

ویژگی‌های یک شراکت ایده‌آل

هنگامی که کسب‌وکاری راه می‌اندازیم و برایش تلاش می‌کنیم، معمولاً نسبت به آن تعصب خاصی داریم. به همین دلیل سهمیم کردن مسئولیت آن با فرد دیگر کار سختی خواهد بود. از طرفی، در فعالیت‌های کارآفرینی برخی مواقع راه‌اندازی، پایدنگی یا ارتقای کار به تنهایی وبدون کمک شرکا به دلایل مختلف بسیار دشوار می‌شود. در مواقع گوناگون مانند گسترش کسب‌وکار و نیاز به تزریق منابع مالی بیشتر، مناسبات قانونی خاص و یا حجم

گزارش



شرکای تجاری ممکن است به عنوان بنیان‌گذاران یک استارت‌آپ، مالکان یک کسب‌وکار یا سرمایه‌گذاران یک پروژه مشترک فعالیت کنند. هر شراکت تازه همراه با خود دارایی، مهارت‌ها و دیدگاه‌های جدیدی به ارمغان می‌آورد. با این حال همه شراکت‌ها این مزیت را ندارند. اگر در انتخاب همراه کاری دقت نکنید، احتمال دارد هر تصمیم‌گیری به بحرانی بزرگ تبدیل شود. شریک بد می‌تواند رضایت شما از زندگی را هم کاهش دهد. بنابراین پیش از اینکه قرارداد شراکت امضا کنید، باید ویژگی‌های شریک کاری خوب را بدانید.

اعتماد و اشتیاق؛ دو عنصر حیاتی

هرچقدر فردی در کار خود مهارت داشته باشد، بازهم نمی‌تواند در تک‌تک قسمت‌های کار خبره و کارکنسته شود. در حقیقت گاهی شریک‌شدن، برای تداوم کسب‌وکار ضروری و اجتناب‌ناپذیر به نظر می‌رسد. اگرچه پیدا کردن شریک راه‌حل مناسبی برای بسیاری از مشکلات کسب‌وکار است، اما متأسفانه افراد زیادی نمی‌توانند شریکای مناسبی برای خود برگزینند. یافتن شریک کاری مناسب، همچون انتخاب یک دوست نیست که بخواهد با شما همراهی کند یا نظر مثبتی نسبت به کسب‌وکار شما داشته باشد. برای انتخاب شریک باید بررسی دقیق و دیدی باز داشته باشید تا از مشکلات بعدی کارهای شراکتی پیشگیری به عمل آید. به‌طور ایده‌آل، شخصی که تصمیم می‌گیرید با او شراکت کنید باید به اندازه خود شما به کسب‌وکار تان اشتیاق نشان دهد. اگر شریک‌تان مایل نباشد به سختی کار کند یا هر چیزی که اهداف مقرر شده از سوی شما را برآورده می‌کند انجام دهد، همکاری تان دوام نمی‌آورد. استخدام و به کارگیری شریکی که مایل نیست پاشنه کفش خود را بکشد و متعهدانه کسب‌وکار را یکی از برترین اولویت‌هایش قرار دهد هیچ فایده‌ای ندارد. با این‌حال حتی اگر آدم‌هایی

که با آن‌ها مصاحبه می‌کنید به نظر برای تبدیل شدن به دست راست‌تان اشتیاق نشان می‌دهند، بهترین کار آن است کسی را انتخاب کنید که به او اعتماد داشته باشید. داوطلب شغلی با رزومه پراکنده که نتوانسته یک سال کامل را در یک شرکت به سر ببرد، نمی‌تواند برای شراکت در کسب‌وکار تان چندان متعهدانه عمل کند. مهم است دنبال سرنخ‌هایی باشید که نشان دهند شخصی که روبه‌روی شما نشسته، قابل اعتماد نیست و به پیشرفت و اداره موفق کسب‌وکار تان کمک نمی‌کند، تا دچار انتخاب نادرست نشوید.

از سرمایه مشترک تا پوشاندن نقاط ضعف یکدیگر

تأسیس یک شرکت تجاری یعنی، هم احتمال شکست و هم احتمال موفقیت. یکی از اشتباهات رایج در شراکت‌های کاری این است که برخی افراد تمام سرمایه‌گذاری را خودشان انجام می‌دهند. در چنین شرایطی، ممکن است تا سال‌ها همه چیز خوب پیش



