

بِسْمِ
اللَّهِ
الرَّحْمَنِ
الرَّحِيمِ

جز تو، همه سرفکنده ی تو
هر نیست، چو هست، بنده ی تو
تسکین ده درد بیقراران
مرهم نه داغ دل فگاران
زین برف که بر گلم نشسته ست
بس خار که در دلم شکسته ست
خواهم که کند به سویت آهنگ
در دامن رحمتت زند چنگ
باشد به چو من شکسته رای
زین چنگ زدن رسد نوایی
نورالدین عبدالرحمان جامی



یک روز از جهان

یک روز از جهان به نامشان است اما سهم زیادی از جهان ندارند. از زمانی که انسان، غار نشین بود، طرد شده اند تا امروز که متمدن است و پیشرفته. بسته به اینکه کجا و در چه شرایطی متولد شوند یا حادثه ای برایشان رخ بدهد خوشبخت تر یا ... ترند. بعضی از خانواده ها تا جایی که بتوانند پنهانشان میکنند یا به آسایشگاه ها و مراکز نگهداری و توانبخشی می سپارندشان، اما خورشید همیشه پشت ابر نمی ماند. این که هر سال در آن روز جهانی، پلاکاد به دست به خیابان ها بیایند در تمام این سالها تاثیر چندانی در بهبود زندگی شان نداشته است، بخاطر اینکه ما، همه ی ما از شهروند گرفته تا مسوول در باورهایمان نسبت به آنان دچار معلولیت هستیم. معلولین را باید همان گونه که هستند بعنوان شهروندان برابر پذیرفت. تا در ارائه خدمات برابری و احترام دریافت کنند نه ترحم و دلسوزی. سالها خدمت در این موسسه توانبخشی به ما ثابت کرده است که معلولین در صورت قرار گرفتن در شرایط مناسب برای رشد و بالندگی، بسیار درخشان عمل میکنند. با وجود بار سنگین معلولیت ذهنی، دل تنگی های دخترانه برای خانواده ی نداشته و هزار چیز نگفته، باز هم امیدوارانه زندگی میکنند. در واقع حمایت از این عزیزان حمایت از روح زندگی است، چیزی که لای چرخ های زندگی ماشینی دارد له می شود. این بار اگر معلولی را دیدیم، به هر شکلی، با هر معلولیتی، اول به خودمان کمک کنیم و با نگاهی دوستانه و برابر همراهش باشیم، تا باور کند که همه ی مردم دوست شان هستند.



فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع رسانی

موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین

پاییز و زمستان ۹۴

صاحب امتیاز: موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین
مدیر مسئول: دکتر زهرا حجت
مسئول شورای سیاست گذاری: جعفر شیرازی نیا
سر دبیر: علی ناصری
همکاران این شماره: تیم توانبخشی همدم: صدیقه بختیاری شهری / نجمه محجوب / ناهید یاور / صادق رشیدیان ویراستار: فهیمه شریعتی
مترجم: مهین دخت هاشمیان / شیما ابراهیمیان
نظارت چاپ: زینب صوابی / اعظم منعمی زاده
طراحی و صفحه آرایی: زینب صوابی / شیما عامری
تصویرگران: سعیده نصرتی / مرتضی نهبانندی / زهره اقطاعی
عکاسان: فرشته کاملان / مهران کریمیان / کامران رحمتیان
سعید احمدی / سعید حسین زاده / سمیرا غفاریان / علی چوپانکاره
اعظم منعمی زاده / زینب دهقانی
لیتوگرافی: دیجیتال گویا اسکندر
چاپ: مجتمع چاپ و نشر قدس

۳ سخن مدیر مسئول

۴ یادداشت سردبیر

۵ برادری در آسمان

۶ معرفی مؤسسه خیریه

بنیاد دانشگاهی فردوسی

۸ یک نفس زندگی

۹ نامه های رسیده

۱۰ معرفی بخش های مؤسسه

واحد نیروی انسانی، امور عمومی و اداری

۱۵ چه خبر از این خانه

۳۳ یک نفس زندگی

۳۴ زندگی دختران همدم

ستاره دنباله دار

۳۷ یک نفس زندگی

۳۸ نامه های رسیده

۴۳ همدردی

۴۴ اشتراک همدم

۴۵ علمی آموزشی

آشنایی با روش های نوین توانبخشی

سندرم داون

نقطه ای بود و سپس هیچ نبود!

افسردگی پس از زایمان

۵۶ معرفی فیلم

بچه های ابدی

۵۸ معرفی کتاب

کوری

۶۰ این خانه در یک نگاه

۶۲ معرفی مرکز به زبان انگلیسی

تخت من، قبر منه؟

بقیه دخترا توی اتاق تلویزیون نشستن و دارن از این فیلمای مزخرف عشقولانه نگا میکنن، ولی من برگشتم توی خوابگا تا باهات دعوا کنم.

از جهنمت نمی ترسم، بهشتت نمیخام. حتما بنده ی خوب زیاد داری که باهات خوب حرف میزنن، ولی اگه واقعا دوستیم حرفای بدمم بشنو. دق کردم از بس نگفتم!

خسته شدم دیگه! توی این دنیا که نه سرش معلومه نه تهش، سهم من باید این باشه؟

تازه مگه چی میخوام؟ حالا هی بهم بگن کم توان ذهنی، خودت میدونی که دارم دیپلم خیاطیمو میگیرم. همیشه دلم میخواست روی پای خودم واستم. توقع زیاده؟ پدر و مادر درست و حسابی که به ما ندادی، لاقل دلم میخاد شونه های یه مرد رو تجربه کنم. دلم میخاد برای خودم زندگی داشته باشم. به یکی بگم که دوستش دارم. گاهی دلم میخاد با یه مرد قدم بزنم، برم خرید. مشاورای اینجا رو دوس دارم ولی خب، یه حرفایی هست که فقط به یه مرد میشه زد. تا کی دلمو خوش کنم به این جشن و مهمونیا و چیزایی که برای رضای تو اینجا میگیرن!

اصلا به آدمات کار ندارم، دارم با خودت حرف میزنم، خود خودت. اگه آدم بودی میشد موهاتو کشید و سرت جیغ کشید، بعد محکم بغلت کرد و حسابی گریه کرد. دلم نمیخاد روی همین تخت اینقدر پیر بشم که همین جا بمیرم، میفهمی؟؟ دیگه بغضم نمیزاره باهات حرف بزنم. بازم در سکوت به حرفام گوش دادی ممنون. ولی من کوتاه نمیام، من قدم خودمو برداشتم، ببینم تو چیکار میکنی! یه حرفایی هست که فقط به خودت میشه زد. حالا اگه میشه لطفا اون چراغ رو خاموش کن، بعد هم منو ببوس و بهم شب بخیر بگو، خدا.



عکس و روایت علی ناصری



برادری در آسمان

بمناسبت ۱۶ دی ماه، سالگرد پرواز شهید حمید شاهید

من برادر ندارم اما همه ی ما یه برادر داریم که اون بالا بالاهاست. گاهی میام اینجا و به لبخندش توی عکس نگا میکنم. من نمیدونم شهید شدن یعنی چی، ولی یه بار که از مربی ها پرسیدم این عکس کیه؟ گفتن این عکس برادر همه ی ماست که وقتی توی جنگ میخواستن دوستای شهید و زخمیشو برگردونه عقب، خودش شهید شده. اونقدر زیاد شهید شده که حتی بدنش هم پیدا نشده. خانواده اش به یاد اون، زمین این خونه رو به ماها هدیه کردن و با کمک خیرین اینجا ساخته شده. برادر ما هیچ جا مزاری نداره ولی خونه اش توی دل همه ی ماست. خوشحالم که یه برادر دارم که جاش توی بهشته. اون بالا بالاها.





بنیاد دانتگاهی فردوسی

- * آدرس: مشهد، میدان آزادی
- * پردیس دانشگاه، مقابل دانشکده‌ی ادبیات و علوم انسانی دکتر علی شریعتی
- * تلفن: ۰۵۱۰۳۸۷۹۶۷۷۴
- * شماره حساب‌های کمک‌های مردمی: ۴۷۰۰۰ بانک تجارت شعبه‌ی دانشگاه (کد ۴۲۵۰)
- * شماره کارت: ۶۲۷۳۵۳۲۰۱۰۸۲۲۸۳۹
- * سایت: www.faf.um.ac.ir

حوالی شهریور سال ۱۳۸۳ پایانه‌ی مسافربری مشهد مثل همیشه پر بود از پسر و دختری که با یک دست، دسته‌ی سنگین ساک‌هایشان را گرفته بودند و با دست دیگرشان به سمت حرم سلام می‌دادند. با خودشان صفای شهرستان‌شان را آورده بودند و وقتی دست‌های پینه‌دار پدر و مادرشان قرآن را روی سرشان گرفته و گفته بودند به خدا می‌سپاریم‌تان، دل‌شان قرص شده بود که در دیار غربت دوام خواهند آورد و درس‌شان را خواهند خواند. اما ورود به شهری بزرگ و دانشگاهی بزرگ، دلپره‌های خودش را دارد. دویدن دنبال خوابگاه، بی‌پولی، مشکلات درمانی، تهایی و دل‌تنگی و هزار نگرانی دیگر که همه به استقبال‌شان آمده بودند.

چند روز بعد، چه آنها که سال اول ورودشان به دانشگاه فردوسی بود چه آنها که دانشجوی سال‌های قبل بودند، پای دکه‌های تلفن کارتی صف کشیده بودند تا خبرهای خوشی را به خانواده‌هایشان در شهرهای دور و نزدیک بدهند. دخترهایی که با خنده چیزی می‌گفتند و اشک‌هایشان را پاک می‌کردند. پسرهایی که لبخند می‌زدند و در جواب شادی‌های آن طرف خط می‌گفتند خدا را شکر.

و همه‌ی این خبرهای خوش برخاسته از بنیادی تازه تأسیس بود که بالای سردرش به خطی زیبا نوشته بود: «بنیاد دانشگاهی فردوسی». پایه‌های این بنیاد حوالی سال ۱۳۷۷ با تدبیر رئیس وقت دانشگاه فردوسی (آقای دکتر عبدالرضا باقری) در جهت حل مشکلات دانشجویان و ارتباط بیشتر صاحب‌نظران با مسائل دانشجویی و با دعوت از گروهی از اساتید دانشگاه و افراد فرهیخته و نیکوکار داخل و خارج از دانشگاه فردوسی مشهد بنا نهاد شد و در اردیبهشت سال ۱۳۸۰ گروهی به نام «همیاران عمران دانشگاه» شکوفه گرفت که این عزیزان (آقایان علی باقرزاده، مهندس سیدجواد شهرستانی، زنده یاد علی امیری‌پور، مهندس حمید مستشاری، دکتر محمدهادی هادی‌زاده، حاج محمود معاون، حاج جواد رحیمیان، مهندس محمد گرجستانی، مهندس اکبر باقرزاده، مهندس حسن اسماعیل‌زاده، مهندس فرامرز یغمایی، مهندس حسن فقیه سبزواری و برخی مدیران وقت دانشگاه آقای دکتر حسن حاجی کاظمی، مهندس محمدرضا قانع و دکتر علی حائریان) با نیت خیرخواهانه فعالیت‌شان را در جهت حل مشکلات دانشجویان شروع کردند.

در قدم اول تأمین خوابگاه که از مهم‌ترین نیازهای دانشجویان شهرستانی بود در دستور کار قرار گرفت و ۶ خوابگاه با ظرفیت ۲۰۰۰ تخت احداث و راه‌اندازی شد. در این راستا خوابگاه بقا و پردیس ۵ را به دانشگاه اهدا کرد و خوابگاه‌های مریم، ناظران، اندیشه و مجتمع خوابگاهی بنیاد (پردیس ۷) را خود اداره می‌کند. و این اقدام، بار سنگینی را از روی دوش دانشجویان، به‌خصوص دختران و دانشجویان متأهل که در سال‌های قبل مجبور به اجاره‌کردن جایی در شهر و استفاده از خوابگاه‌های

بی‌کیفیت و پرهزینه در سطح شهر مشهد بودند، برداشت.

گذشته از این، بنیاد برای کاهش مشکلات دانشجویانی که به هر دلیلی امکان تأمین هزینه‌های تحصیل یا درمان را ندارند، با حفظ احترام و آبروی افراد، برنامه‌هایی دارد؛ از جمله اعطای کمک هزینه‌ی تحصیلی و وام ضروری در درمان تمامی بیماری‌ها و پرداخت بخشی از هزینه‌های دندان‌پزشکی، بیماری‌های چشم، تهیه‌ی سمعک و بخشی از شهریه و یا شارژ کارت تغذیه. در کنار توجه به مسائل رفاهی دانشجویان، برای ارج نهادن به جایگاه علمی اساتید و دانشجویان و ارتقاء سطح آموزش و پژوهش در دانشگاه و ایجاد رقابت سالم بین دانشگاهیان، بنیاد هر سال مراسمی ویژه برگزار می‌کند و از استاد برجسته‌ی دانشگاه، دانشجویان ممتاز و دانش‌آموختگان برتر دوره‌های کارشناسی تقدیر به عمل آورده و به دانشجویان با رتبه‌ی برتر در کنکور که در دانشگاه فردوسی مشهد پذیرفته شده‌اند، بورسیه اعطا می‌کند

دل نوشته‌های دانشجویانی که به هر شکلی از حمایت‌های بنیاد برخوردار شده‌اند حاکی از تأثیر زیادی‌ست که این حمایت‌ها بر مسیر علم‌آموزی آنان داشته است، اما به گفته‌ی مدیران بنیاد بهترین تشکر از حامیان بنیاد، نتیجه دادن تلاش‌های دانشجویی است، تا فارغ‌التحصیلان دانشگاه خود بتوانند افرادی مؤثر و خیرخواه برای این مرز و بوم باشند.

این بنیاد خیریه، کاملاً مردم‌نهاد بوده و فعالیت‌های فرهنگی و حمایتی خود را خارج از فضای سیاسی و بصورت عام‌المنفعه خاص دانشجویان دانشگاه فردوسی انجام می‌دهد، هرچند در ادامه‌ی این حرکت انسانی، دیگر دانشگاه‌های کشور با الگوبرداری از این کار، بنیادهای مشابهی را تأسیس کردند و این موجب خوشحالی است، اما با این همه، «بنیاد دانشگاهی فردوسی» به شماره ثبت ۱۴۶۴ اولین بنیاد ثبت‌شده‌ی دانشگاهی کشور است. هیأت امنای کنونی بنیاد هم علاوه بر شخصیت‌های حقوقی (ریاست وقت دانشگاه و معاون آموزشی دانشگاه)، جمعی از اهالی فرهنگ و خیرخواهی هستند؛ (آقایان مهندس مهدی اختراعی صناعی، دکتر حسین اشتیاق حسینی، حاج علی باقرزاده (بقا)، دکتر عبدالرضا باقری، دکتر حمیدرضا ابراهیمی، عباس حکیمیان، مهندس رضا حمیدی، مهندس سیدجواد شهرستانی، مهندس حمید شهرستانی، دکتر حسن صیرفی، مهندس اسدالله عباس‌پور، مهندس محمد فقیه‌زاده، دکتر علیرضا کوچکی، مهندس محمد گرجستانی، مهندس حمید مستشاری، مهندس علی مشارزاده مهرابی، مهندس حسین مشارزاده مهرابی، دکتر مصطفی معین، اصغر ناظران، مهندس علی ناظران، علیرضا ناظری، مهندس مسعود یزدی، مهندس فرامرز یغمایی، دکتر عباس یوسفی و خانم‌ها دکتر فاطمه هادوی، ربابه باقرزاده، عدرا برزگر، زهره پولادین و دکتر صدیقه گوینده).

این بنیاد با دنبال کردن اهداف فرهنگی خود، آماده‌ی پذیرش مهربانی همه‌ی آنهایی است که دل‌شان برای فرهنگ و دانش این مرز و بوم می‌تپد و امیدوار است با حمایت‌های خیرین بیش از پیش بتواند قدم‌های مثبت و مؤثر بردارد.





عابد بنی اسرائیل

در میان بنی اسرائیل عابدی بود. وی را گفتند: «فلان جا درختی است و قومی آن را می‌پرستند.» عابد خشمگین شد، برخاست و تبر بر دوش نهاد تا آن درخت را برکند. ابلیس به صورت پیری ظاهرالصلاح، بر مسیر او مجسم شد و گفت: «ای عابد، برگرد و به عبادت خود مشغول باش!» عابد گفت: «نه، بریدن درخت اولویت دارد.» مشاجره بالا گرفت و درگیر شدند.

عابد بر ابلیس غالب آمد و وی را بر زمین کوفت و بر سینه‌اش نشست. ابلیس در این میان گفت: «دست بدار تا سخنی بگویم. تو که پیامبر نیستی و خدا بر این کار تو را مأمور ننموده است، به خانه برگرد تا هر روز دو دینار زیر بالش تو



و برگرفت. روز سوم هیچ نبود. خشمگین شد و تبر برگرفت. باز از کندن آن درخت است.» عابد با خود گفت: «راست می‌گوید. یکی از آن به صدقه دهم و آن دیگر هم به معاش صرف کنم.» و برگشت. بامداد دیگر روز، دو دینار دید و برگرفت. روز دوم دو دینار دید

شدم؟» ابلیس گفت: «آن وقت تو برای خدا خشمگین بودی و خدا مرا مسخر تو کرد، که هرکس کار برای خدا کند، مرا بر او غلبه نباشد. ولی این بار برای دنیا و دینار خشمگین شدی، پس مغلوب من گشتی.»

وقتی که خندیدی، تو را دیدم
یک سیب در دست تو بود آن شب
وقتی که رفتی هم تو را دیدم
این بار هم با خنده‌ای بر لب

من فکر می‌کردم تو تنهایی
پس تو چرا آن‌طور خندیدی؟
باید همیشه غصه می‌خوردی
وقتی خودت را خسته می‌دیدي

اما تو آنجا عالمی داری
یک خانواده، چندصد خواهر
حق داشتی، خوشحال بودی تو
من شادی‌ات را می‌کنم باور!
هیوا سپاهی لایین ۱۱ساله از مشهد

وقتی که خندیدی

تقدیم به «ندا» وخواهرانم درموسسه‌ی همدم فتح‌المبین



اداره‌ی این مؤسسه شبیه زندگی در یک خانواده‌ی بزرگ است، اما با این همه، بی‌نیاز از ضوابط و قوانین اداری و سازمانی نیست. معمولاً در طول شبانه‌روز برای زندگی بخشیدن به چهارصد دختر، نزدیک به صدوچهل نفر در شیفت‌های مختلف خدمت‌رسانی می‌کنند که رسیدگی به این امر نیاز به گروهی همدل و همراه دارد.

