

به نام پروردگار یکتا



سال سیزدهم شماره ۴۳
(بهار ۹۱)

صاحب امتیاز:
مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد
مدیر مسئول:
دکتر قاسم صالح‌خو
سردبیر:
دکتر مریم رسولیان
مدیر اجرایی:
رضا سخن‌سنج
دبیر تحریریه:
هاله باستانی
همکاران این شماره:
سهیلا علیخانی، نازنین رحیم‌زاده،
مریم لباف‌زادی، پروانه خان‌اف،
سمیه برات‌زاده، شهره معاونی
طراح جلد:
پریسا ثابت‌مقدم
صفحه‌آرا:
یاسمن روشنی تبریزی
حروفچینی:
مریم لباف‌زادی

۲	سرآغاز پرونده
۳	میزگرد مرکز علمی-کاربردی رعد
۶	یک روز با بچه‌ها ...
۹	به زودی اتحادیه یا شورای مشورتی معلولان ...
۱۳	توانمندسازی معلولان در گرو مشارکت همه ...
۱۶	قانونی برای اثبات هویت اجتماعی معلولان
۱۸	زمزمه (داستان پن) گفت و گو
۲۰	خانواده موفق (پروانه خان‌اف)
۲۴	توان‌یاب موفق (نسرین مقامی‌پور)
۲۷	معرفی یک NGO (انجمن خورشید)
	مقاله
۳۰	روش‌های ارتقای سلامت در افراد دارای معلولیت
۳۳	شهر ما خانه ما، هست، نیست؟!
۳۶	اتلاف منابع، بهره‌وری ضعیف و اسراف در ایران
۳۸	خنده بر هر درد بی‌درمان، دواست
۴۰	با تغذیه خوب از یبوست پیشگیری کنیم
۴۱	معرفی کتاب
۴۲	در رعد چه خبر؟
۵۱	زمزمه (چه هستیم)
۵۶	چکیده انگلیسی

توان‌یاب از دریافت مقالات و دیدگاه‌های صاحب‌نظران استقبال می‌کند.
مقالات ترجمه شده همراه با کپی اصل مقاله ارسال شود.
مقالات ارسالی پس فرستاده نمی‌شود.
توان‌یاب در ویرایش و کوتاه کردن مطالب آزاد است.

شماره تماس ۸۸۰۸۲۲۶۶

نمابر ۸۸۰۷۶۳۲۶

کدپستی ۱۴۶۶۶ صندوق پستی ۱۴۴-۱۴۶۶۵

info@raad-charity.org

www.raad-charity.org

نسبت رقابت و توانمندی

فعالیت‌های اجرایی رعد در سال جدید در حالی آغاز شد که پرسنل و دست‌اندرکاران مجتمع خود را برای برگزاری نهمین جشنواره غذا آماده می‌کردند، تازه کار داشت شکل جدید به خود می‌گرفت که دریافت معرفی نامه‌ای از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی همه توجه‌ها را به خود جلب کرد. در متن نامه مذکور که معاون فرهنگی و اجتماعی وزارت کار و رفاه اجتماعی برای معاون ساماندهی امور جوانان وزارت ورزش و جوانان تهیه کرده، نوشته شده بود «مدیرعامل موسسه نیکوکاری و توان بخش‌های رعد جهت بخش معلولین جشنواره حضرت علی اکبر (ع) معرفی می‌گردند».

این عبارت کوتاه چنان تحرک و جنب و جوشی در مجتمع رعد به وجود آورد که تلاش شبانه روزی جمع وسیعی از پرسنل، جوانان گروه همیاری و دوستان نیکوکار سایر انجمن‌ها و تشکلهای خیریه جوابگوی حجم فعالیت‌ها نبود.

جشنواره ملی حضرت علی اکبر(ع) عرصه رقابتی را در گستره سرزمین ایران فرا روی جوانان دارای توانایی‌های خاص باز کرد. فراخوانی عمومی برای بخشی از جوانان کشور که با وجود دارا بودن توانایی‌ها و توانمندی‌های فوق‌العاده، کمتر از سوی افکار عمومی و رسانه‌ها مورد توجه قرار گرفته‌اند.

رقابت در هر سطح و گروهی که اجرا شود می‌تواند آثار متفاوتی بر جای بگذارد و انتخاب جوانان برتر در یک فرآیند ملی در ذات خود حاوی ارزش‌های اجتماعی و فرهنگی ویژه‌ای است. از این رو بدست آوردن ملاک و معیار سنجش بسیار حایز اهمیت بود.

دعوت از کارشناسان اهل فن که با ابعاد گوناگون موضوع از نزدیک آشنا باشند می‌توانست تا حدودی اطمینان بخش باشد از این‌رو با حضور جمعی از مسؤولان سازمان‌های حمایت‌گر دولتی و تشکلهای متخصص مردمی، هیأتی کارشناسی تشکیل شد و آنها طی چند جلسه، آیین‌نامه اجرایی این بخش از جشنواره را تدوین کردند.

با تهیه فراخوان جشنواره، شکل عمومی فعالیت آغاز شد و در مدت ۲۰ روز کار ثبت‌نام از داوطلبان به وسیله پایگاه اطلاع‌رسانی رعد آغاز شد.

ناگفته نماند که در این مدت بیشتر رسانه‌ها و ابزارهای اطلاع‌رسانی و تبلیغاتی برای آگاهی بخشی به جامعه هدف مورد استفاده قرار گرفت. روزنامه‌ها، پایگاه‌های اطلاع‌رسانی مرتبط و پربیننده، استفاده از ظرفیت‌های مترو،

تلویزیون‌های شهری و حتی رسانه ملی به طرز چشم‌گیری در جذب مخاطب ایفای نقش کردند.

با دریافت آثار و مدارک ثبت‌نام کنندگان موضوع داوری و ارزیابی شرکت‌کنندگان شکل جدیدتری به خود

گرفت هیأت داوران این بخش از جشنواره بایستی واجد ویژگی‌های تخصصی و تجربی خاص باشند و فقط آگاهی‌های تخصصی در زمینه موضوع داوری نمی‌توانست کافی باشد. به همین علت گروهی از دوستان کارشناس حوزه معلولان که در جایگاه‌های مدیریتی منشاء خدمت هستند به همراه مدیران انجمن‌ها و تشکلهای خیریه که عموماً توان‌یاب بودند برای حضور در هیأت داوران به همکاری فراخوانده شدند. هیأت داوران با حضور ۱۵ نفر تشکیل شد و کار انتخاب برگزیدگان در ۷ محور موضوعی آغاز شد. بررسی‌های مقدماتی موجب شد در نهایت ۱۰۰ نفر از شرکت‌کنندگان که بیشترین امتیازات محورهای موضوعی را کسب کرده بودند به مرحله نهایی داوری راه پیدا کنند.

محورهای علمی و پژوهشی، هنری، ورزشی، خلاقیت، استقلال فردی، کارآفرینی و خودشکوفایی فعالیت‌های اجتماعی و بخش ویژه با پایان مرحله نهایی نفرات برگزیده خود را شناختند. البته در محور استقلال فردی هیأت داوران هیچ کدام از شرکت‌کنندگان را در خور تشویق ارزیابی نکردند بلکه تنها ۲ نفر از شرکت‌کنندگان با نظر هیأت داوران شایسته تقدیر معرفی شدند. همچنین نظر به اهمیت فعالیت‌های قرآنی هیأت داوران ۳ نفر از شرکت‌کنندگان را مورد تقدیر قرار دادند.

با اتمام مرحله نهایی داوری همه نگاه‌ها به برگزاری مراسم اختتامیه بود، زمان به سرعت به روز ۲۲ خرداد نزدیک می‌شد و فرصت برای دست‌اندرکاران بسیار کوتاه بود هر چه به تاریخ برگزاری بیشتر نزدیک می‌شدیم ساعات استراحت جای خودش را به کار و تلاش می‌داد حتی شب‌های آخر گروهی تا صبح تلاش می‌کردند.

مراسم پایانی با حضور نمایندگان و مسؤولان وزارتخانه‌های تعاون، کار و رفاه اجتماعی و ورزش و جوانان و شرکت معاون اول رئیس‌جمهور در فضای گرم و صمیمانه برگزار شد. برگزیدگان جامعه توان‌یابان جوایز و هدایای خود را از دست مسؤولان دریافت کردند و نقطه‌ای بر چند ماه تلاش جمعی از دست‌اندرکاران جشنواره گذاشته شد.

امروز موقع آن است که از درس‌های این جشنواره برای حرکت آینده استفاده کنیم. فراهم آوردن فرصت خودشکوفایی استعدادهای جدید، حمایت از استعدادهای که به جامعه معرفی شدند، ایجاد انگیزه برای دوستانی که در ابتدای راه هستند و نشان دادن مسیر صحیح حرکت به افرادی که به جمع هنرجویان و کارآموزان اضافه می‌شوند بخشی از وظایفی است که بعد از برگزاری جشنواره بر عهده تک تک مسؤولان جشنواره اعم از دوستان دستگاه‌های دولتی و عزیزان مؤسسات خیریه و مردم نهاد است.

در خاتمه امیدوارم برگزاری جشنواره حضرت علی اکبر (ع) علاوه بر ایجاد نشاط و انگیزه در جامعه توان‌یابان، مروج فرهنگ صحیح رقابت سازنده نزد این عزیزان باشد.

ما ظرفیت خود را در رشته های مختلف به سازمان بهزیستی اعلام می کنیم و وزارت علوم در دفترچه راهنمای دانشگاه علمی- کاربردی، شرایط را درج کرده و پس از بررسی نهایی، اسامی پذیرفته شدگان را به ما اعلام می کند. یکی از ویژگی های این مرکز مناسب سازی برای افراد دارای معلولیت فیزیکی است و به همین دلیل تعداد بیشتری از توانیابان علاقه به حضور در این مرکز دارند.

□ آیا افرادی که دارای معلولیت نیستند، به راحتی این شرایط را می پذیرند؟

■ مهندس میرزاخانی: اکثریت قریب به اتفاق آنها این شرایط را با طیب خاطر می پذیرند و گله خاصی ندارند. تجربیاتی که در مرکز رعد تهران و دیگر شهرستان ها داشته ایم نشان داده است که وقتی یک فرد سالم و یک فرد دارای معلولیت، کنار هم می نشینند خیلی خوب با هم کار می کنند. هم فرد سالم درس می گیرد که یک فرد دارای ناتوانی جسمی، از نظر ذهنی تفاوتی با او ندارد و چه بسا از او کارآمدتر است و هم فرد دارای محدودیت جسمی می بیند که توانایی هایش و خلاقیتش با فرد سالم تفاوت نمی کند و شاید این همزیستی موجب افزایش اعتماد به نفس فرد دارای محدودیت جسمی هم بشود.

■ دکتر کاکویی: رعد باتوجه به حجم هزینه ها و حجم خدماتی که ارائه می دهد اگر بتواند واحد مددکاری را فعال کند تا مهارت هایی که دانشجویانش کسب می کنند به اشتغال منجر شود، می تواند برای افراد سالم انگیزه بیشتری برای حضور در این مرکز ایجاد کند. چون توانبخشی در اینجا مبتنی بر حرفه است. رعد اگر شبکه های مختلف نیکوکاری و NG های مختلف را شناسایی کند و یک ارتباط واقعی و متقابل ایجاد شود می تواند توانیابان خود را به این مراکز معرفی کند تا در زمینه اشتغال این افراد اقدام به عمل آید. اگر رعد یک دفتر حقوقی فعال داشته باشد می تواند حمایت های لازم را از این افراد به عمل آورد تا این افراد خودشان شرکت های کوچک تاسیس کنند. درواقع رعد به عنوان یک موسسه بزرگ می تواند در جهت کارآفرین کردن این افراد قدم موثری بردارد.

بنابراین به اعتقاد من با توجه به اعتمادی که به رعد وجود دارد و با کمک شبکه هایی که در بین NGO ها در ایران هست، رعد



در میزگرد مرکز علمی- کاربردی رعد مطرح شد:

هدف، افزایش درصد دانشجوی توان یاب نسبت به دانشجویان بدون محدودیت فیزیکی است

تنها مرکز آموزش عالی در ایران که برای حضور افراد دارای معلولیت جسمی کاملا مناسب سازی شده است مرکز علمی- کاربردی رعد است.

حضور این افراد را در کنار افراد سالم در این مرکز آموزشی به وضوح می بینیم. این در حالی است که به گفته مسوولان این مرکز میزان این حضور هنوز تا حد مطلوب فاصله دارد. در میزگردی که با حضور آقایان دکتر حسین علاقه بند، ریاست دانشکده علمی- کاربردی رعد، مهندس احمد میرزاخانی، رئیس هیأت مدیره مجتمع رعد و عضو شورای آموزش عالی رعد و دکتر کاکویی استاد دانشگاه تهران و عضو شورای عالی آموزش عالی مجتمع رعد تشکیل شده بود شرکت کرده و پاسخ سؤالاتی که درخصوص رشته های این دانشکده و چگونگی حضور افراد دارای معلولیت در آن داشتیم را گرفتیم. مشروح این گفت و گو را با هم می خوانیم:

□ آقای دکتر علاقه بند در مورد آموزش عالی در مجتمع رعد توضیح بفرمائید:

■ آموزش در مجتمع رعد شامل دو قسمت است. یک بخش شامل کارآموزانی هستند که معمولا زیر دیپلم و با آموزش، مهارت آموزی می کنند و یک گروه هم که در مرکز علمی- کاربردی مشغول به تحصیل هستند افراد دیپلم به بالا هستند. این افراد پس از ثبت نام در دانشگاه جامع علمی- کاربردی از طریق بهزیستی به ما معرفی می شوند.

□ چه رشته هایی در این دانشکده آموزش داده می شوند؟

■ دکتر علاقه بند: رشته های این مرکز شامل حسابداری، مددکاری اجتماعی، گرافیک، نرم افزار کامپیوتر و مربی پیش دبستانی است. به جز حسابداری که دومین دوره خود را برگزار می کند، سایر رشته ها اولین دوره خود را می گذرانند.

□ این افراد چگونه وارد مرکز علمی- کاربردی رعد می شوند؟

■ دکتر علاقه بند: با توجه به این که مرکز ما با مجوز بهزیستی فعالیت می کند،

است چون کاری است که نشسته انجام می‌شود و در آن از فکر بیشتر از جسم استفاده می‌شود.

□ آیا در انتخاب رشته های تحصیلی دقت نظری وجود دارد که این رشته‌ها با توجه به توانایی‌های گروه‌های هدف انتخاب شوند؟

■ دکتر علاقه‌بند: رشته‌های حسابداری و نرم افزار برای اشتغال معلولان بسیار عالی و موفق بوده است. در مورد مددکاری اجتماعی، فرد بدون معلولیت، ارجحیت دارد. در مورد رشته پیش دبستانی هنوز نمی‌توانم اظهارنظر بکنم. برای تعیین رشته‌ها شاید در ابتدا به صورت خام عمل شده باشد ولی در آینده تغییرات مورد لزوم اتفاق می‌افتد.

□ با توجه به سخنان قبلی شما، وجه اشتغال و کار آفرینی این رشته‌ها مدنظر است، آیا باز خورد آن را از بازار کار می‌گیرید یا از مشاوران کاریابی؟

■ دکتر علاقه‌بند: بیشتر از بازار کار. ■ مهندس میرزاخانی: البته تجربه سی ساله رعد در تهران و شهرهای دیگر در این زمینه بسیار موثر است. در جلساتی که با حضور آقایان دکتر کاکویی، دکتر علاقه‌بند و دیگر اعضای شورای عالی آموزش برگزار

شده، بر روی این رشته‌ها مطالعاتی انجام شده است. انتخاب این رشته‌ها مقداری مبتنی بر بازار کار و مقداری هم مبتنی بر تجربیات رعد در این ۳۰ سال بوده است. در این ۳۰ سال که ما ۵ هزار کارآموخته داشته‌ایم، تجربه علمی برخورد با آنان و قابلیت‌ها و توانایی‌هایشان را شناخته‌ایم و وضع بازار کار را هم مورد توجه قرار داده‌ایم، البته نمی‌توان ادعا کرد که صد در صد وضعیت مطلوب بوده است، ولی کاستی‌ها در حین کار اصلاح خواهد شد. هدف رعد آموزش در

تجرباتی که در مرکز رعد تهران و دیگر شهرستان‌ها داشته‌ایم نشان داده است که وقتی یک فرد سالم و یک فرد دارای معلولیت کنار هم می‌نشینند خیلی خوب با هم کار می‌کنند. هم فرد سالم درس می‌گیرد که یک فرد دارای معلولیت، از نظر ذهنی تفاوتی با او ندارد و چه بسا از او کارآمدتر است.

سطوح مختلف، برای توان‌یابان در رسیدن به زندگی بهتر است.



۶۰۰ نفر هستند که ۵۰ نفر آنان توان‌یاب هستند و چند نفر از این افراد از کارآموزان سابق مجتمع رعد هستند که توانسته‌اند به مرکز علمی- کاربردی راه پیدا می‌کنند.

□ آیا برنامه‌ای برای افزایش رشته‌ها دارید؟

■ دکتر علاقه‌بند: افزایش رشته‌ها منوط به پارامترهایی است که یکی از آنها فضای آموزش است که فعلا فضای آموزشی ما محدود است. ولی از نظر استاد و مربی مشکلی نداریم.

■ مهندس میرزاخانی: در مورد کارآیی

رشته‌ها باید بگویم که رشته حسابداری ما خیلی موفق بوده است و حتی تا مواردی صددرصد منجر به اشتغال شده است و امیدواریم در آینده بتوانیم این رشته را بیشتر تقویت کنیم. کار حسابداری از جمله کارهای مناسب معلولان است و امیدواریم بتوانیم حسابداری را در گرایش‌های مالی و صنعتی نیز برگزار کنیم و با توجه به بازار کار خوبی که این رشته نسبت به سایر رشته‌ها دارد، امیدواریم این رشته‌ها را در مقطع بالاتر از فوق دیپلم ارائه دهیم. دوره‌های کارآموزی حسابداری که در مجتمع رعد برگزار می‌شوند، هم بسیار موفق بوده‌اند و بعضا تا صددرصد منجر به اشتغال شده است. این رشته‌ها برای معلولان بسیار مناسب

می‌تواند این مزیت را ایجاد کند که افرادی که در این محل درس می‌خوانند چه سالم و چه دارای معلولیت از نظر شغل آینده نیز تامین شوند. البته باید به افزایش امکانات رفاهی مانند بحث ایاب و ذهاب و بوفه و... هم توجه کرد و اینها به عنوان مزیت‌هایی برای دانشجویان این مرکز در نظر گرفته شود. چون هدف ما ادغام است و برای این که این اتفاق بیفتد باید هزینه کرد.

■ مهندس میرزاخانی: باید گفت افراد عادی در این مجموعه وارد یک فضای معنوی می‌شوند که فضای خیریه‌ای است و با فضای بیرون کلا فرق دارد. اگر جاهای دیگر بعد اقتصادی دارند، اینجا یک بعد خیریه‌ای و کمکی هم وجود دارد و می‌تواند برای افراد غیر معلول هم از این جهت جذابیت داشته باشد.

□ در این مرکز افراد دارای معلولیت شهری می‌پردازند؟

■ دکتر علاقه‌بند: افراد دارای معلولیت، خودشان شهریه‌ای نمی‌پردازند، شهریه آنها توسط سازمان بهزیستی پرداخت می‌شود ولی افراد سالم طبق ضوابط دانشگاه علمی- کاربردی شهریه پرداخت می‌کنند.

■ مهندس میرزاخانی: چشم انداز آینده ما این است که بتوانیم رشته‌های کارشناسی ارشد و دکتری هم داشته باشیم. البته تاکید ما اول بر کیفیت و سپس کمیت است و علاقه داریم این مرکز، یک مرکز نمونه در زمینه اشتغال کارآموزان باشد.

□ در این مرکز چند دانشجو مشغول به تحصیل هستند؟

■ دکتر علاقه‌بند: دانشجویان این مرکز

□ آقای دکتر کاکویی چه نسبتی بین تحصیلات تکمیلی و تحصیلات عالی با اشتغال پایدار بخصوص در حوزه افراد دارای معلولیت قائلید؟ تحصیل در این رشته‌ها به توان‌یابان چه کمکی می‌کند که بتوانند هم ظرفیت‌هایشان را بالا ببرند و هم به اشتغال پایدار برسند؟

■ دکتر کاکویی: قبل از ورود به این بحث، باید گفت که از تعریفی که برای آموزش عالی در دنیا وجود داشته، سه موج گذشته است و ما اکنون در موج سوم آموزش عالی در دنیا هستیم، که به آن آموزش عالی اندیشه محور مبتنی بر اندیشه‌ای که منجر به شغل یا کارآفرینی می‌شود، است. دانشگاه‌های موج سوم را، دانشگاه کارآفرین می‌گویند. یعنی دانشگاهی که دانشجوی ممکن است در ترم دوم درس را رها کرده و به دنبال کارآفرینی برود و خیلی هم موفق شود. مثل بیل گیتس و مثل برخی از مدیران گوگل. در مورد رشته‌های کامپیوتر ما یک سری مشاغل در دنیا داریم که به اینها مشاغل داخل منزل می‌گویند مثل کسانی که کد می‌نویسند و همیشه در منزل کار می‌کنند. حتی در ایران کسانی هستند که کدهای تعریف شده ویندوز را می‌نویسند و پول می‌گیرند. این ناشی از مهارت است. همیشه مهارت ارتباط معناداری با خود اشتغالی و بهره‌وری و کارآفرینی دارد. آموزش عالی می‌تواند افراد توانیاب را به سمتی بکشانند که در مقابل افراد سالم چیزی کم نداشته باشند

و کارآفرین باشند. زمانی من در دانشگاه بهزیستی معاون پژوهشی بودم، بهزیستی بودجه می‌داد که ما به افراد آموزش دهیم، ولی بعد دیدیم که این مدل جواب نمی‌دهد. بعد از آن، رعد با کمک سازمان بهزیستی، این مرکز فنی حرفه‌ای و آموزش عالی را به راه انداخت. اینجاست که توان‌یابان یا کارآموزان در بعضی از حرفه‌ها به مهارت می‌رسند و مهارت، باعث می‌شود کارآفرین بشوند و بتوانند در رقابتی که در جامعه برای اشتغال است، شرکت کنند و به هدف عالی رعد جامعه عمل ببوشانند. البته ممکن است توانیاب فقط به خاطر به دست آوردن شغل آموزش نبیند و فقط برای دل خودش و برای توانمند شدن خودش کار کند.

□ با توجه به مناسب‌سازی ساختمان مرکز علمی - کاربردی رعد که در کشور بی نظیر است، چه چشم اندازی برای پذیرش بیشتر افراد دارای محدودیت جسمی دارید؟

■ دکتر کاکویی: باید در پذیرش افراد ناتوان جسمی برنامه‌ریزی کنیم و سال به سال تعداد آنها را نسبت به افراد عادی افزایش دهیم. برای نیل به این مقصود با کمک مددکاران سازمان بهزیستی و با استفاده از مدل توانبخشی مبتنی بر جامعه باید توان‌یابان دارای مدرک دیپلم را جمع‌آوری کرد و در مجتمع رعد برایشان کلاس‌های آمادگی کنکور برگزار کرد.

■ مهندس میرزاخانی: باید به سمت

افزایش درصد دانشجویان توان‌یاب نسبت به دانشجویان بدون محدودیت فیزیکی حرکت کرد. تفاوت مدل CBR با روش‌های سنتی در این است که در روش‌های سنتی، بهزیستی منتظر می‌ماند تا یک نفر بیاید بگوید، من معلول هستم. ولی CBR یک نقش تسهیل‌گری دارد، به این صورت که می‌رود و افراد را پیدا می‌کند و از خانه بیرون می‌آورد که این وظیفه بیرون آوردن معلول هم جزو اصول توانبخشی مبتنی بر جامعه است.

اگر بخواهیم مانند کشورهای پیشرفته عمل کنیم باید از تعدادی تسهیل‌گر که می‌توانند به صورت کار دانشجویی عمل کنند استفاده کرده و معلولان را شناسایی و جذب مرکز علمی - کاربردی کنیم.

■ دکتر کاکویی: می‌توانیم در جلساتی با حضور هیأت امنای رعد و واحدهایی که وابسته به رعد هستند، سازمان بهزیستی، موسساتی مانند باور و... اعلام کنیم که برای اولین بار می‌خواهیم کلاس‌های آمادگی کنکور برگزار کنیم و افراد توان‌یاب را آموزش داده، توانمند کنیم و به آموزش عالی بیاوریم. این در راستای همان اهداف رعد است یعنی توانبخشی مبنی بر حرفه و شغل.

□ از وقتی که در اختیار نشریه توان‌یاب گذاشتید سپاسگزاریم.





یک روز با بچه‌ها در مرکز علمی-کاربردی رعد

اکنون در رشته نرم افزار درس می خواند. او امیدوار است که مقطع کارشناسی نیز در این مرکز برگزار شود و بتواند تا مراحل بالاتر به تحصیل خود ادامه دهد.

او آرزویش را پیدا کردن شغل در آینده و رسیدن به استقلال در زندگی بیان کرد و گفت: امیدوارم همان طور که مرکزی برای ما ایجاد شد و امکان تحصیل برایمان به وجود آمد، شرایط مناسب کار کردن نیز برای ما به وجود بیاید، چون در اکثر سازمان‌ها و مراکز امکان اشتغال و رفت و آمد برای معلولان وجود ندارد.

این دانشجو در مورد امکانات رفاهی مرکز گفت: سرویس رفت و آمد و ناهار برای بچه های کارآموز رعد وجود دارد ولی برای همه دانشجویان این امکان وجود ندارد و او مجبور است از مواد غذایی بوفه استفاده کند.

فاطمه بهمنی دانشجوی رشته نرم افزار پودمان ۲، از دیگر دانشجویان مرکز علمی، کاربردی رعد در مصاحبه با نشریه توانیاب گفت: من قبلاً کارآموز مرکز رعد بودم و از این طریق متوجه شدم که قرار است مرکز علمی، کاربردی در این مکان ایجاد شود و چون علاقه زیادی به تحصیل داشتم دفترچه گرفتم و ثبت نام کردم. او که از طریق شرط معدل وارد مرکز علمی، کاربردی رعد شده است گفت: دیپلم من

از دانشجویان به عمل می آید تا بتوانند مدرک کاردانی خود را دریافت کنند. او در پاسخ به این سوال که آیا از حضور در کلاس‌هایی که افراد عادی و توانیاب در کنار هم درس می‌خوانند، راضی است یا نه؟ گفت این که افراد توانیاب و افراد عادی با هم در کلاس‌های درس حضور دارند بسیار خوب است، چون بین افراد توانیاب با افراد عادی از لحاظ توانایی فکری و ذهنی تفاوتی وجود ندارد، اگر قرار بود که افراد توانیاب جدا از افراد عادی باشند کلاس‌های درس بسیار کسل کننده بود.

این دانشجو که مشکل میوپاتی پیشرونده دارد، از امکانات خوابگاه و سرویس بهداشتی برای رفت و آمد استفاده می کند. درخواست او این است که رشته‌های جدید و بیشتری در مرکز علمی، کاربردی ارائه شود. او رشته های موجود را خوب ولی محدود می داند و می گوید: که از ابتدا مایل به تحصیل در رشته تدوین فیلم یا تصویرسازی رایانه ای بوده است ولی چون این رشته در مرکز وجود ندارد

برای گفت و گو با توانیابان مرکز علمی، کاربردی رعد به آنجا رفتیم تا از نظرات آنها درخصوص این مرکز آگاه شویم. با تعدادی از توانیابان به ما گفت‌وگو نشستیم.

یکی از دانشجویان ترم دوم رشته نرم افزار کامپیوتر، طریقه آشنایی‌اش را با مرکز از طریق سایت اینترنتی بیان کرد و علت انتخاب این مرکز را مناسب‌سازی محیط مرکز و وجود آسانسور و رمپ برای رفت و آمد معلولان با ویلچر دانست. او که قبلاً در مدارس استثنایی درس خوانده و در رشته تصویرسازی کامپیوتری دیپلم گرفته است، تمایل بسیاری برای ادامه تحصیل در رشته تدوین فیلم‌سازی دارد ولی چون سایر مراکز مناسب‌سازی نشده و اغلب دارای پله هستند نتوانسته است در رشته مورد علاقه خود در مراکز دیگر ادامه تحصیل بدهد.

