و از رقابت با اقوام، دوستان و آشنایان دوری کنیم. اولویت را به خود و زندگی مان بدهیم و طوری رفتار نکنیم که برای رقابت با دیگران، زیر بار بدهی برویم و فقط دنبال نمایش ظواهر زندگی باشیم.

چشم و هم چشمی و حسادت با دیگران، نتیجه‌ای جز استرس و فشار عصبی ندارد. بهتر است انسان تقوا داشته باشد و از نظر روحی و روانی در شرایط سلامت به سر ببرد. افراد اگر به این باور برسند که خودشان را دوست داشته باشند و به خود و اعضای خانواده‌شان احترام بگذارند، بیشترین لطف را در حق خود کرده‌اند و دیگر کمبودی احساس نمی‌کنند که با ایجاد فضای رقابتی به دنبال جبران آن باشند.

دنبال نمایش ظواهر زندگی نباشیم



زهره عزیزآبادی فراهانی، کارشناس مسائل اجتماعی و مدرس دانشگاه با تأکید بر حفظ آداب و رسوم عید نوروز، می‌گوید: طبق آداب و رسوم، هر ساله قبل از فرارسیدن عید نوروز، ایرانیان یکسری مقدمات همچون خانه‌تکانی، خرید عید، انجام مراسم چهارشنبه‌سوری و... را انجام می‌دهند و همین امر باعث می‌شود نوعی شادی و هیجان ناشی از تکاپو برای استقبال از سال جدید در مردم ایجاد شود. البته پاسداشت نوروز محدود به مردم ایران نیست و در برخی کشورهای آسیایی نیز نوروز را جشن می‌گیرند.

وی ادامه می‌دهد: خرید عید از مهم‌ترین فعالیت‌هایی است که هر ساله قبل از نوروز انجام می‌شود و می‌توان گفت که ریشه آن به الگوبرداری از طبیعت می‌رسد. همان‌گونه که درختان لباس نو بر تن می‌کنند، افراد نیز با خرید رخت و لباس نو به استقبال عید می‌روند و سال نو را این‌گونه جشن می‌گیرند. نسل‌های قبل معمولاً لباس نو را می‌دوختند اما این روزها بیشتر افراد از طریق مراکز خرید و فروشگاه‌ها به خرید و تهیه آن اقدام می‌کنند. همان‌طور که می‌دانید خرید عید محدود به پوشاک نیست و شامل مواد غذایی، آجیل و خشکبار، میوه، شیرینی و... نیز می‌شود. با وجود شرایط نامساعد اقتصادی که این روزها وجود دارد و دشواری امرار معاش برای مردم، اما هنوز هم تلاش می‌کنند آداب و رسوم عید نوروز را حفظ کرده و دید و بازدیدهای نوروزی را به جا آورند؛ بنابراین لازم است یکسری مایحتاج



یکی از راه‌هایی که به خرید عید اقتصادی کمک می‌کند استفاده از خرید آنلاین در بستر اینترنت است. این بسترها به دلیل این که هزینه‌ای بابت کارگر، تأمین برق و هزینه‌های فروشگاه‌ها پرداخت نمی‌کنند، از قیمت مناسب‌تری برای خرید برخوردارند

براساس نیاز، خرید عید را انجام دهید



البرت بغریان، کارشناس مسائل اقتصادی و استاد دانشگاه تهران هم در این باره با اشاره به خرید عید می‌گوید: از سال گذشته تا به الان شاهد افزایش و تغییر قیمت‌ها در همه بخش‌ها هستیم و این در حالی است که درآمد افراد افزایش چندانی نداشته و رشد تورم باعث شده سفره‌ها خالی‌تر از همیشه باشند و بسیاری نتوانند حتی به اندازه سال قبل خرید عید داشته باشند. وی ادامه می‌دهد: این روزها به دلیل شرایط سخت اقتصادی افراد کمتر به کیفیت توجه دارند. البته در این شرایط افراد ثروتمند و دهک‌های بالا که بخشی از جامعه را تشکیل می‌دهند این مشکلات را ندارند و خرید کالای لوکس و لاکچری را از فروشگاه‌ها و مراکز خرید انجام می‌دهند اما

عموم مردم باید با برنامه‌ریزی و طبق اولویت بندی براساس سطح درآمدشان خرید عید را انجام دهند.

این استاد دانشگاه تهران اظهار می‌کند: هر خانواده باید براساس نیازها و ضروریات خود، خرید عید را انجام دهد و با تهیه لیستی از آنها و تعیین سقف پرداختی برای هر یک می‌تواند خریدی اقتصادی و به صرفه انجام دهد. آنچه اهمیت دارد این است که این روزها همه باید همدیگر را درک کنند و هدف از دید و بازدیدهای عید را ملاقات با یکدیگر بدانند و سفره‌های دیگران را بررسی نکنند دنبال چشم و هم چشمی نباشیم و آبروی یکدیگر را حفظ کنیم. باید دیگران را تشویق به تغییر نوع نگاه به سفره‌ها کنیم. چون هرکس باید به اندازه درآمدش سفره خانواده خود را رنگین کند تا بدهکار کاسب‌های محل نشود. در این شرایط کنار همدیگر باشیم.

وی ادامه می‌دهد: امسال شرایط ویژه‌ای در نوروز داریم و علت آن مصادف شدن این عید با ماه رمضان است اما این باعث نمی‌شود از رفت و آمدها کاسته شود. بهتر است دید و بازدیدها به غروب منتقل شود و همین عذر موجهی است که سفره‌های مردم مقداری از رنگین بودن خارج شود و خانواده‌ها در این ایام هزینه کمتری را متحمل شوند.

بغریان با اشاره به خرید آنلاین می‌گوید: یکی از راه‌هایی که به خرید عید اقتصادی کمک می‌کند استفاده از خرید آنلاین در بستر اینترنت است. چرا که بهترین شیوه برای چک کردن و مقایسه قیمت‌ها و خرید به صرفه است. این بسترها به دلیل این که هزینه کمتری بابت کارگر، تأمین برق و هزینه‌های فروشگاه‌ها پرداخت می‌کنند، از قیمت مناسب‌تری برای خرید برخوردارند و مردم می‌توانند محصول نسبتاً خوب با قیمت مناسب را از آنها تهیه و خریداری کنند. وی خاطرنشان می‌کند: متأسفانه مردم در شرایط سخت اقتصادی به سر می‌برند و امیدواریم مسئولان مسأله تورم را جدی بگیرند تا مردم بیشتر از این، سفره‌هایشان خالی نباشد و احساس شرمندگی نسبت به خانواده‌شان نداشته باشند.