واحد نیروی انسانی، امور عمومی و اداری را آقای محمود کمردین‌زاده و همکاران‌شان اداره می‌کنند که در این شماره از مجله، پای حرف‌شان می‌نشینیم. آقای کمردین‌زاده که مویش را در سازمان بهزیستی سفید کرده از مدیران بازنشسته‌ی این سازمان است و از سال ۸۴ با هیأت امنایی شدن مؤسسه‌ی همدم، به دعوت مسئولین این مرکز، مدیریت امور انسانی را به عهده گرفته است. ایشان اشاره می‌کند: «در اوایل جوانی بعد از مدتی معلمی در روستاهای استان، زمانی که برای تحصیل در خارج از کشور اقدام کرده بودم، به‌صورت اتفاقی آگهی حمایت از خانواده‌های بی‌سرپرست شده بود و این مسیر زندگی مرا تغییر داد و از آن روز به سمت سازمانی که بعداً سازمان بهزیستی نام گرفت، کشیده شدم.» او سی سال در سازمان در قسمت‌هایی از جمله مددکاری، مسؤولیت در حوزه‌ی اجتماعی و بخش‌های اداری خدمت کرده که آخرین آن ریاست اداره‌ی کارگزینی بهزیستی استان خراسان بوده است.

واحد نیروی انسانی، امور عمومی و اداری



بازل‌های خدمت

در مورد فعالیت‌های واحد امور انسانی برایمان بگویید.

«در این واحد سامان‌دهی نیروی انسانی برای پیشبرد فعالیت‌های مؤسسه انجام می‌گیرد و معمولاً بر اساس نیاز واحدهای مختلف افراد دعوت به کار می‌شوند. از سال ۸۴ که در خدمت مؤسسه هستم با حمایت مدیران مؤسسه سعی کردیم همه چیز قانونمند پیش برود و به همین خاطر سعی شد به‌کارگیری نیرو بر اساس قانون کار باشد. به این صورت که معمولاً افرادی که برای کار مراجعه می‌کنند یا بر اساس آگهی‌های داده شده توسط مؤسسه یا به هر شکلی که مطلع شده باشند، ابتدا فرم درخواست کار پر کرده و بر اساس تخصص‌شان به واحدهای مختلف معرفی می‌شوند و البته مدتی را برای آشنایی با فضای کاری در مؤسسه می‌گذرانند تا خودشان و ما به این جمع‌بندی برسیم که کار برایشان مناسب هست و یا آنها شرایط لازم برای کار را دارند یا نه. با وجود اینکه معمولاً سعی می‌شود نیروهای متخصص به کار گرفته شوند، اما معمولاً تفاوت‌های آموخته‌های دانشگاهی با موقعیت‌های واقعی باعث شده که ما در کنار برنامه‌های روزمره از همراهی کارشناس آموزش برخوردار شده و برای همکاران، کلاس‌های آموزش ضمن خدمت داشته باشیم تا تعامل بهتر با این فرزندان را از نزدیک لمس کنند. سال‌ها قبل از هیأت امنایی شدن، زمانی که نیروهای خود سازمان بهزیستی در مؤسسات کار می‌کردند شرایط فرق می‌کرد، در آن زمان مؤسسه فتح‌المبین ۱۷۶ مددجو داشت و ۲۴۰ کارمند. ولی الان به خاطر شرایط خاص با ۴۰۰ مددجو مجبور به یاری گرفتن از نیروهای کمتری هستیم که این به همدلی و همراهی بیشتری نیاز دارد.»

برای حمایت از کارمندان برنامه‌های مشخصی وجود دارد؟

«از آنجا که ما یک خانواده هستیم، یکی از دغدغه‌های اصلی هیأت مدیره و مدیران مؤسسه همیشه رفاه کارکنان بوده است و در هر فرصتی که امکانی فراهم شده سعی شده از کارمندان حمایت شود، از جمله واگذاری وام با حمایت برخی بانک‌ها، اعزام به سفرهای سیاحتی و زیارتی، سبد خواروبار و... اما چیزی که در این میان قابل توجه است، این است که معمولاً بودجه‌ی مشخصی برای این امر وجود ندارد و مردم هم کمک‌شان مختص بچه‌هاست و ما اجازه‌ی دخل و تصرف نداریم. با این همه توجه به کارمندی که با وجود سختی کار در امر توانبخشی فرزندان مؤسسه تلاش می‌کنند، موضوع مهمی است و انگیزه و نشاط آنها را بالا می‌برد و در اینجاست که ضرورت تشکیل یک کمیته‌ی رفاهی جهت همکاران احساس می‌شود که انشالله بزودی تشکیل میشود.»

خاطره از این سال‌ها؟

(لبخندی زیبا روی صورت آقای کمردین‌زاده می‌نشیند و حلقه‌ی اشک از چشمانش می‌گذرد و با نفسی عمیق می‌گوید):

«بهترین خاطرات من در این ۳۸ سال مربوط به همین ۸ سال آخر است که در این مؤسسه هستم. هر صبح با عشقی وصف‌ناپذیر راهی اینجا می‌شوم و از خدا خواسته‌ام سفر زندگی من هم در حال خدمت‌رسانی به آخر برسد و مثل درخت‌ها،

امور عمومی

خانم مهناز سپاهی که از سال ۸۸ به جمع همکاران مؤسسه پیوسته، مسؤولیت این واحد را به عهده دارد. او درباره‌ی نحوه‌ی آشنایی‌اش با مؤسسه می‌گوید: «خیلی اتفاقی روزی از اینجا می‌گذشتم. به داخل سرزدم و بعد به کار در اینجا علاقه‌مند شدم. با اینکه کارشناس حقوق قضایی بودم، ولی به خاطر علاقه‌ام، فرم پر کردم. بعد از چند روز با من تماس گرفتند و این‌طور شد که زندگی‌ام با زندگی دختران همدم گره خورد.» او ابتدا به‌عنوان مربی و سپس دو سال در واحد مشارکتهای مؤسسه کار کرده است تا اینکه به‌عنوان مسؤول امور عمومی انتخاب شده است. هماهنگی قسمت‌های داخلی، رسیدگی به حقوق، بیمه، اضافه کار و کلا مسائل مربوط به کارکنان و شیفت‌ها، بخشی از وظایف اوست. علاوه‌بر آن هماهنگی با شهرداری‌ها و سازمان‌های مختلف از جمله نیروی انتظامی، راهنمایی و رانندگی و آتش‌نشانی، برای مسائل داخلی مؤسسه از فضای سبز گرفته تا آسفالت و... را هم با صبوری پیگیری می‌کند.



خانم سپاهی که معمولاً همیشه خنده‌روست اشاره می‌کند: «یک بار برای پیگیری یکی از کارهای مرکز به یکی از سازمان‌های شهر رفتم که با گذشت مدت زیادی قرار بود کاری برایمان انجام بدهند و نشده بود. وقتی وارد اتاق آن شخص شدم در حضور همکارانش به من گفت: «وقتی مُفت می‌خواهید باید بدوید!» این حرف او برای من خیلی سنگین بود، اما با خونسردی به او گفتم اگر من برای نفع شخصی خودم به شما مراجعه می‌کردم فرمایش شما درست بود، اما الان منافع دختران بی‌سرپرست در میان است. با این همه مردم خیلی خوبند و بعد از خدا، هوای دختران همدم را دارند.»

ایستاده بمیرم. در تمام این سالها همسر و خانواده ام با من بسیار همراه و همدل بوده اند که در این فرصت با تمام وجود از آنها ممنون و متشکر هستم، آنها در خدمات من سهیم هستند. امیدوارم نسل جوان که به دنبال کار و زندگی هستند در انتخاب رشته‌ی تحصیلی، کاری و مسیر زندگی‌شان با علاقه و انگیزه پیش بروند که هر کاری با عشق و انگیزه همراه شود، موفق و تأثیرگذار خواهد بود.»

از آقای کمردین‌زاده تشکر و خداحافظی می‌کنیم تا به سراغ دیگر همکاران واحدشان برویم. امیدواریم سال‌های سال در مسیر خدمت به دختران همدم شاد و سلامت باشند.



بیاورد تا در همان لحظه‌ی کوتاه با او حرف بزنم و حال و احوالی بکنم. یا گاهی که دخترها از جلوی اتاق رد می‌شوند و به ما سلام می‌کنند کلی انرژی می‌گیرم و توانم دو چندان می‌شود.»

خاطره؟

«من هم مثل همه‌ی همکاران اینجا از شادی بچه‌ها خیلی خوشحال می‌شوم. یادم می‌آید روزی که یکی از دخترها برای اولین بار کتاب و دفتر تحویل گرفت تا به مدرسه برود، با خوشحالی کتاب به زیر بغل از جلوی من رد شد و این مرا هم سرشار از خوشحالی کرد. یا دیدن شهربانو که با وجود معلولیت زیاد همیشه لبخند به صورت دارد و دیدن فعالیت‌های توانبخشی‌اش خیلی شادم می‌کند. من هم در این فرصت از همسر و خانواده‌ام بخاطر همراهی‌های بی‌دریغشان تشکر می‌کنم. راستش را بخواهید از وقتی در اینجا کار می‌کنم، نگرش‌م به زندگی تغییر کرده و زندگی من هم تغییر کرده است.»

صادقی می‌گوید: «آغاز به کار در این قسمت مشکلات خودش را داشت و تا دوستان به اهمیت نوع ارتباطشان با این واحد پی ببرند مدتی طول کشید ولی خدا را شکر الان خیلی بهتر شده و گزارش‌ها و مکاتبات بهتر انجام می‌شود. در این واحد تمام نامه‌های ورودی و خروجی بایگانی و ثبت شده و معمولاً علاوه بر تایپ، دعوت‌نامه‌ها و دیگر مکاتبات آماده و ارسال می‌شود.» خانم صادقی هنوز همکاری‌اش را با روابط عمومی در ثبت اطلاعات خیرین ادامه می‌دهد.

کار شما با بچه‌ها ارتباط مستقیم ندارد. این ناراحت‌تان نمی‌کند؟

«همان‌طور که می‌دانید وظیفه‌ی ما ایجاب می‌کند که تمام وقت‌مان صرف مسائل اداری شود و راستش را بخواهید چرا، وسط این همه مشغله دلم برای دخترها تنگ می‌شود، مخصوصاً از وقتی خودم مادر شده‌ام. گاهی به بهانه‌ای زمانی که نامه یا کاغذی از ساختمان کناری می‌خواهیم می‌گویم که یکی از دخترها



امور اداری

همین کاغذهای کوچکی که گاهی می‌بینید دست به دست می‌شوند، تأثیرات بزرگی می‌گذارند که به چشم نمی‌آید. خانم تکتم صادقی که از سال نود همکاری‌اش را با مؤسسه آغاز کرده مسؤولیت اداره‌ی این قسمت را به عهده دارد. او ابتدا در واحد روابط عمومی همکاری داشته و چند سال بعد به خاطر نظم و دقتش، دبیرخانه‌ی مؤسسه به او واگذار شده است. خانم

که به من خیردادند سر کار بودم. دوان دوان خودم را به خانه رساندم و روزهای سختی را تجربه کردم. اما اولین جایی که بعد از مراسم هفتم به خانواده گفتم مرا ببرید، همین برگشتن به مؤسسه بود. دلم کنار این دخترها آرام گرفت. از وقتی در اینجا مشغول به کار شده‌ام برکت زندگی‌ام بیشتر شده و من این را با تمام وجود لمس می‌کنم. کار در اینجا روزهای تلخ و شیرین زیاد دارد اما در نهایت یک خانواده هستیم. من هم در این سالها دوست و همراه خوبی داشته‌ام و از همسرم بخاطر همه‌ی مهربانی‌هایش سپاسگزارم.» در بین صحبت‌ها رقیبه (از دختران همدم) نامه به دست وارد اتاق می‌شود و خانم سپاهی اشاره می‌کند که رقیبه جان هم از همکارهای خوب واحد است و دخترها به جای اینکه بیکار باشند در انجام کارهای خانه‌شان کمک و همراهی می‌کنند. رقیبه که لبخند ملیحی به صورت دارد می‌گوید که همکاران این واحد پدر و مادرش هستند و خیلی دوستشان دارد.

مردم چگونه می‌توانند با واحد شما همکاری کنند؟

اگر چه اینجا محیطی زنانه دارد، اما مهربانی آقایان می‌تواند همیشه کارگشا باشد، اینجا گاهی نیاز به نقاش، جوشکار، یا افرادی برای کار ساختمانی و خدمات داریم. نیاز به کسی که کار تأسیساتی بلد باشد و یا افرادی که مینی‌بوس، هابیس یا وانت دارند خیلی می‌توانند کمک کنند. چند وقت پیش راننده‌ی محترمی با وانت از جایی برای بچه‌ها غذا آورد و بعد خودش اعلام کرد که می‌خواهد همکار افتخاری باشد. یا دوستی که مهندس برق است گفته که در ماه دو روزش را حاضر است به برنامه‌های اینجا اختصاص بدهد. در مجموع نزدیک به ۳۰-۴۰ نفر یاور آقا داریم که ده نفرشان حضور مؤثر دارند و ما از محبتشان بسیار ممنونیم.»

خاطره؟

«یادم می‌آید یک ماه بعد از حضورم در اینجا، پدرم از دنیا رفت. و در آن لحظه

از همکاران خوب این واحد تشکر می‌کنیم و امیدواریم مثل همیشه در کنار دیگر پازل‌های خدمت، مجموعه‌ای زیبا و انسانی را پیش ببریم. هر روز با اشتباهات کمتر و تأثیرات مثبت بیشتر، چرا که خانواده همین است و همه از مسؤول و همکار و مددجو شانه‌به‌شانه‌ی هم پیش می‌رویم تا همدم و اهالی‌اش در سایه‌ی همدلی و احترام متقابل، روزهای پربرکتی را تجربه کند. آمین

چه خبر از این خانه؟



از این خانه‌ها می‌خواهید؟

خانه‌هایی که به خانه‌هایتان بفرستید و شکرگزاری و مهربانی‌تان را در آن قسمت کنید...

اینجا قلک‌هایی ساده متولد شده‌اند تا مثل نامه‌هایی عاشقانه بین ما و شما رد و بدل شوند.

با مهربانی شما، خانه‌ای آباد خواهد شد، خانه‌ی دلتان آباد...

تلفن هماهنگی:
۰۵۱-۳۷۱۱۲۱۱۱-۱۳



نمایشگاه هنر ترکیبی (عکس، صدا، چیدمان)

حرف‌های خصوصی



تابلوه‌ها نفس می‌کشیدند. کافی بود بروی جلو و هدفون مربوط به عکس را روی سرت بگذاری و گوش کنی به تصویری که روبه‌رویت ایستاده. دختری که دل‌تنگی‌های دختری دیگر را در موهایش می‌بافد. پیردختری که دوست داشته مادر باشد اما هیچ‌وقت به هیچ‌کس نگفته. دار قالی نیم‌بافته‌ای که بوی آرزوهای خاک‌گرفته می‌دهد و چند تابلوی دیگر که همه بخشی از دل‌تنگی‌ها و زندگی دختران همدم را به تصویر می‌کشیدند.

اما برای این که هر بازدیدکننده‌ای چند دقیقه پای یک تابلو مهمان باشد، صادق دهقانی و دوستان عکاسش صادق سوری، علی حسینیان، فرشته کاملان، شادی آفرین آرش، شیوا خادمی، الهام برادران و سمیرا غفاریان، ماه‌ها زحمت کشیده بودند. جلسات پی‌درپی برای یافتن سوژه‌های مناسب، شب‌بیداری‌های صادق برای نوشتن روایت عکس‌ها، ضبط صدای دختران، تدوین و... همه برای گفتن حرف‌های خصوصی.

حوالی سی مرداد ساعت پنج عصر نمایشگاه «حرف‌های خصوصی» با حضور استاد بزرگ عکاسی و فیلم‌برداری سیف‌الله صمدیان و مدیران موسسه همدم خانم دکتر حجت و آقای شیرازی‌نیا و مهمانان در نگارخانه‌ی فردوسی جهاد دانشگاهی مشهد افتتاح شد. صمدیان که به‌خاطر دختران همدم از تهران پرواز کرده و به مشهد آمده بود، با نگاهی مهربان و متواضع ابراز داشت که لذت این حضور و هیجان انسانی را برای همیشه با خود به همراه خواهد داشت.

و این، حرف‌نگفته‌ی خیلی‌ها بود. مهمان‌ها فکر می‌کردند به یک نمایشگاه معمولی دعوت شده‌اند. خیلی خونسرد هدفون را روی سرشان می‌گذاشتند و بعد یادشان می‌رفت کجا هستند! یادشان می‌رفت چند نفر دیگر کنار تابلو منتظر هستند. وسط سالن می‌ایستادند و انگار گمشده‌ای داشته باشند به اطراف نگاه می‌کردند.

علاوه‌بر مهمان‌های دعوت‌شده به‌خاطر موقعیت خوب فرهنگی و هنری جهاد دانشگاهی که میزبان علاقه‌مندان به فرهنگ و هنر از هر سن و سالی هست، میزبان هنرآموزان کوچک و بزرگ بودیم. بچه‌هایی که کلاس‌هایشان تمام شده بود و دوان‌دوان با خنده‌های از ته دل خودشان را به نمایشگاه می‌رساندند. یک روز پسر کوچکی وارد نگارخانه شد و پای یکی از تابلوه‌ها هدفون را به گوشش زد و به محض شنیدن صدای تابلو سلام کرد، شبیه یک گفت‌وگوی دوطرفه. یا خیلی‌ها می‌رفتند و روز بعد با دوستان‌شان می‌آمدند.