او که از طریق بهزیستی به این مرکز معرفی شده، گفت: برای ورود به مرکز از شرط معدل استفاده کرده است. او افزود: پس از پایان دوره فوق دیپلم، امتحانی

دیگر از رشته‌های این مرکز مانند مددکاری تغییر رشته بدهم. البته تاکنون به کمک خواهرم که همیشه در مراحل تحصیل یاور من بوده تا اینجا ادامه داده‌ام. حق بیان که مبتلا به CP است و با ویلچر رفت و آمد می‌کند در مورد نحوه رفت و آمد به مرکز می‌گوید: صبح با پدرم به مرکز می‌آیم و بعد از ظهرها برادرم به دنبالم می‌آید. البته اینجا سرویس رفت و آمد وجود دارد ولی مسیرهایش برای من مناسب نیست چون از شرق تهران می‌آیم و استفاده از سرویس مرکز که از میدان امام حسین می‌آید برایم سخت است بنابراین از خانواده‌ام کمک می‌گیرم.

می‌گوید: من قرار بود در کلاس‌های مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد، به عنوان کارآموز شرکت کنم ولی ازدوستانم شنیدم که در طبقه بالا، مرکز علمی کاربردی ایجاد شده است. این باعث خوشحالی من شد زیرا در صورتی که امکان ادامه تحصیل برای ما وجود نداشته باشد، مجبوریم خانه نشین شویم که این هم، برای ما سخت است و هم برای خانواده‌های ما. او ادامه می‌دهد، من چون مدتی رفت و آمدی به بیرون نداشتم، دچار افسردگی شده بودم. اما حالا به دلیل حضورم در این مرکز و درس خواندن، روحیه‌ام بهتر شده است. حق بیان حضور بچه‌های توان‌یاب

تصویرسازی کامپیوتر بود، و اکنون در رشته نرم افزار که تا حدودی با رشته‌ام مرتبط است درس می‌خوانم. او در مورد مشکلات موجود در مرکز به انتقال قسمت انتشارات از طبقه بالا به طبقه پایین اشاره کرد و گفت: قبلاً که انتشارات در طبقه بالا بود ما برای کپی کردن جزوات آموزشی خیلی راحت بودیم ولی اکنون با وجودیکه آسانسور وجود دارد ولی فضای انتشارات کوچک‌تر شده و برای توانیابان بخصوص برای کسانی که از ویلچر استفاده می‌کنند رفت و آمد در این شلوغی سخت است.

از دیگر مشکلاتی که توسط این دانشجو بیان شد، فضای ناکافی بوفه مرکز است که به دلیل شلوغی و ازدحام جمعیت، امکان استفاده برای توانیابان به دشواری صورت می‌گیرد. این دانشجو اختصاص فضای بیشتر به بوفه و قرار دادن میزهای بیشتری برای استفاده دانشجویان را الزامی دانست. فاطمه بهمنی ادامه داد: من هرگز فکر نمی‌کردم که روزی بتوانم به مرکز بیایم و از مسوولین مرکز خصوصاً آقای دکتر علاقه‌مند و کسانی که در تاسیس این مرکز زحمت کشیده‌اند تشکر می‌نمایم.

بهمنی حضور افراد توانیاب و عادی را در کنار هم، در کلاس درس بسیار خوب ارزیابی کرد و گفت: این با هم بودن، اعتماد به نفس توانیابان را بالا می‌برد و باعث می‌شود حضور این افراد در جامعه راحت‌تر پذیرفته شود و توانیابان به خاطر محدودیت جسمی، خانه نشین نشوند.

این دانشجو که به دلیل نوعی آرتروز، محدودیت حرکتی دارد، به سختی راه می‌رود و به تنهایی قادر به بالا و پایین رفتن از پله‌ها نیست. او می‌گوید: استفاده از سرویس‌های مرکز به دلیل داشتن پله‌های بلند بسیار مشکل است و بنابراین ترجیح می‌دهم از آژانس یا ماشین‌های عادی استفاده کنم. او ادامه می‌دهد: در صورتی که در اتوبوس کسی به عنوان مهماندار برای کمک وجود داشته باشد، برای توانیابانی مانند من که به سختی راه می‌روند بسیار خوب است.

بهمنی ارتقای رشته‌های موجود از کاردانی به کارشناسی و ایجاد رشته‌های دیگر در این مرکز را قدمی در جهت توانمندسازی معلولان و حضور مفید آنان در جامعه می‌داند.

زها حق بیان دیگر دانشجوی رشته نرم افزار این مرکز است که دیپلم علوم انسانی دارد. حق بیان، در مورد چگونگی آشنایی‌اش با مرکز علمی و کاربردی رعد

این دانشجو درباره پرداخت شهریه گفت: معلولانی که تحت پوشش سازمان بهزیستی هستند، بهزیستی درصدی از شهریه پرداختی را به آنها برگرداند که من البته نمی‌دانم این پول را به ما داده‌اند یا نه؟

حق بیان بزرگترین آرزویش را بدست آوردن شغلی مناسب با توان خود و در مکان مناسب سازی شده بیان می‌کند و می‌گوید: امیدوارم روزی بتوانم کار کنم و مستقل باشم و از خودم درآمدی داشته باشم تا هم سربرار خانواده نباشم و هم بتوانم به خانواده‌ام کمک کنم. دیگر دانشجوی رشته نرم افزار

و افراد عادی را در یک محیط، در کنار هم مثبت ارزیابی کرد و گفت: این مسأله باعث افزایش اعتماد به نفس در افراد دارای معلولیت می‌شود.

این دانشجو که از طریق اینترنت و با شرط معدل ثبت نام کرده است، گفت: من به کار کردن با کامپیوتر علاقمند هستم ولی چون در رشته علوم انسانی درس خوانده‌ام، در رشته نرم افزار کامپیوتر دچار مشکلاتی هستم، مثلاً درس‌های برنامه نویسی و ریاضی برایم سخت است و با وجودی که به رشته‌ام علاقمند هستم، در صورتی که مسوولین مرکز و خانواده‌ام موافقت کنند شاید در ترم‌های بعد به یکی



این با هم بودن، اعتماد به نفس توان یابان را بالا می برد و باعث می شود حضور این افراد در جامعه راحت تر پذیرفته شود و توان یابان به خاطر محدودیت جسمی، خانه نشین نشوند.

از مسوولین مرکز و کارکنان و اساتید، مرکز را از لحاظ علمی در سطح مطلوبی دانست و گفت: امیدوارم در آینده امکانات بیشتری برای توان یابان ایجاد شود و امکان تحصیل تا مقاطع بالاتر برای این افراد وجود داشته باشد. یاسمن جعفری ادامه داد: امیدوارم در آینده رشته تصویرسازی کامپیوتر در این مرکز تدریس شود، چون این رشته ای است که بسیاری از دانشجویان توانیاب قبلا در آن درس خوانده بودند و به آن علاقمند هستند.

این دانشجوی در مورد امکانات رفاهی موجود در این مرکز می گوید: امکانات این مرکز در کل خوب است و ما می توانیم از سرویس رفت و آمد و ناهارخوری مرکز رعد بهره مند شویم ولی کمبودهایی مانند نبودن لیوان یک بار مصرف برای آبخوری و یا فضای ناکافی بوفه و شلوغی آن هم وجود دارد که این مشکلات برای توان یابان به مراتب سخت تر از دانشجویان عادی است.

جعفری که با وجود مشکل CP توانایی راه رفتن دارد می گوید امیدوارم که در آینده کار مناسبی بدست آورم و این تحصیل کردن منجر به اشتغال برایم بشود.

دیپلم من کار و دانش کامپیوتر است که البته مرتبط با رشته کنونی ام می باشد ولی درس هایی مانند برنامه نویسی و ریاضی را که قبلا نداشته ایم، اکنون این درس ها برایم سخت است.

او که از طریق دوستانش که در مرکز رعد کارآموزی داشتند با مرکز علمی، کاربردی رعد، آشنا شده است، محیط مرکز را خوب ارزیابی می کند و از وجود مرکزی مناسب سازی شده برای معلولین اظهار خوشوقتی می نماید. او ضمن تشکر

کامپیوتر در مرکز علمی، کاربردی رعد، زهرا اسدی از کارآموزان سابق مجتمع رعد است. این دانشجو که کار آموخته ای کلاس های زبان و کامپیوتر و حسابداری است، از مسوولین مرکز علمی، کاربردی رعد و کارمندان آن بسیار تشکر کرد و گفت: از توان یابان مرکز رعد هیچ گونه شهریه ای برای شرکت در مرکز دریافت نشده است و تنها ۴۵ هزار تومان برای شرکت در امتحانات گرفته شده است، که ای کاش این مبلغ را هم نمی گرفتند.

اسدی که مشکل CP دارد و به سختی راه می رود، در مورد امکانات رفاهی مرکز می گوید: من از سرویس رفت و آمد مرکز رعد استفاده می کنم که آخرین سرویس ۴ بعد از ظهر می رود و روزهایی که کلاس فوق العاده دارم مجبور می شوم خودم برگردم. گاهی باید ۴ بار اتوبوس عوض کنم و به خصوص در زمستان خیلی دیروقت به خانه می رسم و این برایم خیلی سخت است.

او می گوید دانشجویان توان یاب می توانند از امکانات ناهار خوری مرکز رعد استفاده کنند.

یاسمن جعفری دیگر دانشجوی رشته نرم افزار کامپیوتر می گوید. از رشته ام راضی هستم، گر چه کمی برایم سخت است.



به زودی اتحادیه یا شورای مشورتی معلولان در سراسر کشور فعال می‌شود



وقتی برای گفت و گو با خانم فاطمه آلیا، به محل مجلس شورای اسلامی رسیدیم به تجمع تعدادی از ویلچرنشینان با در دست داشتن پلاکاردهایی با اشاره به مشکلات حمل و نقل معلولان در سطح شهر برخورد کردیم. جلوتر که رفتیم فردی را دیدیم که به میان جمع آمده بود و از مشکلات و انتظارات تجمع‌کنندگان یادداشت برمی‌داشت. او فرستاده مجلسیان به این جمع بود.

به همراه خانم آلیا قبل از آغاز گفت و گو به گوشه‌ای از محوطه مجلس شورای اسلامی رفتیم که کارهای دستی ارزشمند و زیبای معلولان در آن به نمایش گذاشته شده بود. به گفته خانم آلیا پیشنهاد شده است که نمایشگاه آثار فرهنگی - علمی و هنری معلولان به صورت دائمی در مجلس برقرار باشد تا نمایندگان برای تهیه هدایای مورد نیاز، از آنها خرید کنند.

این توجه نشان می‌داد که با وجود این که معلولان هنوز نماینده مستقیمی از خودشان در مجلس ندارند، اما با تشکیل فراکسیون حمایت از حقوق معلولان در مجلس، توجه نمایندگان به این اقلیت وسیع جلب شده است.

فاطمه آلیا نماینده دوره های هفتم، هشتم و نهم در مجلس شورای اسلامی است. او عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی و همچنین موسس و رئیس فراکسیون حمایت از حقوق معلولان است. با او در خصوص تشکیل این فراکسیون و فعالیت هایش به گفت و گو نشستیم؛ متن این گفت و گو در زیر می‌آید:

□ لطفا خودتان را معرفی کنید؟

فاطمه آلیا نماینده دوره‌های هفتم و هشتم و نهم در مجلس شورای اسلامی و همچنین عضو فراکسیون امنیت ملی و سیاست خارجی و موسس و رئیس فراکسیون حمایت از حقوق معلولان هستم. در مجلس هفتم ما فراکسیون حمایت از معلولین را راه اندازی کردیم و دلیل آن این بود که مراجعین زیادی از بین معلولان عزیز داشتیم و چون بعضا این افراد به علت محدودیت‌هایی که داشتند امکان نمایندگی مجلس را نداشتند، ما به این فکر افتادیم که چنین فراکسیونی داشته باشیم و از خود این عزیزان هم بتوانیم کمک بگیریم. خوشبختانه فراکسیون راه‌اندازی شد و با استقبال خوبی هم مواجه شد و بیش از ۱۱۰ نفر از نمایندگان مجلس شورای اسلامی عضو این فراکسیون شدند. این امر تحولی برای جامعه معلولان بود چون قبل از این آنها برای بیان خواسته‌هایشان، همیشه با مشکل روبه‌رو بودند، ولی از این

به بعد فراکسیونی داشتند که می‌توانستند مسائلشان را مطرح کنند.

پس از تشکیل این فراکسیون با NGOهای مرتبط، ارتباط برقرار کردیم و جلساتی با آنها برگزار نمودیم و سعی در برطرف کردن مشکلات معلولین کردیم. به دنبال تشکیل این فراکسیون، ایران به کنوانسیون جهانی حمایت از حقوق معلولین پیوست که این اقدامات در سال آخر مجلس هفتم (سال ۱۳۸۶) صورت پذیرفت. ما قانون جامع حمایت از حقوق معلولین را هم داشتیم و خروجی موثر آن بودجه‌های سالانه مناسب برای سازمان بهزیستی بود که بخش عمده‌ای از گروه هدف آن، افراد دارای معلولیت هستند. چون تا قبل از آن بهزیستی، بودجه کم و دیون و مشکلات زیادی داشت. با افزایش بودجه سالانه بهزیستی نقش سازمان بهزیستی به جایگاه خوبی رسید. یک وظیفه نظارتی هم داشتیم که ما باید بر یارانه‌هایی که به معلولان تعلق می‌گرفت، نظارت داشته

باشیم. در واقع مجلس ظرفیتی شد برای معلولان که مشکلاتشان را پیگیری کنند و ما هم تا جایی که توانستیم این مشکلات را از طریق مسئولین پیگیری می‌کردیم. یک مورد آن استخدام‌های وزارت آموزش و پرورش بود که ابتدا زیربار نمی‌رفتند، مدتی طول کشید و بالاخره جدولی تهیه شد که کسانی که در مرحله اول آزمون قبول می‌شدند به خاطر معلولیت کنار گذاشته نشوند و قانون ۳٪ استخدام، در آموزش و پرورش اعمال شود. در هر جای دیگر هم که آزمون استخدامی برگزار شود، سازمان بهزیستی موظف است با دستگاه برگزارکننده آزمون ارتباط برقرار نماید و معلولان واجد شرایط را برای شرکت در آزمون، معرفی کند. گاهی دیده می‌شود که سازمان‌ها به خاطر تسهیلاتی که باید پرداخت کنند و حمایت‌هایی که باید بکنند سعی می‌کنند که از زیر اجرای این قانون شانه خالی کنند، ولی روند پیگیری‌ها زیاد است و خصوصا در شهرستان‌ها تا حدود

زیادی به نتیجه رسیده‌ایم.

□ آیا این فراکسیون ارتباط منظمی با معلولین یا NGO های معلولان دارد؟

■ ما در این دو دوره سعی کردیم حداقل هر ۶ ماه یکبار با دبیران NGO ها جلسه‌ای داشته باشیم و مسئولین را هم دعوت می‌کردیم، مثلا اگر بحث تعاونی‌های معلولان بود وزیر تعاون را دعوت می‌کردیم، یا وزیر رفاه با توجه به اینکه بهزیستی زیر نظر ایشان بود، البته حالا دیگر این وزارتخانه‌ها با هم ادغام شده‌اند. یا با رئیس شورای عالی استان‌ها که با شهرداری‌ها مرتبط هستند و در زمینه مناسب‌سازی می‌توانستند کمک کنند یا با رئیس فدراسیون ورزش‌های معلولان و جانبازان در مورد ورزش معلولان و غیره جلسه می‌گذاشتیم.

البته این جلسات ممکن است تا حدی جنبه تشریفاتی داشته باشد ولی تا حدود زیادی NGO ها حرف‌هایشان را می‌زنند و یک کانال ارتباطی خوبی است که با ما مکاتبه کنند و ما این مکاتبات را با مسئولین و وزرا در میان گذاشته و رسیدگی می‌کنیم. برگزاری جلسات در مجلس هشتم نیز ادامه داشت.

□ در مورد قانون جامع حمایت از حقوق معلولان و این که اکنون تا چه حد این قانون رعایت می‌شود توضیح بدهید؟

■ قانون جامع حمایت از حقوق معلولان ۱۶ ماده دارد. این مواد شامل اشتغال معلولان، ادامه تحصیل آنان، مناسب‌سازی و موارد دیگر است. اشکالی که برای عملی شدن این قانون پیش آمد، این بود که زمانی که این قانون تصویب و به شورای محترم نگهبان ارجاع شد، به دلیل تراکم کاری در شورای نگهبان، فرصت بررسی و رفع ایرادهای قانون پیش نیامد، خصوصا در مورد نحوه تخصیص بودجه که آیا قابل اجرا هست یا نه؟ طبق آئین نامه مجلس اگر شورای نگهبان ظرف فرصت قانونی یعنی ده روز نظر خودش را ندهد، این قانون تأیید شده محسوب می‌گردد.

درواقع قانون جامع حمایت از معلولان، قانون تأیید شده‌ای بود که مورد بررسی قرار نگرفته بود. قوانینی که شورای نگهبان بررسی می‌کند، چنانچه ابهامی داشته باشد یا در تخصیص بودجه اش اشکالی باشد،

از آن ایراد گرفته می‌شود و به مجلس برگرداننده می‌شود تا مجلس آن را تکمیل کند. و این قانون تأیید شده یک مشکل داشت و آن تبصره دوم ماده ۱۶ آن بود که بیان می‌کرد تمام مواردی که در این ۱۵ ماده گفته شده است، در صورت تخصیص بودجه قابل اجراست. این مقداری دو پهلو بود؛ یک برداشت مثبت از آن می‌شد که یعنی حتما بودجه تعلق بگیرد تا این موارد محقق شود و یک برداشتی هم از آن می‌شد که در صورتی که بودجه موجود نباشد، این موارد قابل اجرا نیست که متاسفانه این برداشت دوم بیشتر مورد نظر قرار می‌گرفت. البته نظارت‌های ما نشان داد که اجرای این قانون از شهرستان به شهرستان، یا استان به استان فرق می‌کند. مجلس یک سری پیشنهادهای در زمینه‌های مختلف مثل کاهش ساعت کار معلولان آماده کرده است. ما اکنون قانون تقلیل ساعت کار جانبازان محترم را داریم که باید آن را به معلولان هم تسری بدهیم. ضمن احترام به جانبازان و فداکاری و ایثار آنان که در جای خود محفوظ است ولی تصور بفرمایید که اکنون یک جانباز

زودتر کار را تعطیل کند ولی فرد معلول طبق ساعت قانونی کار می‌کند. این یک تبعیض است و باید حتما این قانون به افراد دارای معلولیت هم تسری پیدا کند. ولی چون اصلاحیه‌ها بار مالی دارد و دولت باید به تعداد این افراد در قبال کسر ساعت کاری آنان پول بدهد، بنابراین دولت باید حتما به مجلس لایحه بیاورد یا مجلس مجلسی را برای تأمین اعتبارش تعیین کند. البته این یک مورد است و موارد دیگری نیز در قانون داریم که باید با توجه به شرایط تغییر کند. لذا به این منظور با آقای وزیر کار، دکتر شیخ‌الاسلامی جلسه‌ای گذاشتیم و ایشان هم رویکرد مثبتی داشتند. بنابراین ما پیشنهاداتمان را پس از تدوین هم در مرکز پژوهش‌های مجلس در جلسه‌ای با همکاری سازمان بهزیستی و وزارت تعاون و کار و رفاه اجتماعی و فراکسیون حمایت از حقوق معلولان ارائه کرده ایم و هم سعی کرده‌ایم به صورت طرح با لایحه به صورت یک قانون مستقل، مطرح کنیم.

□ آیا افراد دارای معلولیت می‌توانند نماینده مجلس شوند؟

■ چند ماه پیش پیشنهادی دادم مبنی بر این که افراد نابینا خودشان بتوانند نماینده مجلس شوند. طبق قانون اساسی وظیفه نمایندگی قابل واگذاری نیست، یعنی قائم به شخص است و خود نماینده باید وظایف قانونی‌اش را انجام دهد. طبق این قانون بعضی از اقشار معلولان نمی‌توانند نماینده باشند که البته شامل معلولان جسمی و حرکتی نمی‌شود. با بررسی که کردیم دیدیم که نابینایان با توجه به فناوری و تجهیزات کمکی که دارند می‌توانند بخوانند و بنویسند و رای دهند، پس می‌توانند نماینده مجلس باشند. ما طرح اصلاح ماده ۲۸ قانون انتخابات را ارائه دادیم و استدلال کردیم که با توجه به امکاناتی که در کشور برای کم بینایان و نابینایان وجود دارد، نمایندگی برای نابینایان امکان‌پذیر است. که البته این طرح در دستور کار مجلس است و ما تلاش کردیم که فوریت آن برای این دوره انتخابات رای بیاورد که چون فوریتش رای نیاورد، در این دوره به تصویب نرسید، ولی امیدواریم در دور بعدی مجلس، نابینایان هم بتوانند در رقابت‌های انتخاباتی شرکت کنند و مردم هم به آنها رای بدهند و آنها هم نماینده

تصمیم گرفتیم یک مجلس مشورتی معلولان تشکیل شود، یعنی در هر شهری معلولان از بین خودشان دو نفر را انتخاب کنند و این نمایندگان در جلساتی که در طول سال داریم حاضر شوند و نظرات مشورتی خود را بیان کنند

و یک معلول که هر دو در یک سازمان کار می‌کنند و شرایط جسمانی مشابهی دارند مثلا هر دو ویلچری هستند و یا از لحاظ توان جسمی در شرایط مشابهی قرار دارند نمی‌توان به فرد جانباز بگوییم دو ساعت

باشوند.

□ در قانون جامع حمایت از معلولان با تبصره دوم ماده ۱۶ چه کار کردید؟

■ در پیشنهادات جدید تبصره دو حذف می‌شود.

□ یعنی قرار است که بودجه کافی تخصیص داده شود و ضمانت اجرایی پیدا کند؟

■ بله. بودجه به اندازه کافی، تخصیص خواهد یافت. الان هم ضمانت اجرایی دارد منتها تبصره دو یک راه مفری است برای سازمان‌هایی که فکر می‌کنند کارهای الویت دارتری از پرداختن به امور معلولان وجود دارد و ممکن است بودجه‌ها به آن سمت سوق یابد. اگر این تبصره برداشته شود این قانون باید تمام موادش اجرا شود. البته با اصلاحات جدید ما موادی را هم اضافه کرده‌ایم. در عمل گاهی مسائل پیش می‌آید که شامل حال تمام معلولان نشود ولی در هر حال عده قابل توجهی از آنان را شامل می‌شود.

□ در مورد مجلس مشورتی که از آن صحبت کردید توضیح می‌دهید؟

■ ما در استان‌ها و شهرستان‌های مختلف تعداد قابل توجهی معلول در طیف معمولی / متوسط / شدید داریم و این افراد امکان این که در جلسات ما شرکت کنند را ندارند، بنابراین تصمیم گرفتیم یک مجلس مشورتی معلولان تشکیل شود. یعنی در هر شهری معلولان از بین خودشان دو نفر را انتخاب کنند و این نمایندگان در جلساتی که در طول سال داریم حاضر شوند و نظرات مشورتی خود را بیان کنند.

این پیشنهاد از همان مجلس هفتم و زمان ریاست آقای فقیه در سازمان بهزیستی طرح شد و زمینه‌هایش نیز فراهم شده است و چند وقت پیش آقای دکتر هاشمی ریاست جدید سازمان بهزیستی اعلام کردند که مقدمات این کار در شهرستان‌ها انجام شده و کم کم می‌توان این مجلس مشورتی را تشکیل دهیم. این اقدام در جهت تعامل موثر و تنگاتنگ با معلولان کل کشور است. زیرا ممکن است اولویت‌های ما با اولویت‌های

آنان فرق کند. چنانچه این مجلس مشورتی به نتیجه برسد، کمک مؤثری در ارتقای جایگاه معلولان است.

□ یکی از مشکلات اساسی معلولان مسئله اشتغال آنهاست که هم به قانون ۳٪ برمی‌گردد و هم مسئله کار آفرینی آنان. در این مورد فراکسیون چه فعالیتی انجام داده است؟

■ در مورد اشتغال یک سامانه اشتغال‌یابی را در سال گذشته در سازمان بهزیستی افتتاح

دستی و هنری و کارهای زینتی و... که بازار فروش هم برایش وجود داشته باشد. مهارت آموزی اهمیت بسیاری دارد. به غیر از بعضی از معلولیت‌های عقب‌مانده‌ذهنی یا معلولیت‌هایی که تا آخر عمر باید حمایت شوند، در سایر معلولیت‌ها، برای توانمندسازی معلولان باید تلاش شود تا بتوانند از چرخه حمایت بهزیستی خارج شوند و با توانمندی در رشته‌های مختلف علمی-صنعتی-هنری علاوه بر اشتغال خود، در حوزه کارآفرینی و اشتغال دیگران هم نقش آفرینی کنند.

□ لایحه توسعه اشتغال و کارآفرینی معلولان که توسط وزارت کار و امور اجتماعی نوشته شده است در چه مرحله‌ای قرار دارد؟

■ این لایحه هنوز در دستور کار مجلس قرار نگرفته است و فرآیند خودش را دارد. اگر این لایحه آماده شده باشد باید به مجلس تقدیم شود و در کمیسیون تخصصی یعنی کمیسیون اجتماعی باید روی آن کار کارشناسی انجام شود و چنانچه در صحن علنی مجلس تصویب شود، قابل اجراء است.

مسئله کارآفرینی برای معلولان از اهمیت خاصی برخوردار است. این چند سالی که من از نزدیک با آنان سر و کار دارم، دیده‌ام که خیلی زود به مرحله توانمندی می‌رسند و حتی می‌توانند، اشتغال برای هم‌نوعان خود ایجاد کنند. بنابراین مهارت‌آموزی در فرآیند کارآفرینی اهمیت دارد که باعث تقویت توانای‌های این افراد می‌شود.

□ یکی دیگر از مشکلات معلولان مناسب‌سازی شهری معابر، ادارات و دانشگاه‌ها است در این مورد مجلس چه اقدامی کرده است؟

■ ما برای مناسب‌سازی، بودجه در نظر می‌گیریم، ولی مناسب‌سازی در شهر، وظیفه شهرداری‌ها و وزارت راه و شهرسازی است. باید هم به معلولیت و هم به پیشگیری از معلولیت‌ها توجه کنیم. کسانی که با معلولیت به دنیا می‌آیند، یک بحث دارند ولی افراد سالمی که در اثر عوامل مختلف مثل ناهموار بودن راه‌ها،

گردید، که در واقع یک بانک اطلاعاتی است و مشاغل را که ایجاد می‌شود را به این افراد معرفی می‌کنند تا مشغول به کار شوند. یک سمیناری هم بود و آقای وزیر (دکتر شیخ‌الاسلامی) پیشنهاداتی داشتند و وزارت کار هم در جهت مهارت‌آموزی این افراد اعلام آمادگی کرد، تا این افراد پس از آموزش و مهارت‌آموزی، محصولاتی تولید کنند و در بازارچه‌هایی که برگزار می‌شود به فروش برسانند. انواع کارهای



یا ناامنی ساختمان‌ها یا تصادفات و غیره دچار معلولیت می‌شوند هم باید مورد توجه قرار گیرند.

ما خواسته‌ایم که در قانون بیاوریم چنانچه دستگاهی یا سازمانی به هر صورت باعث بروز معلولیت یا از کارافتادگی در افرادی از جامعه شود، خسارات را باید خود آن دستگاه مربوطه بپردازد. این موارد در قانون نیست و باید در اصلاحیه آورده شود. به هر حال بحث مناسب‌سازی وظیفه شهرداری‌هاست و در شهرداری‌ها هم بخشی برای مناسب‌سازی اختصاص داده‌اند و سازمان بهزیستی هم بخشی برای رسیدگی به این مسئله دارد و ما هم در جلساتی که با مسئولین داریم روی مسئله مناسب‌سازی تکیه می‌کنیم که هم باید از اضافه شدن به آمار معلولان پیشگیری کرد و هم برای معلولان حاضر در جوازهای ساختمان‌ها و ادارات و وزارتخانه‌ها و دانشگاه‌ها بر روی مسئله مناسب‌سازی تاکید شود تا که این افراد به راحتی بتوانند با ویلچر یا عصا رفت و آمد کنند. این کار احتیاج به نظارت بیشتری دارد و بررسی‌ها نشان داده است که تنها حدود ۳۰٪ مناسب‌سازی تحقق پیدا کرده است.