برود و در سود تجاری و سهام شریک باشید، اما موقع پس گرفتن سرمایه یا ضرر مالی اوضاع فرق کند. پس همیشه احتمال ضرر مالی را در نظر بگیرید. اگر شما و شریک‌تان در شرکت سرمایه داشته باشید، سود و زیان مساوی میان شما تقسیم خواهد شد. سبک کاری شرکای تجاری باید در راستای نیازهای کسب‌وکار باشد. تجربه و تخصص او باید به شکل و اندازه‌ای باشد که نقاط ضعف شما را رفع کند. علاوه بر این، باید طوری با او تقسیم کار کنید که هیچ کس مانع کار دیگری نشود. مثلاً شاید شما در بازاریابی، روابط عمومی و برندسازی تخصص داشته باشید، اما از پس انجام کارهای اجرایی برنایید. در چنین شرایطی باید فردی را به‌عنوان شریک انتخاب کنید که در این زمینه سر رشته دارد. به‌هرحال، قطعاً دوست ندارید با کسی شراکت کنید که مهارت‌هایی مشابه شما دارد و همیشه در پروژه‌های مختلف با یکدیگر مشاجره داشته باشید. از طرفی کسی که اهداف شما را مهم نمی‌داند

بالای کار، فرد کارآفرین به فرد دیگری در کنار خود نیاز خواهد داشت. برای داشتن کسب‌وکار مشارکتی موفق، نیاز به یک شریک خوب است. شرکا باید حداقل ۹۰ درصد با هم مطابقت داشته و مکمل یکدیگر باشند. شما به شریکی احتیاج دارید که در خیلی موارد، با هم موافق و هم‌نظر باشید تا برای موضوعات کوچک بحث و اختلافی به وجود نیاید. از نظر توانایی بهتر است فردی را انتخاب کنید که در مهارت‌هایی که شما ضعف دارید، تبحر داشته باشد.

با برای رسیدن به آن‌ها انگیزه‌ای ندارد، شریک خوبی نیست. چنین فردی وظایف مربوط به شراکت را به‌درستی انجام نمی‌دهد یا به‌سرعت شراکت را راه می‌کند. در این جایگاه به کسی نیاز دارید که هنگام وقوع بحران یا نیاز به مرخصی، جای خالی شما را پر کند.

ارتباطات قوی و قدرت تصمیم‌گیری

اگر می‌خواهید کسب‌وکار تان را توسعه دهید، باید به شبکه گسترده‌ای از مشتریان بالقوه، سرمایه‌گذاران و صاحبان نفوذ در آن صنعت دسترسی داشته باشید. اگر حلقه اجتماعی یا حرفه‌ای تان از آنچه می‌خواهید کوچک‌تر باشد، پیدا کردن شریک کسب‌وکار یا توانایی برقراری ارتباطات قوی و خوب، می‌تواند حرکتی هوشمندانه تلقی شود. کسب‌وکار موفق حاصل تصمیمات مناسب است؛ شما برای شراکت به فردی با قدرت تصمیم‌گیری خوب نیاز دارید؛ کسی که بتواند شرایط مختلف را بسنجد و تحلیل خوبی از اتفاقات آینده بدهد. برای مثال اگر محصولات شما با سرعتی که پیش‌بینی کرده بودید فروش نرفت، از چه راهی برای افزایش میزان فروش و سودآوری استفاده کنید؟ فردی با توانایی بالا در تصمیم‌گیری، به آسانی در چنین شرایطی به جای اضطراب و خودباختگی، اوضاع کسب‌وکار را به بهترین شکل تغییر می‌دهد و وارد عمل می‌شود. قدرت تصمیم‌گیری در کنار خلاقیت است؛ افرادی که از خلاقیت بیشتری برخوردارند، تصمیم‌های مناسب‌تری در شرایط بحرانی می‌گیرند. در نهایت این که برای پشت‌سر گذاشتن روزهای سخت، به شریکی نیاز دارید که مثل خودتان با اراده، مدبر و قدرتمند باشد. در واقع برای اینکه در شراکت تجاری موفقیت کسب کنید، حضور کسی که به رونق کسب‌وکار شما کمک کند لازم به نظر می‌رسد. فردی که در سخت‌ترین شرایط نمی‌تواند کنار شما باشد و اخلاق شخصی و کاری‌اش با شما تفاوت بسیار دارد، به کسب‌وکار شما آسیب می‌رساند. به دنبال شریکی نگردید که به رشد تجاری شما صدمه نزند. در غیر این‌صورت، منابع شرکت را هدر می‌دهید یا در بسیاری مواقع مجبور می‌شوید جای خالی او را پر کنید.