همه‌ی این محبت‌ها باعث شد که مدت نمایشگاه تمدید شده و چهار روز بعد از اختتامیه هم دایر باشد. اگرچه خیلی‌ها با سکوت نمایشگاه را ترک می‌کردند، اما بیش از سیصد اظهار نظر که در دفتر یادداشت نمایشگاه ثبت شده، شاهده‌ی بر برقراری نوعی متفاوت از ارتباط با دختران همدم است. بازدیدکننده‌ها خودشان را بی‌واسطه با بخشی خصوصی از زندگی دختران همدم روبه‌رو

می‌دیدند و این تداعی‌کننده‌ی دوستی عمیق بین آنها بود. خیلی‌ها دوست داشتند بعد از دیدن و شنیدن یک تصویر، خود آن دختر را از نزدیک ببینند و بغلش کنند. در این گزارش با صادق دهقانی گفت‌وگو نکردیم چرا که او در حرف‌های خصوصی حرفش را زده بود. این خلق یک اثر هنری‌ست و نیازی به توضیح ندارد و هر کس آزاد است برداشت خودش را داشته باشد. تشکر ما هم هرچه‌قدر صمیمانه باشد نمی‌تواند جای حس‌های خوبی را که از احساسات مردمی دریافت کرده، بگیرد. از او به‌خاطر این که بی‌چشم‌داشت هنر و خلاقیتش را به دختران همدم هدیه کرد، سپاسگزاریم.

تابلوها و روایت‌هایشان بعد از نمایشگاه هم برای موسسه برکت داشتند و بعضی از آنها در بازارچه‌ی نیکوکاری مرکز به نفع دختران به فروش رسیدند.

هر اتفاق خوبی با همراهی و حمایت دوستان خوب رقم می‌خورد. در بیان حرف‌های خصوصی سپاسگزاریم از مسؤلین و کارکنان جهاد دانشگاهی مشهد به‌خصوص جناب آقای غراب، از عکاسان عزیز، از حمایت مدیر عامل موسسه خانم دکتر حجت و همکاران خانم‌ها اعظم منعمی‌زاده و زینب دهقانی. و خیلی‌ها که نام‌شان برده نشد اما همراهی بی‌دریغی داشتند و همه‌ی دوستانی که آمدند و به «حرف‌های خصوصی» گوش دادند.





روایتی از چهارمین بازارچه‌ی نیکوکاری خیر و خرید همدم

هر سال منتظرش هستیم!

غذایی زشک، رعنا، گرینه، زیتون آرشیوا، عالیس، فافا، لبنوش، چای شاهسون، آجیل برادران حسینی، شیرینی خانگی فرشته، پوشاک سبزه قبا، غرفه جورشین، کمپین قطره قطره و کجا خوبه؟، غرفه‌ی لبخند کودک، نقاشی‌های سمانه احسانی‌نیا، صنایع دستی و هنری دختران همدم، لوازم‌التحریر و غرفه‌های دیگری که همه و همه برای شما مردم خوب شهر فراهم شده بود.

غرفه‌های غذا هم که طرفداران و جذابیت‌های خاص خودش را داشت. اما در کنار غرفه‌ها و جنب‌وجوشی که هرشب در اطرافشان حاکم بود، تالار همدم برای برگزاری جشن و مراسم خاص هرشب آماده شده بود.

بازارچه برای ما شبیه فصل بهار است که هر سال منتظرش هستیم. یک جشن بزرگ که در آن همه‌جور شادی و مهربانی پیدا می‌شود. بهارهای هر سال با هم فرق دارند؛ گاهی پرباران و پربرکت و گاهی هم کمتر. اما خدا را شکر! امسال پرباران بود. بارش مهربانی که باغ دختران همدم را پر از شکوفه‌های امید کرده بود.

بازارچه از دوازدهم تا شانزدهم شهریورماه برگزار شد و شامل برنامه‌های جذابی بود که در عکس‌ها و روایت‌ها شاهدش خواهید بود. فضای باز بازارچه و هم‌چنین سالن شیشه‌ای پر بود از غرفه‌های زیبا از جمله غرفه‌های چرم مشهد، نان مزرعه، نوین زعفران، مولتی کافه، محصولات



شب اول

با حضور هنرمندان و ورزشکاران و خیرین، ششی خاطره‌انگیز رقم خورد؛ برنامه با تلاوت قرآن و سرود جمهوری اسلامی و خیرمقدم دختران همدم آغاز شد. سپس خانم دکتر حجت مدیرعامل موسسه در آغاز برنامه با اشاره به اینکه این بازارچه به‌منظور آشنا شدن شهروندان نوع‌دوست و نیک‌اندیش با موسسه‌ی همدم، معرفی توانمندی دختران موسسه و ایجاد لحظاتی شاد و به‌یادماندنی در کنار این عزیزان راه‌اندازی شده، از حضور عزیزان تشکر کرده و این را نویدبخش روزهای بهتر برای همدم دانست. اجرای سرود دختران همدم و تئاتر «منم میخوام حرف بزنم» با اجرای دو تن از دختران موسسه، مهتاب و مریم، از دیگر بخش‌های زیبای مراسم بود. سپس مجید پرکار مجری نام‌آشنای تلویزیون مهمانانی همچون مهدی صفایی مدیر گروه «کانسپت» و اعضای گروهش را به روی



شب دوم

باز هم تالار پر بود از شور و شوق بازدیدکنندگان که در کنار خیر و خرید آمده بودند تا از برنامه‌های جشن استفاده کنند. علاوه‌بر ورزشکاران و هنرمندان شب قبل، میزبان شهرزاد کمال‌زاده بازیگر سینما و تلویزیون بودیم که به همراه دیگر مهمانان مراسم مزایده‌ی شب دوم را برگزار کردند. باز هم سرود و تئاتر دختران همدم مورد استقبال حضار قرار گرفت و اجرای موسیقی سنتی از بخش‌های دلنشین مراسم بود. در این شب هم‌چنین میزبان قاسم رفیعا شاعر و طنزپرداز خوب شهرمان بودیم که با خواندن اشعارش بر زیبایی مراسم افزود. اجرای موسیقی با سازدهنی توسط استاد رحیمی‌نژاد مورد استقبال و پسند همه واقع شد. در پایان مراسم، بادکنک آرزوها را که بازدیدکنندگان آرزوهایشان را بر آن نوشته بودند به آسمان رها کردند تا در آسمان شب بالا برود... خیلی بالا.



سن دعوت کرد. هم‌چنین مهران امامیه و امیر نوری که از بازیگران و هنرمندان محبوب هستند به روی سن دعوت شدند و همگی که از بخش‌های مختلف موسسه بازدید کرده بودند از احساس خوب‌شان در کنار دختران همدم گفته و مراسم همت عالی را که در آن گلیم‌های دست‌بافت دختران به مزایده گذاشته شده بود، برگزار کردند.





WWW.QUJSONLINE.IR
روزنامه
قدس
اصفهان



چشمه
شرکت تبلیغاتی پرتر



کجا خوبی
کجا خوبی



HAMDAM
Softer & Stronger



تهیه و اجرا
لیتوگرافی دیجیتال



عالینا
Alina





شرکت شهدایران
(سهامی عام)





شب آخر و قندون جهیزیه!

این بازارچه یارمان بودند. از هنرمندان ارزشمند و مردمی فاطمه معتمد آریا، نگار جواهریان، علی ملاقلی‌پور و همه‌ی هنرمندان و حامیان همدم. از ورزشکاران و پهلوانان مهدی صفایی و گروه کانسپت و...

مجریان خوب برنامه مجید پرکار، معین رضا فرخنده و دیگر مجریان هنرمند و همراه. از موسسات، شرکت‌ها و حامیان مالی بازارچه. از گروه یاوران که خالصانه همراه بودند و همکاران خوب واحدهای مختلف موسسه از روابط عمومی تا هماهنگی و تأسیسات و... امیدواریم خداوند مهربان به همه‌ی آنها که نام‌شان برده شد و یا بودند و اشاره‌ای نشد برکت و سلامتی روزافزون عطا کند.

خوشحالیم که مثل فصل بهار باز هم بازارچه از راه خواهد رسید و باران مهربانی مردم بر باغ همدم خواهد بارید. شما هم خواهید آمد؟

شب آخر با همه‌ی دل‌تنگی‌هایش باز هم مهمان‌های عزیزی داشت. همراه با نمایش فیلم «قندون جهیزیه» به کارگردانی علی ملاقلی‌پور، بازیگران خوب و محبوب سینما، نگار جواهریان، افسانه چهره‌آزاد و شاهرخ فروتنیان به همراه عوامل فیلم در این‌خانه حضور یافتند. آنها در میان استقبال مردم که می‌خواستند عکس و امضا بگیرند، از غرفه‌ها بازدید کرده و بعد از نمایش فیلم در تالار حضور یافتند تا به سؤالات مردم پاسخ بدهند. شب آخر بازارچه هم پر از مهربانی و برکت بود. تالار آن‌قدر پر شده بود که دیگر جایی حتی برای ایستادن نبود و ما شرمندگی مردمی بودیم که پشت درهای تالار مانده بودند. پنج شب مهمانی داشت تمام می‌شد و غرفه دارهای عزیز مثل همیشه با مهربانی و صبوری همراه‌مان بودند.

با احترام و ادب سپاسگزاریم از همه‌ی آنها‌یی که پیدا و پنهان در برگزاری



شب سوم



در این شب در میان استقبال بازدیدکنندگان میزبان داور بین‌المللی فوتبال آقای حسن کامرانی‌فر، مجید خدایی قهرمان اسبق کشتی جهان و بازیگر محبوب علی صالحی بودیم که باز هم همراه‌مان بودند و مراسم همت عالی با حضورشان برگزار شد. علاوه‌بر اجرای هنری سرود و تئاتر دختران همدم، اجرای موسیقی سنتی گروه «فردای جام» به سرپرستی استاد مردان شاهی و اجرای برنامه‌ی طنز آقای عباس طاهری از قسمت‌های خوب برنامه بود.



شب چهارم و یحیی سکوت نکرد!



شب چهارم یک مهمان بسیار محبوب داشت؛ فاطمه معتمدآریا با فیلم «یحیی سکوت نکرد» به موسسه آمده بود تا همراه با نمایش فیلم که با محبت کارگردان و تهیه‌کننده‌ی فیلم اتفاق افتاده بود در کنار ما باشد. بازدید از بخش‌های مختلف موسسه برایش بسیار دلنشین بود و هنگامی که اشک در چشمانش حلقه زد گفت که این اشک از روی دلسوزی نیست، بلکه از شوق دیدار دختران این‌خانه است. در ادامه بعد از پخش فیلم و مراسم پرسش و پاسخ دیگر برنامه‌های هنری جشن شروع شده و در پایان با همراهی فاطمه معتمدآریا، علی صالحی، صادق مرادی و بعضی از مسؤولین تیم فوتبال سیاه‌جامگان خراسان، صنایع دستی دختران موسسه به مزایده گذاشته‌شد.



خادمین خورشید

رضوی نسب، ضمن تبریک دهه‌ی کرامت و ولادت باسعادت امام رضا(علیه‌السلام) به حاضرین، از پرسنل کوشا و پر تلاش موسسه‌ی خیریه‌ی همدم تقدیر و خدمت به همنوع و مخصوصاً خدمت به این دختران را عملی الهی عنوان کرد.

خادم کشیک چهارم و دوم حرم رضوی، در پایان در فضایی لبریز از شور و هیجان، در حالی که اشک شوق در چشمان همه حلقه زده بود، طی مراسمی ۲۲ نفر از پرسنل موسسه همدم را به قید قرعه انتخاب و به آنان وام کمک هزینه‌ی سفر به کربلای معلی هدیه کردند.



جمعی از خادم کشیک‌های دوم و چهارم حرم رضوی به دیدار دختران همدم آمدند. در دومین و سومین روز شهریورماه و در آستانه‌ی یازدهم ذی‌القعدة زادروز میلاد ولی‌نعمت خراسانیان حضرت امام رضا(علیه‌السلام)، به ترتیب جمعی از خادم کشیک چهارم و دوم حرم مطهر رضوی، ضمن دیدار با همکاران و دختران همدم، ساکنان سرای مهر را هم‌چون پدرانی مهربان در آغوش گرفتند و بسته‌هایی متبرک از شیرینی و نبات، به آنان هدیه کردند.

در این بازدید، حجت‌الاسلام والمسلمین



شگفتی بزرگترها از سخاوتمندی کوچکترها!

در جشنی که به مناسبت میلاد با سعادت ثامن‌الحجج امام علی‌بن موسی‌الرضا(علیه‌السلام) در چهارمین روز شهریورماه، در فضای محوطه‌ی هتل میثاق برگزار شد، کودکان با تقسیم دارایی‌های کوچک خود شگفتی آفریدند. کودکان عروسک به دست، شادی‌های کودکانه‌شان را سخاوتمندانه تقسیم و جلوه‌ای از ایثار و سخاوت را بر بوم زندگی نقاشی کردند.



در این جشن، گروه کودک و نوجوان شبکه‌ی خراسان رضوی با اجرای برنامه‌های شاد و فرح‌بخش، گل لیخند را بر لبان کودکان مهمان و همراهان‌شان نشانند و گروه سرود دختران همدم هم در بخشی از مراسم با اجرای سرودهای زیبا، شور و شادی این جشن را چندین برابر کرد. از مدیران هتل میثاق به‌خاطر مهربانی و دعوت‌شان ممنونیم.

نوای «زهرای علی»

در جشنی که به همت گروه «زهرای علی» در خانه‌ی دختران همدم در سومین روز شهریورماه برگزار شد، موج شور و شادی در سالن همایش‌های موسسه‌ی همدم طنین انداخت.

به لطف بانوان نیکوکار حامی همدم، همچون سال‌های گذشته، جشنی به یادماندنی با حضور خانم دکتر شکیب(مدیر کل سازمان بهزیستی خراسان رضوی) و بانوان خیری که مهربانی‌شان هیچ حد و مرزی نمی‌شناسد، در محل مؤسسه‌ی همدم برگزار شد و دوست قدیمی دختران این خانه (خانم فتحی) و بانوان سپیدپوش دفنوازه همراه‌شان، با اجرای مولودی خوانی و گلریزان، فضایی لبریز از شور و شادی و هیجان به وجود آوردند و خاطره‌های خوش رقم زدند.



دست رنج!

برابر توافقات صورت گرفته در طرح بسته‌بندی محصولات بهداشتی شرکت گلاریس، ۱۴ نفر از دختران فارغ‌التحصیل خوابگاه آفتاب از یازدهمین روز مهرماه مشغول به کار شدند. به گفته‌ی خانم بختیاری(مسئول آموزش و برنامه‌ریزی موسسه‌ی همدم) در شهریورماه امسال مهندسین شرکت گلاریس از بخش‌های متفاوت این مجموعه دیدار و برای ارائه‌ی خدمات با مسؤولین موسسه مذاکره کردند. براین اساس، در مرحله‌ی اول اجرای این طرح، مهندسین این شرکت به آموزش چند نفر از مریبان پرداختند و در دومین مرحله نیز، مریبان به دختران آفتاب نحوه‌ی بسته‌بندی را آموزش دادند. به دنبال اجرا و اتمام فاز اول طرح مشارکتی اشتغال‌زایی و بسته‌بندی محصولات بهداشتی، در بیست و یکمین روز مهرماه، گروهی از دختران همدم، اولین دستمزد خود را از شرکت گلاریس دریافت کردند و مهندس

ذوالفقاری(کارشناس شرکت گلاریس) در حضور تیم توانبخشی(مسئول آموزش و روانشناسان) اولین دستمزد دختران خوابگاه آفتاب را به سرگروه‌های تیم‌های ۵ نفره، مهتاب آل عباسیان و مریم شادکانی، پرداخت کرد.



گواهینامه‌ای برای «خوب دیدن»



گروهی از عکاسان بنام مشهد، طی دوره‌ای سه‌ماهه به ۱۶ نفر از دختران همدم عکاسی آموختند و یادشان دادند که «خوب دیدن» هنر است. مدیریت این طرح آموزشی برعهده‌ی نوشین وفادار بود و عکاسان دیگری از جمله فرشته کاملان، امین ابراهیمی و دیگران وی را در این دوره‌ی آموزشی همراهی کردند.

به این ترتیب ۲۹ شهریور ۹۴ دختران عکاس همدم، راهی کانون گسترش فن و هنر عکاسی در خیابان ملاصدرا شدند تا مدرک تأیید توانایی خود را از دست برگزارکنندگان بگیرند. بعد از خوش‌آمدگویی مربیان آموزش عکاسی که طی دو ترم به چهار گروه از دختران همدم عکاسی آموخته بودند، خانم وفادار (مدیرعامل کانون) به بررسی ۶۰ عکس برگزیده‌ی بچه‌ها پرداخت و نکاتی را درباره‌ی هریک از عکس‌ها یادآور شد. در پایان این مراسم، دختران همدم گواهینامه‌ی عکاسی خود را از خانم وفادار دریافت کردند و بعد از گرفتن عکس یادگاری با دست پر به خانه برگشتند.



مدارس در سال جدید به شمار می‌رفت، دختران آموزش‌پذیر و مشتاق موسسه، در صفوفی منظم، در میان استقبال و بدرقه‌ی مدیر عامل و برخی از مربیان توانبخشی همدم و در حاله‌ای از بوی اسپند و عطر ماه مهر، راه کلاس‌های درس و تحصیل در مدارس چون راحیل، مرضیه، آیندگان، سوم شعبان، ستایش و پویا را در پیش گرفتند. به گفته‌ی خانم دکتر حجت از مجموع ۲۸ نفری که امسال آماده‌ی حضور در کلاس‌های درس و مشق شدند، ۱۴ نفر از دختران کوچک پناهگاهی، ۷ نفر از مدرسه‌ی شهید شاهد و ۷ نفر نیز از مجموعه‌ی آفتاب بودند.

بچه‌های همدم با مهر به مدرسه رفتند



درست وقتی که برگ‌های پاییزی، چرخ‌زن از فراز درختان به زیر می‌آمدند، صف دختران مقنعه‌پوش همدم، بهاری مهربان را با خود به مدرسه بردند. شنبه چهارمین روز مهرماه سال ۱۳۹۴ که در حقیقت نخستین روز رسمی بازگشایی

از مهر به چالوس...