■ چشم‌انداز آینده برای این قوانین چیست؟

■ حرکت ما یک حرکت رو به جلوست. البته قبول داریم که تا حد مطلوب فاصله داریم. اعتقاد داریم که کرامت انسان‌ها

باید حفظ شود و نباید وجود معلولیت در فردی که ذهن فعال و خلاق دارد، ایجاد محدودیت نماید. ما در بین نخبگان خود معلولان زیادی داریم. زمانی بود که خانواده‌ها، فرزندان معلول خود را مخفی می‌کردند و از داشتن آنها خجالت می‌کشیدند. ولی امروزه این افراد در جامعه حضور دارند، درس می‌خوانند، خواستار حق و حقوق خود هستند و امکانات و تسهیلات طلب می‌کنند. این افراد در بحث بودجه سالانه سهم و جایگاهی دارند، NGOهایی در این خصوص به وجود آمده‌اند. امروزه این فرهنگ جا افتاده است که دولت به تنهایی نمی‌تواند به همه امور معلولان رسیدگی کند و ممکن است تنها بخشی از حمایت‌ها را بر عهده بگیرد ولی این افراد نیاز به فعالیت‌های اجتماعی فرهنگی و نیاز به کارهای جمعی و حضور جمعی دارند و هیچ راهی نیست جز این‌که NGOها تقویت و تشویق شوند.

پس از این‌که در مجلس هفتم این فراکسیون را دایر کرده بودیم در بین‌المجالس سوئیس خانم آربور کمیسر عالی حقوق بشر به پارلمان‌ها توصیه می‌کرد که در مجالس خود نگاهی هم به معلولان داشته باشند و کارهایی برای آنان انجام دهند. وقتی ما گفتیم که دو سال است که در مجلس فراکسیون حمایت از حقوق معلولان داریم، بسیار مورد توجه و تشویق قرار گرفتیم، چون اولین پارلمان

در دنیا هستیم که فراکسیون حمایت از حقوق معلولان و پیشگیری از معلولیت‌ها را در مجلس فعال کردیم. ما به کنوانسیون جهانی حقوق معلولان ملحق شده‌ایم و اکنون باید یک نهاد ملی تشکیل داده و باید گزارش‌هایی ارائه دهیم. اینها قدم‌های خوبی هستند که برداشته شده و باید بیش از این کار شود. این کارها باعث می‌شود که خود معلولان به صحنه بیایند وقتی آنها به صحنه بیایند ما باید به کنار برویم. معلولان باید این خیز را بردارند که بیایند و نماینده مجلس شوند و مسئولیت‌هایی را به عهده بگیرند.

در قانون جامع حمایت از معلولان گفته شده است که این افراد باید تا مراحل تحصیلات دانشگاهی مورد حمایت قرار گیرند، در صورتی که در کنوانسیون جهانی حقوق معلولان تا سوم راهنمایی ذکر شده است. یعنی قانون ما متریقی‌تر از کنوانسیون جهانی است. این که این افراد در متن جامعه هستند و نه در حاشیه و در عرصه‌های کار و تلاش حضور دارند، قدم بسیار خوبی است.

■ خیلی ممنون از این‌که وقتتان را در اختیار ما گذاشتید.



افراد دارای معلولیت باید این خیز را بردارند که بیایند و نماینده مجلس شوند و مسئولیت‌هایی را به عهده بگیرند.

حمدالله خواجه حسینی، کارشناس دفتر توانمندسازی معلولان در سازمان بهزیستی کشور:

توانمندسازی معلولان در گرو مشارکت همه سازمان‌ها



فعالیت‌های این دفتر (دفتر توانمندسازی معلولان) سنخیت بیشتری دارد و یکی از مهمترین کارهایی که در این دفتر انجام می‌شود بحث توانبخشی مبتنی بر جامعه یا CBR است. براساس فلسفه توانبخشی مبتنی بر جامعه ما می‌خواهیم نقش جامعه و عناصر مختلف جامعه را در توانمندسازی معلولان فعال‌تر کنیم. صرفاً این نباشد که یک سازمان یا یک دستگاه اجرایی متولی امور معلولان باشد. به همین خاطر در این دفتر برنامه‌هایی وجود دارد که نقش خانواده و ظرفیت‌هایی که در سطح شهر، منطقه یا حتی استان وجود دارد را به کار بگیرد. از جمله این برنامه‌ها، آموزش خانواده به کمک انتشار کتابچه‌های آموزشی است. همچنین از دیگر موارد قابل ذکر، فعال کردن شوراهای توانبخشی در سطح استان‌ها و شهرستان‌هاست که بخشی از این شورا متولیان توانبخشی استان و در بخش دیگر آن سعی بر این است که از دستگاه‌های اجرایی و فعالیت‌های گروه‌های همیار، شوراهای شهر و شورای عالی استان‌ها و NGOها که نقش مهمی دارند، کمک گرفته شود تا توانبخشی مبتنی بر جامعه شکل بگیرد. بخش دیگری از فعالیت‌های دفتر توانمندسازی معلولان، پرداخت شهریه به دانشجویان دارای معلولیت است. لازم است برگردیم به ماده ۸ قانون جامع حمایت از معلولان که معلولان را محق دانسته که از امکانات آموزشی موسسات آموزش عالی و دانشگاه‌ها به صورت رایگان استفاده کند.

ارائه می‌شود. بیمه مکمل معلولان قرار است از امسال به همه معلولان تعلق بگیرد. تاکنون تنها افراد ضایعه نخاعی به دلیل مشکلات خاصشان، از بیمه مکمل استفاده می‌کردند.

از دیگر اقدامات، پرداخت حق پرستار به معلولان مبتلا به ضایعه نخاعی است. اکنون ماهیانه ۷۵ هزار تومان به این افراد پرداخت می‌شود. گرچه این مبلغ بسیار ناچیز است و سازمان بهزیستی به دنبال افزایش منابع اعتباری آن است، ولی به دلیل وجود مشکلاتی، هنوز آنچه که انتظار داریم، محقق نشده است. اقدام دیگر پرداخت مستمری به افراد تحت پوشش سازمان است که شرایطی مانند مجرد بودن و متاهل بودن این افراد در میزان مبلغ مستمری دخالت دارد. فعالیت‌هایی که ذکر شد بر اساس رویکرد حمایتی توانبخشی است.

رویکرد دیگری نیز در توانبخشی داریم که رویکرد توانمندسازی و ارتقای سطح استقلال و سلامت است. در واقع رویکردهای حمایتی در جهت تداوم بهتر زندگی و رسیدن به سطحی از استقلال در افراد دارای معلولیت است، ولی در رویکرد توانمندسازی، هدف افزایش استقلال فرد تا خروج از چرخه حمایت سازمان بهزیستی است تا فرد دارای معلولیت بتواند زندگی مستقلی داشته باشد و وارد عرصه‌های مختلف فعالیت اجتماعی شود. ما اکنون در شرایط ایده‌آل نیستیم ولی در این مسیر حرکت می‌کنیم. رویکرد توانمندسازی با

حمدالله خواجه حسینی، کارشناس ارشد رشته روانشناسی، گرایش کودکان استثنایی است. او که از سال ۷۸ همکاری را با مطبوعات در حوزه معلولان آغاز کرده است، اکنون کارشناس دفتر توانمندسازی معلولان در سازمان بهزیستی کشور است. با او در خصوص فعالیت‌های این دفتر به گفت و گو نشستیم:

در رابطه با فعالیت‌های دفتر توانمندسازی معلولان در سازمان بهزیستی توضیح دهید؟

دفتر توانمندسازی معلولان با توجه به تعریفی که دارد، موظف به ارائه خدمات و فعالیت‌هایی در جهت تقویت حس استقلال در افراد دارای معلولیت است. حوزه معاونت توانبخشی رویکردهای مختلفی دارد، یک رویکرد، رویکرد حمایتی است و شامل حمایت‌هایی است که به فرد دارای معلولیت و خانواده او ارائه می‌شود، با این هدف که این افراد به حدی از استقلال که از آن برخوردار نیستند دست یابند و بتوانند زندگی را با امکاناتی که در اختیارشان قرار داده می‌شود بهتر ادامه بدهند. یکی از امکاناتی که در این رویکرد به این افراد داده می‌شود، بیمه مکمل معلولان است که برای تکمیل بیمه‌های پایه، توسط سازمان بهزیستی به افراد تحت پوشش،

چه دانشگاه‌های دولتی و چه دانشگاه‌های غیردولتی یا دانشگاه آزاد، قانون وقتی این مسئله را مطرح کرد باید اعتبار آن را پیش بینی می‌کرد. در واقع مشکل این قانون مشکل عدم تامین اعتبار آن است، یعنی دولت هنوز اعتباری برای قانون جامع حمایت از معلولان در نظر نگرفته است. بنابراین ماده ۸ این قانون آن طور که باید اجرا نمی‌شود. اعتباری که در اختیار سازمان بهزیستی قرار می‌گیرد، تقریباً یک پنجم آن چیزی است که انتظارش را دارد. بنابراین در پرداخت شهریه دانشجویان معلول دچار مشکل هستیم. به همین دلیل بر اساس دستورالعمل موجود، اولویت‌بندی‌هایی صورت گرفت و سقفی تعیین شد، بر این اساس که به دانشجویان مقطع کارشناسی، ترمی ۳۵۰ تا ۵۰۰ هزار تومان، در دوره کارشناسی ارشد ترمی یک میلیون تومان و در مقطع دکتری تا سقف ۲ تا ۲/۵ میلیون تومان شهریه پرداخت شود. که البته اکنون به دانشجویان مقطع دکتری، این شهریه پرداخت نمی‌شود و دانشجویان دکتری نابینا یا معلول جسمی به ما مراجعه می‌کنند و برای به اتمام رساندن پایان‌نامه خود، درخواست شهریه می‌کنند که در بسیاری موارد ما قادر به پرداخت نیستیم، زیرا اعتبارات ماده ۸ این قانون جامع مانند سایر مواد دیگر این قانون محدود است.

اما خدمت دیگری که در دفتر توانمندسازی و در جهت توانمندسازی معلولان ارائه می‌شود، پرداخت حق ایاب و ذهاب در جهت تسهیل رفت و آمد معلولان است. در این جا اولویت با معلولان جسمی حرکتی شدید می‌باشد. با نظارت سازمان بهزیستی و همکاری تشکلهای دولتی، تعدادی شرکت‌های حمل و نقل به صورت پیمانکاری فعالیت می‌کنند. ماشین‌هایی ویژه و مناسب‌سازی شده توسط این شرکت‌ها برای ایاب و ذهاب معلولان تهیه شده است که باز هم به دلیل محدود بودن اعتبار این بخش نیز در پرداخت حق ایاب و ذهاب دچار مشکلاتی هستیم. اکنون ما در حال تلاش و رایزنی با شهرداری هستیم، زیرا اعتقاد داریم که ایاب و ذهاب معلولان و مناسب‌سازی شهری به عهده شهرداری است و طبق ماده ۲ قانون حمایت از معلولان، شهرداری موظف است که مانند دستگاه‌های دیگر، امکانات حمل و نقل شهری را متناسب با نیاز افراد معلول ایجاد نماید. اکنون در دفتر توانمندسازی تلاش بر این است که شهرداری عهده‌دار این

وظیفه شود.

یکی دیگر از خدماتی که در راستای توانمندسازی معلولان به افراد واجد شرایط، ارائه می‌شود، تجهیزات کمک توانبخشی است که این خدمات از طریق دفتر توانمندسازی انجام نمی‌شود. تجهیزات توانبخشی توسط مراکز روزانه و کلینیک‌های توانبخشی در اختیار گروه‌های مختلف معلولان قرار می‌گیرد که در ارتباط با نابینایان و کم بینایان، در اختیار قرار دادن نرم افزارهای کامپیوتری، عصا و ساعت گویا و لمسی است و در ارتباط با معلولان جسمی حرکتی، وسایلی که حرکت آنها را تسهیل می‌کند، در

تخصیلات، زمانی می‌تواند به توانمندسازی و خودباوری و مشارکت فعال معلولان کمک کند که با پشتیبانی حمایت‌های قانونی و فرهنگ سازی و پذیرش جامعه همراه باشد

اختیارشان قرار می‌گیرد.

آیا شهریه دانشجویی اکنون به معلولان پرداخت می‌شود یا نه؟ و اگر پرداخت می‌شود بر اساس چه اولویت‌هایی است؟

شهریه دانشجویی در حال حاضر بر اساس اعتبارات موجود تقسیم‌بندی شده است. منطقی این است که کل شهریه دانشجویی را در هر ترم به معلولان بپردازیم ولی به دلیل محدودیت اعتبارات بر اساس تعداد دانشجویان هر استان متوسط میزان شهریه هر فرد در طول یک ترم در رشته‌های مختلف را در نظر می‌گیریم و به یک رقمی می‌رسیم. یک درصدی از آن مبلغ را پرداخت می‌کنیم تا بتوانیم حتی الامکان گروه‌های هدف را بیشتر پوشش دهیم. البته معمولاً تعداد متقاضیان بیشتر از پیش‌بینی ماست. خوشبختانه امروز تعداد زیادی از معلولان، وارد مراکز علمی و کاربردی شده و تعداد زیادی هم در دانشگاه آزاد تحصیل می‌کنند و نسبت

به گذشته تعداد بیشتری هم در کارشناسی ارشد و حتی در دوره دکتری هم خصوصاً در دانشگاه آزاد پذیرفته می‌شوند. میزان این شهریه‌ها فراتر از پیش بینی ما و فراتر از بضاعت سازمان بهزیستی است، بنابراین مجبوریم اولویت‌بندی کنیم. اولویت‌بندی اول، براساس مقطع تحصیلی است، شهریه او پرداخت شود تا بتواند با اتمام تحصیل برای بازار کار مهیا شود. در اولویت بندی‌ها، بضاعت مالی خانواده نیز بررسی و مورد توجه قرار می‌گیرد.

دیگر این که چنانچه فردی به خاطر امتیازات بالای علمی و با تلاشی که می‌کند حائز رتبه‌های ممتاز باشد طبیعتاً در اولویت قرار می‌گیرد و البته محدودیت‌هایی هم وجود دارد و چنانچه شخصی مشروط شود، شهریه ترم مشروطی پرداخت نمی‌شود و به ازای هر درس (واحد) فقط یک بار شهریه پرداخت می‌شود.

در حال حاضر حق ایاب و ذهاب معلولان به حساب شخصی خود آنها ریخته می‌شود؟

بله. حق ایاب و ذهاب معلولان به حساب خودشان ریخته می‌شود و شرکت‌های واسطه‌ای، خدماتی به معلولان ارائه می‌کند. به عبارتی ماشین‌های ویژه در اختیار شرکت‌های واسطه‌ای هستند و این شرکت‌ها زیر نظر سازمان بهزیستی، با تشکل‌ها همکاری می‌کنند.

آیا این امکان وجود دارد که معلولی که در شهرستان دیگری قبول می‌شود به شهر خود منتقل شود؟

تاکنون چنین کاری صورت نگرفته است. وارد شدن به این قضیه بیش از این که به سیاست‌های حمایتی سازمان بستگی داشته باشد، به سیاست‌های خود دانشگاه بستگی دارد. بهزیستی نمی‌تواند دانشگاهی را به چنین کاری ملزم کند. چون در این صورت دانشگاه از لحاظ کیفی و ظرفیت‌های دانشجویی دچار مشکل می‌شود و قطعاً مقاومت‌هایی صورت می‌گیرد. فرد دارای معلولیت در هر جایی که از لحاظ علمی رتبه اش را کسب کرده است باید مانند سایر دانشجویان تحصیل کند. مایلم این برابری فرصت‌ها را در بحث حمایت‌های تحصیلی یعنی پرداخت شهریه و قرار دادن یکسری وسائل کمک آموزشی در اختیار معلولان ایجاد کنیم. یکی دیگر از مهمترین کارهایی که سازمان بهزیستی با همکاری سازمان آموزش و پرورش

استثنایی و سازمان سنجش انجام داده است. بریل کردن سوالات امتحان کنکور و ایجاد امکانات مناسب برای این که این افراد بتواند در فضای متناسب و بر مبنای شرایط خودشان امتحان بدهند، است. امتحانات کنکور برای دانشجویان معلول اعم از نابینایان، کم بینایان و معلولان جسمی، حرکتی در دانشگاه توانبخشی برگزار می شود و در این محل امکاناتی ایجاد شده است که این افراد بتوانند با یک و نیم برابر وقت اضافه، امتحان بدهند و منشی نیز در اختیارشان قرار بگیرد و سوالات آنها به صورت خط بریل در رشته های مختلف تبدیل شود.

از قانون جامع حمایت از معلولان چه خبر؟ آیا موارد این قانون اجرا می شوند؟

وقتی که قانون جامع حمایت از معلولان را مطالعه می کنید می بینید که تمام دستگاه های اجرایی و نهاد قانون گزار و نهادهای نظارتی، متولی توانمندسازی معلولان شناخته شده اند، ولی متأسفانه این قانون عملاً اجرا نمی شود. البته اکنون قانون جامع حمایت از معلولان، در حال بازبینی است و پیشنهاد شده است که نهادی به نام شورای عالی معلولان زیر نظر ریاست جمهور و با نظارت شخص ایشان فعالیت کند و این شورا کمک نماید که اعتبارات قانون جامع در اختیار تمامی دستگاه ها قرار بگیرد، تا برای حل مشکل ایاب و ذهاب، متناسب سازی محیط شهری، مشکلات دانشجویان، حل مسئله اشتغال، بیمه و مسکن و... همه وزارتخانه ها و دستگاه ها، درگیر خدمات رسانی به معلولان شوند. چشم انداز بهزیستی، اجرای کامل قانون جامع حمایت از معلولان با همکاری تمام دستگاه ها است. در این صورت ما می توانیم چشم انداز توانمندسازی را به طور کامل ترسیم کنیم.

شورای عالی معلولان تشکیل شده است؟

خیر. ما موارد اصلاحی قانون جامع را به ریاست سازمان بهزیستی پیشنهاد کرده ایم و ریاست سازمان از طریق وزارتخانه به هیئت دولت تقدیم می کند. چنانچه موارد اصلاحی مصوب شود و به قانون جامع، الحاق شود یا به صورت یک قانون جدید تصویب شود، طبیعتاً یکی از چیزهایی که در دستور کار قرار می گیرد، تشکیل شورای عالی معلولان است که باید زیر نظر شخص

ریاست جمهور اداره شود و دستگاه ها، ملزم به تامین اعتبارات آن شوند.

تحصیل چه تاثیری در توانمندسازی معلولان دارد؟

در این موضوع بین معلولان و غیرمعلول نمی توان تفکیک قائل شد. اگر این اصل روانشناسی را بپذیریم که هر چقدر افراد به مهارت ها و ابزارها مجهز باشند و حمایت های بیشتری از آنها به عمل آید، اعتماد به نفس و خودباوری آنها افزایش می یابد، به این جا می رسیم که معلولان نیز مانند سایر افراد جامعه هر چقدر از جهت تحصیلی ارتقا پیدا کنند، سطح توانمندی و خودباوری و اتکا به نفس شان بیشتر خواهد شد. اصلی ترین کاربرد تحصیلات عالی برای معلولان افزایش اعتماد به نفس و تغییر نگرش آنها نسبت به خوشان است. ما در آموزش مهارت های زندگی به معلولان تلاشمان بر این است که خودباوری را در این افراد ایجاد نماییم که ایجاد خودباوری و اعتماد به نفس باعث تلاش بیشتر و توانمندی بیشتر آنان می شود.

نقش دوم تحصیل در توانمندی سازی معلولان این است که آنها را به عنوان متقاضی شغل و فعالیت های اجتماعی، همپای سایر افراد جامعه قرار می دهد و آنها می توانند با استفاده از مهارت های شغلی و حرفه ای و علمی تقاضای شغل داشته باشند و در آزمون های استخدامی شرکت کنند و در نظام ارزشیابی قرار بگیرند و گزینش شوند. ولی مشکلی که هست این است که تحصیلات، زمانی می تواند به توانمندسازی و خودباوری و مشارکت فعال معلولان کمک کند که پشتوانه حمایت های قانونی داشته باشد. وقتی معلولان پشتوانه

حمایتی ندارند اگر تحصیلات بالایی هم داشته باشند با آنها همان رفتاری می شود که در وزارت آموزش و پرورش اتفاق افتاد. تمامی افراد معلولی که در آزمون استخدامی آموزش و پرورش حائز رتبه علمی شدند به دستور مدیران ارشد و مسوولان وزارتخانه از جذب شدن در آموزش و پرورش محروم شدند.

یکی از مسوولان ارشد این وزارتخانه گفت که حضور معلولان به عنوان معلم

در کلاس های عادی باعث افسردگی و تضعیف روحیه دانش آموزان می شود. در جای دیگر ایشان گفته اند که نظام تلفیقی (نظامی که معلولان و افراد عادی در کنار یکدیگر درس می خوانند)، در مدارس، مغایر با اهداف نظام آموزشی است، چون باعث تضعیف روحیه دانش آموزان عادی می شود و این افراد دچار مشکلات رفتاری می شوند! پس تحصیلات گر چه به اعتماد به نفس و خودباوری و دستیابی به شغل بهتر منجر



می شود ولی در صورتی می توانند

کمک کننده باشد که حمایت های قانونی پشتوانه آن باشد و دیگر این که اگر محیط آموزشی و محتوای آموزشی متناسب با نیازهای معلولان باشد، تحصیلات موجب توانمندی می شود. پس علاوه بر شرط حمایت های قانونی، انطباق شرایط محیط های آموزشی و محیط های شغلی و اجتماعی با نیازهای معلولان باعث می شود که معلولان تحصیل کرده با توانمندی بیشتر به کار و فعالیت اجتماعی بپردازند.

به مناسبت شانزدهم
اردیبهشت ماه،
سالروز تصویب
قانون جامع حمایت
معلولان

قانونی برای اثبات

هویت اجتماعی معلولان

آنگاه که اراده‌های راسخ با هدفی مشترک پیوند می‌یابد، عزمی تازه در یک جامعه شکل می‌گیرد و انسان‌ها برای تحقق عدالت، قانونی می‌آفرینند تا برگ پرافتخاری را بر تاریخ حرکت‌های بشر دوستانه بیافزایند. تصویب قانون جامع حمایت از حقوق معلولان در شانزدهم اردیبهشت‌ماه ۱۳۸۳ در مجلس شورای اسلامی نیز از جمله حرکت‌های ماندگاری است که دورنمای امیدبخشی را فراروی جامعه معلولان کشور ترسیم کرده است. با این حال نگاهی به روند اجرای این قانون در طی هشت سال گذشته، نتیجه چندان رضایتبخشی به دست نمی‌دهد. وجود پاره‌ای ابهامات در مفاد قانون مزبور، عدم ضمانت اجرایی و پیش‌بینی نادرست منابع اعتباری آن موجب شده است تا تنها پشتوانه حقوقی معلولان، از توان لازم در اثبات هویت اجتماعی این افراد برخوردار نباشد. نگاهی نقادانه به موانع اجرایی قانون جامع حمایت از حقوق معلولان ما را بر آن می‌دارد تا دیدگاه‌های تنی چند از مسوولان و کارشناسان امر را در این باره بررسی کنیم تا با تحلیل نظرات آنان به راهکارهای موثری جهت احیای حقوق افراد دارای معلولیت دست پیدا کنیم.

هر چه بهتر قانون جامع حمایت از حقوق معلولان مستلزم پیش‌بینی و تخصیص دقیق بودجه آن است، می‌افزاید: «برخی مسوولان معتقدند که بودجه این قانون باید به طور کامل در اختیار سازمان بهزیستی قرار داده شود که عقیده نادرستی است. اگر معتقدیم که دستگاه‌های اجرایی مختلف باید در اجرای قانون همکاری کنند، قاعدتا بودجه آن نیز بایستی به شکل غیر متمرکز در اختیار آنها قرار گیرد».

■ در بررسی روند اجرای قانون جامع حمایت از حقوق معلولان همواره این پرسش مطرح است که کدام نهاد نظارتی می‌تواند مسوولیت نظارت بر حسن اجرای قانون را عهده دار شود؟ مسوول انجمن باور در این باره اذعان می‌دارد: «در قانون مذکور وظیفه نظارت بر این امر بر عهده سازمان بهزیستی گذاشته شده، در حالی که این سازمان، خود زیرمجموعه یک وزارتخانه است و از جایگاه حقوقی لازم برای پیگیری چنین امری برخوردار نیست.» وی در ادامه، پیشنهاد تشکیل شورای عالی معلولان به ریاست رئیس‌جمهور و عضویت نمایندگان دستگاه‌های اجرایی، کمیسیون‌های تخصصی مجلس و تشکل‌های معلولان را مطرح نموده و می‌گوید: «وجود چنین نهادی موجب هماهنگی دستگاه‌های اجرایی و پاسخگویی آنها به شخص رئیس‌جمهور می‌شود. شورای عالی معلولان در بالاترین

مهمترین موانع تحقق اهداف قانون مزبور دانسته و بر ضرورت بازبینی مفاد آن توسط کارشناسان مجرب تاکید می‌کند. نجفی در پایان اظهار می‌دارد: «قانون جامع حمایت از حقوق معلولان، آبروی نظام جمهوری اسلامی در مجامع جهانی است. این که بر یکسان‌سازی قوانین مربوط به جانبازان و معلولان و برابرسازی آنها در دسترسی به امکانات تاکید می‌شود، به هیچ‌وجه به معنای نادیده گرفتن ارزش والای جانبازان و رشادت‌های آنان نیست بلکه منظور، تحقق عدالت اسلامی میان گروه‌هایی است که برای حل مشکلات خویش به امکانات یکسان نیازمندند.»

■ بخش مهمی از مشکلات اجرایی قانون جامع حمایت از حقوق معلولان، به ضعف‌های محتوایی آن باز می‌گردد که از ضمانت اجرایی آن کاسته است. سهیل معینی، از فعالان حقوق معلولان و رئیس هیأت‌مدیره انجمن باور در این باره اظهار می‌دارد: «پیشنویس این قانون به جای آنکه به صورت لایحه از سوی دولت ارائه شود، به شکل طرح در مجلس بررسی شد و تصویب آن در صورتی امکان‌پذیر بود که بار مالی قانون به حداقل کاهش یابد. برای رسیدن به چنین هدفی، بسیاری از مواد آن تعدیل شد که در نتیجه کاهش بار مالی، ضمانت اجرایی قانون نیز کاهش یافت.» وی ضمن تاکید بر این که اجرای

■ بررسی روند اجرای قانون مزبور بدون آگاهی از فلسفه تصویب آن امکان‌پذیر نیست. ابوالقاسم نجفی، از مدیران اسبق سازمان بهزیستی در حوزه توانبخشی معلولان و مدیر انجمن ام. اس ایران، در این باره می‌گوید: «قانون جامع حمایت از حقوق معلولان زمانی به تصویب رسید که در کشور ما هیچ قانونی مختص به افراد معلول وجود نداشت و به همین جهت در زمان خود، حرکتی مترقی محسوب می‌شد. هدف اصلی این قانون، برابرسازی فرصت‌ها برای معلولان و تغییر نگرش جامعه نسبت به آنهاست. تعیین شیوه‌های دسترسی معلولان به فرصت‌های برابر در ابعاد مختلف، اعم از آموزش، توانبخشی، اشتغال، تامین سلامت و مشارکت اجتماعی آنان، از جمله هدف‌های اختصاصی قانون به شمار می‌رود.» وی می‌افزاید:

ظرف سال‌های اخیر تلاش بسیاری برای اجرای مفاد این مصوبه صورت گرفته است که در برخی زمینه‌ها مانند معافیت خانواده‌های افراد معلول از خدمت سربازی، از نتایج مطلوبی برخوردار بوده است، اما این که تبصره ماده ۱۶ قانون، اجرای آن را مشروط به تامین اعتبار دانسته، موجب عدم تعهد دستگاه‌های اجرایی در عملی ساختن مفاد آن شده است.» وی نبود ضمانت اجرایی و متولسی واقعی جهت پیگیری نحوه اجرای این قانون و عدم پیش‌بینی اعتبار آن در بودجه سالانه کشور را از



به قانون جامع حمایت از حقوق معلولان محدود کنیم، بازبینی آیین‌نامه‌های اجرایی آن به ویژه در بخش‌های آموزش، اشتغال و چگونگی پیگیری مسائل حقوقی معلولان ضرورت پیدا می‌کند.» دکتر صابری در ادامه بر نقش تشکل‌های دولتی معلولان به عنوان عوامل واسطه‌ای میان افراد معلول نیازمند کمک و معلولان دارای نقش‌های اجتماعی تاکید نموده و پیشنهاد تشکیل شبکه اجتماعی - حمایتی متشکل از انجمن‌های غیردولتی و معلولان دارای توانمندی‌های مختلف را مطرح می‌سازد.