بهشت بکر ایده

در پشت دشت سوسن و در جنوب غربی سد کارون، یک بهشت دست‌نخورده به نام «آبشار شیوند ایده» قرار دارد. این جاذبه بی‌نظیر تقریباً تمام آن چیزی که شما از یک طبیعت‌گردی بکر انتظار داشته باشید را در خود جای داده است. از رودخانه و دریاچه‌های بی‌نظیر گرفته تا پیمایش کوه و مراتع سرسبز که همگی باعث شده‌اند هر ساله حجم زیادی از گردشگران به سمت این محل روانه شوند. آبشار فوق همان‌گونه که از نامش پیداست در روستای شیوند از توابع ایده واقع شده و جزو یکی از جاهای دیدنی ایده به شمار می‌رود. در حقیقت این روستا دارای سه بخش به نام‌های شیوند، نوشیوند و پشت آسیب تشکیل شده که همگی در منطقه حفاظت‌شده منگشت قرار دارند. این روستاها هر کدام به فاصله یک کیلومتر از همدیگر واقع شده‌اند و رودخانه شیوند هم از میان آن‌ها می‌گذرد. رودخانه از دل کوه‌های ناحیه سرچشمه می‌گیرد و در نهایت پس از عبور از کوچه‌باغ‌های روستا، به دریاچه شیوند می‌ریزد. این منطقه از یک سو به سد کارون و از سوی دیگر به کوه‌های زاگرس و جنگل‌های بلوط ختم می‌شود. از طرف دیگر وجود پوشش گیاهی، صخره‌های منحصربه‌فرد و رودخانه‌های بی‌نظیر سبب شده تا یک بهشت به تمام معنا باشد. وجود این طبیعت زیبا در جوار آبشار شیوند ایده، نهایت لذت را به گردشگران می‌بخشد. افزون بر این طبیعت زیبا، ماهیت آبشار به‌گونه‌ای است که می‌تواند ساعت‌ها شما را مجذوب خود کند.

آب این آبشار از دل کوه‌های زاگرس سرچشمه می‌گیرد و از صخره‌ای به ارتفاع ۵۰ متر به پایین می‌ریزد. پوشش گیاهی بی‌نظیر کنار آن و البته رطوبت هوای منطقه، فضایی دلربا به‌وجود آورده است. این آبشار بعد از پیمایش حدود چهار کیلومتر و عبور از کوچه‌باغ‌های شیوند، به دریاچه‌ای زیبا می‌ریزد. وجود تمام منظره‌های طبیعی در کنار همدیگر سبب شده تا آبشار شیوند ایده یک مقصد بی‌نظیر برای عاشقان طبیعت باشد. برای رفتن به آبشار شیوند ایده باید ابتدا به خوزستان و سپس به ایده بروید. از میدان اول شهر ایده، مسیر خروجی را در پیش بگیرید. در این مسیر شما باید به روستای رکعت بروید. بدین منظور باید از پل‌های قوسی روی سد عبور کنید. یک مسیر فرعی می‌بینید که بعد از ۸۰۰ متر شما را به اسکله رکعت می‌رساند. از این بخش تا اسکله شیوند، ۱۴ کیلومتر مسیر آبی در پیش دارید. برای طی کردن این مسیرها می‌توانید از قایق‌های تندرو یا با روج‌ها استفاده کنید. در نظر داشته باشید که با روج‌ها رایگان هستند و می‌توانند وسایل نقلیه را نیز حمل کنند. بعد از رسیدن به اسکله شیوند باید یک مسیر ۲ کیلومتری و سنگلاخی را با نیشان طی کنید تا به روستای شیوند برسید. آبشار شیوند در فاصله ۱٫۵ کیلومتری روستا قرار دارد؛ لذا با نهایتاً نیم ساعت پیاده‌روی به آن می‌رسید.

خانه مؤتمن الاطباء- تهران



زادبوم



رواق

ایمان و باور من در ابتدای هر مسئولیت دشوار، تنها عاملی است که موفقیت من را در انجام آن مسئولیت تضمین می‌کند.

من فهمیده‌ام که...

فینال جام ملت‌های اروپا - ۱۹۶۰



یادنگاره

گذرگاه کهنسالی



سالنمدان و نیاز به سرگرمی

ورود به دوره سالمندی، یعنی طولانی شدن زمان. در این سن اکثر افراد وقت آزاد بسیاری در اختیار دارند و اگر بتوانند در کنار رژیم غذایی مناسب، تفریح و فعالیتی مناسب وضعیت‌شان انجام دهند، از این دوره زندگی خود نهایت لذت را خواهند برد.