ماجرای این‌گونه آغاز شد که نگاه مهربان خیر بزرگوار جناب آقای عباس اخوان، به نیاز دختران معصوم موسسه معطوف شد و اسباب سفری شیرین به شمال همیشه زیبا را برای جمعی از آنان فراهم ساخت تا با بدرقه‌ی مسؤولان موسسه‌ی همدم، جاده‌ی مشهد به شمال، دختران این خانه را به سمت میزبانی مهربان سوق دهد.

سفر، روز دوشنبه ششم مهرماه آغاز شد و مقصد، شهر جنگلی و نام‌آشنای چالوس بود.

اتوبوس که در این سفر ۲۵ تن از دختران موسسه و ۱۴ تن از مربیان‌شان را در خود جا داده بود، صبح زود به مقصد رسید و دلنشینی سفر از آنجا بیشتر جلوه کرد که پیدا بود میزبان از ساعت‌ها قبل، در کنار جاده و در آستانه‌ی ویلای شخصی‌اش، چشم به‌راه رسیدن مسافران و همشهریان

امام رضا (علیه‌السلام) بوده است. در طی ۴ روزی که دختران موسسه‌ی همدم مهمان جناب اخوان بودند، تمام لحظات سرشار از لطف و صفا و صمیمیت و همدلی بود. روی گشاده و لب‌های متبسم و بزرگواری همواره آشکاری که در سیمای میزبان به چشم می‌آمد، باعث شد تا در این ۴ روز مسافرت دختران همدم به شمال، یکی از بهترین و پرخطرترین سفرهای جمعی این فرشته‌های معصوم رقم بخورد. سفر به چالوس با خاطراتی خوش به پایان رسید در حالی که ۴۰۰ دختر موسسه‌ی همدم، در دل دعا می‌کنند سایه‌ی بلند لطف و خیرخواهی جناب عباس اخوان و دیگر نیک‌اندیشان این مجموعه، هم‌چنان بر سرشان باقی بماند.

همدم با استاندار

در مجاورت حضرت این فرصت را دارید که خادم مردم با احساس ایران باشید و باید از آن به خوبی بهره‌برداری کنید.»

پایان‌بخش این همنشینی نیز هدایایی بود که جناب استاندار به نیابت از تمام دختران مؤسسه، به ندا و مریم - که در این دیدار حضور داشتند - تقدیم کرد و در فضایی صمیمانه، میزبان و مهمانان از یکدیگر خداحافظی کردند.



در این دیدار که در محل کار استاندار بزرگوار خراسان رضوی جناب آقای علیرضا رشیدیان صورت گرفت، علاوه‌بر ایشان و همکاران‌شان، آقای صابری‌فر (عضو و رئیس هیأت مدیره‌ی موسسه)، خانم دکتر حجت (مدیر عامل)، مدیریت مؤسسه، مدیر روابط عمومی و دوتن از دختران به نیابت از ۴۰۰ دختر دیگر، حضور داشتند. در ابتدای این دیدار، آقای علیرضا رشیدیان با گفتن این که من مطمئنم امام رضا (علیه‌السلام) به شما عنایت خاصی دارند که توفیق خدمت به این دختران گل را یافته‌اید، تأکید کرد: «امام رضا (علیه‌السلام)، امام رؤف است و شما



از این شادی های خالص را ثبت کردیم. هنرمندان برگه های خیرنامه ی همدم را امضا کردند و قول دادند بازهم پیش ما بیایند با خبرهای خوشی که شما را هم در جریانش خواهیم گذاشت. اگر زندگی یک فیلم باشد، در کنار فرزندان معصوم مثل دختران همدم، میشود بازی در نقش آدمی خوشبخت را تجربه کرد.



اگر زندگی یک فیلم باشد!

در روزهایی که هواشناسی، هوای مشهد را سرد و ابری اعلام کرده بود، خانه ی همدم به حضور هنرمندانی عاشق، گرم و آفتابی بود. حامد محمدی فیلم نامه نویس و کارگردان سینما دست خانواده اش را گرفته بود و به همراه دو بازیگر محبوب سینمای ایران همه باهم به همدم آمده بودند.

جواد عزتی هنرمند عرصه ی بازیگری در سینما و تلویزیون و نازنین بیاتی بازیگر محبوب سینما، شهرتشان را پشت درهای موسسه گذاشتند و صبور و شاد قدم به بخش های مختلف مرکز گذاشتند. حال دخترها را از خردسال تا کهنسال پرسیدند و شادی هایشان را رد و بدل کردند. در ساختمان شهید شاهید، ندا از خوشی های همدم گفت و تکتیم و گروه سرود هم از شادی و دوستی، گروه تئاتر همدم از نگرانی های مادری برای دخترش و بعد مهمان ها به ساختمان فتح المبین رفتند و در سرای مهر به لبخندهای معصوم دخترهای تخت نشین، دست کشیدند. دل کندن از این همه مهربانی خاموش برای مهمان ها سخت بود اما به اصرار ما راهی بخش های بعدی شدند، آخر همه ی دخترها دوست داشتند که هنرمندها را ببینند، آدم هایی را که در قاب تلویزیون یا پرده ی سینما دیده بودند و آرزوییشان دیداری نزدیک بود.

دخترهای خوابگاه مدرسه ی فتح المبین که کمتر، کسی به دیدنشان میروید با دیدن مهمان ها غافلگیر شدند، در ادامه بازدیدکنندگان به همراه مادر مهربان دخترها، خانم دکتر حجت، به خوابگاه آفتاب رفتند و با دخترهای محصل به گفتگو نشستند. جواد عزتی برایشان آواز خواند و با آنها تنیس روی میز بازی کرد و بازی را باخت تا روز بعد برایشان کیک بیاورد. نازنین بیاتی که به همراه خانواده ی خواهرش مهمان ما بود، با دخترها شعر و سرود خواند و صمیمانه بغلشان کرد و برایمان گفت که: " اینجا از آن جاهایی ست که میشود لبخندهای

یاران همدم و مدیران ارشاد اسلامی

دیدار مدیرعامل و هیأت همراه موسسه ی همدم با مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی و معاونین و همکارانشان، در فضایی صمیمی و سرشار از تفاهم و همدلی برگزار و بر تداوم همکاری این نهاد با مؤسسه در عرصه های فرهنگی و هنری تأکید شد.

در این دیدار، ابتدا دکتر حجت به سابقه های مکاتبات انجام شده بین همدم و این نهاد اشاره و صورت مسأله را با عنوان نیاز سالن همایش های همدم به تأیید پروانه ی بهره برداری و نیز کمک به تسریع صدور مجوز یک موسسه ی فرهنگی و هنری برای خیریه ی همدم، مطرح کردند. سپس، جناب آقای سعید سرابی (مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی) با خوش آمدگویی و استقبال گشاده رویانه از مهمانان، تأکید کرد که: «اخذ مجوز برای فعالیت های

فرهنگی و هنری یک نیاز طبیعی و قانونی است و مطمئناً ما همه با دیدی باز در این خصوص به موسسه ی همدم نگاه می کنیم.» در ادامه، یوسف امینی (معاون فرهنگی اداره ی کل فرهنگ و ارشاد اسلامی)، ناصر نبی زاده (معاون هنری و سینمایی)، صدرا مذهب یوسفی (مشاور مدیرکل و سرپرست اداره ی مشهد) و جعفر شیرازی (مدیر موسسه ی خیریه ی همدم) نیز سخن گفتند. در دقایق پایانی این دیدار یک بار دیگر لزوم همراهی و همیاری وزارتخانه ی فرهنگ و ارشاد اسلامی با مؤسساتی چون همدم مورد تأکید قرار گرفت.



مربیان موسسه و آشنایی با کم و کیف فعالیتشان، از نزدیک در جریان شرایط کار آنان قرار گرفتند. در روزهای بعد میزبان فرمانده محترم انتظامی شهرستان مشهد جناب سرهنگ حجت نیک مرام و رئیس دفترفرماندهی جناب سروان سید محمود علوی و معاونین انتظامی شهرستان مشهد بودیم که با خودشان مهربانی و امنیت را به همدم آوردند.

در آخرین روزهای هفته ی گرامیداشت نام و یاد نیروی انتظامی، مدیر عامل موسسه ی خیریه ی همدم، به همراه چندتن از همکاران و دختران موسسه، ضمن حضور در محل ستاد فرماندهی انتظامی خراسان رضوی و دیدار با سردار بهمن امیری مقدم، فرماندهی محترم انتظامی استان، در فضایی صمیمی با هم به گفت و گو پرداختند.

۱۳ مهرماه در کشور ما به عنوان روز نیروی انتظامی و سرآغاز هفته ی گرامیداشت نام و مقام این نیروی پر تلاش شناخته شده است. موسسه ی خیریه ی همدم که در طول سال و به مناسبت های مختلف از خدمات و همکاری بی دریغ عزیزان نیروی انتظامی برخوردار است، وظیفه ی خود می دانست فرارسیدن این ایام را به یکایک اعضای جامعه ی پلیس تبریک بگوید. در نخستین روز هفته ی گرامیداشت نیروی انتظامی، پلیس وظیفه شناس، از موسسه ی خیریه ی همدم بازدید کرد.

بر اساس همین خبر، اعضای اکیپ ناجا به سرپرستی سرهنگ حسین پور (سرکلانتر شمال فرماندهی انتظامی مشهد مقدس) پس از حضور در محل موسسه از بخش های مختلفی چون کارگاه های گلیم بافی، فرشینه بافی، گل سازی و... بازدید کردند و ضمن گفت و گو با برخی توانجویان و

از جان گذشته ها





سکوت سیاه سفر ابدی استاد عباسعلی خمر



از سال‌های خیلی دور زمانی که دخترهای گروه سرود، خیلی کوچک بودند به مؤسسه فتح‌المبین می‌آمد تا آواز این قناری‌های کوچک را با ساز دلشان کوک کند. شهرتش در ساخت آهنگ و تنظیم برای صدا و سیما (از جمله کارشناس موسیقی صدا و سیما، ساخت موسیقی برای چند اثر تلویزیونی؛ فیلم برویم پیش یاس‌ها، سریال فصل شکیبایی، موسیقی مسیتند شهدای حرم و...) و کلاس‌های تدریسش را با آن همه هنرجو کنار می‌گذاشت تا آواز این دختران معصوم به گوش مردم شهر برسد. حتی در این سال‌های آخر که به دلیل بیماری دچار معلولیت جسمی شده بود، با همان مهربانی و اشتیاق به دیدن بچه‌ها می‌آمد یا آنها را در خانه‌اش می‌پذیرفت تا گروه سرود مثل

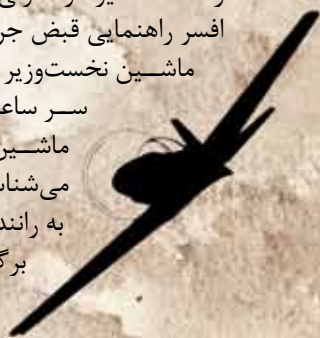
همیشه سر پا بماند. او علاوه بر دختران موسسه همدم شاگردان معلول دیگری داشت که از آنها هنرمندان قابلی در نواختن پیانو و دیگر سازها، ساخت. از جمله شاگردانش؛ محمد مصلحی، حمید خوارزمی و مجتبی بهشتی که با وجود چند معلولیت در نواختن پیانو متبحرند
اساتیدی چون کیوان ساکت و علیرضا جواهری و ایمان خمر نیز از جمله بزرگانی هستند که در دوره ای از تجارب و تدریس استاد بهره برده اند. اما اگر زندگی یک آهنگ باشد وسط نت‌هایش یک سکوت سیاه بزرگ دارد. تکتم و دخترهای گروه سرود با چشم‌هایی اشک‌بار در کنار سیل جمعیت بر سر مزار استاد خمر ایستاده بودند و یک‌دل و یک‌صدا می‌خواندند: «عجب رسمیه، رسم زمنه/ قصه‌ی

برگ و باد خزونه/ میرن آدما، از اونا فقط خاطره‌هاشون به جا می‌مونه». جسم استاد در میان خاک جا گرفت، اما لبخند و مهربانی‌اش در صدای تکتم و هنر هنرجویانش و به‌خصوص در هنر فرزندان‌ش که راه او را ادامه می‌دهند و موجب افتخار این مرز و بوم هستند، زنده خواهد ماند. مرگ، یک نت سکوت سیاه طولانی‌ست اما نوازنده‌ی زندگی قول داده که هر چند همه‌ی ما روزی از آن عبور می‌کنیم اما موسیقی خوش حیات ادامه خواهد داشت. همه‌ی اهالی همدم در غم فقدان این عزیز با خانواده‌ی استاد عباسعلی خمر شریکند و دعای خیرشان را تقدیم روح مهربانش می‌کنند.

برنده جنگ

قانون حاکم است و خیابان‌های لندن به رگم بمباران سنگین دشمن، با قانون اداره می‌شود. چرچیل درست پیش‌بینی کرده بود. جبران خلیل جبران می‌گوید: «برای انهدام یک تمدن سه چیز را باید منهدم کرد؛ اول خانواده، دوم نظام آموزشی و سوم الگوها را. برای اولی باید منزلت زن را شکست، برای دومی منزلت معلم و برای سومی منزلت دانشمندان را.»

چرچیل می‌گوید: «در میانه‌ی جنگ جهانی دوم درحالی‌که لندن زیر بمباران نازی‌ها بود قرار جلسه‌ای بسیار مهم داشتم. به علت اشتغال به کارهای دیگر چند دقیقه مانده به جلسه به راننده‌ام گفتم مرا فوری به محل جلسه برساند. راننده مسیر کوتاه ولی ورود ممنوع را انتخاب کرد. وسط خیابان ناگهان افسر راهنمایی قبض جریمه در دست، دستور توقف داد. راننده گفت: «این ماشین نخست‌وزیر است، ایشان به جلسه‌ی محرمانه‌ای می‌رود و باید سر ساعت به جلسه برسد.» افسر با خونسردی گفت: «هم ماشین و هم نخست‌وزیر و هم من وظیفه‌مان را خوب می‌شناسیم.» پلیس جریمه را صادر کرد و دستور دور زدن به راننده داد. وقتی راننده مشغول دور زدن شد، سیگار برگم را روشن کردم و گفتم: «جنگ را می‌بریم، چون





بر اساس زندگی یکی از دختران موسسه‌ی همد

ستاره‌ی دنباله‌دار

به روایت: علی ناصری

گلبرگ های سرخایی را آرام آرام کنار هم میگذارد که ناگهان بلندگوی سالن اسمش را اعلام میکند و میگوید که به مددکاری مراجعه کند. بقیه ی دخترهای اتاق نگاهش میکنند. با هیجان نگاهشان میکند و قلبش مثل مرغ عشقی که یکهو در قفسش را باز کرده اند، بیرون می پرد. تا از جایش بلند شود و دستش را به دسته ی واگرش برساند، گلبرگ ها از روی میز میریزند و همه جا پخش و پلا میشوند. قول میدهد وقتی برگردد همه شان را جمع کند.

توی آینه ی آسانسور به سن و سال خودش نگاه میکند. تا پیاده شود و به زحمت خودش را به اتاق مددکاری برساند هزارسال طول میکشد. همین که وارد اتاق میشود و میخواهد روی صندلی بنشیند، زمین میخورد.

مددکارها کمکش میکنند تا روی صندلی بنشیند. تند تند نفس میکشد و و بدنش میلرزد. با حسرت به اطراف نگاه میکند؛ نه ملاقات کننده ای توی اتاق هست،

نه گوشی تلفنی روی میز رها شده که معنی اش این باشد؛ «تلفن داری». سرش را به دیوار تکیه میدهد و بالا را نگاه میکند، خیلی بالا. توی راه که می آمد با خودش گفته بود «اگر بعد از این همه سال آمده باشند، اول باهاشان دعوا میکنم بعد بغلشان میکنم، یا نه اول بغلشان میکنم بعد حسابی دعوا میکنم و اشک میریزم»، اما حالا هیچکس نبود، تمام دنیا خالی شده بود. چشم هایش را بست؛

چهل و سه سال قبل؛

درخت های سیب روستای عسگریه تازه شکوفه داده بودند که صدای گریه ی نوزادی در شب روستا پیچید. دختر بود و در بهار به دنیا آمده بود، اسمش را زهرا گذاشتند. مثل بیشتر خانواده های روستایی چندتا گوسفند و مرغ داشتند و کمی زمین اجاره ای که بشود گندم و جو کاشت. زهرا در دامن روستا بزرگ میشد و کم کم معلولیت های مادرزادی خودش را نشان میدادند. به گفته ی خودش بیشتر از همه پدرش او را دوست داشت

تنهایی ماجرای سختی ست و مادرش تصمیم به ازدواج میگیرد و این آغاز سفری تازه برای زهراست.

سال شصت و سه و دوازده سالگی؛

در پرونده ی زهرا یک برگه ی استشهاد محلی هست که مردم روستا پر کرده اند و شهادت داده اند که این دختر بخاطر مشغله های مادر رها شده و در روستا سرگردان است، اینکه چندباری در جوی آب افتاده و نزدیک بوده خفه شود و مردم نجاتش داده اند. حالا راست یا دروغ با همین نامه او مسافر مراکز نگهداری مختلفی میشود، و بالاخره در سال هزارو سیصد و شصت و سه در موسسه فتح المبین (همدم امروز) پذیرش میشود. تا یک سال بعد از پذیرش، لای پرونده، کاغذهایی با اثر انگشت مادرش ثبت شده که چندباری او را با خود به روستا و خانه برده و بعد... دیگر اثری نیست. نه دیگر اثر انگشتی هست نه جای پای. حتی از روستا هم انگار رفته بودند. از همه جا.

در تمام سال های بعد مددکاران زیادی با زهرا همراه بوده اند تا ردی از خانواده اش پیدا کنند. ظاهرا مادرش حالا مرده و اثری از برادر و خواهرانش هم پیدا نشده، سال هفتاد و نه مددکار وقت با شماره تلفنی که در پرونده ی او درج شده و مربوط به خاله اش در مشهد بوده تماس میگیرد، اما خانمی که آن طرف خط جواب میدهد میگوید که تازه به این خانه آمده اند و اطلاعاتی از مستاجر قبلی ندارند.