قانون جامع حمایت از حقوق معلولان و کنوانسیون جهانی حقوق انسانی افراد معلول که در حال حاضر پشتوانه‌های حقوقی این قشر به شمار می‌روند، پیام مشترکی را به گوش آحاد مردم و مسوولان امر زمزمه می‌کنند و آن این که: «حمایت از افراد دارای معلولیت، تنها یک حرکت انسانی نیست بلکه وظیفه‌ای است که در

یک جامعه رو به پیشرفت دنبال می‌شود تا رشد اجتماعی - سیاسی یک کشور، متناسب با تحولات دنیای امروز تحقق پیدا کند. رفع موانع اجرایی و اصلاح مفاد قانون جامع حمایت از حقوق معلولان نیز در همین راستا انجام می‌شود. اما باید توجه داشت که تدوین و تصویب لایحه اصلاح این قانون مستلزم تقویت همکاری‌های بین بخشی میان وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی، سازمان بهزیستی، مجلس شورای اسلامی و تشکل‌های فعال در اوامر معلولان است. تشکیل کمیته مشترک میان بخش‌های فوق، ضمن جلوگیری از موازی کارهایی بی‌اثر، زمینه‌ای را فراهم می‌سازد تا مفاد قانون مزبور با تکیه بر دیدگاه‌های حقوقی، رفاه اجتماعی و توانبخشی مورد بررسی قرار گیرد و مشکلات ساختاری و محتوایی آن از میان برداشته شود.

آری، تنها در سایه اصلاح قوانین و نظارت عالی‌ترین سطوح اجرایی می‌توانیم جامعه‌ای خالی از تبعیض را برای اقشار آسیب‌پذیر ترسیم نماییم. آنگاه به چشم حقیقت در می‌یابیم که معلولیت، ناتوانی فراگیر نیست بلکه زمینه ساز پشتکار و توانایی به شرط آنکه راه، هموار باشد و عدالت روشنگر راه.

این مقاله در تاریخ ۹۱/۲/۲۵ در روزنامه ایران به چاپ رسیده است.

لایحه توسط دولت به مجلس ارائه گردد تا مشکلات اعتباری آن از میان برداشته شود. همچنین در اصلاح این قانون باید به مفاد کنوانسیون جهانی حقوق معلولان توجه نموده و ظرفیت‌های حقوقی و اجرایی آن را در کشور فراهم کنیم. چرا که روح حاکم بر این کنوانسیون، رفع تبعیض است و در بسیاری از موارد، حذف عوامل تبعیض آمیز از قوانین کشور، خواه ناخواه به حل مشکلات معلولان می‌انجامد.»

■ گروه دیگری از کارشناسان معتقدند که تمرکز بر اصلاح قانون جامع از حقوق معلولان، به تنهایی نمی‌تواند هدف‌های مورد انتظار را محقق سازد. دکتر علی صابری، حقوقدان، ضمن بیان دیدگاه خود را در این باره، حقوق انسانی را به دو دسته حقوق درجه اول (مدنی-سیاسی) و حقوق درجه دوم (اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی) تقسیم کرده و اظهار می‌دارد: «اگر قانون مذکور را بر اساس رویکردهای جهانی در نظر بگیریم باید آن را ناظر بر دیدگاه‌های رفاهی (حقوق درجه دوم) بدانیم که طی دهه‌های ۶۰ و ۷۰ میلادی بر امور معلولان حاکم بود. اما در حال حاضر ما به کنوانسیون جهانی حقوق معلولان ملحق شده‌ایم و می‌توانیم مطالبات سیاسی - مدنی معلولان از جمله حضور آنان در مجلس شورای اسلامی را با تکیه بر آن دنبال کنیم.» وی می‌افزاید: «اگر بخواهیم نگاه خود را صرفاً

جایگاه حقوقی می‌تواند ضمن قرار دادن بودجه کافی در اختیار دستگاه‌های اجرایی، بر عملکرد آنان در خصوص مسائل معلولان نظارت کند.»

■ حال باید پرسید که آیا اجرای ناقص مفاد قانون جامع حمایت از حقوق معلولان، از اهمیت آن می‌کاهد؟ معینی در پاسخ به این سوال بر وجوه حائز اهمیت قانون مذکور اشاره نموده و تغییر نگاه مسوولان از رویکردهای اخلاقی به دیدگاه‌های حقوقی در حمایت از معلولان، زمینه‌سازی جهت تصویب کنوانسیون حقوق افراد معلول، تسهیل ورود این افراد به مراکز آموزش عالی غیر دولتی و ترویج حقوقی و اجتماعی کل جامعه پیوند دارد و هر گونه تغییری در شاخص‌های رفاهی، مانند رشد بیکاری، زندگی افراد معلول را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد که البته گروه‌های آسیب‌پذیر تحت چنین شرایطی با مشکلات بیشتری مواجه می‌شوند.» وی با تاکید بر ضرورت مشارکت فعال بخش غیردولتی در توسعه کشور، ارتقای کمی و کیفی خدمات آموزشی، توانبخشی و اشتغال معلولان را منوط به گسترش فعالیت‌های این بخش دانسته و تاکید می‌کند که در اصلاح قانون جامع حمایت از حقوق معلولان باید به بخش خصوصی به شکل موثری توجه شود. رییس انجمن معلولان باور در پایان اظهار می‌دارد: «اصلاحیه قانون بایستی به صورت



داستان پین

سعیده اکبری

در دور دست‌ها و در دهکده‌های زیبا کلاغی زندگی می‌کرد به نام پن. کلاغک پره‌های سیاهی داشت به تاریکی شب اما در زیر این سیاهی قلبی داشت پاک و روشن همانند ماه در سینه آسمان. بین پن و کلاغ‌های دیگر تفاوتی وجود داشت و آن تفاوت ناتوانی او بود در پرواز چرا که در روزگار کودکی زمانی که به تازگی شروع به یادگیری پرواز کرده بود یکی از بالهایش در اثر اصابت به زمین آسیب دید و همین مسئله پرواز کردن را به مرور زمان برای او دشوار ساخت. این اتفاق در آغاز پن را بسیار اندوهگین ساخت زیرا که او رویاهایش را از دست رفته می‌دید اما با گذشت زمان به آرامی دریافت که هنوز رویاهایش زنده‌اند و او می‌تواند باز هم طعم شادکامی را بچشد. او هر روز صبح آواز سر می‌داد و به آدم‌هایی که از خیابان عبور می‌کردند سلام می‌کرد اما هیچ کس جوابی به او نمی‌داد و گاهی نیز بعضی آدم‌ها با نگاه سرد خود او را از خواندن باز می‌داشتند اما علی‌رغم همه اینها پن به خود دل‌داری می‌داد و

می‌گفت: شاید هنوز آدم‌های دیگری باشند در جاهایی دیگر با قلبهایی مهربان که مرا دوست بدارند.

پن کلاغ زیبایی نبود، زشت بود و سیاه اما دلش پاک بود هر چند دل سفیدش را کسی نمی‌دید بر خلاف ظاهر سیاهش. پن به خوبی می‌دانست کسانی هستند که او را دوست نمی‌دارند و در شگفت بود که همه آدم‌ها کبوتران، گنجشکان و پرنده‌های دیگر را دوست دارند. با خود اندیشید شاید چون دیگر نمی‌تواند همانند کلاغ‌های دیگر پرواز کند در نگاه آدم‌ها کوچک است. در نزدیکی آشیانه پن خانه‌ای قرار داشت که متعلق به یکی از ساکنین دهکده بود و در یکی از اتاق‌های آن خانه پسر بچه‌ای بود که گاهی پن او را می‌دید. روزها گذشتند و پن ناخود آگاه هر روز نگاهش را به اتاق پسرک می‌دوخت تا او را ببیند و روزی رسید که دریافت به آن پسر بچه علاقه‌مند شده و دوست دارد هر روز پسرک اولین کسی باشد که می‌بیند، به همین خاطر صبح‌ها به یادش قار قار می‌کرد و دیگر فقط برای او آواز سر می‌داد. هر روز چشمانش

را به پنجره اتاق پسرک می‌دوخت تا شاید او را ببیند اما پسرک کنار پنجره نمی‌آمد. پن پیش خود فکر کرد شاید پسرک در خواب عمیقی است شاید هم صدای خودش به اندازه کافی بلند و رسا نیست اما پس چرا بقیه آدم‌ها صدای او را می‌شنوند. حالا دیگر برای پن اینکه آدم‌های دیگر صدایش را بشنوند یا نه تفاوتی نمی‌کرد، او دوست داشت که فقط پسرک صدایش را بشنود و عکس‌العملی از خود نشان دهد که به کلاغک ثابت شود پسرک هم به وی می‌اندیشد و او را دوست دارد. پن برخلاف آنچه از نگاه سرد آدم‌ها دیده بود پیش خود فکر می‌کرد آوازش زیباست. به همین خاطر هر روز بیشتر و بیشتر آواز سر می‌داد اما بر خلاف انتظارش سر و صدای او خشم همسایگان را برانگیخته بود بنابراین از آن روز به بعد کمتر آواز خواند اما برای آنکه صدایش به پسرک برسد آشیانه‌اش را به درختی که نزدیک اتاق پسرک بود انتقال داد. روزها گذشتند اما پسرک توجهی به آوازهای کلاغک نمی‌کرد پن تصمیمی گرفت و با خود گفت: باید به پنجره اتاق پسرک نزدیک شوم و با منقار چند ضربه به آن بزنم با این کار او متوجه من خواهد شد. با این فکر شب را خوابید و صبح بی آنکه سر و صدایی کند خود را به پنجره رساند و با منقارش چند ضربه به پنجره نواخت و منتظر ماند اما خبری نشد که نشد پن باز هم ضرباتی به پنجره وارد کرد اما باز هم نتیجه‌ای نگرفت. قلب پاک کلاغ در سینه‌اش گرفت و در چشمانش برقی از اشک درخشید. از خود می‌پرسید که چرا با آن که علاقه زیادی به پسرک دارد او هیچ علاقه و واکنشی به کلاغک نشان نمی‌دهد ولی به پاسخ روشنی نمی‌رسید. ناامیدانه گام‌هایش را به عقب گذاشت و از کنار پنجره دور شد.

از فردای آن روز آدم‌ها با نگاهی مهربان به او می‌نگریستند چرا که او دیگر آواز نمی‌خواند، گویی آرامش به همسایگان باز گشته بود. روزهای آینده برای پن دیگر مانند گذشته نبود، لبخند گل‌ها و سبزه‌ها را احساس نمی‌کرد در سینه‌اش سنگینی احساس می‌کرد اما باز هم نگاهش به آن اتاق بود و به پسر بچه می‌اندیشید. روزها گذشتند تا اینکه روزی رسید که پسرک در حال بازگشت به خانه از زیر همان درختی گذشت که پن روی آن آشیانه ساخته بود پسرک از زیر درخت عبور کرد اما ناگهان ایستاد و نگاهش را به بالای درخت دوخت پن آنچنان در خود فرو رفته بود که توجهی

به آنچه در پیرامونش می‌گذشت نداشت اما نگاه پسرک آنچنان طولانی و عمیق بود که پن آن را حس کرد پسرک را در پایین درخت دید و حالتی از بهت و شادی در خود احساس کرد پن نمی‌فهمید که چرا مبهوت پسرک مانده و نمی‌تواند چیزی بگوید در حالیکه حرف‌های زیادی در دل داشت. تصویر پسرک برایش تار شد زیرا چشمانش را پرده‌ای از اشک پوشانده بود. ناگهان پسرک برگشت و به سمت اتاقش شروع به دویدن نمود و پن نگران و مردد در جایش باقی ماند چند دقیقه‌ای سپری شد و پسرک دوباره به سوی درخت بازگشت در حالیکه کاغذی در دستانش رقصان بود و همین که به پای درخت رسید دستانش را روی زانوهایش گذاشت تا استراحت کند و نفس‌های تندش آرام بگیرد سپس کاغذی را که در دست داشت رو به پن گرفت و به او نشان داد. پن به صفحه کاغذ نگرست، گویی خود را در آب برکه مشاهده می‌کرد، آری روی آن صفحه پسرک نقاشی او را کشیده بود. موجی از شادی در قلب پن به وجود آمد آنگاه پسرک با حرکات و اشارات دستش شروع به صحبت کرد، پن متوجه شد که پسرک ناشناخته‌ای است. به همین دلیل صدای او را نشنیده است. پسرک به او گفت هنگامی که در اتاقش تنها بوده همواره به او می‌اندیشیده و بارها در خیالش با او صحبت کرده است و چندین بار تصمیم داشته که به او نزدیک شود اما والدینش او را از این کار منع می‌کرده‌اند اما از آنجایی که پسرک به پن علاقه‌مند بوده تصمیم گرفت تا یک تصویر از او بکشد و این کار را زمانی انجام داد که پن در آشیانه‌اش به خواب رفته بود. قلب پن در سینه‌اش دیگر سنگینی نمی‌کرد و سبک مانند پر شده بود. نگاه پسرک به او نگاه عشق بود، هیچ انسانی تا به آن روز اینگونه به پن نگاه نکرده بود، به بال ضعیفش تکانی داد، نیرویی تازه در آن احساس کرد که بی‌سابقه بود تصمیم گرفت به خاطر پسرک پرواز کند پر گشود و خود را به او رساند و بر شانه‌اش نشست، پسرک دستش را به آرامی بر بال ضعیف او کشید و او را در آغوش خود جای داد. دل پسرک از رسیدن به پن شاد بود.

روز بعد آشیانه پن به اتاق پسرک نزدیکتر شد، حالا دیگر شب و روزشان با هم می‌گذشت و روزها روشن‌تر و شبها پر شکوه‌تر شده بود چرا که عشق یکدیگر را یافته بودند.

یکی از نعمت‌های بزرگی که خداوند به من عطا کرده است خانواده‌ام است



می‌دانست که من بیماری ام‌اس دارم ولی حقیقت را به ما نگفت.

■ **مادر پروانه، (خانم عصمت کوهی):** در آن زمان بیماری سرماخوردگی و زکام را هم بیماری ویروسی می‌گفتند و ما فکر می‌کردیم که بیماری ایشان یک بیماری جزئی و ساده است و اصلاً فکر دیگری نمی‌کردیم. من حتی به پزشک ایشان گفتم که پروانه عقد کرده است و قرار است به زودی ازدواج کند و ایشان هم گفتند مبارک است و خیلی هم خوب است.

■ **پروانه:** پس از آن من ازدواج کردم و زود هم بچه‌دار شدم و زایمان کردم. یک سال و نیم پس از به دنیا آمدن پسر، پیمان، دوباره دچار دوبینی و لرزش دست شدم. باز هم، به دکتر متخصص مغز و اعصاب خودم مراجعه کردم که ایشان گفتند این همان بیماری خودت است و چیز خاصی نیست و ناراحت آن نباش. من سوال کردم بیماری‌ام چیست؟ ولی باز هم ایشان اسم آن را نگفت و مقداری کورتین تجویز کرد. وقتی همسرم کورتین‌ها را دید نگران شد و نسخه پزشک را به پزشک دیگری نشان داده بود و آن پزشک هم گفته بود که باید ببینی بیماری‌اش چیست که این داروها برایش تجویز شده و این بود که همسرم به دکتر مغز و اعصاب خودم مراجعه کرد و آنجا متوجه شد که من بیماری ام‌اس یا مولتیپل اسکلروز دارم. پزشک به او گفته بود که این بیماری را از سال ۵۸ داشته و خانواده‌اش

پس از مدتی متوجه شدم که تمام بدنم به خواب می‌رود و بی‌حس می‌شود و گاهی احساس می‌کردم که لباسم به تنم چسبیده است که این به خاطر بی‌حسی بدنم بود. پس از مراجعه به دکتر عمومی، به دکتر متخصص مغز و اعصاب معرفی شدم و هر بار که به ایشان مراجعه می‌کردم مقداری دارو و آمپول برایم تجویز می‌شد که تا وقتی این داروها را استفاده می‌کردم، بهتر می‌شدم. نمی‌دانستم که مشکلم چیست و دکتر چیزی به ما نمی‌گفت. دو یا سه بار این حالت‌ها برایم پیش آمد و هر بار با یک علامت بود. یک بار تاری دید، یک بار با بی‌حسی دست و پا... تا این که در سال ۵۹ پس از گرفتن دیپلم مسئله ازدواج برایم پیش آمد. در همان ایام، تب شدیدی کردم و دید چشمانم دوباره مشکل پیدا کرد، به طوری که در حالت تب اطراف را خیلی محو می‌دیدم و مادرم مجبور بود دستم را بگیرد و مرا به مطب پزشک ببرد. دکتر تشخیص سرماخوردگی داد و گفت به خاطر سرماخوردگی چشمش مشکل پیدا کرده است.

پس از مدتی به پزشک خودم مراجعه کردم. تازه در آن موقع برایم سی‌تی‌اسکن و رادیوگرافی و نوار مغزی تجویز کرد. وقتی مادرم جواب آزمایش‌ها را پیش دکتر بردند و در مورد بیماری من از ایشان سوال کرده بودند دکتر گفته بود این نوعی ویروس است و مشکل خاصی نیست، البته دکتر

برای گفت‌وگو با فردی که به دلیل بیماری ام‌اس توانایی‌های جسمی‌اش کاهش یافته بود، به منزلش رفتیم. او برایمان از سیر بیماری و مشکلات زیادی که ابتلا به آن، در زندگی برایش پیش آورده بود و نقش خانواده در مسلط شدن به ناتوانایی‌هایش گفت.

پروانه (زهره) خان‌اف در این گفت‌وگو همراه با مادر مهربان و فداکارش (عصمت کوهی) شرکت کرد. جای پدر، که با همراهی، همفکری و زحمات زیاد همواره پشتیبان پروانه در زندگی بوده و هست در این گفت‌وگو خالی بود. گفت و گوی زیر را می‌خوانید:

□ **لطفا خودتان را معرفی کنید و در مورد بیماری خود توضیح دهید؟**

■ **من زهرا خان‌اف (پروانه) متولد سال ۱۳۴۱ هستم. بیماری من از سال ۵۸ یعنی زمانی که در سال سوم دبیرستان تحصیل می‌کردم شروع شد. در آن زمان احساس کردم که چشمم تار است و گاهی دوبینی داشتم و خوب تخته سیاه را نمی‌دیدم یا مدام مرتب از دستم می‌افتاد. به چشم پزشک مراجعه کردم که عینک به من داده شد و در آن زمان به خودم تلقین می‌کردم که دیدم بهتر شده است ولی**

پشت

شماره ۳۳ بهار ۱۳۹۱

هم می دانسته اند ولی به شما نگفته اند. این شد که همسر من با این تصور که ما حقیقت را از او پنهان کرده بودیم، درخواست جدایی و طلاق کرد.

■ **مادر پروانه:** ایشان گفتند که به من خیانت شده و حقیقت از من پنهان نگه داشته شده است، در صورتی که ما واقعا از بیماری پروانه بی خبر بودیم.

□ **شما فکر می کنید آیا اگر از ابتدای تشخیص بیماری شما در جریان نوع آن و درمان آن قرار داشتید سیر بیماری، بهتر کنترل می شد؟**

■ **مادر پروانه:** بله حتما اینطور بود. آن زمان پروانه تازه دیپلم گرفته بود و قصد ادامه تحصیل داشت و به فکر ازدواج نبود ولی با انقلاب فرهنگی و بسته شدن دانشگاه ها او ازدواج کرد و البته اگر ما می دانستیم بیماری اش چیست هرگز این ازدواج اتفاق نمی افتاد.

■ **پروانه:** پس از آن ما با وجود یک بچه از هم جدا شدیم. در طول یازده ماه که مراحل انجام طلاق طول کشید پسر من پیش من بود و هفته های دو شب را با پدرش می گذراند ولی پس از طلاق بچه به پدرش داده شد و هفته ای یک شب پیش من می آمد و این ادامه داشت تا وقتی که پیمان به کلاس دوم راهنمایی رسید. در آن موقع او را برای من فرستادند تا بیشتر به درسش رسیدگی شود، البته پدرش هم ازدواج کرده بود. پیمان دیگر با من بود تا وقتی که دیپلم گرفت و توانست کفالت مرا به عهده بگیرد و از سر بازی معاف شود

و چهار ماه بعد هم برای تحصیل به انگلیس رفت. او در آنجا تحصیل کرد و الان مهندس نرم افزار است و زندگی خوبی هم دارد.

پس از اینکه به خانه پدرم برگشتم تا مدتی حال من خوب بود و خودم کارهایم را انجام می دادم و حتی رانندگی می کردم و در دانشگاه آزاد ثبت نام کردم و به دانشگاه رفتم. ولی از همان زمان با همه دکترها قهر کردم. نگفتم حقیقت بیماری ام را خیانتی در حق خودم می دانستم و به مدت یک سال و نیم از مراجعه به هر پزشکی خودداری کردم و فقط از داروهای گیاهی استفاده می کردم. ولی به مرور حال بدتر شد و مرتب به زمین می خوردم. در آن زمان دوستی داشتم از دوران

دبیرستان که او نیز به بیماری ام اس دچار بود. او مرا تشویق کرد که به دکتری که خودش می رفت مراجعه کنم. در اواخر سال ۶۳ به ایشان مراجعه کردم و به دستور ایشان در بیمارستان لقمان بستری شدم و تحت درمان قرار گرفتم. حال من بهتر شد و در رشته ادبیات عرب در دانشگاه مشغول به تحصیل شدم ولی پس از مدتی این رشته را رها کردم و از طرفی بعد از دو سال دوباره حال من بد شد. بعد از آن به دکترهای دیگری مراجعه کردم ولی مرتب حال من بدتر می شد. در سال ۷۶ از طریق یکی از آشنایان با مجتمع نیکوکاری رعد آشنا شدم. آشنایی با این مرکز در تقویت روحیه من بسیار تاثیرگذار بود زیرا در این محیط انسان افرادی را می بیند که شرایطی مانند خود یا حتی بدتر از خودش دارند و بسیاری از آنان از حمایت خانواده های خود نیز برخوردار نیستند. من در کلاس های مختلف رعد شرکت کردم، در کلاس هایی مانند حسابداری، نقشه کشی، کامپیوتر و کلاس های هنری شرکت کردم و در بعضی از رشته ها مدرک فنی و حرفه ای گرفتم.

■ **مادر پروانه:** پروانه مایل است که در جایی خارج از خانه کار کند ولی پدرش اجازه نمی دهد چون نگران است که میباید در بیرون از خانه آسیبی به او وارد شود. هر جا که پروانه بخواهد برود، خودشان او را می برند و می آورند.

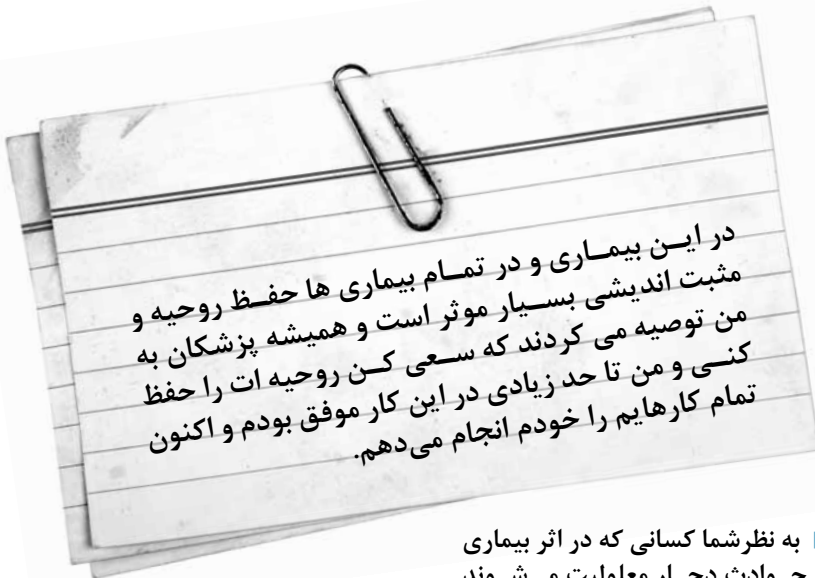
□ **در مورد نقش خانواده در برخورد با بیماریتان توضیح دهید؟**

■ **پروانه:** یکی از نعمت های بزرگی که

خداوند به من عطا کرده است خانواده ام است. من همیشه خداوند را شاکرم که اگر این بیماری را دارم، در عوض، خداوند پدر و مادری به من داده است که در همه امور مرا یاری کرده اند و همیشه حامی من بوده اند. من از سال ۶۹ تا سال ۸۲ به مدت دوازده سال روی ویلچر بودم. زمانی حتی نمی توانستم لباس بپوشم و یا جورابم را به پا کنم. شبهایی بود که من تا صبح چندین بار از پدرم می خواستم که پای مرا حرکت دهند، چون خودم قادر به خم و راست کردن پایم نبودم، زانویم آنقدر سفت بود که کسی جز پدرم قادر به خم کردن پایم نبود و من نمی توانستم در رختخواب از این دنده به آن دنده شوم و پدرم مرا می چرخاند. پدرم هر روز مرا به مرکز رعد می بردند و دوباره ظهر به دنبالم می آمدند و مرا به خانه می آوردند. مسلما در ابتدای بیماری ام خانواده ام بسیار ناراحت بودند ولی نه تنها من را مورد کم لطفی قرار نمی دادند بلکه لطفشان نسبت به من بیشتر هم شد. نه تنها خانواده ام بلکه تمام فامیل و دوستانم به نحوی مرا حمایت می کردند و حتی می توانم بگویم به من احترام بیشتری می گذاشتند. یک بار پدرم به شوخی به من گفتند که: آخه تو چی داری که اینقدر همه به تو علاقه دارند و من گفتم که درست است که مریض هستم ولی عقلم و فکرم سالم است.

اگر درست فکر کنیم می بینیم که معلولیت جسمی هیچ اشکالی ندارد بلکه عقل معیوب و فکر معیوب است که مشکل دارد. اگر کمک و حمایت پدر و مادرم و خانواده ام نبود شاید من همیشه روی ویلچر می ماندم و وضعم خیلی بدتر می شد. ولی مادرم همیشه می گفت همین چند قدم که در خانه از اتاق تا حمام یا دستشویی با کمک دیگران راه می روی، کمک می کند که از پا نیافتی. قبل از ماه رمضان سال ۸۲ بود که دکترم از من پرسید: آیا تو اصلا راه هم می روی؟ و من گفتم وقتی برای فیزیوتراپی به مجتمع رعد می روم یک دستم را کسی می گیرد و یک دستم را به زنده ها می گیرم و راه می روم. از من پرسید پس چرا با ویلچر می آیی؟ و همین باعث شد که دفعه بعد با پای خودم به مطب دکتر بروم. من از همان شب اول ماه رمضان با کمک پدر و برادرم که هر کدام یک دستم را می گرفتند شروع به راه رفتن دور سالن پذیرایی کردم. ابتدا شبی یکی دو دور راه می رفتم و از خستگی می نشستم و از شب





در این بیماری و در تمام بیماری‌ها حفظ روحیه و مثبت‌اندیشی بسیار موثر است و همیشه پزشکان به من توصیه می‌کردند که سعی کن روحیه‌ات را حفظ کنی و من تا حد زیادی در این کار موفق بودم و اکنون تمام کارهایم را خودم انجام می‌دهم.