در دوران سالمندی، داشتن فعالیت‌های سرگرم‌کننده و مفید برای سلامت و افزایش روحیه افراد بسیار اهمیت دارد. بهترین سرگرمی‌های مناسب سالمندان برای این دوره شامل فعالیت‌هایی مانند پیاده‌روی، یوگا، بازی‌های ذهنی مانند اسکرابل، پازل، شطرنج، گل‌ف و شناسنت. این فعالیت‌ها نه تنها به حفظ سلامت بدنی کمک می‌کنند، بلکه باعث افزایش انرژی و شادابی نیز می‌شوند. علاوه بر این، شرکت در کلاس‌های آموزشی همچون هنر، موسیقی، زبان خارجی و حتی کشاورزی می‌تواند برای سالمندان تجربه جذاب و مفیدی باشد. به‌طور کلی، بهترین سرگرمی‌های سالمندان باید باعث افزایش احساس خوشحالی، ارتباط اجتماعی و بهبود کیفیت زندگی آن‌ها شود. بسیاری از سالمندان با توجه به شرایطی مانند سسکته، ورم مفاصل شدید و یا جراحات ناشی از افتادن، تحرک خود را از دست می‌دهند. زمانی که این اتفاق می‌افتد، فعالیت‌ها و سرگرمی‌های مورد استفاده آن‌ها بسیار سخت و دشوار می‌شود. اما از دست دادن تحرک به معنای پایان موفقیت و خوشی نیست. راه‌های زیادی برای لذت بردن، تقویت روحیه و ماندن در جهان بدون نیاز به حرکت بیش از حد وجود دارد.

سرگرمی برای بزرگسالان مسن‌تر با تحرک محدود، فعالیت‌هایی را دربر می‌گیرد که نیاز به حرکت زیادی ندارند پخت‌وپز، بافندگی، باغبانی، نواختن ساز موسیقی یا یادگیری یک زبان جدید از این دست کارها محسوب می‌شود. همچنین زمان مناسبی برای یادگیری چیز جدیدی است، شاید سرگرمی یا منفای وجود داشته باشد که آن‌ها هرگز شانس انجام آن را نداشته‌اند. یادگیری راهی خوب برای فعال نگهداشتن ذهن و جلوگیری از ملالت است.

همچنین، شرکت در گروه‌های ورزشی مانند پیاده‌روی، ژیمناستیک یا شنا هم برای حفظ سلامتی و هم برای سرگرمی‌های سالمندان و ارتباط با دیگران مفید واقع می‌شود. به‌طور کلی، اموری که ذهن و بدن را فعال نگه دارند و امکان ارتباط با دیگران را فراهم کنند، بهترین گزینه برای سرگرمی سالمندان است. نقاشی، تجاری، موزه دیدن، خواندن کتاب یا گوش دادن به موسیقی، همگی انواع سرگرمی هستند که ذهن آن‌ها را تمرین می‌دهند و احساس رضایت و آرامش برای آن‌ها ایجاد می‌کنند. به‌عنوان مثال، مطالعه کتاب‌ها به تقویت حافظه و حفظ تمرکز یاری می‌رساند و از بیماری‌های مرتبط با پیری مانند آلزایمر پیشگیری می‌کند.

خواندن، فعالیتی فوق‌العاده برای سالمندان است. این راه سرگرم‌کننده برای صرف زمان و مشغول کردن مغز می‌تواند حافظه و خواب را بهبود بخشد، استرس را کاهش دهد و کاهش شناختی را به تأخیر بیندازد. بزرگسالانی می‌توانند با خواندن کتاب‌های فیزیکی، مجلات و استفاده از کتاب‌های صوتی، در یک داستان خوب غرق شوند، به عکس‌ها نگاه کنند یا درباره یک موضوع جالب چیزی جدید یاد بگیرند. سازماندهی یک باشگاه کتاب در میان دوستان، راه دیگری برای سالمندان است تا از خواندن و اجتماعی شدن لذت ببرند.

حتی اگر سالمندان خیلی کم تحرک باشند، هنوز کارهایی وجود دارد که می‌توانید انجام دهید تا بدنش حرکت کند. چه نشستن و چه ایستادن، به‌خصوص تمرینات نشستن یا تمرین‌های یوگا بر روی صندلی می‌تواند فوایدی برای سلامت روحی داشته باشد. همچنین تمرین‌های ورزشی وجود دارد که می‌تواند با استفاده از اکا برای ثبات انجام شود و یا فقط روی پاها و قوزک پا متمرکز بماند تا تورم کاهش یابد.

بیرون رفتن از منزل برای گذراندن وقت در طبیعت برای تقویت روحیه خوب است. حتی اگر تحرک محدود آن‌ها به این معنا باشد که سالمندان تنها به ایوان بایند و یا کنار پنجره بزرگ بنشینند، هوای تازه بگیرند و یا مناظر را تماشا کنند، یک فعالیت بسیار عالی است. از طرفی حتی اگر فرد سالمند خیلی توان حرکت نداشته باشد باز هم می‌تواند به جامعه بازگردد. این یک راه عالی برای مشغول شدن و احساس موفقیت است. با خیره‌های محلی، بیمارستان و یا سازمان‌های مذهبی تماس بگیرید تا بدانید آیا آن‌ها پروژه‌ای دارند که سالمندان بتوانند به آن کمک کنند. این کار می‌تواند یافتن کلاه و... یا کمک به جمع‌آوری بسته‌های معیشتی باشد.