یکی از مددکارهای آن سالهای موسسه، در پرونده ی زهرا نوشته که «صحبت در مورد خورشید، ماه، ستاره ها، ابر، زمین و خاک را به خوبی یاد گرفته و اعداد را هم از یک تا یازده می شمارد و تا عدد سه می تواند بنویسد...». شاید بعد از او پرسیده؛ وقتی سه و یک را کنار هم بگذاری میشود چندان؟

سی و یک سال انتظار؛

زندگی بعضی ها با سختی هایش، خوشی های کوچکی هم دارد، زهرا با وجود این همه تنهایی و دل تنگی در فعالیت های گروهی کم وبیش شرکت میکند و در کارگاه گلیم بافی کار کرده و حالا هم

مدتی ست در کارگاه گلسازی مشغول است. در میان سالهای زندگی اش، ردپایی از خانم مهربانی هست که بعنوان خیر به دیدن زهرا می آمده و گاهی هم که خیلی دلش میگرفته تلفنی باهم حرف میزده اند.

زهرا با بچه ها چندباری سفر رفته، در جشن ها شرکت کرده، به مهمانی رفته، اما بعضی چیزها هرچقدر هم که خوب باشند جای چیزهای دیگر را نمیگیرند. گودال دل تنگی گاهی آنقدر عمیق است که با هیچ چیز پر نمی شود، معنی این را کسی میداند که سی و یک سال منتظر باشد. مسافری باشد که چشم به راهش نیستند و وطنش را گم کرده. ولی خب دوست داشتن، معلول و غیرمعلول ندارد و زهرا تنها آرزویش ملاقات با افراد خانواده اش است. چندوقت پیش خواب پدرش را دیده که دنبالش میگشته و بعد به این موسسه آمده بوده تا او را با خود ببرد.

مددکاری موسسه میگوید: «ما پیگیر پیدا شدن خانواده اش هستیم و خانواده ی بچه های مجهول الهویه نباید نگران باشند چون ما فقط حضور عاطفی آنها را در کنار فرزندانشان میخواهیم و فکر نکنند که مجبور خواهند شد بچه را تحویل بگیرند یا متحمل هزینه شوند. آنها با حضورشان بارسنگینی از دوش خودشان، ما و این بچه ها بر خواهند داشت، چون هیچ چیز برای این بچه ها نمی تواند جای خانواده را بگیرد حتی اگر در حد ملاقات و تماس تلفنی هم باشد یک دنیا برایشان ارزش دارد.»

چشم هایش را باز میکند، دنیا خالی ست، به زمان حال برمیگردد، همچنان که به حرف های مددکار گوش میدهد در دلش دعایی کوچک زمزمه میکند که؛ «خدا هیچ امیدواری را ناامید نکند». حالا صدای مددکار را می شنود؛ او را صدا زده اند تا از او اجازه بگیرند و برای مصاحبه با مجله آماده شود، برای نوشتن زندگی اش. خدا را چه دیدی، شاید بعد از آن، کس و کاری پیدا شود. کلمه ها خسته اند، حرف ها

رفته اند و زهرا فقط با سر اشاره میکند که اشکالی ندارد. از جایش بلند میشود، دسته ی واگرش را میگیرد و خودش را هل میدهد به سمت آسانسور. از سمت اتاق سرود، صدای تکتیم می آید که دارد آواز میخواند؛ «خاطرات عمر رفته در نظر گاهم نشسته.../ بر سپهر لاجوردی، آتش آهم نشسته.../ ای خدای بی نصیبان... طاقتم ده...، طاقتم ده...» در آسانسور بسته میشود و صدای تکتیم دور؛ «قبله گاه ما غریبان... طاقتم ده...» طاقتم ده... وقتی به اتاق گلسازی برمیگردد، گلبرگ های ریخته را جمع کرده اند. بقیه ی دخترها ایستاده اند و منتظر خبرهای خوشی هستند که با خودش آورده، اما با دیدن حلقه ی اشک دور چشمانش چیزی نمیگویند و دوباره برمیگردند سر گلهای خودشان. یکی از دخترها کمک میکند که زهرا دوباره پشت صندلی اش بنشیند. چند لحظه بی حرکت می ماند و به گلبرگ های روی میز نگاه میکند که منتظرش هستند. لبخندی کوچک مثل ستاره ای دنباله دار از چشمانش میگذرد. با خودش میگوید؛ «لااقل به اندازه ی ساختن چند گل در دنیا سهم دارم». بعد آرام دستانش را بالا می آورد و روی گلبرگ های سرخایی می کشد. چشم هایش را می بندد، چند قطره ی زلال روی دستانش می افتد. گلها زیر دستانش جان میگیرند و بوی گلی غریب در فضا می پیچد...

چند روز بعد:

خدا هیچ امیدواری را ناامید نمی کند. چندروز بعد از نوشتن زندگی زهرا و پیگیری های مددکاران موسسه، خانواده ی زهرا پیدا شدند. اول از صدوهیجده شماره مخابرات روستا را گرفته و بعد با توجه به اسم و فامیل هایی که از گذشته در پرونده بوده، آدرس گرفتند. چند تماس و پرسو جو باعث شد تا روز بعد شماره ی دایی زهرا را که در مشهد زندگی میکند از دوستی در روستا بگیرند. تماس پشت تماس تا اینکه بالاخره ارتباط برقرار شد و خاله های زهرا هم پیدا شدند و بعد خواهرها و برادرش. بعد از هماهنگی ابتدا دوخاله ی زهرا به دیدنش آمدند. دو خانم چادری و جافتاده که توی اتاق مددکاری منتظر نشسته بودند. بلندگوی سالن اسم زهرا را اعلام کرد و گفت که به مددکاری برود. زهرا که نمی دانست چه چیزی در انتظارش است اینبار به آرامی از جایش بلند شد. درآسانسور باز شد و زهرا به سمت مددکاری رفت. این بار که منتظر کسی

نبود زمین هم نخورد. وقتی در را باز کرد دید که دونفر داخل اتاق نشسته اند. دونفر که غریبه بودند، یا نه، آشنا بودند! زهرا بعد از کمی مکث، خاله هایش را شناخت و بغض سی ویک ساله اش ترکید. یکدیگر را بغل کردند. قربان صدقه اش میرفتند و میگفتند که در بازی روزگار گم اش کرده بودند و حالا خیلی خوشحالند که دوباره پیدایش کرده اند. چندروز بعدهم دوخواهر زهرا به دیدنش آمدند. یکی خواهر خودش و دیگری خواهری ناتنی که از ازدواج دوم مادر بود ولی در همان ملاقات اول معلوم بود که زهرا را خیلی دوست دارد. در آغوش هم گریه کردند و خندیدند. بعد زهرا که هزار سال جوان تر شده بود دست خواهرهایش را گرفت و آنها را به اتاق گلسازی برد. دخترهای اتاق که منتظر ایستاده بودند به استقبالشان رفتند. همدیگر را بغل کردند و بوسیدند. همه به زهرا برای پیدا شدن

فیلیپ خوش تیپ

یکی از اساتید دانشگاه خاطره ی جالبی را که مربوط به سال ها پیش بود، نقل می کرد: «چندین سال قبل برای تحصیل در دانشگاه سانتاکلارا کالیفرنیا، وارد ایالات متحده شده بودم. سه چهار ماه از شروع سال تحصیلی گذشته بود که یک کار گروهی برای دانشجویان تعیین شد که در گروه های پنج شش نفری با برنامه ی زمانی مشخصی باید انجام می شد. دقیقاً یادم هست از دختر آمریکایی که درست توی نیمکت بغلیم می نشست و اسمش کاترینا بود. پرسیدم که برای این کار گروهی تصمیمش چیست؟ گفت اول باید برنامه ی زمانی را ببیند. ظاهراً برنامه دست یکی از دانشجویها به اسم فیلیپ بود.

پرسیدم: «فیلیپ رو می شناسی؟»

کاترینا گفت: «آره، همون پسری که موهای بلوند قشنگی داره و ردیف جلو می شینه.»

گفتم: «نمی دونم کی رو میگی!»

گفت: «همون پسر خوش تیپ که معمولاً پیراهن و شلوار روشن شیکی تنش می کنه!»

گفتم: «نمی دونم منظورت کیه!»

گفت: «همون پسری که کیف و کفشش همیشه ست هست با هم.»

باز هم نفهمیدم منظورش کی بود. آنجا بود که کاترینا تَن صدایش را کمی پایین آورد و گفت: «فیلیپ دیگه، همون پسر مهربونی که روی ویلچیر می شینه...» این بار دقیقاً فهمیدم

چه کسی را می گوید، ولی به طرز غیر قابل باوری به فکر فرو رفتم. آدم چه قدر باید نگاهش به اطراف مثبت باشد که بتواند از ویژگی های منفی و نقص ها چشم پوشی کند... چه قدر خوب است مثبت دیدن... یک لحظه خودم را جای کاترینا گذاشتم. اگر از من در مورد فیلیپ می پرسیدند و فیلیپ را می شناختم، چه می گفتم؟ حتماً سریع می گفتم: «همون معلوله دیگه!» وقتی نگاه کاترینا را با دید خودم مقایسه کردم خیلی خجالت کشیدم... شما چه فکر می کنید؟ چه قدر عالی می شود اگر ویژگی های مثبت افراد را بیشتر ببینیم و بتوانیم از نقص هایشان چشم پوشی کنیم.»



رعنا

طعم خوش هر غذا



شرکت صنایع غذایی عالیگلستان



شمیرینی
خانگی
فرشته

مشهد / بلوار ملک آباد / نبش قدس ۸

۷۶۲ ۶۴۰۰

نیک اندیشان ارجمند:

جناب حاج آقای احمدی افزادی

جناب آقای حبیب تهرانی

خاندان محترم حکیمیان

جناب آقای سید جلال الدین میر شفیع (در سوگ پدر عزیزتان)

جناب آقایان مهندس رضا حمیدی و مهندس حمید مستشاری

(در سوگ عزیز از دست رفته زنده یاد مهندس والا)

همکاران ارجمند:

خانم ها: شمسی سعیدی فر، اعظم جلالیان، مرضیه، مهناز و

مینا کاکایی

و آقایان صادق عظیمی، سید رضا موسوی

همدم و اهالی این خانه خود را در فقدان عزیزانتان

شریک می دانند.

همدردی ما را پذیرا باشید



Classic

HOME & HOTEL FURNITURE



مبلمان کلاسیک

دفتر مرکزی: مشهد، بلوار ملک آباد، خیابان فرهاد.

نیش فرهاد، ۸، پلاک ۲۵

تلفن: ۳۱ ۳۱ ۷۶۷ - ۲۶۷ ۲۶ ۷۹



علمی-آموزشی

آشنایی با روش های نوین توانبخشی
سندرم داون
نقطه ای بود و سپس هیچ نبود!
افسردگی پس از زایمان

اشتراک سالانه با هزینه پست (۴ شماره): ۳۰۰/۰۰۰ ریال
فروش یک شماره نشریه با هزینه پست: ۱۰۰/۰۰۰ ریال
امکان اشتراک به سه طریق ممکن است:
۱- مراجعه حضوری و پرداخت نقدی حق اشتراک
۲- واریز به شماره حساب رفاه کارت ۵۸۹۴۶۳۱۸۳۷۶۰۷۴۷۲
۳- پرداخت اینترنتی از طریق سایت www.hamdam.org
برگ اشتراک و رسید بانکی را به نشانی مشهد مقدس، خیابات خیام شمالی، عبدالمطلب ۵۸ ارسال نموده و
یا شماره پیگیری را با تلفن ۰۵۱-۳۷۱۱۲۱۲۱۱ اعلام نمایید.
هر گونه تغییر در نشانی پستی خود را سریعاً به دفتر نشریه به صورت کتبی و یا از طریق تلفن -۰۵۱-۳۷۱۱۲۱۲۱۱ اطلاع دهید.

نام خانوادگی: نام:
میزان و رشته تحصیلی: شغل:
شماره مورد نظر برای شروع اشتراک: نشانی:
کد پستی: تلفن:
صندوق پستی: پست الکترونیکی:

تاریخ و امضاء

صدیقه بختیاری شهری

کارشناس توانبخشی و آموزش دانشگاه علمی و کاربردی بهزیستی مشهد

آشنایی با روش‌های نوین توانبخشی

قسمت اول

همه ساله به مناسبت‌های گوناگون مانند روز جهانی معلولین، نابینایان، ناشنوایان و ... مراسم مختلف برگزار شده و مقالات زیادی در رسانه‌های کشور منتشر می‌شود که در آنها به جایگاه معلولان و حقوق اجتماعی آنان و آگاه‌سازی جامعه در مورد توانمندی‌های این افراد تأکید شده است و از آنجائیکه مشکلات معلولان، اجتماعی و جمعی می‌باشد و برای حل مشکلات اجتماعی باید راه حل‌های اجتماعی یافت و یکی از این راهبردها بهره‌گیری از شیوه‌های توانبخشی نوین است که ریشه این دستاورد فکری حاصل پیشرفت جوامع و ورودشان به دنیای مدرنیته و ارتقاء سطح علمی جوامع و نگاه منطقی‌تر افراد به پدیده معلولیت و همچنین انقلاب تکنولوژی و شیوه‌های آموزشی می‌باشد. توانبخشی مبتنی بر جامعه شیوه‌ای جدید می‌باشد که در سلسله مطالب پیوسته به تعریف آن و ارائه مطالب کاربردی آموزشی برای افراد جامعه و خانواده‌های دارای افراد معلول و همچنین خود افراد دارای اختلال یا ناتوانی در این نشریه می‌پردازیم.

چرا توانبخشی مبتنی بر جامعه؟

Community based Rehabilitation

بیش از ۶۵۰ میلیون نفر در سراسر دنیا با معلولیت زندگی می‌کنند. تخمین زده می‌شود که این افراد به علاوه‌ی اعضای خانواده‌هایشان، به‌طور حیرت‌آوری دو میلیارد نفر را تشکیل می‌دهند. در تمام دنیا و در تمام کشورها، افراد معلول اغلب از نظر اجتماعی در انزوا به سر می‌برند و از بسیاری از امکانات اساسی زندگی محروم می‌باشند. آنها شانس اندکی برای رفتن به مدرسه، کسب شغل، داشتن مسکن، تشکیل خانواده و لذت بردن از زندگی اجتماعی دارند. افراد معلول محروم‌ترین و بزرگ‌ترین گروه اقلیت دنیا را تشکیل می‌دهند.

آمار و ارقام نشان می‌دهد ۸۰ درصد افراد معلول در سرتاسر دنیا در مناطق روستایی به سر می‌برند که فقط ۲ درصد از این افراد به خدمات توانبخشی دسترسی دارند.

سؤال این است که برای پاسخ به نیازهای توانبخشی این افراد چه کاری می‌توان انجام داد؟ آیا می‌توان سیستمی را طراحی نمود که هزینه‌های مالی قابل قبولی برای دولت‌ها داشته باشد و بتوان آن را با ویژگی‌های کشورهای در حال توسعه تطبیق داد؟ چه اقداماتی باید انجام داد تا این سیستم منفعل نبوده و افراد معلول صرفاً گیرنده‌ی خدمات نباشند و با مشارکت و مداخله‌ی فعال آنان همراه باشد؟

با اشاره‌ای به مدل‌های ارائه‌ی خدمات توانبخشی شاید بتوان به این سؤالات پاسخ داد.

سه مدل برای ارائه‌ی خدمات توانبخشی وجود دارد:

۱- توانبخشی مبتنی بر مؤسسات

۲- توانبخشی فرا مؤسسه‌ای

۳- توانبخشی مبتنی بر جامعه

در کشورهای توسعه‌یافته، مدل ارائه‌ی خدمات توانبخشی بیشتر مبتنی بر مؤسسات و مراکز تخصصی است. در این سیستم فرد به مراکز مراجعه و توسط پرسنل متخصص، خدمات توانبخشی را دریافت می‌کند. این سیستم معمولاً خدمات با کیفیت بالا را ارائه می‌کند، اما ایجاد مؤسسات کافی، تربیت و استخدام کارکنان و پرداخت هزینه‌های مراقبت و خدمات بسیار پرهزینه است. این سیستم برای ارائه‌ی خدمات در کشورهای در حال توسعه به دلیل کمبود امکانات مالی منطقی به نظر نمی‌رسد و برای حل مشکلات در سطح وسیع و استفاده‌ی افراد فقیر نامناسب است. در سیستم فرا مؤسسه‌ای، متخصصین از مراکز به منزل فرد معلول رفته و در آنجا به وی آموزش داده و یا سایر مداخلات ارائه می‌گردند و در صورت لزوم فرد به مؤسسه ارجاع می‌شود. با این وجود، این سیستم نیز گران است و این متخصصین می‌توانند به تعداد محدودی خدمات ارائه نمایند و بردن این متخصصین به نقاط دور افتاده در کشورهای در حال توسعه غیر عملی است.

درک عدم کارایی این سیستم‌ها نقطه‌ی آغازی برای جهت‌دهی کارها به سمت راه‌حل‌های مبتنی بر جامعه بود. راه‌حل‌هایی که اولاً بهتر بتوانند با شرایط کشورهای در حال توسعه تطابق داشته باشد و دوماً بتوانند پاسخ کاملی به رفع نیازهای توانبخشی اکثر افراد معلولی که در این کشورها زندگی

می‌کنند، بدهد. مدل پیشنهادی سازمان جهانی بهداشت برای کشورهای در حال توسعه توانبخشی مبتنی بر جامعه بود.

توانبخشی مبتنی بر جامعه چیست؟

در سال ۱۹۶۹ انجمن بین‌المللی توانبخشی در دوبلین، در بررسی وضعیت موجود توانبخشی، متوجه شکافی عظیم بین خدمات مورد نیاز و خدمات ارائه‌شده گردید. جمع‌بندی این انجمن بین‌المللی منجر به ارائه‌ی پیشنهادها و تدابیری در جهت حل این مشکل شد، از جمله:

۱- تغییر در تکنولوژی آموزشی

۲- ایجاد سیستم ارائه‌ی خدمات به روش جدید

۳- ضرورت به‌کارگیری نیروها و تخصص‌های جدید

البته سازمان بهداشت جهانی در آن زمان راه‌حلی عملی پیشنهاد نداد. شاید تصور چنین بود که هرگونه راه‌حل باید در قالب همان مراکز تخصصی به اجرا درآید.