■ به نظر شما کسانی که در اثر بیماری یا حوادث دچار معلولیت می‌شوند با افرادی که به صورت مادرزادی با محدودیت فیزیکی به دنیا می‌آیند، چه تفاوتی با هم دارند؟

■ پروانه: کسی که از ابتدا محدودیت فیزیکی دارد، تا حدی وضعیت خود را پذیرفته است و خودش را با شرایطش وفق می‌دهد ولی کسانی که در اثر عارضه‌ای دچار محدودیت فیزیکی می‌شوند ابتدا خیلی جا می‌خورند چون برایشان غیرمنتظره است و اگر اطرافیان به جای حمایت کردن، او را اذیت و یا طرد کنند، وضعیت روحی بسیار بدی پیدا می‌کند و دچار استرس و اضطراب و کاهش اعتماد به نفس می‌شود.

من هیچوقت ناشکری نکرده‌ام و همیشه راضی به رضای خدا بوده‌ام. البته در زمانی که مراحل طلاق را می‌گذراندم بسیار ناراحت بودم و در زمانی دچار افسردگی شدید هم شدم ولی نه این‌که بخواهم خدا را مسوول بدانم بلکه تا حدی خودم را مقصر می‌دانستم. شاید نباید اینقدر خودم را برای شرایطی که بوجود آمد مثلا جدایی از همسر ناراحت می‌کردم. شاید اگر آن موقع مثل حالا فکر می‌کردم، می‌توانستم راحت‌تر با مسئله روبه‌رو شوم و با آرامش بیشتری زندگی را بگذرانم. الان می‌دانم که هیچ چیز در این دنیا ارزش خودخوری کردن را ندارد. برخورد اطرافیان و خانواده فرد دارای محدودیت فیزیکی با او بسیار مهم است. وقتی کسی با نقص فیزیکی به دنیا می‌آید یا اشتباه و ناآگاهی پدر و مادر بوده است و یا خواست و امتحان خداوند بوده است. به هر حال این فرد گناهی ندارد و یا کسی که در اثر حادثه یا بیماری معلول می‌شود نباید مورد سرزنش قرار بگیرد. من معلولان را می‌شناسم که افراد خانواده با آنها برخوردهای بدی دارند که این مسئله باعث تضعیف روحیه و اعتماد به نفس در

سوم فقط با کمک پدرم هر بار دو سه دور اطراف سالن راه می‌رفتم و در شب‌های آخر ماه رمضان دیگر می‌توانستم تا ده دور بدور سالن راه بروم و هر چه بیشتر راه می‌رفتم احساس می‌کردم که سنگینی کمتری را به دست پدرم منتقل می‌کنم. کم‌کم از پدرم خواستم که عصایم را بیاورند تا با کمک عصا راه بروم ولی ایشان قبول نمی‌کردند و نگران بودند که زمین بخورم. من از ایشان خواستم که با فاصله نیم متر از من در کنارم راه بروند و مواظب من باشند و چند شبی به این طریق راه رفتم تا این که پدرم مطمئن شدند که من می‌توانم به تنهایی با عصا راه بروم ولی از من قول گرفتند که وقتی در منزل نیستند من با عصا راه نروم. به این ترتیب، به تدریج توانستم ویلچر را کنار بگذارم. درواقع پدرم از تمام کارهای اجتماعی‌شان به خاطر من دست کشیدند.

■ مادر پروانه: زمانی بود که ما مجبور بودیم برای این که پروانه بتواند روی پایش راه برود به پایش ضربه بزنییم و چون خودش نمی‌توانست پایش را حرکت دهد، به این صورت که دو نفر دستش را می‌گرفتیم و با پا یا دست به پایش ضربه می‌زدیم تا یک پایش به جلو برود، سپس می‌توانست پای دیگری را خودش به جلو ببرد. این کار باید در هر قدم تکرار می‌کردیم و این کار بسیار سختی بود که فقط از پدر و برادر و گاهی من و خواهرش برمی‌آمد و دوستان و فامیل نمی‌توانستند این کار را بکنند. ولی کم‌کم توانست به تنهایی با عصا راه برود و این خیلی برای ما خوشحال‌کننده بود. پروانه مدت‌ها بود که نمازش را روی ویلچر یا صندلی می‌خواند و بعدا توانست ایستاده نماز بخواند که البته اوایل به کسی نمی‌گفت که ایستاده نماز می‌خواند، چون همه می‌گفتند که نباید این کار را بکند چون ممکن است تعادلش را از دست بدهد و زمین بخورد.

□ آیا در حال حاضر از دارو استفاده می‌کنید؟

■ پروانه: اوایل ۵ سال از کورتن خوراکی استفاده کردم ولی بعد پزشک دیگری کورتن تزریقی برایم تجویز کرد که به دلیل پایین بودن دوز آن حالم بدتر شد، تا وقتی کورتن خوراکی مصرف می‌کردم کاملا ویلچری نبودم. الان به خاطر تشنج و مشکل صورتم دارو استفاده می‌کنم. در حال حاضر بیماری‌ام کنترل شده است و نیاز به مصرف داروهای دیگر ندارم.

آنان می‌شود. در این بیماری و در تمام بیماری‌ها حفظ روحیه و مثبت‌اندیشی بسیار موثر است و همیشه پزشکان به من توصیه می‌کردند که سعی کن روحیه‌ات را حفظ کنی و من تا حد زیادی در این کار موفق بودم و اکنون تمام کارهایم را خودم انجام می‌دهم.

□ آیا شما با مرکز رعد همکاری و فعالیت دارید؟

■ بله من در واحد رسانه رعد فعالیت دارم و کارهای تبلیغاتی انجام می‌دهم. من در سال ۸۶ وارد دانشگاه علمی کاربردی شدم و در رشته نرم‌افزار کامپیوتر تحصیل کردم و اکنون هم از داخل منزل، با واحد رسانه رعد فعالیت دارم.

□ در کنار حمایت‌های خانواده و دستورات دارویی آیا اقدامات درمانی مانند فیزیوتراپی را هم انجام داده‌اید؟

■ بله در این بیماری انجام فیزیوتراپی بسیار مهم است و من زمانی هر روز در مجتمع رعد فیزیوتراپی داشتم معمولا در فیزیوتراپی‌ها از دستگاه‌های الکتریکی بیشتر استفاده می‌شود ولی فیزیوتراپی در مرکز رعد، بیشتر به صورت تمرین‌های جسمی و ورزش و تحرک بود که خیلی در مورد من موثر بود و به من کمک زیادی کرد.

الان هم هفته‌ای دو روز برای کاردرمانی به دانشکده توانبخشی می‌روم که کاردرمانی هم مانند فیزیوتراپی به افراد دارای معلولیت کمک می‌کند که تا حد زیادی بتوانند کارهایشان را خودشان انجام دهند و باعث توانبخشی این افراد می‌شود.





لبخندی که زندگی ام را نجات داد!

بسیاری از مردم کتاب شاهزاده کوچولو اثر اگزوپری را می‌شناسند. اما شاید همه ندانند که او خلبان جنگی بود و با نازیها جنگید و کشته شد. قبل از شروع جنگ جهانی دوم اگزوپری در اسپانیا با دیکتاتوری فرانکو می‌جنگید. او تجربه‌های حیرت‌آور خود را در مجموعه‌ای به نام لبخند گردآوری کرده است.

در یکی از خاطراتش می‌نویسد که او را اسیر کردند و به زندان انداختند او که از روی رفتارهای خشونت‌آمیز نگهبانها حدس زده بود که روز بعد اعدامش خواهند کرد مینویسد:

مطمئن بودم که مرا اعدام خواهند کرد به همین دلیل بشدت نگران بودم. جیبهایم را گشتم تا شاید سیگاری پیدا کنم که از زیر دست آنها که حسایی لباسهایم را گشته بودند در رفته باشد یکی پیدا کردم و با دستهای لرزان آن را به لبهایم گذاشتم ولی کبریت نداشتم.

از میان زده‌ها به زندانبانم نگاه کردم. او حتی نگاهی هم به من نینداخت درست مانند یک مجسمه آنجا ایستاده بود.

فریاد زدم: هی رفیق کبریت داری؟

به من نگاه کرد شانهایم را بالا انداخت و به طرفم آمد. نزدیک‌تر که آمد و کبریتش را روشن کرد بی‌اختیار نگاهش به نگاه من دوخته شد. لبخند زدم و نمی‌دانم چرا؟ شاید از شدت اضطراب، شاید به خاطر این که خیلی به او نزدیک بودم و نمی‌توانستم لبخند نزدم.

در هر حال لبخند زدم و انگار نوری فاصله بین دلهای ما را پر کرد میدانستم که او به هیچ وجه چنین چیزی را نمیخواهد. ولی گرمای لبخند من از میله‌ها گذشت و به او رسید و روی لبهای او هم لبخند شکفت. سیگارم را روشن کرد ولی نرفت و همانجا ایستاد مستقیم در چشمهایم نگاه کرد و لبخند زد من حالا یا علم به اینکه او نه یک نگهبان زندان که یک انسان است به او لبخند زدم نگاه او حال و هوای دیگری پیدا کرده بود.

پرسید: بچه داری؟

با دستهای لرزان کیف پولم را بیرون آوردم و عکس اعضای خانواده‌ام را به او نشان دادم و گفتم: اره ایناهاش

او هم عکس بچه‌هایم را به من نشان داد و درباره نقشه‌ها و آرزوهایی که برای آنها داشت برایم صحبت کرد. اشک به چشمهایم هجوم آورد. گفتم که می‌ترسم دیگر هرگز خانواده‌ام را نبینم. دیگر نبینم که بچه‌هایم چطور بزرگ می‌شوند.

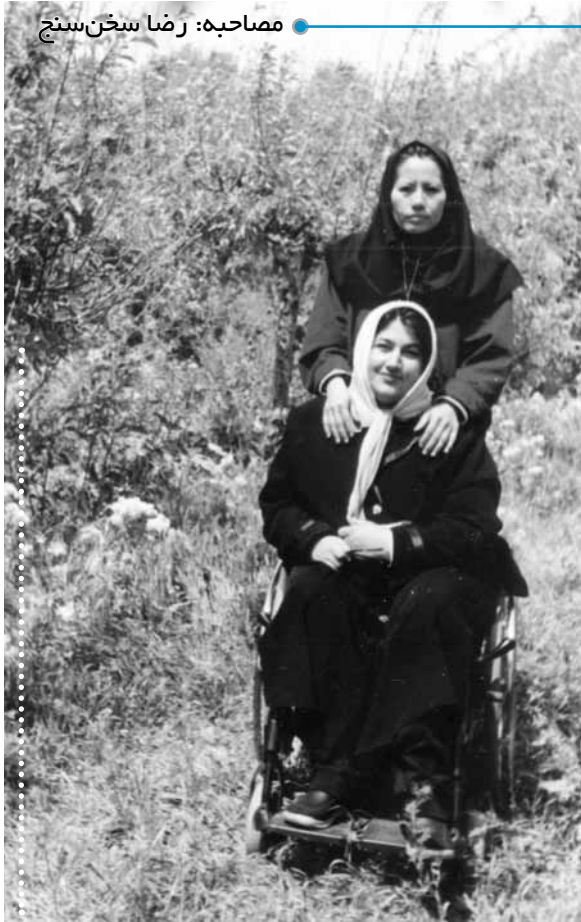
چشم‌های او هم پر از اشک شدند. ناگهان بی‌آنکه که حرفی بزند قفل در سلول مرا باز کرد و مرا بیرون برد. بعد هم مرا بیرون زندان و جاده پشتی آن که به شهر منتهی می‌شد هدایت کرد نزدیک شهر که رسیدیم تنه‌ایم گذاشت و برگشت بی‌آنکه کلمه‌ای حرف بزند.

یک لبخند زندگی مرا نجات داد!



تجسم ار داه، تصور همت

مصاحبه: رضا سخن سنج



لطفاً خودتان را برای شناخت بیشتر خوانندگان ما معرفی کنید.

من نسرین مقامی پور متولد ۱۳۵۶ هستم و الان در رشته حقوق، گرایش علوم ثبتی تحصیل می‌کنم. من از کارآموزان قدیمی رعد هستم که از سال ۱۳۸۰ عضو مجتمع رعد شدم و کلاس‌های هنری مثل قالی‌بافی، خوشنویسی را اینجا گذرانده‌ام و به خاطر تحصیلاتم در کلاس‌های زبان و حسابداری مجتمع رعد شرکت کردم.

چگونه با مجتمع رعد آشنا شدید؟

سال ۱۳۷۰ بر اثر یک سردرد بیمار شدم و در ادامه آن بیماری به معلولیت جسمی حرکتی دچار شدم. پس از مدتی که این از بیماری گذشت توسط فیزیوتراپم که برای فیزیوتراپی به منزل ما می‌آمد با رعد آشنا شدم و او کارت موسسه رعد را به من داد. آن سال‌ها تازه اوایل کار رعد بود و به خاطر مسئله ایاب و ذهاب و فاصله زیاد بین منزل ما تا مجتمع رعد شرایط برایم فراهم نبود تا به رعد بپیامم اما همیشه مد نظر بود که یک روز باید به مجتمع رعد بروم، تا اینکه در اردیبهشت سال ۱۳۸۰ موفق شدم از کلاس‌های آموزشی رعد استفاده کنم. آن زمان برای پدرم و خانواده خیلی سخت بود با بیماری من کنار بیاید او مرد سرشناسی در شهرری بود و برایش مشکل بود که مردم بفهمند دخترش روی ویلچر می‌نشیند برای همین تا وقتی زنده بود برایم ویلچر تهیه نکرد و من ۸ سال از خانه خارج نشدم. این مسأله برای من حل شده بود زیرا این هم یک بیماری است و نباید به خاطر آن از کسی خجالت بکشم اما پدرم با این موضوع مشکل داشت. در این مدت که من در خانه بود بیشتر مطالعه می‌کردم هر چه به دستم می‌رسید، می‌خواندم.

چگونه ممکن است؟ شما فقط بر اثر یک حادثه دچار معلولیت شدید.

بله، فقط در اثر یک حادثه و سردرد این اتفاق پیش آمد. یک شب سرم شدید درد گرفت و صبح که بیدار شدم فهمیدم که دیگر نمی‌توانم راه بروم. اوایل می‌گفتند بیماری تو گیلن باره (سندرم گیلن باره اختلال نادری است که در نتیجه حمله سیستم ایمنی بدن به اعصاب محیطی ایجاد می‌شود به دنبال این حمله احساس ضعف در ماهیچه‌ها، بی‌حسی، گزگز و گاهی اوقات فلجی دیده می‌شود) است. بعدها آزمایشات زیادی انجام دادند و دکترها گفتند این بیماری گیلن باره هم نیست و یک بیماری ناشناخته است و ما نمی‌دانیم که علت بیماری شما چیست.

این اتفاقات خیلی به آدم‌های سالم نزدیک است ممکن هر کس با یک سردرد به مراکزی مثل رعد نیاز پیدا کنند. آیا درست است؟

بالاخره بین ما و آدم‌های سالم هیچ فرقی وجود ندارد. هیچ

گفت و گوی این شماره رنگ و حال عجیبی دارد امیدوارم بتوانم این حس را در قالب کلمات انتقال بدهم. داستان خیلی ساده شروع شد مسؤول کلینیک توان‌بخشی یکی از دوستان توان‌یاب را که روی ویلچر نشسته بود به اتاق روابط عمومی آورد و گفت می‌خواهم شما را با یکی از چهره‌های موفق سال‌های دور رعد آشنا کنم. او حرف‌های گفتنی و مطالب شنیدنی فراوانی دارد. باید صادقانه اعتراف کنم لحظه اول فکر نمی‌کردم موضوع جالبی از دل این مصاحبه بیرون بیاید اما چند دقیقه که از شروع صحبت او گذشت متوجه شدم چه اشتباهی می‌کردم، مثل قایقی که هر چه از ساحل دور می‌شود بیشتر به عظمت دریا آگاه می‌شود با شنیدن پاسخ هر سؤال، بیشتر از قضاوت زود هنگامی که کردم، نزد خودم خجالت زده می‌شدم. قهرمانان امروز خیلی با روزگار قدیم تفاوت دارند آنها دیگر کارهای شگفت‌انگیز مثل مبارزات سخت، نبردهای بی‌امان، جابجا کردن اجسام سنگین و... را انجام نمی‌دهند بلکه در کنار مردم زندگی می‌کنند اما صبر و استقامت شگفت‌انگیزی در مقابله مشکلات از خود نشان می‌دهند. در این گفت و گو خوانندگان محترم را با یکی از این افراد آشنا می‌کنم.

توان‌یاب موفق

کس نمی‌تواند بگوید برای من هیچ وقت اتفاقی نمی‌افتد و من همیشه سر پا هستم یا همیشه مشکلات برای دیگران است. هر لحظه حادثه در کمین همه ماست. ما باید خدا را شکر کنیم در هر لحظه و هر کجا که هستیم و ایمانمان را از دست ندهیم.

از دوران تحصیل بگوئید که چه جور دانش آموزی بودید؟

من هر ترقی و پیشرفتی که داشتم از رعد شروع شد و همیشه این مطلب را گفته‌ام، دوستان خوبی در اینجا پیدا کردم بهترین دوستانی که الان دارم همان دوستان رعد هستند. با خیلی از استادان و اعضای گروه بانوان در ارتباط هستم. من به رعد که آدمم تا دوم راهنمایی درس خوانده بودم. و آن زمان مرا ثبت نام کردند اما رشته‌ای که می‌خواستم آموزش بگیرم کامپیوتر بود که گفتند با دوم راهنمایی نمی‌توانی در کلاس‌های کامپیوتر ثبت نام بکنم و باید حتماً دیپلم داشته باشم. بعد اجباراً رفتم کلاس قالی‌بافی و چون استعداد خوبی داشتم در عرض ۲ روز کار را یاد گرفتم و بعداً وامی برایم تهیه کردند و من در خانه قالی و تابلو فرش می‌بافتم و سفارش می‌گرفتم. از هر چیزی که یاد گرفتم استفاده کردم و چیزایی که یاد گرفتم به یک صورتی در زندگی من نقش داشت.

مدتی که گذشت حس کردم یک کمبود دارم و به فکر افتادم که درسم را ادامه دهم. البته وقتی به من گفتند نمی‌توانی کامپیوتر بخوانی برایم خیلی سخت بود و به خود گفتم من باید درسم را بخوانم یکی از دوستانی که با او در رعد آشنا شدم، خانم آهو خوش بود ایشان به من گفت تو می‌توانی، تلاشت را بکن حتماً موفق می‌شوی و من هم به خدا توکل کردم و کتاب‌هایی تهیه کرده و شروع کردم به درس خواندن. البته درس خواندن من هم فقط در یک ربع وقت زنگ تفریح‌های رعد بود که از دوستان یا مربیان سوال می‌کردم و رفع اشکال می‌کردم یا از معلم اجازه می‌گرفتم که نیم ساعت به من وقت بدهد تا با بچه‌ها کار کنم. در همین زمان من مدارک دوم و سوم راهنمایی را با هم گرفتم و قبول شدم. بعد به دبیرستان رفتم که سال اول را با معدل ۱۸ قبول شدم و بعد با کمک دوستانم ادامه دادم. دوره حسابداری را هم در مجتمع رعد گذراندم و در نهایت سال ۱۳۸۷ موفق شدم دیپلم بگیرم.

از نظر درسی جز دانش آموز با استعداد بودید؟

بله، زمان تحصیل از دانش‌آموزان درس‌خوان و بسیار پر جنب و جوش بودم بعد از راهنمایی می‌خواستم رشته ریاضی بروم اما به خاطر اینکه علاقه داشتم درسم را ادامه بدهم و دانشگاه بروم حسابداری را انتخاب کردم اما همه درس‌هایم در دوره دبیرستان عالی بود، ریاضی، فیزیک و ... همه ۲۰ بود. برای دانشگاه از مشاور سؤال کردم به من گفت رشته‌ای را انتخاب کن که از هر لحاظ برایت مناسب باشد. مشکلات پله و بازار کار و مسائل دیگر را در نظر بگیر. به همین خاطر من حسابداری خواندم. البته بین دوره دبیرستان تا گرفتن دیپلم به خاطر بیماری مادرم وقفه افتاد. حتی به دانشگاه که رفتم بیماری مادرم شدیدتر شد و مسائل خاص خودش را داشت. برای ادامه تحصیل در دانشگاه شرط معدل گذاشته بودند و من به خاطر اینکه معدلم بالا بود علوم ثبتي را که رشته مورد علاقه‌ام بود، انتخاب کردم.

حالا که صحبت خانواده پیش آمد بهتر است با خانواده بیشتر آشنا شویم، بگوئید چند تا خواهر و برادر هستید، وضعیت خانواده، پدر و مادر چگونه است؟

پدرم سال ۷۹ فوت کردند. از زمانی که پدرم فوت کرد من مشکلاتم خیلی بیشتر شد. پدر وقتی بود می‌گفتم یک حامی دارم و فکر چیزی نبودم بعد از فوت پدر، خودم بودم و مادر و ۲ برادر دیگرم و خواهری که ازدواج کرده و از منزل پدری رفته بود. خانه ما اجاره‌ای بود زیرا پدرم ورشکست شده بود. یک شرایط خاص پیش آمده بود و من باید سعی می‌کردم روی پای خودم بایستم و خانواده را حفظ کنم. بعد از فوت پدر بود که مادرم ۲ بار سگته کرد و من وظیفه پرستاری مادر را بر عهده گرفتم. به خاطر محیط ناسالم جنوب شهر برادرانم به اعتیاد روی آوردند و مسؤولیت ترک اعتیاد و اقامت در کمپ‌های ترک اعتیاد آنها را هم من پذیرفته بودم هر چند توفیقی نداشتم و یکی از برادرانم مهر سال گذشته به دلیل اعتیاد فوت کرد و برادر دیگرم هم خیلی حال خوبی ندارد اما اینها از مسؤولیت‌های خانوادگی من بود. وقتی آمدم رعد و شروع به درس خواندن کردم به خود گفتم از همین درس خواندن باید موفق بشوم و به جایی برسم. درس که می‌خواندم هم

از مادر مراقبت می‌کردم، هم دنبال خانه می‌گشتم. هر چیزی که یاد می‌گرفتم در خانه استفاده می‌کردم. به عبارتی جای خالی پدر را پر کرده بودم جوری شده بود که مادر و برادرها همه به من امید داشتند و فکر می‌کردند من پشتیبان آنها هستم و مادرم می‌گفت اگر تو نبودی چه بر سر خانواده می‌آمد. کلاً خرج خانواده از فروش دست‌بافته‌های من مثل تابلو فرش و قالی و همچنین درآمدی که از کارهایی مانند تایپ و تحقیق در اینترنت انجام می‌دادم، تأمین می‌شد. من هیچ چیزی برای خانواده کم نمی‌گذاشتم اگر می‌خواستم درس بخوانم یا رعد بایم اول همه کارها را جفت و جور می‌کردم و به خودم می‌گفتم اگر کاری را برای مادرم انجام می‌دهم قطعاً دعای او پشت سرم است و اگر به جایی رسیدم به خاطر دعای مادرم است و توکلم که به خدا است و اداره‌ای که دارم.

خیلی از دوستان شما هستند که می‌گویند، امکانات نیست، فضا وجود ندارد، نمی‌توانیم و ... آیا شما امکانات خاصی داشتید، خودرو اختصاصی، مدرسه مناسب‌سازی شده یا ... که موفق شده‌اید؟

الان سرویس‌هایی هستند که بچه‌های رعد از آن استفاده می‌کنند و شرکت‌ها بچه‌ها را جا به جا می‌کنند اما آن زمان اصلاً چنین امکاناتی وجود نداشت، ماشین‌های مناسب‌سازی شده وجود نداشت. رعد یک اتوبوس داشت که اوایل تا خیابان فرصت و انقلاب می‌آمد و ما از هر نقطه تهران که بودیم خودمان را به انقلاب می‌رساندیم. بعد ما را می‌آوردند رعد و برگشتیم به همین صورت بود، ما را انقلاب پیاده می‌کردند. و من در منطقه شهر ری سکونت داشتم. (الان هم در همان منطقه زندگی می‌کنیم) من از شهر ری می‌آمدم راه آهن از آن جا می‌آمدم انقلاب اگر دیر می‌رسیدم و اتوبوس حرکت کرده بود ماشین سوار می‌شدم می‌آمدم میدان صنعت و بعد می‌آمدم رعد. این سختی‌ها در زمستان و فصل سرما طوری بود که من باید ساعت ۴ صبح از خواب بیدار می‌شدم کارهای منزل را انجام می‌دادم و بعد به موقع حرکت می‌کردم تا به سرویس برسم و از سرویس جا نمانم. البته کسی به من تکلیف نکرده بود یا زوری بالای سرم نبود. چون خودم برای کارم و استادی که درس می‌داد ارزشم قائل بودم. می‌آمد و آمدنم با عشق و علاقه بود.

توان یاب موفق



واقعاً روزی چند ساعت در رفت و آمد بودید؟

هر روز ۲ ساعت و نیم صبح و ۲ ساعت و نیم عصر در رفت و آمد بودم. به مادرم می‌گفتم با ۵ ساعت وقتی که من برای رفت و آمد صرف می‌کنم می‌تونیم به شهرستان رشت سفر کنی. ولی هر کاری که با عشق و علاقه همراه باشد خیلی زود انجام می‌شود و مشکلات آن هم به چشم نمی‌آید.

چه چیزی در رعد شما را جذب خودش کرد تا این همه سختی را تحمل کنید و هر روز ۴ صبح تا ۶ بعد از ظهر در رفت و آمد باشید؟

وقتی می‌دیدم یک عده‌ای محبت خالصانه خودشان را به بچه‌ها تقدیم می‌کنند و وقتی از وجودشان برای بچه‌ها

پروازی نبود با در نظر گرفتن مشکلات و موانع موجود در شهر و محل تحصیل آیا داشتن دیپلم کافی نبود؟

شاید یک سری بگویند کافی است و به همین مدرک راضی باشند اما یک چیزی در وجود من می‌گفت پیش برو. پیشرفت هر کس به خصوصیت و تلاش خودش بستگی دارد، من نمی‌تونم یک جا بنشینم، باید جنب و جوش داشته باشم، اگر فعالیت داشته باشم بهتر می‌تونم به همه کارها برسم.

رشته‌ای که انتخاب کردید ارایه خدمات قضایی و ثبتی به مردم است. برای آینده چه برنامه‌ای دارید؟

اگر خدا قسمت کند می‌خواهم تحصیل را ادامه بدهم و یک محضر یا دفترخانه اسناد

چه تفاوتی بین این واحد آموزشی با سایر مراکز وجود دارد؟

اگر آن رشته‌ای که من ادامه تحصیل می‌دهم در رعد وجود داشت من حتماً اینجا را انتخاب می‌کردم. اینجا برایم راحت‌تر است هم از لحاظ مناسب‌سازی و هم از نظر شناختی که از مجتمع دارم، خیلی می‌توانست به من کمک کند. اگر رشته‌هایی باشد که بچه‌ها دوست داشته باشند، واقعاً کار خوبی است. من الان بیرون که درس می‌خوانم به خاطر پله‌ها و مسائل دیگر شرایط برایم خیلی سخت است.

آیا تحصیلات عالی به کسب موفقیت‌های شغلی و اجتماعی تأثیر مثبتی در دوستان توان‌یاب دارد؟

بله، خیلی تأثیر دارد نه فقط برای من بلکه برای تمام دوستان معلول هیچ چیز مثل درس نمی‌تواند به آنها کمک کند. درس خواندن باعث می‌شود به چیزهای کم اهمیت فکر نکنند، دیدشان بازتر شود، نظرشان نسبت به جامعه، خانواده و اطرافیانشان تغییر کند.