در سال ۱۹۷۸ طرح مراقبت‌های اولیه‌ی بهداشتی توسط سازمان بهداشت جهانی، دو اصل را به دنبال داشت. این دو اصل عبارت بودند از:

بهبود نسبی شرایط برای عده‌ی بیشتری از مردم، مهم‌تر از تدارک خدمات با استاندارد بالا برای یک قشر محدود است.

افراد غیر متخصص از طریق آموزش می‌توانند خدمات ارزنده‌ای ارائه دهند.

طرح مراقبت‌های اولیه‌ی بهداشتی، به عنوان استراتژی پذیرفته‌شده در جهت تحقق شعار «بهداشت برای همه» تا سال ۲۰۰۰، ارائه شد و به دنبال آن، در سال ۱۹۸۱ توانبخشی برای همه تا سال ۲۰۰۰ مطرح گردید.

توانبخشی مبتنی بر جامعه در ابتدا با این مفهوم آغاز شد که هسته‌ی اصلی فعالیت محیط زیست عادی و خانه‌ی معلولین باشد و با آموزش خانواده به معلول کمک شود تا امور شخصی خود را انجام دهد. اما به تدریج، این رویکرد در برگیرنده‌ی مفاهیم پیچیده‌تری شد.

در سال ۱۹۹۴ سال جهانی کار (ILO)



سازمان آموزش علمی- فرهنگی ملل متحد (UNESCO) و سازمان بهداشت جهانی (WHO) به منظور ایجاد یک رویکرد مشترک برای گسترش برنامه‌های CBR اولین «منشور مشترک CBR» را ارائه دادند.

بر اساس آخرین منشور مشترک این سه آژانس بین‌المللی در سال ۲۰۰۴:

CBR راهبردی است در درون برنامه توسعه‌ی جامعه در جهت توانبخشی، برابری فرصت‌ها و الحاق اجتماعی معلولین، که از طریق تلاش‌های مشترک آنها، خانواده‌هایشان، سازمان‌هایشان، جامعه و سایر مؤسسات خدمات‌رسانی دولتی، غیردولتی، آموزشی، شغلی، اجتماعی و... اجرا می‌شود.

همه‌ی افراد معلول از حقوق و فرصت‌های برابر در جامعه به عنوان یک شهروند، صرف نظر از سن، جنس، نوع معلولیت و شرایط اقتصادی- اجتماعی تداوم داشته باشند؛ این یعنی تحقق شعار «جامعه‌ای برای همه».

البته CBR بدون یک چارچوب حقوق بشری روشن، فقط می‌تواند بر ارائه‌ی خدمات درمانی و وسایل کمکی به افراد معلول متمرکز شود.

گرچه این امر می‌تواند مزایای موقتی به همراه داشته باشد. اما برای توانمندسازی افراد معلول کافی نیست. از طرفی این نگاه سعی در رفع موانع موجود و افزایش مشارکت اجتماعی ندارد - به طوری که یک فرد معلول ممکن است یک بريس دریافت کند، اما دسترسی او به مدرسه یا محل کار مورد بی‌توجهی قرار می‌گیرد.

CBR با یک چارچوب حقوق بشری روشن، می‌تواند یک استراتژی برای پرداختن به حقوق جامع افراد معلول باشد که در کنار سایر استراتژی‌های مؤثر وارد عمل می‌شود. فراهم کردن خدمات درمانی و وسایل و تجهیزات کمکی می‌تواند بخشی از این استراتژی باشد، اما به هدف ارتقای حقوق



کامل انسانی.

CBR می‌تواند در یک چارچوب مبتنی بر کنوانسیون حقوق کودکان جا بگیرد. در چنین چارچوبی، استراتژی‌هایی از قبیل، آموزش فراگیر و سازمان‌های افراد معلول و خانواده‌های آنها توسعه پیدا می‌کند.

CBR توانبخشی فرامؤسسه‌ای و مؤسسه‌ای ۱- در توانبخشی مبتنی بر مؤسسات، محور کار مؤسسات است. این رویکرد به بخشی از نیازهای تعداد کمی از معلولین پاسخ می‌دهد. این رویکرد در بهترین حالت یک رویکرد محدود و در بدترین حالت رویکردی است که حقوق معلولین را مورد غفلت قرار می‌دهد.

۲- در توانبخشی فرامؤسسه‌ای، باز هم محور کار بر مؤسسه است. تعداد بیشتری خدمت «دریافت» می‌کنند، اما به دلیل فاصله از مراکز محدودیت‌های زیادی وجود دارد و براساس این که فرد چه نیازی داشته باشد، خدماتی مشابه آن چه در مؤسسات وجود دارد ارائه می‌شود.

۳- در CBR محور کار، جامعه محلی است. به طوری که نقطه‌ی شروع دقیقاً برعکس است. فرد معلول، اعضای خانواده و جامعه محلی تصمیم می‌گیرند که اولویت‌های آنان چیست و سپس با یکدیگر و هم‌چنین همراه با تسهیل‌گران محلی، دولت و مؤسسات به‌منظور دسترسی به خدمات مناسب و موجود کار می‌کنند.

گروه‌ها و افرادی که در اجرای برنامه‌ی توانبخشی مبتنی بر جامعه نقش دارند:

افراد معلول: افراد دارای معلولیت باید در تمام مراحل نقش فعال داشته باشند. آنها در تجارب عملی خود، آگاهی‌های دقیقی از شرایط اجتماعی مؤثر بر معلولیت دارند و همین آگاهی، می‌تواند نقش آنان را در تیم توانبخشی به صورتی فعال و جدی مطرح سازد.

خانواده‌ی افراد معلول: خانواده، نقش و مسؤولیت اصلی مراقبت تمام اعضا را عهده‌دار است و بنابراین باید در برنامه‌ی توانبخشی به‌صورت جدی درگیر باشند.

اعضای جامعه: کسانی هستند که از شرایط اجتماعی، اقتصادی و امکانات جامعه آگاهی دارند و روش‌های مؤثر کار در شرایط موجود را می‌شناسند.

بخش دولتی: تأثیر بخش دولتی در توسعه و استمرار برنامه توانبخشی و نقش مهمی که در این زمینه ایفا می‌کنند، غیرقابل انکار است. این بخش با حمایت مادی، تدارکات امکانات و خدمات برای معلولین می‌توانند به پویایی فرایند بیفزایند.

بخش غیردولتی: این بخش می‌تواند در آموزش و حمایت معلولین نقش مؤثری داشته باشد.

افراد متخصص: کسانی هستند که اطلاعات و مهارت‌های خود را در اختیار اعضای جامعه قرار می‌دهند و از این طریق نقش مؤثری در بهداشت، درمان، آموزش، خدمات اجتماعی، روانی و... بازی می‌کنند. در عین حال، در تدارک و ارائه‌ی خدمات در سطح جامعه نقش دارند.

مزایای CBR

انعطاف‌پذیر

درگیری فعال خانواده و جامعه

یک رویکرد مشارکتی با افراد معلول و خانواده‌های آنان ظرفیت‌سازی برای افراد معلول و خانواده‌های آنان در متن جامعه و متناسب با فرهنگ آنان یک رویکرد کل‌نگر به افراد معلول، توجه به نیازهای اجتماعی، اشتغال، تحصیل و سایر نیازها و نه فقط به

مشکلات فیزیکی، رویکردی که از مراکز و مؤسسات برای پاسخ‌دهی به نیازهای افراد معلول استفاده می‌کند.

سیستمی که مبتنی بر جامعه محلی است، اما از طریق ارجاع از خدمات در سطح منطقه‌ای و ملی استفاده می‌کند.

سیستمی است که می‌خواهد حدود ۸۰ درصد نیازهای توانبخشی افراد معلول در سطح جامعه محلی برطرف شود.

با سایر سیستم‌های موجود یکپارچه می‌شود و آموزش فراگیر برای افراد معلول را ارتقا می‌بخشد.

یک رویکرد با مفهوم وسیعی از «توانبخشی» یک استراتژی دراز مدت

توانبخشی مبتنی بر جامعه در ایران

کشور ایران یکی از پیشتازان اجرای برنامه CBR در جهان است. در زمستان ۱۳۷۰ با سفر دو هفته‌ای دکتر هاری هاران مشاور سازمان جهانی بهداشت و گفت‌وگو و تبادل نظر ایشان با مسؤولین توانبخشی کشور، CBR در ایران شکل گرفت و در تابستان ۱۳۷۱ طرح آزمایشی توانبخشی مبتنی بر جامعه در استان سمنان شروع شد.

تکنولوژی CBR و خدمات شش‌گانه

سازمان جهانی بهداشت به منظور اجرای توانبخشی مبتنی بر جامعه ۳۴ جلد کتابچه را با عنوان «آموزش در جامعه برای کمک به افراد معلول» در اسل ۱۹۸۹ تهیه و به چاپ رساند و در اختیار کشورهای عضو قرار داد. این کتابچه‌ها تاکنون به ۵۰ زبان از جمله فارسی (در سال ۱۳۷۲) ترجمه و در بیش از ۹۰ کشور به عنوان تکنولوژی اصلی CBR مورد

به‌عنوان کتابچه‌های آموزشی برای خانواده‌ها و ۴ جلد با عنوان کتابچه‌های راهنما برای مجریان CBR تهیه شده است.

کتابچه‌های آموزشی ویژه‌ی اعضای خانواده‌ی افرادی تهیه شده است که به نوعی معلولیت دارند و برای ۷ نوع معلولیت (بینایی، شنوایی، گویایی، بی‌حسی در دست و پاها، رفتار غیرعادی، صرع و مشکل یادگیری) تدوین شده است.

کتابچه‌های آموزشی از لحاظ محتوا در ۳ گروه طبقه‌بندی می‌شوند:

کتابچه‌های حاوی اطلاعات برای آگاهی معلولین و خانواده‌ی آنان از معلولیت کتابچه‌های پیشگیری از افزایش شدت معلولیت

کتابچه‌های آموزشی برای انتقال مهارت‌های توانبخشی به اعضای خانواده‌ی فرد معلول

ویژگی‌های کتابچه‌های آموزشی

- ۱- با آداب و رسوم جامعه منطبق است.
 - ۲- به‌آسانی قابل فهم است.
 - ۳- برای افراد کم‌سواد و بی‌سواد قابل استفاده می‌باشد.
 - ۴- کم‌هزینه و قابل اجراست.
 - ۵- از لحاظ علمی، صحیح و از نظر فرد دریافت‌کننده معقول می‌باشد.
- این نشریه در شماره‌های بعدی به ارائه‌ی محتوای آموزشی برای آموزش خانواده‌های دارای افراد معلول، خود فرد معلول و دیگر افراد جامعه می‌پردازد.





■ ناهید یاور - روانشناس بالینی

همه چیز در مورد سندرم داون

قسمت اول

یکی از علل عمده‌ی کم‌توانی ذهنی در کودکان اختلال کروموزومی بوده که در این میان سندرم داون رایج‌ترین آنها است. با توجه به بالا رفتن سن ازدواج در جامعه، میزان شیوع این اختلال در بین نوزادان افزایش یافته و با در نظر گرفتن حجم ورود این گروه به آموزش و پرورش و احساس خطر در این رابطه آزمایش‌های غربال‌گری در دوران بارداری اخیراً ضروری شده است. لذا ضرورت مطالعه و بررسی و حتی آشنایی بیشتر و دقیق‌تر در این رابطه برای همگان احساس می‌شود و به همین علت ما در این شماره و شماره‌ی بعد به این موضوع خواهیم پرداخت.

یکی از رایج‌ترین علل کروموزومی کم‌توانی ذهنی متوسط تا شدید، سندرم داون - Down syndrome است که در گذشته منگولیسم نامیده می‌شد. حداقل ده درصد کودکان مبتلا به کم‌توانی ذهنی متوسط تا شدید دچار سندرم داون هستند که امروزه روشن شده است ناشی از یک نسخه‌ی اضافی از کروموزوم شماره ۲۱ یا trisomy ۲۱ می‌باشد. از هر ۶۶۰ نوزادی که متولد می‌شود، یک کودک مبتلا به سندرم داون است، هر چند ریسک ابتلا در خانواده‌هایی که کودک مبتلا دارند یا سن مادر فراتر از سی‌وپنج سال است، به طور قابل ملاحظه افزایش می‌یابد. در حوالی سال ۱۸۸۶، پزشک انگلیسی لانگوم داون که بر جنبه‌های فیزیکی کودکان کم‌توان ذهنی توجه داشت، این سندرم را تشخیص داد. درباره‌ی شباهت چین‌های گوشه‌ی چشم این بیماران و چشمان اریب کودکان مغولی تعبیر و تفسیرهای زیادی شده است. اما حتی در بین کودکان چینی نیز، خصوصیات سندرم با خصوصیات نژادی پوشیده نمی‌شود. به دلیل این که شباهت این بیماران با مغولان جزئی است. و به دلیل این که این اصطلاح ناظر بر یک نژاد بزرگ است، اصطلاح قبلی به طور کلی حذف و سندرم داون جایگزین آن شد.



مشخصات فیزیکی: تریزومی ۲۱ بر جنبه‌های گوناگون رشد و تحول فیزیکی تأثیر داشته و باعث پیامدهای جزئی و جدی متنوعی می‌شود. تعدادی از این نابه‌هنجاری‌های جسمانی بر سلامت کودک اثرات عمده‌ای نداشته و فقط جنبه‌ی تشخیصی دارند. با وجود این برخی از نابه‌هنجاری‌ها پیامدهای جدی‌تر دارند از جمله تخریب رشد و تحول مغز کودک، این که ۴۰ درصد آنان به یک نقص مهم در رشد و تحول قلب مبتلایند. در برخی از آنها انسداد دستگاه بالایی روده‌ای یا سوء عمل فاحش روده‌ی بزرگ پایینی به چشم می‌خورد و حدوداً یک درصد از کودکان مبتلا به سندرم داون سرطان خون می‌گیرند.

کم‌توانی عضله که البته با افزایش سن بهتر می‌شود باعث سست‌بودن بدن آنان و برجستگی شکم می‌شود. ناحیه‌ی پس سری پهن و مجمله کوچک و سینوس‌ها رشد نیافته‌اند. بینی کوچک و به علت توسعه‌نیافتگی استخوان‌های انفی مجمله کوتاه می‌باشد. به نظر می‌رسد که چشم‌ها به سوی بالا اریب باشند که با تاخوردگی کوچک پوست در گوشه‌های درونی همراه است و وجود خطاهای انکسار نورولوژی از خصوصیات مشترک این بیماران می‌باشد. گوش‌ها معمولاً کوچک است و زبان کودک هر چند از نظر اندازه معمولی است، اما دهان به طور نسبی کوچک بوده و سقف آن کوتاه و همراه با تنوس ضعیف عضله است که این موقعیت منجر می‌شود تا زبان کودک به‌طور متناوب از دهان بیرون بیاید. در کودکان مسن‌تر، زبان شیار می‌خورد و فرد از دهان نفس کشیده و قابلیت ابتلا به عفونت‌های تنفسی افزایش می‌یابد.

رشد دندان‌ها با تأخیر بوده و حتی با رعایت دقیق بهداشت دندان، این کودک متحمل التهاب و تورفتگی لثه‌ها می‌شود. تکلم با تأخیر، صدا بم و یادگیری سخن‌گفتن به‌طور شمرده مشکل است. گردن کوتاه و پهن و دست‌ها اغلب کوتاه و مربع‌شکل است. پنجمین انگشت بسیار کوتاه بوده و به جای دو بند یک بند دارد و ممکن است به جای دو خط کف دست، تنها یک خط وجود داشته باشد.

در پاهای بین اولین و دومین انگشت پا فاصله زیاد است و پوست آنان ظاهری خشک و خال‌خالی با گرایش به ترک‌خوردگی بوده و موهای آنان پراکنده، زیبا و راست است. قد فرد از میانگین جامعه کوتاه‌تر است زیرا بازوان و پاهای در مقایسه با تنه کوتاه هستند. حدود ۲۷ تا ۳۰ درصد نوزادان بیش از چندسال زنده نمی‌مانند. با وجود این اگر کودک بدون عوارض جدی وارده بر قلب یا روده، یا تولید سرطان خون یا عفونت‌ها زنده بماند تا حدود میان‌سالی به زندگی خود ادامه می‌دهد.

بلوغ: رشد و تحول جنسی ممکن است تأخیر یافته یا ناقص باشد و یا این که هر دو مورد اتفاق بیفتد. خصوصیات جنسی ثانوی و اعضای تناسلی در اغلب موارد توسعه‌نیافته است. در نوجوانی با افزایش قد ناگهانی روبه‌رو می‌شود و قاعدگی معمولاً در هفت‌سالگی آغاز شده و

یک دوره‌ی به‌هنجار را طی می‌کند. اشخاص به‌ندرت ازدواج می‌کنند و تنها عده‌ی اندکی از زنان مبتلا موفق به تولید مثل شده‌اند و حدوداً نیمی از فرزندان مبتلا به سندرم داون بوده‌اند و مردان عموماً عقیم هستند.

سالخوردگی: به نظر می‌رسد فرایند سال‌خوردگی خیلی زود رخ می‌دهد که شامل زبری پوست و فرورفتگی لثه‌ها همراه با از دست‌دادن دندان‌هاست. مرگ‌ومیر نسبی بعد از ۴۰ سالگی بالاست. اما علل مرگ مانند عللی است که موجب مرگ جمعیت سال‌خورده‌ی به‌هنجار می‌گردد. لازم به ذکر است وجود یک نشانه‌ی جالب آسیب‌شناختی بافتی در زمینه‌ی پیری سریع در مغز بزرگسالان مبتلا به سندرم داون گزارش شده است.

هوش: کودکان مبتلا به سندرم داون، اکثراً در حدود کم‌توانی ذهنی متوسط (IQ=۴۰-) ۴۵) جای می‌گیرند، اما برخی از آنها در مرتبه‌ی کم‌توانی ذهنی خفیف و تعدادی نیز در حد شدید هستند. لازم به ذکر است اکثر کودکانی که در مؤسسات زندگی می‌کنند دارای هوشبهر پایین‌تر از ۳۵ می‌باشند. این بیماران در ۱۵ سالگی اندازه‌ی سرشان به‌طور متوسط به اندازه‌ی سر کودکان به‌هنجار ۲ تا ۵/۲ ساله است.

ویژگی‌های شخصیت: کودکان سندرم داون نسبت به سایر کم‌توانان ذهنی خوشحال‌تر و مهربان‌تر بوده و البته لج‌بازی و سرکشی نیز در آنان دیده می‌شود. ولی به‌طور کلی افرادی آرام، بامحبت و مهربان هستند و اکثراً بانشاط به‌نظر می‌رسند و به موسیقی علاقه‌ی زیادی نشان می‌دهند. با این که در فهم کلماتی که می‌شنوند عاجزند، به هر سؤالی با گشاده‌رویی بله می‌گویند، با این امید که موجب خوشحالی دیگران شوند.

مکانیسم‌هایی که منجر به ایجاد سندرم داون می‌شوند:

۱) عدم تفرق صحیح کروموزومی: که ۹۵ درصد مبتلایان را شامل می‌شود. در نتیجه‌ی اختلال در تقسیم میوز (تقسیم سلولی که منجر به تولید اسپرم یا تخمک

می‌شود) است که در این‌جانب در ۹۵ درصد موارد مشکل مربوط به تقسیمات سلول‌های مادری بوده و فقط ۵ درصد مربوط به پدر می‌باشد. بنابراین سن بالای مادر بسیار مهم‌تر بوده چراکه مراحل تقسیم سلولی مادر طولانی‌تر از پدر بوده و در واقع از دوران جنینی او شروع شده و تا زمان لقاح ادامه می‌یابد.

۲) جابه‌جایی رابستونی: حدود ۴ درصد از مبتلایان را شامل می‌شود و افرادی که از این طریق مبتلا می‌شوند پدر یا مادر آنان حامل‌های سالم این جابه‌جایی هستند؛ به‌طوری که تعداد کروموزوم‌های حامل ۴۵ عدد است و تنها مشکل او ایجاد گامت (سلول جنسی) دارای ناهنجاری است. خانم‌های جوانی که کودک مبتلا به دنیا می‌آورند اکثراً از این نوع هستند و شخصاً علائمی دال بر بیماری ندارند. اگر مادر دارای کروموزوم جابه‌جایی باشد ابتلا سه برابر بیشتر از موقعی است که پدر ناقل باشد و این نشان‌دهنده‌ی آن است که اسپرم ناقل کمتر می‌تواند تخمک را بارور کند.

مشاوره‌ی ژنتیک برای خواهران و برادران مهم بوده

چراکه در این نوع جنبه‌ی ارث نقش مهمی

دارد. علت این‌که مادر یا پدر دارای

۴۵ کروموزوم هستند مشخص

نیست. بعضی جهش تازه‌ی

ژنی، مواد رادیواکتیو،

سن پدر، مصرف

داروهای شیمیایی

و اختلالات

متابولیکی

کروموزوم‌ها

را دخیل

می‌دانند.

۳) شکل موزائیسیم: نوعی دیگر از عدم انفصال کروموزومی بوده و به جای این‌که کروموزوم‌ها به‌طور مساوی در طی تقسیمات در سلول‌های تقسیم شوند در بعضی دارای ۴۵ کروموزوم و در بعضی شامل ۴۷ کروموزوم می‌شوند و سلول‌های جدید در کنار یکدیگر قرار گرفته و موزائیسیم را به‌وجود می‌آورند که در آن عده‌ای از سلول‌های بدن بیمار دارای سه کروموزوم ۲۱ و عده‌ی دیگر کاملاً طبیعی یعنی دارای دو کروموزوم ۲۱ هستند، زیرا سلول‌هایی که دارای ۴۵ کروموزوم هستند به سرعت از بین می‌روند. نشانه‌های فیزیکی و شدت عقب‌ماندگی در نوع موزائیسیم کمتر از انواع دیگر است. لازم به ذکر است که در این نوع نیز سن مادر مهم است. در پایان لازم به ذکر است که در شماره‌ی بعدی به اقدامات توانبخشی و درمانی لازم و ممکن برای این اختلال خواهیم پرداخت که راهنمای خوبی برای والدین این‌گروه خواهد بود.

نقطه‌ای بود و سپس هیچ نبود!

مرحوم دکتر پرویز ناتل خانلری قطعه شعر زیبایی دارد که گفت‌وگوی میان عقاب و کلاغ نام دارد. در این شعر حکایت‌گونه‌ی عقابی از کلاغی می‌پرسد که راز عمر طولانی کلاغ‌ها چیست و کلاغ پاسخ می‌دهد: «دلیل این‌که شما عقاب‌ها عمر کوتاهی دارید این است که بسیار بلند پروازید و به طبقات بالای جو می‌روید که آنجا هوا سرد است و عمر شما را کم می‌کند. اما ما کلاغ‌ها همین پایین‌ها پرواز می‌کنیم که هوا گرم است و عمر ما طولانی می‌شود.» عقاب که به عمر طولانی علاقه‌مند شده است تصمیم می‌گیرد همچون کلاغ زندگی کند و بالا نپرد و بنابراین مدتی با کلاغ

همسفر می‌شود. آن‌گاه درمی‌یابد که برای کسی که پایین می‌پرد شکار کردن دشوار می‌شود زیرا سطح کمتری از زمین را زیر نظر دارد و شکار کمتری می‌یابد. بنابراین از کلاغ می‌پرسد اکنون چه باید بخورم؟ کلاغ او را به دنبال خود می‌کشاند و عقاب می‌بیند که کلاغ در زباله‌ها به دنبال غذا می‌گردد. عقاب که از خوردن پس مانده‌ی غذای دیگران و جست‌وجو در آشغال‌دانی‌ها نفرت دارد درمی‌یابد که نمی‌تواند برای به دست آوردن عمر طولانی تن به چنین خفتی بدهد. بنابراین عطای عمر طولانی را به لقای آن می‌بخشد و به اصطلاح می‌گوید: «نه شیر شتر خواهیم و نه دیدار عرب.» و سپس به اوج آسمان پرواز می‌کند و بالا و بالا و بالاتر می‌رود. این شعر زیبا را دکتر خانلری با این بیت تمام می‌کند: لحظه‌ای بر اوج آن بام کبود

نقطه‌ای بود و سپس هیچ نبود

عقاب انتخاب می‌کند که لحظه‌ای زندگی کند ولی آن لحظه را در اوج بام بلند آسمان بگذراند به جای اینکه عمری طولانی در میان زباله‌ها داشته باشد.

در این حکایت زیبا دکتر خانلری به ماهیت دشوار انتخاب اشاره می‌کند. در هر انتخابی ما چیزهایی را به دست می‌آوریم ولی چیزهایی را هم از دست می‌دهیم. دشواری انتخاب در همین بخش از دست دادن است در حالی که اغلب ما در هنگام انتخاب به بخش به دست

دکتر محمدرضا سرگلزایی، روانپزشک

جماعت می‌شویم. گاهی برای آن که هم‌چون ابودر تنها نماییم در مقابل مروان‌ها سکوت می‌کنیم. گاهی برای آن که در آتش افکنده نشویم در مقابل نمرودها سجده می‌کنیم.

در تمام این لحظه‌ها، چشمان‌مان فریفته‌ی چیزی شده که به دست آوریم و در مقابل آن‌چه از دست می‌دهیم نابینا شده‌ایم.

همیشه نمی‌شود هم خدا را داشته باشیم و هم خرما را. گاهی باید از یکی از این دو دل بکنیم. برخی تصور می‌کنند آنقدر زیرک و باهوشند که همیشه می‌توانند هر دوی این‌ها را داشته باشند، غافل از آن‌که در عین تصور زیرکی، آن‌قدر ساده‌لوحند که متوجه نشده‌اند که در واقع هر دو را از دست داده‌اند؛ از اینجا مانده، از آنجا رانده. و اما...

گاهی یافتن «خط سوم» آن‌قدر ارزشمند است که باید شش‌هفت این را داشته باشیم که هم از اینجا بمانیم و هم از آنجا رانده شویم. گاهی چنان ما را از هزینه‌ی انتخاب می‌ترسانند که ما تسلیم جبر و تقدیر می‌گردیم؛ هم‌چون یک تماشاچی بی‌طرف از کنار تمام انتخاب‌های زندگی می‌گذریم.

در نظر داشتن هزینه‌های هر انتخاب کاری است عاقلانه اما اگر این امر باعث شود که برای نپرداختن هزینه هیچ انتخاب پرهزینه‌ای را انجام ندهیم به جای عاقل، ترسو خواهیم بود.

در برخی از انتخاب‌ها هرچند که پرهزینه باشند، بهتر است نگاه به آن‌چه به دست می‌آوریم داشته باشیم به جای آنچه از دست می‌دهیم.

شیخ احمد جامی شاید در وصف چنین انتخاب‌هایی است که می‌گوید:

نه در مسجد گذارندم که رندی

نه در میخانه که این خمار خام است

میان مسجد و میخانه راهی است

غریبم، عاشقم، این ره کدام است؟

و مولانا حال چنین انتخابگر دلاوری را چه زیبا ترسیم می‌کند:

چه خوش آن قماربازی که بباخت هرچه بودش

بنماند هیچش آلا هوس قمار دیگر

منابع:

- جمشیدی منش، منصوره و همکاران. (۱۳۹۲). تأثیر برنامه‌های آموزشی در پیشگیری از افسردگی پس از زایمان؛ یک کارآزمایی نیمه‌تجربی. فصلنامه‌ی پایش، ۱۲ (۱۶)، صفحات ۶۲۷ - ۶۱۹.
- نیک‌پور، مریم و همکاران. (۱۳۹۱). ارتباط نوع زایمان با افسردگی پس از زایمان. مجله‌ی اصول بهداشت روان، ۱۴ (۱)، صفحات ۵۳ - ۴۶.
- شیرجنگ، لیل؛ سهرابی، نادره؛ حسینی، سیده مریم. (۱۳۹۱). پیش‌بینی افسردگی پس از زایمان براساس رضایت زناشویی. روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۲ (۱۰)، صفحات ۴۴ - ۲۷.
- سادوک، بنجامین و سادوک، ویرجینیا. (۱۳۹۰). خلاصه‌ی روانپزشکی. مترجم فرزین رضاعی. تهران: ارجمند. (تاریخ انتشار به زبان اصلی ۲۰۱۰).
- Posmontier B. Functional status outcomes in mothers with and without postpartum depression. JMidwifery Womens Health ۲۰۰۸; ۵۳: ۳۱۰-۸

مسأله مهمی است، تا نپذیرید برای کمک اقدام نخواهید کرد. برخی از مادران بر این باورند که درمان‌دگی آنها ناشی از بی‌کفایتی خود آنها در مقام یک مادر یا شخص است و در نتیجه بیان احساسات‌شان برای دیگر اشخاص اکراه‌آمیز است. آنها درک نمی‌کنند که افسردگی پس از زایمان دارند و نیاز به کمک دارند. مادران نباید از این که احساسات پیچیده‌ای در مورد مادربودن خود دارند احساس گناه کنند. ایجاد تطابق و پیوند عاطفی طبیعی نیاز به درمان دارد. در نظر گرفتن برنامه‌های مکرر خارج از منزل نظیر قدم‌زدن و دیدارهای کوتاه با دوستان و اقوام برای مادران مفید است. این برنامه‌ها به مادران کمک می‌کند تا دچار احساس انزوا از دیگران نشوند. مادران باید کودک خود را در اتاق جداگانه‌ای بخوابانند. در این صورت مادران راحت‌تر استراحت خواهند کرد. مادران می‌توانند برای انجام کارهای روزانه نظیر خرید کردن و مراقبت از کودک در هنگام استراحت خود از خانواده یا دوستان کمک بگیرند. مادر در صورت احساس افسردگی بهتر است احساسات خود را با همسر یا یک دوست که شنونده‌ی خوبی برای حرف‌های اوست در میان بگذارد. صحبت کردن با سایر مادران امکان استفاده از همفکری و تجربه‌ی آنان را فراهم می‌کند. روان‌درمانی یا مشاوره با متخصص مربوطه در صورت تداوم افسردگی توصیه می‌شود.

که طبق مطالعات انجام‌شده توسط آپونگ و همکاران زنایی که به طریق سزارین نوزاد خود را به دنیا می‌آورند امکان بیشتری برای ابتلا به افسردگی پس از زایمان دارند، میزان تحصیلات مادر، با افزایش تعداد زایمان احتمال افسردگی بالا می‌رود؛ زیرا زمان کمتری برای استراحت و تفریح می‌یابد و همچنین وضعیت اقتصادی خانواده عامل مهمی در ابتلای مادر به افسردگی پس از زایمان است.

شیوع و درمان:

شیوع افسردگی، مخصوصاً افسردگی پس از زایمان با علائم فرهنگی و اجتماعی ارتباط تنگاتنگ داشته به همین دلیل در کشورها و نژادهای مختلف شیوع آن متفاوت است. پژوهش‌ها در ایران شیوع افسردگی پس از زایمان را طیفی از ۱۶ الی ۳۱ درصد گزارش دادند. این اختلال قابل درمان بوده است. درمان افسردگی پس از زایمان، ترکیبی از روان‌درمانی، حمایت اجتماعی و دارودرمانی است که به دو صورت مداخله‌های پیشگیری‌کننده و درمان در مرحله‌ی حاد، تقسیم می‌شود. روش‌های پیشگیری، شامل آموزش‌های روان‌درمانی بعد از حادثه است که در ترکیب با برنامه‌های مراقبت پره‌ناتال انجام می‌شود. درمان‌های مختلف دیگری نیز می‌تواند به صورت فردی- گروهی، خانواده‌درمانی یا زوج‌درمانی با آموزش و ایجاد زمینه‌های حمایتی اصلاح روابط زناشویی، نحوه‌ی مراقبت از خود، تغذیه‌ی مناسب، ورزش و آرمیدگی به پیشگیری یا مداخله‌ی مستقیم این موضوع بپردازد. بیشترین اندازه‌ی تأثیر را درمان‌های روان‌شناختی داشته و اندازه‌ی متوسط برای درمان‌های دارویی برآورد شده است.

توصیه‌هایی جهت پیشگیری:

مادران جوان که تصمیم به باردارشدن دارند و همچنین زنان باردار و همسران‌شان، قبل از تولد کودک بهتر است آموزش‌های لازم را درباره‌ی علائم و نشانه‌های افسردگی پس از زایمان و عوامل زمینه‌ساز آن بدانند. پذیرش داشتن احساس افسردگی

افسردگی پس از زایمان

Postnatal Depression

نجمه محجوب

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

نظم جسمانی و مشخصه‌ی افسردگی که حداقل یکی از آنها خلق افسرده یا کاهش علاقه و لذت در فعالیت‌ها باشد. این علائم حداقل باید به مدت ۲ هفته تداوم داشته و حداکثر ظرف ۴ هفته پس از زایمان آغاز گردد. علائم شامل خلق افسرده، اضطراب مفرط، بی‌خوابی، تغییر وزن، احساس تنهایی شدید، تحریک‌پذیری، تغییر در اشتها، احساس گناه، کاهش تمرکز، عدم احساس لذت از زندگی و دوگانگی روانی که شایع‌ترین علامت این اختلال بی‌ثباتی خلق، بی‌خوابی شدید و احساس خستگی است.

سبب‌شناسی و عوامل زمینه‌ساز:

علت افسردگی پس از زایمان نامشخص و یک اختلال چندعاملی است که عوامل مختلف جمعیتی، روانی، اجتماعی و هورمون در بروز این اختلال سهیم است. از جمله عوامل مستعدکننده‌ی فرد برای این اختلال سابقه‌ی افسردگی، سابقه‌ی افسردگی در خانواده، ناخواسته‌بودن حاملگی، حاملگی اول، تعارضات با همسر، عدم حمایت از سوی همسر، هنگامی که شوهر از ورود عضو جدید خوشحال است موجبات کاهش استرس همسر را فراهم می‌کند، بستری‌شدن نوزاد، بستری‌شدن مادر بعد از زایمان به هر علت، نوع زایمان

و حتی ممکن است باعث کاهش واضحی در بهره‌ی هوشی کودک گردد. افسردگی پس از زایمان علاوه بر اثرات زیان‌بخش بر روابط مادر و کودک ارتباط با همسر را نیز مختل می‌کند و همسران زنان افسرده اغلب دچار افسردگی می‌شوند و در صورتی که برطرف نشود ممکن است به جدایی و طلاق بینجامد و در صورت عدم تشخیص به‌موقع و تشدید آن منجر به تراژدی خودکشی مادر یا فرزندکشی می‌گردد.

تعریف:

اختلالات روانی پس از زایمان به سه دسته تقسیم‌بندی می‌شوند؛ اندوه بعد از زایمان که در ۵۰ تا ۸۰ درصد زنان پس از زایمان اتفاق می‌افتد و نوعی افسردگی خفیف است که چندروز تا یک هفته بعد از زایمان ادامه می‌یابد اما هیچ‌گاه بیشتر از دو هفته طول نمی‌کشد. روان‌پریشی پس از زایمان که ۲ تا ۳ هفته پس از زایمان شروع می‌شود و با افسردگی، هذیان و توهم مشخص می‌شود و افسردگی پس از زایمان که مطابق معیارهای چهارمین ویراست راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی، عبارت است از افسردگی عمده و وجود همزمان پنج مورد از علائم برهم خوردن

مقدمه:

بارداری، زایمان و سازگاری با نوزاد تازه تولد یافته را شاید بتوان حساس‌ترین مرحله‌ی رشد زندگی زن دانست. در این مقطع زمانی یک بحران فیزیولوژیک روحی، روانی و هیجانی به وقوع می‌پیوندد که باعث سردرگمی و تغییر هویت فرد می‌شود. دوره‌ی بعد از زایمان دوره‌ی انتقالی است که مادر با نقش‌ها، الگوها و ارتباط‌های جدید روبه‌روست که باید با تمام آنها سازگاری یابد. از سوی دیگر در این دوره به علت از بین رفتن انرژی ذخیره شده‌ی مادر ناشی از خستگی، اثرات دارویی، طول مدت زایمان، مشکلات ایجاد شده در روند زایمان و نظایر آنها مادر بیشتر از هر زمان دیگر مستعد ابتلا به بحران‌های احساسی و خلقی از جمله افسردگی پس از زایمان است.