با توجه به مطالبی که مطرح شد می‌توان شما را به عنوان یک کارآموز موفق معرفی کرد، راز موفقیت شما چیست؟

هر کس برای موفقیت خودش رازی دارد و راز موفقیت من ایمان و توکل به خدا، دعای مادرم و اراده خودم است. من در مسیر زندگی بعد از فوت پدرم خیلی سختی‌ها را تحمل کردم اما خدا را در زندگی حس کردم. دوستان خوبی خدا سر راهم قرار داده است و اینها لطف خداست، معلولیت هم لطف اوست. کسانی که کمک می‌کنند هم بدانند تا خدا نخواهد نمی‌توانند کمک کنند. افرادی هستند که ثروت فراوان دارند ولی موفق نمی‌شوند به کسی کمک کنند، پس خدا به منی که بیمار شدم و کسانی که کمک می‌کنند توجه دارد و خدا به ما لطف دارد. البته من چند سال پیش هم به عنوان کارآموز برتر رعد معرفی شدم. در پایان می‌خواستیم از اعضای گروه بانوان، مسؤول واحد توان‌بخشی، مربیان و همه مجموعه رعد که من دوستان دارم، تشکر کنم. من هر کاری داشته باشم، حتماً سالی ۲ بار را به رعد می‌آیم و به این عزیزان سر می‌زنم. انشاءالله موفق باشند.



رسمی تأسیس کنم تا بتوانم به هموعانم و کسانی که دوستانشان دارم خدمت کنم و خدمات ویژه‌ای ارایه کنم.

پس به کارآفرینی فکر می‌کنید.

بله، هدف من چند ساله که همین است، هیچ چیز مثل خدمت کردن به هم‌نوع شیرین نیست. الان که در حدی نیستم که بتوانم خدمتی انجام بدهم به صورت حرفی و فکری کمک می‌کنم. اما اگر روزی برسد که کاری بتوانم انجام بدهم خیلی خوشحال می‌شوم به دیگران کمک کنم.

اطلاع دارید که مجتمع رعد یک مرکز آموزش عالی تأسیس کرده است، شما که خارج از رعد تحصیل می‌کنید

مایه می‌گذارند و به معنای واقعی کمکمان می‌کنند، واقعاً جذب می‌کرد که حضور پیدا کنم. این آدم‌ها در میان استادان، پرسنل، بانوان نیکوکار و ... وجود داشتند ضمن اینکه آن موقع مراکز زیادی که این خدمات را ارایه بدهد، وجود نداشت. من فکر می‌کنم رعد اولین انجمنی بود که بچه‌ها را دور هم جمع کرده بود و یک شادی خاصی درونش بود.

الان در چه مقطعی از تحصیل هستید؟

در حال حاضر ترم سوم رشته حقوق با گرایش علوم ثبتی را می‌گذرانم.

به نظر شما دانشگاه رفتن بلند

توان‌یاب موفق

مهوش کیان ارثی،
نائب رئیس هیأت مدیره انجمن
دیرآموزان خورشید

این بچه‌ها به عنوان کسانی که نه عقب‌مانده ذهنی هستند و نه جزو افراد عادی، بیشترین ضربه را می‌خورند

کوتاه مدت بسیار خوبی دارند ولی در درک مطلب مشکل دارند. به طوری که یک پاراگراف را می‌توانند به طور کامل حفظ کنند اما اگر یک کلمه فراموششان شود، نمی‌توانند جمله را ادامه دهند.

پسر من پس از اتمام دوره دبستان در مدرسه استثنایی، به مدرسه راهنمایی رفت و من دوست داشتم که او در کنار بچه‌های عادی درس بخواند. اما به دلیل مشکلی که در جامعه ما وجود دارد که هر کس از چارچوب معین فراتر رود به خوبی پذیرفته نمی‌شود. پسر من با وجود روحیه سازگار و خوش رابطه‌ای که داشتم، عموماً مورد اشاره سایر بچه‌ها قرار می‌گرفت.

متأسفانه آموزش و پرورش به این مسئله نپرداخته است. برای مدتی طرحی را شروع کرد که در هر منطقه یک کلاس از یک مدرسه به بچه‌های دیرآموز اختصاص یابد تا این بچه‌ها در کنار بچه‌های عادی درس بخوانند و این کودکان از سنین کودکی ببینند که بچه‌هایی هم هستند که در بعضی چیزها با آنها تفاوت دارند. این همزیستی مسالمت آمیز برای هر دو طرف مفید و سازنده است. منتهی به دلیل نبود چنین جوی، بچه‌های دیرآموز در جامعه با برخوردهای ناخوشایند مواجه می‌شوند، و بعضی از آنها که حساس‌ترند خیلی ناراحت می‌شوند. البته پسر من با وجود مشکلاتی بالاخره دوره راهنمایی خود را در مدرسه دولتی و غیر انتفاعی گذراند.



«دیرآموز به فردی گفته می‌شود که از لحاظ بهره هوشی بین عقب‌ماندگان ذهنی و افراد عادی است و بهره هوشی این افراد بین ۷۰ تا ۹۰ است. در بین دیرآموزان، افرادی که بهره هوشی بالاتری دارند خیلی به افراد طبیعی نزدیک هستند. ولی افراد دارای سندرم اوتیسم و سندرم داون هم نیز شامل دیرآموزان هستند. اکثر بچه‌های دیرآموز به جز آنهایی که سندرم داون دارند، از لحاظ ظاهر کاملاً شبیه افراد عادی هستند.»
اینها سخنان مهوش کیان ارثی یکی از مادران و بنیان‌گذاران انجمن خیریه دیرآموزان خورشید است.
کیان ارثی نائب رئیس هیأت مدیره انجمن نیز هست. با او به گفت و گو نشستیم:

خود را دارند. این افراد عموماً کم توجه و کم تمرکز هستند. اگر یک کودک عادی ده ساله در یک مسئله ده دقیقه تمرکز می‌کند این‌ها بیش از چند دقیقه قادر به تمرکز نیستند.

چه شد که به فکر ایجاد انجمن و پوشش دادن بچه‌های دیرآموز افتادید؟

مسئله آموزش این بچه‌ها دغدغه ذهنی همه پدران و مادرانی است که فرزند دیرآموز دارند. این افراد به دلیل مشکلاتشان مجبورند در آموزش و پرورش استثنایی تحصیل کنند و باید بگویم که آموزش و پرورش استثنایی در دوره ابتدایی بسیار خوب کار می‌کند. شیوه آموزشی متفاوتی ابداع کرده و بچه‌ها، مقطع ۵ ساله ابتدایی را به خوبی می‌گذرانند. البته طبق مقررات آموزش و پرورش استثنایی هر دانش‌آموز می‌تواند هر کتاب را در دو سال بخواند. بچه‌های دیرآموز حافظه

خانم کیان ارثی، شما از چه زمانی متوجه تفاوت فرزندتان با سایر بچه‌ها شدید؟

من در ۵ سالگی متوجه شدم که پسر من مشکل دارد. پس از انجام آزمایشات کروموزومی و انجام نوار مغزی مشخص شد که یکسری صدمات خفیف در سلول‌های مغزی او پیش آمده و چون من و همسرم فامیل نبودیم و فرزندم دچار تشنج هم نمی‌شد، احتمال این که در زمان تولد اکسیژن کافی به سلول‌های مغزی او نرسیده باشد، وجود داشت. مشکل کم توانی ذهنی از طریق مختلف بوجود می‌آید مثل ابتلا نوزادان به یرقان یا زردی و یا تحت اشعه رادیولوژی قرار گرفتن مادر در دوران بارداری و غیره.

این بچه‌ها چه ویژگی‌هایی دارند؟

این بچه‌ها ویژگی‌های متفاوتی دارند. بعضی از نظر توانایی‌های ذهنی جلوترند و بعضی عقب‌تر. هر کدام ویژگی‌های خاص

فرزند شما می‌داند که با سایر بچه‌ها تفاوت دارد؟

بله، یکبار که فرزند من در مورد عقب مانده‌های ذهنی از تلویزیون شنیده بود از من سوال کرد و من توضیح دادم که او دیرآموز است و نیاز به تکرار بیشتر برای فهمیدن مطلبی دارد و او این مطلب را به مرور قبول کرده است.

برگردیم به چگونگی ایجاد انجمن خورشید:

قبل از تشکیل انجمن خورشید یک کارگاه سنگ زیر نظر انجمن خیریه ولی عصر وجود داشت که بچه‌های دیرآموز زیر نظر مربی، تراش سنگ را یاد می‌گرفتند

و با سنگ‌های تراش داده شده، کاشی‌های منقشی با طرحی که خود انجمن می‌داد درست می‌کردند.

از این کاشی‌ها به عنوان قرنیز یا فاصله بین سرامیک‌ها استفاده می‌شد. یکی دو سال بچه‌ها در آنجا کار کردند و به طور کامل کار را یاد گرفتند، به طوری که کاری که بچه‌ها در کارگاه انجام می‌دادند با کارهای افراد عادی در این کارگاه یکسان بود و قابل تشخیص نبود.

پس از مدتی تغییراتی در این انجمن بوجود آمد که مسوولان انجمن می‌خواستند ساختمان را بفروشند و ساختمان دیگری تهیه کنند. در اینجا خانم

زهرا الستی که مدیر کارگاه سنگ بودند به خانواده‌های بچه‌های دیرآموز توصیه کردند که ارتباط خود را با یکدیگر قطع نکنند و به دنبال مجوز برای تشکیل انجمن باشند. به توصیه ایشان از سال ۸۵ در منازل دور یکدیگر جمع شدیم و با طی مقدماتی از سازمان بهزیستی مجوز گرفتیم. بعد از اخذ مجوز، حدود سه سال از فضایی که یکی از مراکز توان بخشی کودکان و نوجوانان بهزیستی در اختیار ما قرار داده بود استفاده کردیم و در چند رشته آموزش هنری، تولید کارهای دستی و ورزشی و سرود، برای بچه‌ها کلاس گذاشتیم. هدف ما در کنار آموزش، توان بخشی بود. در هر کلاس، توجه اصلی، آموزش مهارت‌های اجتماعی و زندگی بود. در حوزه ورزش هم ارتباطی با دفتر المپیک ویژه برقرار کردیم. بچه‌ها

از سال ۸۶ تاکنون ۲ دوره در بازی‌های جهانی در کشور چین و یونان و دو دوره هم در بازی‌های خاورمیانه و یک دوره هم در بازی‌های تک رشته‌ای وزنه برداری در لبنان شرکت داشتند. دستاوردهای بچه‌ها از این مسابقات، ۱۰ مدال طلا، ۱۷ مدال نقره و ۵ مدال برنز و چندین مقام در رشته‌های دو میدانی، شنا، تنیس روی میز، فوتبال و بدمینتون و وزنه برداری است.

در حال حاضر چه کارگاه‌هایی برگزار می‌کنید:

ما الان ۴ کارگاه در زمینه تولید زیورآلات تزئینی، تولید محصولات چرمی، معرق، چوب و معرق کاشی داریم. ذهن

هدف ما در انجمن دیرآموزان خورشید، ساخت مجموعه‌ای است که هم دارای کارگاه آموزشی برای آموزش این بچه‌ها باشد و هم بخش اقامتی به‌طور شبانه‌روزی داشته باشد. در صورتی که به این هدف برسیم، تا حدودی دغدغه‌های پدر و مادران در مورد آینده فرزندان‌شان تا کاهش می‌یابد.

این بچه‌ها خیلی زود از کاری که می‌کنند منحرف می‌شوند اما وقتی هم کاری را یاد بگیرند، خیلی دقیق آن را انجام می‌دهند. کارهای ساده تر مثل ریسه کردن مهره‌ها را بچه‌هایی که تسلط کمتری به انگشتانشان دارند انجام می‌دهند و آنهایی که تسلط و توانایی بیشتری دارند با دم باریک هم کار می‌کنند.

آیا این فعالیت‌ها درآمدی هم برای بچه‌ها ایجاد می‌کند؟

با توجه به فعالیت‌هایی که مادران فعال انجمن انجام داده‌اند، توانسته‌ایم کارهای بچه‌ها را در نمایشگاه‌هایی ارائه دهیم و سه سال است که از عواید فروش کارها، پس از برداشتن تنخواه و هزینه‌های انجمن، به خودشان دستمزد می‌دهیم که تاثیر خیلی

خوبی در روحیه بچه‌ها داشته است. از آن پس به کار خیلی جدی‌تر نگاه می‌کنند و با اتمام هر کاری بلافاصله درخواست مواد اولیه برای کار بعدی می‌کنند.

چرخش مالی انجمن خورشید چگونه است؟

قسمت عمده آن حق عضویتی است که خانواده‌ها می‌پردازند و مقداری هم از کمک خیرین تامین می‌شود. البته جذب کمک‌های مردمی برای ما بسیار سخت است. چون اکثر بچه‌های ما از نظر ظاهر سالم هستند. خیلی از والدین تا مدت‌ها متوجه مشکل فرزندشان نمی‌شوند و حاضر نیستند آنها را در مدارس استثنایی ثبت نام کنند این سختی‌ها را فقط خانواده‌های درگیر می‌شناسند.

آموزش خاصی برای این بچه‌ها وجود ندارد و این بچه‌ها به عنوان کسانی که نه عقب مانده ذهنی هستند و نه جزء افراد عادی بیشترین ضربه را می‌خورند. خیرینی که ما انتظار داریم از ما حمایت کنند معمولا به سختی حاضر به کمک می‌شوند. چون بچه‌ها را سالم می‌بینند و اولین سوالی که می‌کنند این است که بچه‌ها شب را کجا می‌خوابند؟ و وقتی می‌فهمند پدر و مادر و خانواده دارند می‌گویند که پدر و مادرشان باید به آنها رسیدگی کنند.

در واقع در ایران افراد یتیم در اولویت برای کمک‌های مردمی قرار دارند، در صورتی که یتیم کسی است که پدر و مادرش را از دست داده ولی قوای ذهنی‌اش مشکلی ندارد و با کمک و آموزش می‌تواند زندگی مستقلی داشته باشد، ولی بچه‌های کم توان ذهنی تا آخر عمر امکان اداره مستقل امور زندگیشان را ندارند. پس می‌توان گفت که این بچه‌ها بالقوه یتیم هستند، یعنی تا وقتی پدر و مادرشان زنده‌اند، تامین هستند.

هدف ما در انجمن دیرآموزان خورشید، ساخت مجموعه‌ای است که هم دارای کارگاه آموزشی برای آموزش این بچه‌ها باشد و هم قسمت اقامتی به‌طور شبانه‌روزی داشته باشد. در صورتی که به این هدف برسیم، تا حدودی دغدغه‌های

پدر و مادران در مورد آینده فرزندانشان تا کاهش می‌یابد.

بچه‌های انجمن خورشید هر روز به مرکز می‌آیند؟

بچه‌ها از شنبه تا چهارشنبه به مرکز می‌آیند و ما در کنار ۴ رشته کارگاهی، یعنی چرم، زیورآلات، معرق، چوب و معرق کاشی، دو روز در هفته برنامه ورزشی داریم. از آموزش و پرورش سالن اجاره کرده‌ایم و بچه‌ها در این دو روز به ورزش بدمینتون و فوتبال و حرکات نرمشی - تمرکزی می‌بریم. در کنار این فعالیت‌ها ما کلاس داستان خوانی و کلاس آموزش زبان انگلیسی و ساز درمانی هم داریم. در تمام این کارها هدف ما توان بخشی و مهارت آموزشی است.

شما چه انتظاری از دیگر سازمان‌ها و خیرین دارید؟

انجمن ما از تعدادی خانواده تشکیل شده که توان اقتصادی متوسط و ضعیفی دارند و از خیرین و مردم انتظار کمک و مشارکت داریم. دیرآموزی هنوز کاملا شناخته شده نیست. دیرآموزان علی‌رغم ظاهری سالم به امکانات مناسب و مربیان آموزش دیده نیاز دارند. اگر بتوانیم با کمک خیرین و ارگان‌ها مجموعه‌ای که در نظر داریم را بسازیم، می‌توانیم الگوی مناسبی برای انجمن‌های دیگر باشیم.

بچه‌های دیرآموز می‌توانند خوب زندگی کنند و شاد باشند. ما در تاسیس انجمن خورشید، چند هدف داشتیم. اول آموزش، توان بخشی و مهارت آموزی، دوم تاسیس مرکز حرفه آموزی و حال که به این اهداف رسیده ایم، هدف نهایی ما مجتمع شبانه‌روزی سازی است که در رسیدن به این هدف احتیاج به کمک خیرین ارگان‌ها داده‌ایم.

و سخن آخر:

در انتها لازم می‌دانم از خانم زهرا السستی که مشوق ما در تشکیل انجمن خورشید بودند تشکر کنم. ایشان با وجودی که خودشان فرزند دیرآموز ندارند، همیشه یار و همراه و مشاور ما بودند. ایشان که بازنشسته بهزیستی هستند در حال حاضر رئیس هیأت مدیره و مدیرعاملی انجمن را قبول کرده‌اند و این شانس بزرگی برای ماست. به جهت مهر و محبتی که قلبا به دیرآموزان دارند، می‌شود به ایشان لقب مادران را داد. از زحمات و همکاری همیشگی ایشان سپاسگزارم.



هستند.

دومین مهم در این خصوص، فرهنگسازی و ایجاد نگرش مثبت و بدون قید و شرط، در قبال معلولان از طریق رسانه‌های جمعی خصوصا «صدا و سیما، روزنامه‌ها و بالاخص تریبون‌های نماز جمعه می‌باشد. با مدیریت می‌توان بتدریج نگرش‌های منفی را از بین برد و در عوض دیدگاه‌های مثبت را جایگزین آنها نمود.

شناسایی افراد معلول در سنن طفولیت و فراهم آوردن بسترهای مناسب تربیتی و رشد، برای آنها از طریق یک مدیریت حساب شده، خصوصا با تشکیل کلاس‌های ویژه آموزش مهارت‌های اجتماعی و تزریق روحیه امید و نشاط یکی از مسائل مهم می‌باشد.

در مباحث بهداشت روانی، پیشگیری یکی از اهداف مهم و راهبردی تامین و ارتقای سلامت روانی است و از طرفی براساس یافته‌های روانشناسی، سلامت جسم و سلامت روح ارتباط تنگاتنگی باهم دارند. یعنی سلامت جسمی زمینه مناسبی را برای شکوفایی روحی فراهم می‌آورد و البته سلامت جسمی شرط لازم است اما کافی نیست. بنابراین لزوما هر فرد سالمی از لحاظ جسمی، به تعالی روحی نمی‌رسد. برای رسیدن به تعالی روحی، محیط، تربیت خانوادگی و اجتماعی و... از شروط اساسی تلقی می‌گردند.

در حال حاضر متاسفانه حتی نگرش نهادهای دانشگاهی نسبت به شناخت واقعی روحیات افراد دارای معلولیت و استفاده آنها از حقوق طبیعی به عنوان یک انسان، با کاستی‌های جدی روبرو است تا چه برسد به نگرش مدیران اجرایی و آحاد جامعه.

پیشنهاد من در این مورد این است که حداقل مجموعه عوامل مدیریتی که با افراد دارای معلولیت سروکار دارند، قبل از احراز چنین مسؤولیت‌هایی، دوره‌های ویژه مدیریتی را طی نمایند و بعد از آشنایی نسبی با روحیات این افراد، و چنین مسؤولیت‌هایی را متقبل شوند.

مطمئنا تحقق این شرایط، مدیون همکاری تمام ارگان‌های تربیتی و مدیریتی جامعه می‌باشد ولی سازمان بهزیستی به عنوان تنها نهاد متولی افراد دارای معلولیت، باید به وظیفه خطیر خود در مدیریت مجموعه عوامل، شناخت لازم را داشته باشد و با مدیریتی مسئولانه زمینه‌های عملی ارتقای سلامت روانی را در بین جامعه هدف خود



روش‌های ارتقای سلامت روانی در افراد دارای معلولیت

فرزانه هبوطی
برگرفته از سایت راسخون

مناسب توانبخشی، در این حیطه، مهم و سرنوشت‌ساز هستند. بنابراین عصا، سمعک، ویلچر، و... امکان تردد در مکان‌های عمومی ضرورت‌های مهم اولیه

اولین لازمه توانمندسازی و ارتقای سلامت روان بهره‌گیری حداکثری از باقی مانده توانمندی‌های جسمی می‌باشد و مباحثی چون مناسب‌سازی اماکن، تهیه ابزارهای

خصوصاً معلولان فراهم آورد.

از زمانی که محدودیت جسمی یک فرد برای خانواده محرز می‌گردد، نه تنها شخص مبتلا، بلکه والدین و سایر اعضای خانواده نیز عملاً وارد حوزه توانبخشی می‌شوند. تأمین سلامت روانی خانواده‌ی دارای فرزند دچار معلولیت، مهم‌ترین موضوعی است که در این مرحله از توانبخشی مد نظر روانشناسان و متخصصان بهداشت روانی قرار دارد. مادام که والدین آگاهی لازم در خصوص علل زیست محیطی و اجتماعی معلولیت فرزندان خود و شیوه برخورد با آنان را نداشته باشند، انگیزه لازم را برای مشارکت در فعالیت‌های توانبخشی او نخواهند داشت. اینجا است که روانشناس با استعانت از اصول روانشناسی معلولان و بهره‌مندی از شیوه‌های مؤثر در زمینه مشاوره خانواده، می‌کوشد تا از خلال بحث و گفت‌وگو با پدران و مادران و با توجه به نوع ارزش‌ها، اعتقادات و میزان دانش و آگاهی آنان، معلولیت فرزندان را برای آنان تشریح نماید.

روانشناسان همچنین می‌کوشند تا با بررسی نوع رابطه سایر اعضای خانواده (اعم از خواهران و برادران و دیگر بستگان) با فرد دارای معلولیت، بافت ارتباطی مناسبی در محیط منزل ایجاد کنند تا عضو معلول خانواده بتواند در سایه چنین روابطی، خود را برای کسب استقلال در زندگی آتی آماده سازد. روانشناسی معلولان، سنگ بنای نظام توانبخشی است؛ زیرا تا زمانی که سلامت روانی والدین فرزندان دارای معلولیت تضمین نشود، ارائه خدمات اجتماعی و توانبخشی، به فرد دارای معلولیت و خانواده وی بی‌معنا خواهد بود. بدیهی است که قرار گرفتن والدین در مدار توانبخشی نیز از اعتقاد آنان نسبت به اثر بخشی این فعالیت‌ها منبعث می‌گردد.

فرد دارای معلولیت، نیز همچون سایرین، مراحل مختلف تحول را پشت سر می‌گذارد و با ورود به مرحله نوجوانی، ذهن و روان خود را با مسائل تازه‌ای مواجه می‌یابد. مسایلی مانند این‌که: آیا وی می‌تواند همچون دیگر دانش‌آموزان، آزادانه رشته تحصیلی خود را انتخاب کند؟ جاذبه فردی و اجتماعی وی تا چه اندازه متأثر از ناتوانی جسمی او خواهد بود؟ چگونه می‌تواند با جنس مخالف ارتباط برقرار کند و آیا اساساً موفقیتی در این رابطه خواهد داشت؟ اینها بخشی از سؤالاتی هستند که که روانشناس متخصص در امور معلولان، می‌کوشد تا با

توجه به گستره‌ی دانش و آگاهی خود، پاسخی مقتضی برای آنها یافته و روح و روان نوجوان دارای معلولیت را از رنج ناشی از ناآگاهی نسبت به این مسائل برهاند.

وی تلاش می‌کند تا والدین انتظارات خود را با قابلیت‌های فرزند کم‌توان ذهنی خود متناسب سازند؛ شیوه آموزش رفتارهای اجتماعی،

به نوجوانان نابینا و ناشنوا بیاموزند و فرزندان دارای مشکلات جسمی و حرکتی را به منظور افزایش مشارکت‌های اجتماعی، ترغیب کنند. آنچه بر اهمیت کار روانشناسان در این دوره می‌افزاید وجود این حقیقت است که نوجوانان دارای معلولیت و خانواده‌های آنان، به منابع آموزشی خاص این دوره از رشد، (به ویژه در خصوص کودکان و نوجوانان مبتلا به نارسایی‌های ذهنی،

حسی و حرکتی) دسترسی چندانی ندارند و بهره‌مندی از مشورت توأم با همدلی مشاوران و روانشناسان، تنها امکان ارزشمندی است که آنان می‌توانند در این مرحله از زندگی از آن بهره‌گیرند. گستره موضوعات روانشناسی معلولان، تنها به مراحل کودکی و نوجوانی افراد ناتوان جسمی، محدود نمی‌گردد. رشد و تحول شخصیت فرد معلول و ورود وی به مرحله جوانی، بستری نو برای طرح مسائل تازه‌تری را فراهم می‌کند که از مهمترین سازگاری شغلی و اجتماعی اشاره نمود. روانشناسان می‌کوشند تا جوانان معلول را نسبت به قابلیت‌ها، محدودیت‌ها و نقش و پایگاهی که در جامعه قادر به احراز آن هستند، آشنا سازند و به آنها بیاموزند که چگونه در تمامی گزینش‌های خود در طول زندگی، از این شناخت استفاده کنند. یک روانشناس یا مشاور حوزه توانبخشی به فرد دارای معلولیت می‌آموزد که با توجه به شرایط خاص خود، در انتخاب همسر چه نکاتی را لحاظ نماید و چگونه به خودباوری لازم در این رابطه دست یابد. وی همچنین نیازمند آن است تا بر اساس علائق و ویژگی‌های شخصیتی خویش، شغلی را متناسب با شرایطش، برگزیند و علاوه بر آن، چگونگی سازگاری با محیط کار و ایجاد روابط انسانی مؤثر با افرادی را که در مدار تعامل با وی قرار دارند، فراگیرد.

پیشگیری از بیماری

روانی و حفظ

سلامت روان می‌تواند فعالیت‌های ورزشی، صحبت با دیگران در ارتباط با نگرانی‌های خود، شناخت موقعیت و سازگاری با آن، مراقبت از خود و تلاش برای حفظ

سلامت با تغذیه و ورزش مناسب دوستی با دیگران و معاشرت و خونسردی و آرامش را مورد توجه جدی قرار داد.

در اینجا نیز یک روانشناس متعهد تلاش می‌کند تا مددجوی وی، به تفسیر

درستی از موقعیت‌های پیرامون خود دست یافته و با مشکلات موجود به نحو شایسته‌ای سازگار شود. بررسی خصوصیات روانشناختی و رفتاری کودکان و نوجوانان دارای معلولیت، به ما می‌آموزد که چگونه با آنان تعامل نماییم، محتوای برنامه‌های آموزشی را با ویژگی‌های شناختی و عاطفی این دسته از مهارت‌آموزان منطبق ساخته و در نهایت چگونه آنان را با زندگی و فراز و نشیب‌های آن سازگار نماییم. اهمیت نقش و جایگاه روانشناسان در عرصه فعالیت‌های توانبخشی ما را بر آن می‌دارد تا به طور جدی به خلائی بیندیشیم که در زمینه ارائه خدمات مشاوره‌ی روانشناختی به افراد معلول وجود دارد. از آنجا که تا به حال هیچ‌گونه برنامه مشخصی برای فعالیت روانشناسان شاغل به کار در مراکز توانبخشی ارائه نگردیده است، آموزش خانواده و مشاوره با مددجویان دارای معلولیت، چنان که باید مورد توجه واقع نشده و در نتیجه، این تلاش‌ها تنها به صورت موردی و در قالبی کاملاً سلیقه‌ای در مراکز مزبور صورت می‌پذیرد.

احترام، نه ترحم

ارتباطات اجتماعی با فرد دارای معلولیت،

باید همراه با احترام باشد و از ترحم به ایشان باید دوری گزید. تفاوت این دو نوع رفتار در این است که در حالت اول، طرف مورد احترام، انسانی بزرگ به شمار می‌آید، اما در گزینه ترحم، مخاطب، انسانی ذلیل و خوار شمرده می‌شود که باید همواره دست او را گرفت. هنگام ترحم، به شخصیت و روحیات فرد دارای معلولیت، توجهی نمی‌گردد. به یاد داشته باشیم آنچه توانایی را می‌سازد، اراده است و اگر اراده بخواهد جاری شود، هیچ بهانه‌ای را نمی‌شناسد.

اشتغال فرد دارای معلولیت

اشتغال هر فرد، موجب استقلال اقتصادی او می‌شود. داشتن شغل، به هر کسی هویت و تشخیص اجتماعی بخشیده و در او اعتماد به نفس به وجود می‌آورد. متأسفانه تعداد زیادی از افراد دارای معلولیت، به رغم گذراندن دوره‌های تحصیلات عالی و کسب دانش و مهارت لازم، نمی‌توانند به اشتغال مناسب برسند.

در زمینه اشتغال‌زایی برای افراد دارای معلولیت، تبعیض فاحشی وجود دارد و گاه میزان بیکاری میان این افراد، دو برابر بیکاران عادی است، در صورتی که بر اساس قانون، دولت موظف است سه درصد از اشتغال را به افراد دارای معلولیت، اختصاص دهد، ولی این قانون تا کنون به صورت مطلوب اجرا نشده و شاهدیم که موضوع اشتغال این افراد، با بی‌مهری رو به رو گردیده است.

به ناچار تعداد قابل توجهی از آنان، باید بیشترین وقت خود را در میان خانواده سپری کرده و زندگی خود را به سختی ادامه دهند.

تفریح و سرگرمی

توجه به تفریح و ورزش، باعث سلامت جسمی و روانی افراد دارای معلولیت می‌شود. بیشتر این افراد نمی‌توانند از امکانات تفریحی موجود در جامعه استفاده‌ی مناسبی کنند، زیرا محیط‌های تفریحی و ورزشی، با شرایط جسمی آنها متناسب نیست.

شایسته است که مسئولان، درصدی از امکانات رفاهی و ورزشی را به این افراد اختصاص دهند تا آنها نیز مانند سایر افراد جامعه، از این امکانات استفاده نمایند.

مشارکت اجتماعی

افراد دارای معلولیت، باید در تصمیم‌گیری‌ها، به ویژه در سازمان‌هایی که اعضای آن را آنها تشکیل می‌دهند، یا در آن عضویت دارند و برای چنین افرادی خدمت‌رسانی می‌کنند، مشارکت جدی و موثر داشته باشند.

کمک به تشکیل گروه‌های خودیار به منظور حمایت و توسعه جامعه خاص افراد دارای معلولیت، از مهم‌ترین اقدامات برای مشارکت اجتماعی این افراد است.

تشکیل جوامع خاص این افراد، نیز می‌تواند پاسخگوی نیازهای آنان باشد. از سوی دیگر، وجود چنین تشکیلاتی موجب می‌شود تا افراد ضمن برخورداری از رابطه اجتماعی، استقلال اقتصادی، احترام اجتماعی، دسترسی به خدمات تخصصی و نیز زندگی زناشویی و تشکیل خانواده، بتوانند دیدگاه‌ها و ایده‌های‌شان را مطرح و در مورد مسایل مربوط به زندگی خود، تصمیم‌گیری کنند.

آموزش و فرهنگ

افراد دارای محدودیت جسمی باید فرصت یابند تا استعدادهای خلاق هنری و فکری خود را رشد دهند و آن را نه تنها برای منافع خود، بلکه برای غنی‌سازی جامعه به کار گیرند. لذا باید دسترسی آنان برای مشارکت در فعالیت‌های فرهنگی تضمین شود.

از جمله‌ی این اقدامات، می‌توان تهیه وسایل کمک ارتباطی برای ناشنوایان، منابع و مطالب علمی به خط بریل یا نوارهای صوتی برای نابینایان، و مطالب خواندنی که با توان و استعداد افراد کم‌توان ذهنی مناسب باشد، را نام برد.

سخن آخر

افراد سالم و توانمند جامعه باید بدانند که افراد دارای معلولیت، هرگز نیازی به ترحم ندارند. هموعان سالم باید همواره بکوشند تا کمبودهای موجود را به صورت یک جریان طبیعی نشان دهند و کاری نکنند که این کمبود، زندگی فرد دارای معلولیت را از حالت طبیعی خارج کند و او را به فردی منزوی و جدا از جامعه تبدیل سازد. باید این حقیقت را بپذیریم که اگر فرد دارای معلولیت، به درون جامعه برمی‌گردد و به فعالیت می‌پردازد، حتماً توانمندی

دارد. پس نباید با ترحم یا تمسخر، هیاهوی زیبای بازگشت به زندگی را در او خاموش کنیم، بلکه باید او را بپذیریم و تشویقش کنیم تا کارهایش را درست انجام دهد و با خواستن کار از آن‌ها، آنان را در میان خود نگه داریم.

افراد دارای معلولیت جسمی حرکتی، افرادی هستند که به علل مادرزادی و یا در اثر صدمات و بیماری‌های مغز و اعصاب، ارتوپدی و روماتولوژی، دچار کاهش دائمی یا موقتی توانایی‌های جسمی شده و قادر به ادامه زندگی به طور مستقل نمی‌باشند. اهداف کاردرمانی در این بیماران، جلوگیری از پیشرفت بیماری و معلولیت و بازگرداندن توانایی‌های از دست رفته تا حد امکان جهت بازگشت بیمار به زندگی اجتماعی است.

نکته برجسته در تقویت قوای جسمانی، حفظ روان سالم است.

براساس تحقیقات دکتر آرتویدر، روان‌شناس معروف آمریکایی، تعادل روانی نداشتن بسیاری از بیماران، در نتیجه عدم فعالیت حرکتی و ورزشی در دوران کودکی است. پس‌رانی که از نظر قوای جسمانی ضعیف باشند، ممکن است علاوه بر ضعف جسمانی دچار مشکلات روانی مانند احساس حقارت و ناتوانایی تطبیق خود با دیگران شوند. همچنین تحقیقات راویک و مک کی نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که در مهارت‌های حرکتی ضعیف باشند، اغلب خجول و گوشه‌گیرند و برعکس دانش‌آموزانی که از نظر مهارت‌های حرکتی قوی هستند، ویژگی‌های برجسته از قبیل فروتنی، تدبیر و حس همکاری دارند. فشارهای اجتماعی، فقر مادی، اختلافات خانوادگی، تصادفات، بیماری‌ها و مرگ و میرهای پیش‌بینی نشده و بسیاری از عوامل خانوادگی و اجتماعی همراه با عوامل وراثتی می‌تواند همه ما را دچار عدم تعادل روان کند.

برای پیشگیری از بیماری روانی و حفظ سلامت روان می‌توان فعالیت‌های ورزشی، صحبت با دیگران در ارتباط با نگرانی‌های خود، شناخت موقعیت و سازگاری با آن، مراقبت از خود و تلاش برای حفظ سلامت با تغذیه و ورزش مناسب و استراحت کامل، معاشرت و دوستی با دیگران و حفظ خونسردی و آرامش را مورد توجه جدی قرار داد.

شهر ما خانه ما، هست، نیست؟!

بازی می‌کرد که باید اول محتویات پاکت را حدس می‌زدیم و بعد خوراکی را به دستمان می‌داد. خلاصه تا آن خوراکی‌های خوشمزه به دستمان برسد کلی دلمان آب می‌شد. خوراکی‌هایی که اگرچه رنگارنگ بودند، از شکلات و تخمه و آجیل گرفته تا گندم شادونه و برنجک، اما همه‌شان در پاکت‌های یک رنگ قهوه‌ای جای داشتند. پاکت‌هایی که خالی آن هم به درد می‌خورد و دور ریخته نمی‌شد.

یادم می‌یاد مادر چون آخر سر که غارتگری‌های ما بچه‌ها تمام می‌شد پاکت‌ها را تا می‌کرد و می‌گذاشت زیر فرش تا هم رطوبت زمین را بگیرد و هم آگه زمانی لازم شد از شان استفاده کند.

اما این روزها تا بخواهی خوراکی‌های رقم به رقم با بسته‌بندی‌های جورواجور در بازار است، از چیپس و شکلات و کیک گرفته تا آدامس و نوشابه و نوشیدنی‌هایی که در لیوان‌های یک بار مصرف ارائه می‌شوند

و آدم‌هایی که بی‌محابا خوراکی‌ها را می‌خورند و بسته‌های جلد و پوشش و یا بسته‌هایی که خوراکی‌ها در آنها پیچیده شده بود را به بیرون پرتاب می‌کنند. آدم‌هایی که برایشان فرقی نمی‌کند این بیرون کجاست یک پارک، وسط جاده، جوی آب، پای یک درخت، روی چمن یا هر کجای دیگر. آدم‌های زباله‌ساز یا همان موجود زباله‌ساز مدام مشغول ساخت زباله هستند. یاد کارتونی از والت دیسنی افتادم خدا رحمتش کند کلی برای ما بچه‌های قدیمی با کارتون‌هایش خاطره گذاشت. یکی از آنها که از دوران کودکی در ذهن من مانده کارتون زباله‌ساز بود. ماجرا از این قرار بود که والت دیسنی در قالب انیمیشن به بیننده نشان می‌داد که انسان‌ها چگونه و با چه سرعتی در هر محیطی که برای تفریح و گذران اوقات فراغت و یا کار و تجارت به سر می‌برند زباله‌سازی می‌کنند و این کوه زباله‌ها چگونه حیات و سلامت انسان‌ها و حیوانات را به خطر می‌اندازد. یاد می‌آید توی همان کارتون پرنده‌گانی



آتوسا راوش

بپردازد. این غیرت و همت اما به همین جا ختم نشد و باعث گردید تا جناب آقای عکاس فارغ التحصیل رشته عکاسی به کسوت شریف رفته گری درآمده و نارنجی پوش شود و تازه از این جاست که ماجراها شروع می‌شود. بقیه اش را خودتان بروید و فیلم را ببینید.

گذشته از ماجرای فیلم نارنجی پوش زباله و رفتارهای ما آدم‌های شهری در تولید و ساخت زباله خود حکایتی دارد. قدیما که ما بچه بودیم و شاید خیلی از شما نبوده‌اید، یادش بخیر اینهمه خوراکی‌های رنگارنگ و بسته‌های رنگین پلاستیکی و کاغذی نبود. آقا جون خدا بیامرز از راه که می‌رسید چند تا پاکت کاغذی از آن قهوه‌ای رنگ‌ها تو بغلش بود و تو هر کدومش یک خوراکی باب دندان ما بچه جقله‌های ریز و درشت. ما که محتویات پاکت را از بیرون نمی‌دیدیم هی بالا و پایین می‌پردیم تا توی پاکت را ببینیم و آقا جون هم هی برای ما تیاتر

فیلم نارنجی پوش ماجرای یک عکاس پر شر و شور شهری است. عکاس شهری یعنی عکاسی که عمدتاً از موضوعات شهری عکس می‌گیرد، موضوعاتی مانند ترافیک، آلودگی، محیط زیست و ... این جناب عکاس روزی برحسب تصادف با کتابی در مورد فینگ شای یا به اصطلاح ایرانی‌ها فینگ شویی آشنا می‌شود. آنهایی که مثل من اطلاعات کمی در مورد فینگ شای دارند را ارجاع می‌دهم به اینترنت و یک کلیک رنجه. اینکه انباشتگی بیرون انباشتگی ذهنی می‌آورد، یا اینکه هرچه محیط بیرونی انسان از نظم و پاکیزگی برخوردار باشد، روح و روان انسان نیز به آرامش خواهد رسید، و این کتاب آنچنان بر عکاس ما تاثیر گذاشت که بعد از اتمام آن یک تحول عجیب بر آقای عکاس عارض شد و ایشان را واداشت تا خرق عادات مردانه کرده، همت و پیش بند غیرت به تن نماید و به ظرفشویی و پاکیزگی خانه

بودند که با خوردن پلاستیک‌های جامانده از زباله‌های موجودات زباله‌ساز راه گلوبیشن می‌گرفت و حرکات البته خنده‌دار از خود در می‌آوردند اما برای آنهایی که پیام فیلم را دریافت می‌کردند این حرکات قبل از اینکه خنده‌دار باشد رقت انگیز و ناراحت کننده بود.

حالا این روزها ما شهرنشینان و تهرانی‌ها و بی‌رو در وایسی بگویم ما ایرانی‌ها، تبدیل شده‌ایم به یه پا زباله‌ساز حسابی. اگر زمانی گذرستان افتاد به خارج از تهران و جاده قم و نزدیکی کهریزک، سری بزنیید به محل تخلیه زباله‌های تهران و کوه‌های عظیم سر برافراشته زباله‌ها را ببینید. انبوه زباله‌هایی که از شهر تهران به بیرون شهر برده شده است، زباله‌های تر و زباله‌های خشک در هم، میلیون‌ها تن زباله، و البته شیرآبه‌های این زباله‌ها که بر روی زمین جاری است. تهران به تنهایی به اندازه نصف ایران زباله تولید می‌کند. از زباله‌های خانگی گرفته تا زباله‌های صنعتی و بیمارستانی که البته در کشورهای پیشرفته نحوه دفع آنان به صورت جداگانه و هر یک با تکنیک خاصی به منظور بازیافت انجام می‌گیرد.

محله تخلیه زباله‌ها در خارج از شهر تهران به حدی آلوده و مملو از مگس است که حتی نزدیک شدن به آنها برای من و شما مقدور هم نیست و آن بلایی را به سرمان می‌آورد که بر سر عکاس فیلم نارنجی‌پوش آقای مهرجویی آورد.

واقعیت این است که زباله‌سازی ما آدم‌ها حد و نهایی ندارد. این روزها نه تنها چهره شهرهای ما بلکه چهره جاده‌ها، جنگلها و حتی رودخانه‌ها و خلاصه همه مظاهر طبیعی که می‌باید آرامش‌بخش روح و روان ما باشند انباشته از زباله است. چه کسی است که نداند مسیر جاده‌ای که ما از طریق آن به زیباترین بخش منطقه کشور خود یعنی شمال می‌رویم چه میزان درهم تنیده زباله‌هایی است که ما به عنوان مسافران عبوری از آن از خود بر جای گذاشته‌ایم. و

چه کسی است که به کوه‌های اطراف تهران سری نزده باشد و از حجم زباله‌های پرتاب شده در مسیر رودخانه‌ها و فضاها طبیعی تعجب نکند. البته شاید بگویید چرا تعجب مگر این زباله‌ها را کسانی غیر از ما و یا موجودات سایر کرات درست کرده‌اند که تعجب کنیم. البته حق هم دارید، به قول معروف از ماست که بر ماست.

می‌گویند اینهمه افزایش زباله در شهرهای صنعتی نتیجه مدرنیته است. مدرنیته‌ای که مهم‌ترین مشخصه‌اش مصرف است، مصرف هم مهم‌ترین مشخصه‌اش بازار است و بازار هم تبلیغات می‌خواهد و تبلیغات هم آب و رنگ و کاغذ و پلاستیک و خلاصه زباله پشت زباله. اما خوب، مگر نمی‌شود اینهمه کالاهای رقم به رقم را طوری مصرف کرد که زباله آن به جنگل و رودخانه و کوچه و خیابان و دشت و طبیعت نرسد؟ آیا نمی‌توان



وقتی در بیرون خانه هستیم و مشغول گذران اوقات فراغت زباله‌ها را در کیسه‌ای جمع‌آوری کرد و به سطل زباله انداخت؟ البته لازم است این را هم بگوئیم این مدرنیته‌ای که ما اینقدر لعنتش می‌کنیم و بسیاری از بلایی را که بر سرمان می‌آید از جمله همین آلودگی‌های محیط زیست محیطی را که بخش عمده‌اش را خودمان باعث گردیده‌ایم زیر سر آن می‌دانیم روزها و سال‌ها در تلاش

بوده و هست تا راه حلی برای این انبوه زباله‌هایی که در حال تولید است پیدا نماید. به عبارت دیگر بسیاری از کشورهای پیشرفته به دنبال راه‌هایی هستند که تا حد ممکن از زباله کود یا انرژی تولید کرده و به قول خودشان زباله را بازیافت نمایند. اما این تلاش‌ها سر دیگری هم دارد و آن فرهنگ‌سازی است. یعنی همان گفته معروف پیشگیری قبل از درمان. شاید باورتان نشود اما آنها در دانشگاه‌های خود روش‌های جلوگیری از تولید زباله را آموزش می‌دهند. در سطح کودکانها و مدارس، انواع و اقسام آموزش‌های خلاق و بازی‌های جالب دارند تا به مردم سرزمین خود از همان اوان کودکی بیاموزند که چگونه تا حد ممکن از تولید و پرتاب زباله به طبیعت جلوگیری نمایند.

اصطلاح تفکیک زباله از مبداء که به تازگی در فرهنگ شهرنشینانی ما با تاخیر بسیار و تانی وارد شده است سال‌هاست که در کشورهای پیشرفته اجراء می‌شود و باعث گردیده تا حجم انبوهی از زباله‌های تر و خشک از همان مبداء تولید از هم تفکیک شوند و کار تفکیک زباله و تبدیل آن به کود و یا سایر محصولات را به غایت سهل و امکان‌پذیر نماید. در کشور ما و یا در همین تهران ما اما درهم تنیدگی زباله‌های تر و خشک به گونه‌ای است که تفکیک آنها را عملاً غیر ممکن ساخته است.

علیرغم تمامی این ماجراها اگر هر شهروند ایرانی بازیافت را خود از مبداء انجام دهد و نیز اگر هر شهروند ایرانی فضای خارج از خانه را مانند فضای داخل خانه بداند و از پرتاب زباله‌ها به میان راه و یا در مسیر خوداری نماید؛ همچنانکه ما هیچگاه در منزل خود، زباله را به وسط اتاق یا تختخواب پرتاب نمی‌کنیم، و سطلی داریم معروف به سطل زباله که برادر بزرگترش هم در شهر ما قرار دارد، مطمئناً روزی فرا خواهد رسید که دیگر شعار «شهر ما خانه ما» باعث شوخی و خنده بچه‌هایمان نخواهد شد.

از زباله‌ها عکس بگیرد و بفرستید

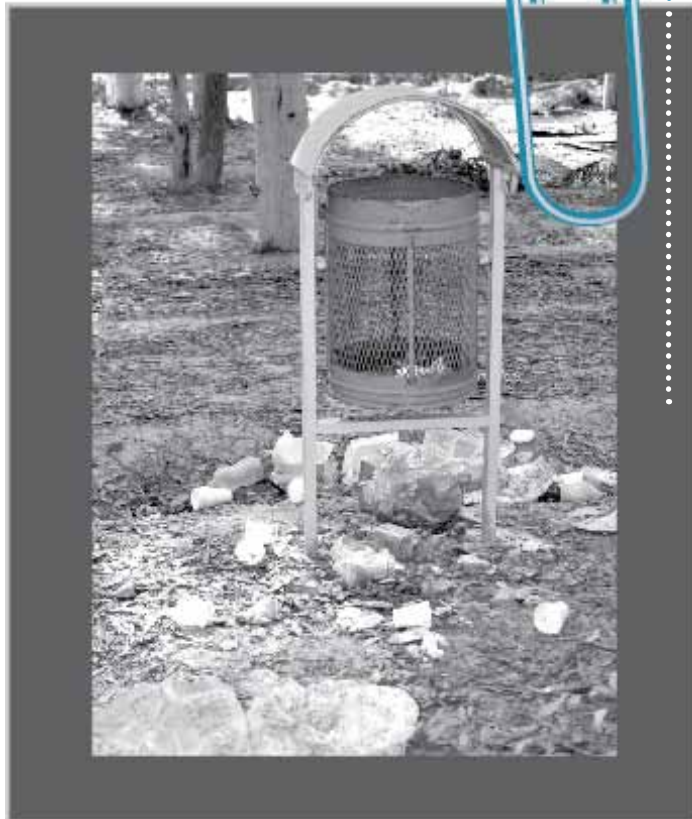
حتماً تا کنون به دفعات شاهد صحنه‌هایی از پرتاب زباله از شیشه‌های پایین آمده ماشین‌ها در خیابان‌ها، بزرگراه‌ها و کوچه‌ها، بوده‌اید. تعجب شما شاید از دیدن مدل بالای این ماشینها و کلاس بالاتر نشینانش بیشتر شده باشد! لابد به دفعات دیده‌اید که خیلیها اشغال‌های خوردنی‌های خود را در جوی‌های کنار خیابان، که در ناخودآگاهشان سطل‌اشغالهایی در امتداد خیابان است، انداخته‌اند. جوی‌های مملو از میوه‌ها و سبزیجات گندیده را هم در مجاورت مغازه‌های میوه‌فروشی حتماً دیده‌اید. حتماً شاهد انبوه زباله‌های رنگارنگ در مجاورت دیدنی‌ترین و قشنگترین مکان‌های توریستی کشورمان بوده‌اید.

کجای کار ایراد دارد؟ کمبود سطل زباله در سطح شهر؟ نبود آموزش در خصوص چگونگی دفع زباله؟ بی‌توجهی شهروند آن به شعارشهر ما خانه ما؟ و یا بی‌مسئولیتی تک‌تک ما نسبت به چگونگی دفع زباله؟

بارش باران و برف و تگرگ در هفته‌های قبل را که یادتان هست؟ حتماً اخبار روزنامه‌ها و تلویزیون را دیده‌اید و از خسارت مالی که این باران بهاری بدون خبر قبلی ایجاد کرد خبر دارید؟ چقدر از این خسارت‌ها مربوط به پر بودن جوی‌های مسدود شده توسط زباله‌های خیابان بودند؟ اگر همت و تلاش شبانه‌روزی ماموران شهرداری نبود آیا امکان بوجود آمدن یک فاجعه انسانی و محیطی خیلی دور از ذهن بود؟ آیا نباید تک‌تک ما نسبت به حفظ محیط زیستمان حساس باشیم؟ آیا نباید تفکیک زباله (جداکردن زباله خشک از تر) را از خانه و محل کار شروع کنیم؟

نشریه توانیاب قصد دارد در هر شماره خود صفحاتی را به محیط زیست اختصاص دهد. در این مورد نیاز به عکس‌هایی که از زباله میگیرید داریم: انبوه زباله‌ها در تفریحگاه‌ها پای کوه‌ها در جوی‌های خیابان، در معابر شهرها و مکان‌های دیدنی عکس‌های دریافت شده با ذکر نام عکاس در نشریه توانیاب چاپ می‌شود. منتظر عکس‌هایی که به روابط عمومی مجتمع رعد تحویل می‌دهید، هستیم.

نشریه توانیاب



اتلاف منابع، بهره‌وری ضعیف و اسراف در ایران



ایران ۴۲ لیتر
جهان ۱۰ لیتر
نسبت: **ایران چهار برابر جهان**
ایرانیان سالانه بیش از ۲ میلیارد و ۹۰۰ میلیون تومان نوشابه استفاده می‌کنند. بنابراین از نظر سرانه مصرف نوشابه گازدار در ایران، رتبه اول جهان را داریم. سرانه مصرف نوشابه در ایران ۴۲ لیتر است. در حالی که این سرانه مصرف ۴ برابر مصرف سرانه دنیاست.

۷. نمک:
سرانه مصرف سالیانه نمک
ایران ۶ کیلوگرم
جهان ۳ کیلوگرم
نسبت: **ایران ۲ برابر جهان**
میزان استاندارد مصرف نمک بین ۴ تا ۵ گرم در روز است. در حالی که ایرانیان به طور متوسط روزانه ۸ تا ۱۰ گرم نمک مصرف می‌کنند.

۸. میوه و سبزیجات:
سرانه مصرف سالیانه میوه و سبزی
ایران ۳۰ کیلوگرم
جهان ۱۲۰ کیلوگرم
نسبت: **ایران یک چهارم استاندارد جهانی**

ایران در تولید ۱۵ محصول اصلی باغی دنیا مقام اول تا دهم را دارد و بیش از ۴ درصد از میوه و مرکبات جهان را تولید می‌کند. اما مصرف سبزی و میوه در کشورمان کمتر از میزان استاندارد جهانی است (روزانه هر فرد باید حداقل ۴۰۰ گرم میوه و سبزی مصرف کند. سرانه مصرف در ایران ۱۰۰ گرم است).

۹. ماهی:
سرانه مصرف سالیانه ماهی
ایران ۷ کیلوگرم
جهان ۱۸ کیلوگرم
نسبت: **ایران حدود یک سوم جهان**

طول عمر
طول عمر ایرانیان ۲۰ درصد کمتر از میانگین جهانی است.

مرگ و میر
حدود ۴۰ درصد از مرگ‌های روزانه به دلیل سوءتغذیه می‌باشد. در کشور ما از مجموع ۸۰۰ مرگ روزانه، ۳۰۰ مورد مستقیماً به تغذیه نامناسب مربوط است.

در سال است که این سرانه در اروپا ۳۰۰ کیلوگرم برآورد می‌شود. همچنین براساس آخرین آمار در مورد سبب غذایی ایرانیان، مصرف لبنیات به ازای هر نفر، روزانه ۱۳۹ گرم است که فقط ۲۸ گرم از این میزان را شیر تشکیل می‌دهد. در حالی که مصرف مطلوب لبنیات هر فرد، باید روزانه ۲۲۵ تا ۲۴۰ گرم باشد.

۴. شکر:
سرانه مصرف سالیانه شکر
ایران ۳۰ کیلوگرم
جهان ۵ کیلوگرم
نسبت: **ایران ۶ برابر جهان**
سرانه مصرف شکر هر ایرانی ۳۰ کیلوگرم و ۶ برابر میانگین هر فرد در دنیا است.

۵. سویا:
سرانه مصرف سالیانه سویا
ایران ۰/۵ کیلوگرم
جهان ۱۰ کیلوگرم
نسبت: **ایران یک بیستم جهان**
در حالی که مصرف سرانه سویا در اروپا و آمریکا ۹ تا ۱۱ کیلوگرم برآورد شده است، حجم مصرف این فرآورده در ایران، تنها به نیم کیلوگرم به ازای هر نفر می‌رسد.

۶. نوشابه:
سرانه مصرف نوشابه

مواد غذایی

۱. نان:
سرانه مصرف سالیانه نان
ایران ۱۶۰ کیلوگرم
جهان ۲۵ کیلوگرم
نسبت: **ایران ۶ برابر جهان**
مردم ما پرمصرف‌ترین مردم جهان در مصرف گندم و نان هستند و با سرانه ۱۶۰ کیلوگرم بالاترین مصرف سرانه نان را در جهان دارا هستیم. لازم به توضیح است میزان تولید نان در ایران ۲۵ میلیارد عدد است.

۲. تخم مرغ:
سرانه مصرف سالیانه تخم مرغ
ایران ۸ تا ۹ کیلوگرم
کشورهای پیشرفته ۲۴ کیلوگرم
نسبت: **ایران یک سوم جهان**
سرانه مصرف تخم مرغ در ایران ۸ تا ۹ کیلوگرم است که این رقم در کشورهای پیشرفته ۲۴ کیلوگرم است.