افسردگی پس از زایمان تأثیر منفی چشمگیری بر تمام ابعاد کیفیت زندگی مادر می‌گذارد و روابط مادر و نوزاد را تخریب کرده، ادامه‌ی اختلال و عدم تشخیص به‌موقع آن منجر به تطابق غیر مؤثر مادر با کودک می‌گردد و تکامل شناختی نوزاد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و ممکن است به ناتوانی وی در انجام کار و اختلال رفتاری منجر گردد

بچه‌های ابدی

بازیگران: شهاب حسینی، الهام حمیدی، علی احمدی فرد، پانته‌آ بهرام و...
نویسنده، تهیه‌کننده، مجری طرح و کارگردان: پوران درخشنده
مشاور فیلم‌نامه: دکتر محمدهادی کریمی
سال تولید: ۱۳۸۵
زمان: ۱۱۰ دقیقه

خلاصه‌ی فیلم

ایمان (شهاب حسینی) و نگار (الهام حمیدی) قرار است با هم ازدواج کنند، اما مانعی بر سر راهشان وجود دارد. علی برادر ایمان سندروم دارد. ایمان در قبال برادرش احساس مسؤولیت می‌کند و می‌خواهد از او نگهداری کند، اما خانواده‌ی نگار این مسأله را نمی‌پذیرند. نگار با تحقیق و کسب اطلاعات درباره‌ی بیماری علی، سعی می‌کند پدرش را قانع کند. ایمان، علی را به آسایشگاه می‌برد. اما خیلی زود پشیمان می‌شود و می‌رود تا او را برگرداند. اما علی از آسایشگاه فرار کرده و آواری خیابان‌ها شده. ستاره که موافقش است از علی برای فروش مواد استفاده می‌کند و علی شرایط سختی را تجربه می‌کند. پس از ماجراهایی دیگری که اتفاق می‌افتد علی در خیابان تصادف می‌کند و روانه‌ی بیمارستان می‌شود.

نگاه به فرد معلول به‌عنوان مانعی در جریان طبیعی زندگی، واقعیتی است که خانواده‌هایی که دارای فرزند معلول هستند آن را بارها تجربه کرده‌اند. گاهی بسیاری از تنش‌های موجود در این خانواده‌ها به خاطر حضور فرزند معلول است. این در حالی است که این قشر حدود ۱،۲۰۰،۰۰۰ نفر از افراد جامعه را تشکیل می‌دهند و این رقم نشان می‌دهد که شناخت دقیق و توجه به نیازهای این افراد، چه قدر می‌تواند در سلامت روانی جامعه مؤثر باشد.

پوران درخشنده در ساخت فیلم از شخصیتی نابازیگر و مبتلا به سندروم

داون بهره برده است تا فیلم بتواند تأثیری حقیقی بر مخاطب بگذارد. درخشنده درباره‌ی شخصیت علی این طور می‌گوید: «زمانی که من نوجوان بودم در کرمانشاه زندگی می‌کردم و در محله‌ی ما دختری به نام «آدا» بود که همه او را مسخره می‌کردند. اگر حرفی می‌زد که از روی پاکی و سادگی او بود همه می‌خندیدند. همیشه فکر می‌کردم که در دنیای او چه می‌گذرد و چه فکری نسبت به ما دارد تا این که فرصت ساخت فیلمی درباره‌ی این گونه از کودکان به خاطر نگاه نادرست جامعه به آنها در خانه‌ها محبوس شده‌اند و سرنوشتی جز فراموش شدن ندارند فراهم شد. انتخاب یک فرد مبتلا به سندروم داون برای ایفای این نقش کار آسانی نبود. «علی احمدی فرد» حتی تصویری از خیلی واژه‌ها نداشت. ولی چون هدفم نشان دادن این بچه‌ها بود، سختی این تصمیم را به جان خریدم و حالا از نتیجه‌اش بسیار راضی هستم.» (مزدا مرادعباسی، بانویی از زاگرس، ص ۲۰۱)

این فیلم در جشنواره‌های مختلف جوایز بسیاری به دست آورده است:

* سیمرغ بلورین نقش دوم زن (پانته‌آ بهرام) در جشنواره‌ی فیلم فجر

* دیپلم افتخار بهترین موسیقی متن (کامبیز روشن‌روان) در جشنواره‌ی فیلم فجر

* پروانه‌ی زرین بهترین بازیگری (علی احمدی فرد) در جشنواره‌ی فیلم‌های کودکان و نوجوانان

* پروانه‌ی زرین بهترین دستاورد هنری و فنی و بهترین کارگردانی (پوران درخشنده) در جشنواره‌ی فیلم‌های کودکان و نوجوانان
* جایزه‌ی بهترین فیلم تماشاگران در

جشنواره‌ی فیلم‌های کودکان و نوجوانان
* شرکت در جشن خانه‌ی سینما
«بچه‌های ابدی» همچون دیگر فیلم‌های درخشنده تلاش می‌کند تا با انعکاس مشکلات معلولان، گام‌های مؤثری در جهت شناختن بهتر این افراد به جامعه بردارد و نشان دهد که این بچه‌ها احساسات لطیف و عمیقی دارند که دیگران از درک آن عاجزند؛ بچه‌هایی که برای ابدیت و جاودانگی خلق شده‌اند و می‌توانند در قلب همیشه تپنده‌ی جامعه ماندگار شوند.

نقد و بررسی: فهیمه شریعتی



کوری

نویسنده: ژوزه ساراماگو
ترجمه: مینو مشیری
سال انتشار: ۱۳۸۸
نشر علم
نوبت چاپ: پانزدهم

ژوزه ساراماگو نویسنده‌ی پرتغالی در سال ۱۹۲۲ در دهکده‌ای کوچک در شمال لیسبون، در خانواده‌ای کشاورز به دنیا آمد. وی پس از رهاکردن تحصیلاتش به شغل‌های مختلفی نظیر آهنگری، مکانیکی و کارگری روزمزدی پرداخت. پس از مدتی نیز به مترجمی و نویسندگی در روزنامه‌ی ارگان حزب کمونیست پرتغال مشغول شد. اگرچه اولین رمان او به نام «کشورگناه» در ۱۹۴۷ به چاپ رسید، ولی ناکامی او برای کسب رضایت ناشر برای چاپ کتاب دومش موجب شد تا رمان‌نویسی را کنار بگذارد، تا این که با انتشار کتاب «بالتازار و بلیموند» در سال ۱۹۸۲ و ترجمه‌ی آن به انگلیسی در ۱۹۸۸ شهرت به سراغ او آمد،

رمانی تاریخی که به انحطاط دربار پرتغال در قرن شانزدهم می‌پردازد. او بارها نامزد جایزه‌ی نوبل ادبی شده بود تا اینکه در سن ۷۶ سالگی موفق شد این جایزه را از آن خود کند. آثار او به ۲۵ زبان ترجمه شده است.

ساراماگو کتاب «کوری» را در سال ۱۹۹۵ منتشر کرد؛ کتابی که بسیاری از منتقدان ادبی آن را شاهکار خوانده‌اند و معتقدند که سبک ساراماگو «رنالیسم جادویی» است در حالی که خود نویسنده بر این باور است که ادامه‌دهنده‌ی ادبیات اروپاست و تأثیرپذیری خود را بیشتر از گوگول و سروانتس می‌داند. مترجم در مقدمه چنین می‌نویسد: «ساراماگو در «کوری» تعهد و باور عمیق خود را به عدالت اجتماعی، احترام به خرد و عقل سلیم همراه با تزکیه‌ی روح و جسم که تنها راه ضمانت پایدارماندن هر جامعه‌ای است در غالب یک رمان هنرمندانه و شگفت‌انگیز به ما ارمغان می‌دهد.» دیگر آثار این نویسنده

عبارتند از: سالمرگ ریکاردو ریس، قایق سنگی، تاریخ محاصره‌ی لیسبون، انجیل به روایت عیسی مسیح، یادداشت‌هایی از لانسروت و تمام نامها.

داستان «کوری» از آنجا آغاز می‌شود که در ترافیک یک چهارراه، ناگهان راننده‌ای نابینا می‌شود. به فاصله‌ی کمی، عده‌ی دیگری هم نابینا می‌شوند. چشم‌پزشک با معاینه‌ی آنها درمی‌یابد که هیچ مشکلی وجود ندارد و آنها برخلاف تاریکی، دچار دیدی سفید شده‌اند و این بیماری با نابینایی ارتباطی ندارد. طبق دستور دولت، تمامی نابینایان در آسایشگاهی جمع می‌شوند. پلیس، پزشک (که نابینا شده) و همسرش را نیز به آنجا منتقل می‌کند، اما همسر پزشک به دروغ ادعای نابینایی می‌کند تا بتواند در کنار همسرش باشد. پس از رخ دادن ماجراهای جذابی که مخاطب را به دنبال خود می‌کشاند، همه متوجه می‌شوند که تمام شهر نابینا شده‌اند. پس از اوج و فرودها و ماجراهایی

نمادین که در داستان رخ می‌دهد، سرانجامی بسیار جذاب و تحسین‌برانگیز را نویسنده به مخاطبانش تقدیم می‌کند که برای حظ بیشتر مخاطبان همدم را به خواندن این کتاب دعوت می‌کنیم. شخصیت‌های داستان هیچ‌کدام اسم ندارند: «زن دکتر به راه خود ادامه داد، وقتی که به سرسرا رسید به سمت دری رفت که به محوطه‌ی بیرون باز می‌شد. به بیرون نگاه کرد.» (ص ۱۷۲)

مترجم در مقدمه‌ی این کتاب ۳۶۶ صفحه‌ای می‌نویسد: «کوری موردنظر ساراماگو کوری معنوی است. سازماندهی و قانونمندی و رفتار عاقلانه‌ی خود به نوعی آغاز بینایی است. ساراماگو کلام پیچیده و چندپهلویش را در دهان تک‌تک شخصیت‌های کتاب و مخصوصا در پایان در دهان زن دکتر گذاشته است: چرا ما کور شدیم، نمی‌دانم، شاید روزی بفهمیم، می‌خواهی عقیده‌ی مرا بدانی، بله، بگو، فکر نمی‌کنم ما کور شدیم، فکر می‌کنم ما کور

هستیم، کور اما بینا، کورهایی که می‌توانند ببینند اما نمی‌بینند.»

تاکنون مترجمان بسیاری به ترجمه‌ی این کتاب به فارسی پرداخته‌اند که ترجمه‌ی مینو مشیری از ترجمه‌های خوب و روان این کتاب به‌شمار می‌آید: «ترسش یواشکی به سراغش برگشت، هنوز چندمتری نرفته بود، شاید هم اشتباه می‌کرد، شاید در مقابلش، یک ازدهای نامرئی با دهان باز منتظر است. یا روحی دست دراز کرده است و می‌خواهد او را به دنیای وحشتناک مردگان ببرد که هیچ‌وقت مردن‌شان پایان نمی‌گیرد، زیرا همیشه کسی پیدا می‌شود که آنها را از نو زنده کند.» (ص ۲۵۴)

راوی داستان، سوم شخص و دانای کل است، از این رو از تمام ماجراها و صحنه‌ها اطلاع دارد و می‌تواند تصویری جامع از شهر کوران را برای مخاطب ترسیم کند. نویسنده توصیفات را دقیق و جزء به جزء بیان کرده و کشش‌های داستانی بسیار جذاب و خواندنی است.



این خانه در یک نگاه

بعضی از تکه های زمین خدا خوشبخت ترند چون میشود نردبانهایی روی آن گذاشت و از درخت آسمان بالا رفت ... زمین خدا وسیع است. زمین خدا هوشیار است. وقتی آدم های زیادی، همزمان از یک نقطه ی زمین، آرزوهایشان را راهی آسمان کنند، خلوص آن نقطه، بیشتر میشود ... خدا مهربانتر به آنها نگاه میکند ... گوشه ای از شهر مشهد، تکه زمینی هست پر از آرزو ... از ذهن هایی سپید و بی فریب ... سال ۱۳۵۶ بود که تکه ای از زمین خدا، به اندازه ۱۰۰۰۰ متر

مربع، سهم دختران کم توان ذهنی شد تا در آنجا زندگی کنند، آموزش ببینند، خدمات توانبخشی دریافت کنند و چند قدم به آرزوهایشان نزدیک شوند. این موسسه که «همدم فتح المبین» نام گرفته است، ابتدا با پذیرش ۶۰ دختر و تحت پوشش سازمان بهزیستی، آغاز به کار کرد. در سال ۱۳۸۰ نوع مدیریت مجموعه، به شیوه ی هیئت امنایی تغییر یافت که اتفاق مبارکی بود. هیئت امناء، همگی از خیرین و نیکاندیشان اند و با تمام همت و نیرو، در جهت بهتر شدن شرایط دختران این خانه، گام برمی دارند. اقدامات معرفی مثل تجهیز، بازسازی و نوسازی بخشهای مختلف مجموعه، راه اندازی سیستم های هوا ساز، لاندری و تهویه و همچنین تکمیل و بهره برداری از ساختمان شهید شاهد، در کارنامه ی این نیکوکاران می درخشد. در سال ۱۳۸۴ موسسه به طور کامل از سازمان بهزیستی مستقل

شد و تحت عنوان خیریه ی توانمند سازی و حمایت از معلولین به هیئت امناء واگذار گردید. هیئت امناء مؤسسه ۱۷ نفر می باشند که از این میان، دو نفر عضو علی البدل و هفت نفر اعضای هیئت مدیره هستند. نام این بزرگواران هیئت به شرح زیر است: آقای اکبر صابری فر، رئیس هیئت مدیره، مهندس حمید طیبی، نائب رئیس، خانم دکتر زهرا حجت، مدیرعامل مؤسسه و آقایان مهندس محمد چوپانکاره، علی اکبر علیزاده، احمد شاهید و سید مرتضی ادیبی نیز دیگر اعضای هیئت مدیره هستند. مسئول فنی و رئیس مرکز جامع توانبخشی آقای جعفر شیرازی نیا می باشد. در حال حاضر نزدیک به چهارصد دختر بی سرپرست و یا فاقد سرپرست مؤثر در این خانه زندگی می کنند. حدود ۱۵۰ نفر کارمند و نزدیک به دو هزار نفر یاور کار خدمت رسانی به این عزیزان را به صورت شبانه روزی

انجام می گیرد. خیریه توانبخشی همدم فتح المبین یک مرکز جامع توانبخشی است که دارای بخش های زیر است:

- ۱ - حمایت پذیر (مراقبت های ویژه) با هوش بهری ۲۵ تا ۳۵ حدود ۷۰ نفر
- ۲ - تربیت پذیر (هوش بهری ۵۰-۳۵) حدود ۱۳۲ نفر
- ۳ - آموزش پذیر (هوش بهری ۵۰-۸۰) حدود ۱۱۶ نفر
- ۴ - خوابگاه دانش آموزی (بهنجار پایین یا میان راهی) با هوش بهری ۸۰ الی ۱۰۰ حدود ۲۰ نفر
- ۵ - خانه کوچک پناهگاهی، دانش آموز حدود ۲۰ نفر
- ۶ - روزانه، آموزش پذیر حدود ۴۰ نفر

دختران این خانه به طور همزمان از امکانات و خدمات مختلفی استفاده می کنند. خدمات توانبخشی از جمله: فیزیوتراپی، گفتار درمانی و کاردرمانی، فعالیتهای مختلف ورزشی برای دستیابی

به حداکثر توانمندی جسمی و شرکت در کارگاه های هنری از قبیل گلیم بافی، سوزن دوزی و سرمه دوزی فراهم کردن فضایی شبیه به خانه برای دختران این مرکز، هزینه های سنگینی دربردارد. برای هر مددجو، ماهانه بیش از ۱۲.۰۰۰.۰۰۰ ریال هزینه میشود که یارانه ی دریافتی از سازمان بهزیستی هم، تنها پاسخگوی قسمتی این هزینه هاست و الباقی را کمکهای مردمی تامین میکند. کمکهای مردمی که اهل خیرند و خطی روشن از زیر کفشهایشان روی پیاده رو باقیست ... جایی روی خوشبختی زمین.



A Status Report of **Fatholmobin-Hamdani** **Rehabilitation Charity**

Fatholmobin Rehabilitation Charity' was established by order of the then- governor in 1977, with the land-area of 10,000 square meters. In the beginning, the institute began its work with 60 mentally retarded girls. In 2001, the type of its administration changed into board directory. The members of this board were all benevolent and charitable. They did so many significant actions such as commissioning of air conditioning and ventilation systems and laundry equipment and they also exploited "Shahid Shaahid building" in four floors with the land area of 4000 square meters. In 2005, The Fatholmobin Rehabilitation Charity became independent from the Social Welfare Organization and was donated to the board under the name of "A charity supporting people with disabilities". The board of the directors consists of seven main members and two vice ones:

- 1-Akbar Saberi(Head of the board)
- 2-Hamid Tayyebi(Vice president)
- 3-Zahra hojjat (Executive manager)
- 4-Mohammad Chupankare (Board of Directors)
- 5-Aliakbar Alizade(Board of Directors)
- 6-Ahmad Shaahid (Board of Directors)
- 7-Morteza Adibi(Board of Directors)

At the foundation, this institute had 186 clients and 93 official staffs which now turn to 398clients and 150 official staffs. (It should be mentioned that all the clients are girls).and it should be mentioned that 254 volunteer members cooperate with this charity.

The clients of this center are divided into four subsets in the age of 4 to 60:

- 1-Isolated (Deep mentally retarded)
- 2-Educable (Moderate mentally retarded)
- 3-Trainable (Mild mentally retarded)
- 4-Trainable in the age of 4 to 12

5-Student dormitory (for students of elementary school, guidance school, and high school)

In order to achieve maximum physical and mental ability, these clients have been provided with different rehabilitation services such as physiotherapy, speech therapy, occupational therapy and participating in art workshops such as, Kilim-weaving, needle-lace, and purl works.

Such activities and workshops are very expensive and costly. They cost 5.000.000 Rials for each client monthly. Subsidies from Social Welfare Organization aren't enough for these costs. So the rest is provided by public assistance.



Hamdam

Internal Journal of Fatholmobin Rehabilitation Charity

People who seek (search) for peace and joy in their lives they can find it in helping other people and this has nothing to do with wealth, but it depends on their views to life. In their opinion there is not any stranger on earth and all humans are the members of God's family..

Hamdam is the message from all the girls of FatholMobin to those who smiles as a friend ...