۳. شیر:
سرانه مصرف سالیانه شیر
ایران ۹۲ کیلوگرم
اروپا ۳۰۰ کیلوگرم
نسبت: **ایران یک سوم اروپا**
سرانه مصرف شیر در ایران ۹۱ کیلوگرم

وضعیت مصرف دارو

میانگین سرانه اقلام دارو در هر نسخه
ایران ۶ قلم
جهان ۲ قلم
نسبت: ایران سه برابر جهان

ساعات کار

سرانه ساعات کار سالیانه
ایران ۲۴۰۰
جهان ۱۹۰۰

نسبت: ایران ۱/۵ برابر میانگین جهانی

ساعات کار مفید

سرانه ساعات کار سالیانه
ایران ۳۰۰
جهان ۱۴۰۰

نسبت: ایران یک چهارم سرانه جهانی

فضای ورزشی

سرانه
ایران ۶۱ سانتی متر مربع
جهان ۲ متر مربع

نسبت: ایران یک سوم میانگین جهانی

مطالعه

سرانه زمان مطالعه روزانه
ایران ۱۸ دقیقه
جهان ۷۰ دقیقه

نسبت: ایران یک چهارم میانگین جهانی

فضای سبز

میانگین سرانه فضای سبز
ایران ۵ مترمربع
جهان ۱۵ مترمربع

نسبت: ایران یک سوم جهان

انرژی

۱. برق:

سرانه مصرف سالیانه
ایران ۲۵۰۰ کیلو وات
جهان ۸۰۰ کیلو وات

نسبت: ایران ۳ برابر جهان

۲. آب:

سرانه مصرف روزانه
ایران ۳۰۰ لیتر
جهان ۱۵۰ لیتر

نسبت: ایران ۲ برابر میانگین جهانی

۳. بنزین:

سرانه مصرف سالیانه
ایران ۹۰ لیتر
جهان ۱۵ لیتر

نسبت: ایران ۶ برابر میانگین جهانی

۴. گاز:

منطقه سرانه مصرف سالیانه
ایران ۱۷۰۰ متر مکعب
جهان ۶۰۰ متر مکعب

نسبت: ایران ۳ برابر میانگین جهانی

زمان مکالمه با تلفن و تلفن همراه

سرانه ساعات کار سالیانه
ایران ۴۰
جهان ۱۰

نسبت: ایران چهار برابر میانگین جهانی

متاع ما، اندیشه ما

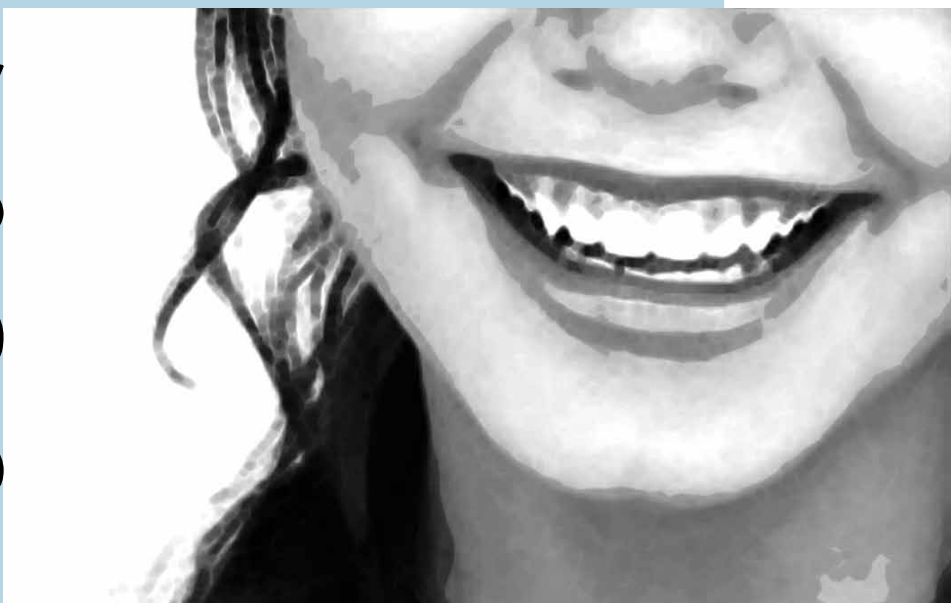
مردم ایران منابع ملی خود را به مقدار قابل ملاحظه ای تلف می کنند. اسراف در این منابع به حدی است که طبق آمار منتشره، مصرف سرانه آب، انرژی، دارو، نان و سایر مواد غذایی و صرف وقت برای انجام یک کار معین در ایران، چند برابر استانداردهای جهانی است.

منبع: بنیاد کارآفرین فروتن

به طور متوسط ایران حدود ۴ برابر میانگین جهانی انواع انرژی را مصرف می کند.

خنده بر هر درد بی‌درمان دواست

مریم سجادیپور - کارشناس تغذیه



علل روانشناختی خنده

خنده می‌تواند علل متفاوت داشته و به انگیزه‌های مختلف صورت گیرد. از جمله: نشانه اعتماد به دیگران، تقویت روابط اجتماعی، اجتناب از درگیری و برخورد، ایجاد صمیمیت و گویای پذیرش و تعاملات مثبت است.

فواید خنده برای سلامتی

خنده یک مکانیسم دفاعی و کنار آمدن با استرس، تحقیر، خجالت‌زدگی و درد است. خنده باعث افزایش سطح انرژی بدن میگردد. خنده باعث کاهش استرس و تنش روانی، کاهش درد، افزایش روحیه فرد و احساس خوب نسبت به خود داشتن، بهبود کارکرد مغز، تحریک هر دو نیمکره مغز گردیده و در عملکرد آنها تعادل ایجاد می‌کند. خنده باعث ماساژ دادن ارگان‌های شکمی و بهبود کارکرد آنها، و افزایش و بهبود عمل جذب و هضم می‌گردد. خنده باعث تقویت یادگیری و تمرکز و یک تمدد اعصاب و تکنیک تن آرامی رایگان و آسان است. هنگام خنده فشار خون و سرعت ضربان قلب شما افزایش می‌یابد، اما بلافاصله پس از اتمام خنده فشار خون کاهش می‌یابد (کمتر از حد طبیعی) خنده باعث تغییر رفتار ما می‌شود. پس از خنده ما بیشتر صحبت کرده و تماس چشمی و فیزیکی بیشتر برقرار می‌کنیم. خنده باعث کاهش سطح هورمون‌های استرس می‌گردد.

این هورمون‌ها که در هنگام تجربه استرس و خشم ترشح می‌گردند باعث سرکوب سیستم ایمنی بدن، افزایش پلاکت‌های خون و افزایش فشار خون می‌گردند. خنده باعث تقویت سیستم ایمنی می‌گردد. خندیدن یک نوع فعالیت بدنی هوازی است. خنده با افزایش اکسیژن‌رسانی باعث تسریع بهبود زخم‌ها می‌گردد. خنده باعث تقویت یادگیری و تمرکز و یک تمدد اعصاب و تکنیک تن آرامی رایگان و آسان است.

خنده مورد نیاز همه انسان‌هاست وقتی می‌خندیم، آرام می‌گیریم، کیفیت زندگیمان بهتر می‌شود، در واقع با خندیدن، منابع درون خود را در جهت مثبت، سوق می‌دهیم. اولین واکنش هیجانی جنین خنده است و کودکان به‌طور متوسط ۳۰۰ تا ۴۰۰ بار در طول یک شبانه روز می‌خندند. اما در بزرگسالان این دفعات به ۶ تا ۱۰ بار در یک شبانه روز می‌رسد. با خنده می‌توانیم به‌انسانی سالم‌تر، شادتر، قدرتمندتر و کامیاب‌تر تبدیل شویم، چرا که با ترشح هورمون‌های مثبت، چهره‌مان شاداب‌تر و جذاب‌تر می‌شود و احساس نشاط و طراوت می‌کنیم و زندگی را به شکل بهتری تجربه می‌کنیم.

۱۰ دقیقه خنده عمیق در طول روز می‌تواند در کاستن دردهای شدید موثر باشد، خنده سن افراد را کمتر نشان می‌دهد، محبوبیت و جذابیت را ایجاد می‌کند و در بروز ایده‌های نو و خلاق اعتماد به نفس،

سلامت روان و احساس امنیت موثر است. خنده از سکنه‌های قلبی، مغزی، تنگی رگ‌های قلبی و بیماری‌های تنفسی و دهها بیماری دیگر به‌خوبی پیشگیری می‌کند. هورمون «اندورفین» که در شخص احساس اعتماد به نفس و سرخوشی می‌کند، در اثر خندیدن، تولید می‌شود و مقدار ترشح این هورمون با ورزش و فعالیت‌های نشاط آور، بالا می‌رود.

اثرات مفید خنده بر سلامت

محققان، اطلاعات کمی راجع به خندیدن و اثرات آن بر روی مغز دارند، اما چیزی که مشخص است، آن است که خنده اثراتی مثبت بر روح و جسم می‌گذارد.

خنده برای قلب، رگ‌های خونی، کاهش هورمون‌های استرس‌زا، گردش خون و عملکرد صحیح فعالیت‌های بدن بسیار مفید است و اثرات مثبت و محکمی را بر سلامت روان و تحکیم روابط فامیلی به جای می‌گذارد و احساسات منفی از قبیل: افسردگی و عصبانیت را از بین می‌برد.

تأثیر بر هورمون‌ها

خنده موجب کاهش هورمون‌های استرس‌زا مانند: کورتیزول، آدرنالین (اپی نفرین)، دوپامین و هورمون رشد می‌شود. در اثر خندیدن، میزان هورمون کورتیزول، ۳۹ درصد و میزان هورمون آدرنالین ۷۰ درصد کاهش می‌یابد.

همچنین باعث افزایش مقدار هورمون‌های سلامتی از قبیل: آندورفین و نوروترانسمیتر می‌گردد.

■ آزادسازی احساسات

تا به حال برایتان پیش آمده که بگویید، دلم گرفته و نمی‌دانم باید گریه کنم یا بخندم؟ آیا بعد از خندیدن، این اتفاق برایتان رخ می‌دهد؟ به طور کلی، خنده باعث آزادسازی احساسات می‌گردد. خندیدن، یک احساس آرامش را برقرار می‌کند. جالب است بدانید کسی که می‌خنداند، بیشتر از شنونده اثر مفید بر بدن خود به جای می‌گذارد.

■ کارکرد درونی بدن

وقتی می‌خندید، ورزش انجام می‌دهید. شکم شما شروع به حرکت می‌کند، شانه‌هایتان شروع به لرزش می‌کند و عضلات شما آرامش می‌یابد و بالاخره برای سلامت قلب بهترین و آسان‌ترین کار است.

■ از بین برنده گیجی و حواس پرتی

با خندیدن، عصبانیت، مجرم بودن، استرس و دیگر احساسات منفی را از خود دور می‌کنید.

■ اثرات اجتماعی خنده

خنده باعث ایجاد ارتباط اجتماعی بهتر و بیشتر با مردم می‌شود و مردم دوست دارند که با آن فرد رابطه داشته باشند. از همه مهم‌تر باعث کاهش درد دیگران می‌شود، پس اثر خوبی برای فردی که مردم را می‌خنداند، دارد.

■ تاثیر خنده بر بیماری‌های جسمی

خنده، گنجایش ریه را بالا می‌برد و باعث می‌شود اکسیژن بیشتری وارد خون شود، بنابراین، بیماری‌های ریوی مثل برونشیت را از بین می‌برد.

خنده، میزان قند خون را کم می‌کند. خنده، قاتل بیماری‌ها می‌باشد، بیماری‌هایی از قبیل: سرطان، بیماری قلبی، دیابت، ورم مفاصل، گرفتگی عضلانی، بی‌خوابی، میگرن، آلرژی، زخم معده و روده، روماتیسم و ...

خنده موجب افزایش اکسیژن رسانی و ماده غذایی به سلول می‌شود. اگر شما ۱ دقیقه بخندید،

آن خنده، ۴۵ دقیقه باعث آرامش شما می‌شود، خطر بیماری قلبی را از شما می‌گیرد و محرکی برای اشتها و هضم مواد غذایی خورده شده می‌باشد.

خندیدن، موجب افزایش آنتی‌بادی‌ها (عوامل دفاع‌کننده از بدن در برابر عوامل بیماری‌زا) می‌گردد، یعنی باعث افزایش قدرت سیستم ایمنی بدن می‌گردد.

■ سایر اثرات مفید خنده

تقویت کننده روح و روان است. باعث ترقی و پیشرفت در زندگی می‌گردد. کاهش دهنده گرسنگی است.

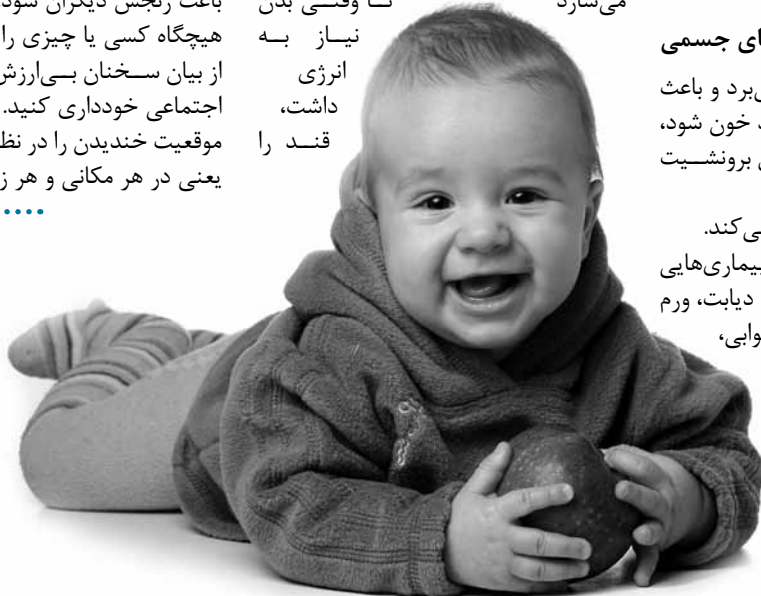
وقتی می‌خندیم، چه اتفاقی رخ می‌دهد؟ وقتی می‌خندیم، عضلات صورت و بدن را می‌کشیم. فشار خون بالا می‌رود. تندتر نفس می‌کشیم و اکسیژن بیشتری را به بافت‌ها می‌رسانیم.

اگر خندیدن و ورزش کردن را با هم انجام دهیم، سرعت ضربان قلب بالا رفته و موجب سلامتی می‌گردد. تحقیقات ثابت کرده که برای سلامت قلب ۱۰ دقیقه راه بروید و یا ۱ دقیقه بخندید.

در کودکی و جوانی، ورزش اثر مثبت بر قدرت عضلانی و استحکام بدن در مقابل بیماری‌ها دارد، ولی وقتی پیر می‌شوید از آنجا که انرژی کمتری می‌سوزانیم، برای تناسب اندام و جلوگیری از ضعف، بخندید. ۱۰ تا ۱۵ دقیقه خندیدن، باعث سوختن ۵۰ کالری در بدن می‌گردد.

هرگاه بخندیم، یکی از بزرگ‌ترین و مهم‌ترین اندام بدنمان شروع به فعالیت می‌کند که کبد است. کبد مواد زائد را دور می‌ریزد، مواد غذایی مازاد بر نیاز بدن را به شکل قند(گلیکوزن) در خود ذخیره می‌سازد تا وقتی بدن نیاز به

انرژی داشت، قند را



بسوزاند و تبدیل به انرژی کند و به خون تحویل دهد. همچنین کبد محل ذخیره پروتئین‌های خون، ویتامین‌ها و عناصر معدنی است.

ببینید خندیدن چقدر خوب است!

■ راه و روش‌هایی برای خندیدن

برای شما سخت است که بخندید؟ با عمل به روش‌های زیر به راحتی می‌توانید خندان باشید:

۱. از موقعیت‌های خندیدن آگاه شوید.
 ۲. با افراد دیگر دور یک میز بنشینید و برای همدیگر وقایع خنده‌دار را بازگو کنید.
 ۳. اگر یک واقعه خنده‌دار و یا یک طنز به دستتان می‌رسد، آن را برای دیگران بازگو کنید.
 ۴. فیلم‌ها یا تئاترهای خنده‌دار ببینید.
 ۵. کتاب‌ها یا مجلات خنده‌دار بخوانید.
 ۶. یکدیگر را بخندانید.
 ۷. به جای شکایت کردن از زندگی، به آن بخندید. فکر کنید چگونه می‌توانید واقعه‌ای را که برای شما اتفاق افتاده است، به دوستان‌تان بگویید که آن‌ها هم بخندند. به هر موقعیت بدی که برمی‌خورید، آن را به شکلی خنده‌دار برای خود تعریف کنید. این روش سخت است، اما با سعی و کوشش بسیار آسان می‌شود. با این روش می‌توانید سختی‌ها را تحمل کنید و به آسانی از آنها عبور می‌کنید. خنده از بین برنده رفتارهای منفی، چه جسمی و چه روانی است.
- البته همیشه برای خندیدن و خندانیدن دقت کنید:
- هر حرفی را بیان نکنید، چون ممکن است باعث رنجش دیگران شود.
- هیچگاه کسی یا چیزی را مسخره نکنید.
- از بیان سخنان بی‌ارزش و به دور از ادب اجتماعی خودداری کنید.
- موقعیت خندیدن را در نظر داشته باشید، یعنی در هر مکانی و هر زمانی نخندید.

با تغذیه خوب از یبوست پیشگیری کنیم

دکتر ربابه شیخ الاسلام



بنیر یا کشمش و برگه‌های میوه با توجه به سلیقه‌تان جای یک وعده غذایی ظهر مصرف شود، در این صورت شما بعد از نهار شاداب و سرحال باقی میمانید و خستگی بعد از مصرف غذای سنگین خموده و خسته‌تان نمی‌کند.

میزان مصرف برنج و نان خود را کم کنید و به جای آن یک یا دو میوه در طول روز مصرف کنید.

از قرص‌های ملین بدون نظر پزشک استفاده نکنید گاهی اوقات این قرص‌ها با تحریک دستگاه گوارش و تخلیه کامل روده‌ها زمینه را برای یک دوره یبوست پی در پی آماده میکنند.

اگر به دلایل مختلف امکان مصرف سبزی و میوه را ندارید و یا بدلیل بهم خوردن تغذیه مطلوب یا سفر دچار یبوست شده‌اید از دانه‌های حجم دهنده مدفوع مانند اسفرزه (پسلیوم) همراه با آب استفاده کنید و حتما آب بیشتری بعد از مصرف بنوشید.

استفاده از پودر سبوس قابل اعتماد که از داروخانه تهیه میکنید را نیز میتوانید با آب، ماست، همراه با سالاد یا اضافه کردن به سوپ مصرف کنید. برن یا سبوس با فیبر بالا و اسفرزه به عنوان حجم دهنده مطلوب برای کسانی که بدلیل رژیم غذایی کاهش وزن مقصدار غذای خود را کم میکنند مفید است ولی حتما باید با حداقل دو لیوان آب یا سایر مایعات مصرف شود. این مواد با جذب آب حجم مدفوع را زیاد و دفع را راحت‌تر میکنند.

برگرفته از سایت سلامت نیوز

عادت را بعد از صرف نهار دارند ولی نکته مهم این است که اگر به دلایلی مجبور شوید مدفوع خود را نگهدارید مدفوع با ماندن در روده بزرگ آبش را از دست میدهد و دفع را با مشکل مواجه میکند. بنابراین بهتر است با اطلاع از عادت دفع خود شرایط را در نظر بگیرید و حتما در زمان نیاز به دفع این کار را انجام دهید.

نوشیدن آب و فعالیت‌های صبحگاهی را با سایر افراد خانواده و کودکان انجام دهید تا این عادت خوب را همه فرا گیرند. اگر کارتان بیشتر نشستن است هر پانزده دقیقه بلند شوید و کمی راه بروید، نشستن زیاد امکان ابتلا به یبوست را بیشتر میکند، بهمین دلیل بعضی از افراد بعد از سفرهای طولانی با ماشین یا هواپیما دچار یبوست میشوند.

در طول روز نوشیدن آب را فراموش نکنید بهتر است روزانه هشت تا ده لیوان آب بنوشید.

روزانه نیم ساعت پیاده‌روی کنید. در وعده‌های نهار و شام ابتدا سالاد بخورید. سالادها را هر بار با تنوع بیشتر از انواع مختلف سبزی تهیه کنید به جای سسهای صنعتی از روغن زیتون و سرکه یا آبلیمو و یا آب غوره با توجه به سلیقه‌تان استفاده کنید.

اگر یک وعده غذایی را در خارج از خانه صرف میکنید و به سالادهای بیرون از منزل بدلیل بهداشتی اطمینان ندارید، هر روز صبح برای خودتان یک ظرف سالاد تهیه کنید و با خود به محل کارتان ببرید. اگر وزن بدنتان هم بالاست این سالاد با اضافه کردن مواد مغذی مانند تن ماهی، یا کمی گوشت پخته مرغ یا مغز گردو و

تغذیه نامناسب میتواند یکی از علت‌های ابتلا به یبوست باشد. البته گاهی یبوست‌های شدید که با تغییر در تغذیه درمان نمی‌شوند، ممکن است خود یک علامت برای بیماری دیگر باشند که نیاز به مراجعه پزشک و یافتن علت اصلی آن دارد. ولی اغلب یبوست‌ها با تغییرات تغذیه‌ای و تغییر شیوه زندگی قابل درمانند.

حتما تا کنون از فیبرهای غذایی شنیده‌اید. فیبرهای غذایی که در انواع سبزی‌ها مثل کاهو، خیار، کرفس، هویج، سبزی‌های سبز مثل اسفناج، انواع کلم‌ها، سبزی خوردن، برگ مو و همچنین میوه‌های فصل وجود دارند، بدلیل داشتن فیبر جریان مدفوع را تسهیل میکنند و اگر روزانه در رژیم غذایی‌مان به اندازه کافی سبزی و میوه مصرف کنیم کمتر دچار یبوست میشویم.

اگر شما از کسانی هستید که از این مشکل رنج می‌برید این توصیه‌ها را بکار ببندید.

صبح بعد از بیدار شدن یک یا دو لیوان آب بخورید و انجام فعالیت‌های صبحگاهی نرمش‌ها و ورزش‌های معمول را آغاز کنید حد اقل بیست دقیقه ورزش شما را شادابتر کرده و میل به صرف صبحانه را در شما افزایش میدهد. اگر عادت به دفع شما صبح‌ها بعد از صرف صبحانه است، نوشیدن آب جریان یافتن آب در دستگاه گوارش و صرف صبحانه، فشار کافی را برای دفع راحت فراهم میکند.

دستگاه گوارش خود را برای اجابت در ساعت معینی که در منزل هستید عادت دهید. اگر صبح زود بلند شوید دو یا سه لیوان آب بخورید و بعد از انجام نرمش‌های صبحگاهی، صبحانه بخورید در این صورت، امکان دفع فراهم میشود. بعضی‌ها این



نام کتاب: شفای زندگی

نویسنده: لویژ هی

ترجمه: گیتی خوشدل

ناشر: پیکان (چاپ اول ۱۳۶۹) چاپ بیست هشتم

کتاب «شفای زندگی» در حوزه روانشناسی است. این کتاب در چهار بخش و شانزده فصل تهیه شده است. بخش اول مقدمه است که نویسنده ضمن توضیح درباره مطالب کتاب، پیشنهادهایی را درباره چگونگی انجام بهینه تمرینات به خوانندگان و نکاتی درباره فلسفه زندگی ارائه می‌دهد.

در بخش دوم به ریشه‌یابی مشکلات و این که چگونه باید مشکلات خود را حل کنیم و روش‌های تغییر در زندگی و نوسازی آن پرداخته شده است.

در بخش سوم روش‌های بهبود روابط کار، تعریف موفقیت، ثروت، تأثیر ذهن بر جسم و فهرست بیماری‌هایی که علل ذهنی دارند و نیز الگوهای تازه ذهنی برای غلبه به آنها ارائه می‌شود.

بخش چهارم شامل داستان زندگی نویسنده است.

ضمناً نویسنده در ابتدا و انتهای هر فصل جملات تأکیدی مرتبط با موضوع فصل را با عنوان «درباره فلسفه ام» بیان کرده و از فصل دوم به بعد نیز تمریناتی برای خوانندگان ارائه شده است.



نام کتاب: رعنا

نویسنده: نفیسه نظری (صبا)

نشر: علی چاپ چهارم ۱۳۸۶

کتاب رعنا یک رمان ایرانی است که در ۲۸ بخش تألیف شده است. داستان درباره دختری به نام شیدا است که در خانواده‌ای متمول زندگی می‌کند و خواستگاران زیادی دارد. او دچار نوعی سردرگمی در روابط عاطفی خود است. روزی برحسب اتفاق دفترچه خاطرات دختری به نام رعنا به دست قهرمان داستان می‌رسد که مربوط به بیش از چهار دهه پیش است. شیدا با کنجکاوی دفترچه خاطرات را می‌خواند و به دلیل شباهت زندگی آن دختر با او، تأثیر زیادی بر شیدا می‌گذارد و سعی می‌کند تا زندگی خود را اصلاح کند و از سر درگمی نجات پیدا می‌کند.



معرفی کتاب

در گفت و گو با مهندس عامری عنوان شد به امید روزی که در همه شهرهای ایران «رعدي» داشته باشیم

فعالیت مجتمع رعد تحت عنوان بنیاد نیکوکاری رعد از سال ۱۳۶۳ در دو اطاق کوچک در درمانگاه غیائی یافت‌آباد (بیمارستان فوق تخصصی غیائی فعلی) با آموزش رشته نقشه‌کشی با پذیرش جانبازان و معلولان شروع شد. در سال ۱۳۶۴ من به جمع دوستان اضافه شدم و با در اختیار گرفتن پارکینگ نابینایان ابابصیر واقع در خیابان راه‌پیما از سازمان بهزیستی و با تفکیک فضای ۱۰۰ متر مربعی، علاوه بر رشته نقشه‌کشی، کارگاه الکترونیک (موتورپیچی و ترانسفور موتورپیچی) و تعمیر لوازم گردنده کوچک (لوازم برقی خانگی) را هم راه انداختیم. بعد از این که کارآموخندگان دوره‌های اول و دوم توانستند وارد بازار کار شوند، انگیزه مضاعفی در هیأت مدیره جهت تداوم فعالیت بوجود آمد.

عزیزان جانباز تا سال ۱۳۶۹ از کلاس و کارگاه‌های رعد که براساس استانداردهای سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای و با استفاده از اساتید مجرب آن سازمان تدریس می‌شد و با آموختن مهارت‌های لازم در حد تکنسین، وارد بازار کار شدند که بعضا هنوز هم از طریق همان آموزش‌ها مشغول به کارند.

احساس نیاز به ساختمانی با ویژگی خاص موجب گردید به دنبال قطعه زمینی برای احداث ساختمان مناسب‌سازی شده باشیم. با مکاتبات انجام شده سرانجام مسوولان وقت سازمان نوسازی و عمران اراضی غرب تهران (شهر قدس)، قطعه و زمین ساختمان فعلی را در سال ۱۳۶۶ در اختیار این موسسه خیریه قرار دادند که پس از دریافت پروانه ساختمان، و طی کردن پرونده‌های اداری، عملیات خاکبرداری در اسفند ۱۳۶۸ شروع شد و با آماده شدن سقف اولین طبقه در سال ۱۳۷۲، فعالیت مجتمع در این مکان آغاز شد. آخرین بخش پروژه که احداث سالن آمفی‌تاتر بود به سال ۱۳۸۲ برمی‌گردد.

از آن به بعد فکر کردیم فاز اول راه‌اندازی آموزشگاه و فاز دوم احداث ساختمان را طی کرده‌ایم، حالا بالا بردن سطح کمی و کیفی آموزش‌ها مدنظر بود؛ از جمله پذیرش خواهران معلول، اضافه کردن رشته‌های آموزشی که براساس توانمندی معلولان، بازار کار، امکانات مالی و کمک‌های خیرین ادامه داشت، به طوری که از ظرفیت ۵ نفر کار آموز با دو رشته آموزشی، امروز (در سال ۱۳۹۱)، مجتمع با ظرفیت ۲۰۰



مهندس محمود عامری دبیر فنی هنرستان‌های تهران و اولین مدیرعامل مجتمع آموزشی، نیکوکاری رعد و در حال حاضر دبیر دفتر هماهنگی مجتمع‌های آموزشی نیکوکاری رعد و مراکز مشابه است. گفت و گو با ایشان را از یک سوال تکراری «چگونگی آغاز به کار رعد» شروع کردیم و به راه‌اندازی مجتمع‌های جدید در شهرستان‌ها رسیدیم. مشروح این گفت و گو را می‌خوانید:

نفر کارآموز و با حدود ۲۰ رشته آموزش فنی و حرفه‌ای در مقاطع مختلف با توان اجرایی مناسب و اشتغال نسبتاً قابل قبول، به فعالیت خیرخواهانه خود ادامه می‌دهد. فاز ۳، با شرکت در نمایشگاه‌های مختلف از جمله نمایشگاه ایرانگردی در دهه هفتاد و آشنایی با خیرین شهرستان‌ها آغاز شد. مسوولین مجتمع رعد در صدد تاسیس شعبه یا مراکز مشابه در شهرستان‌ها برآمدند که اولین مرکز در استان یزد و چهاردهمین در شهر قدس قم در حال راه‌اندازی است. با عنایت سایر عزیزان این مهم در استان هرمزگان (بندرعباس) و (دزفول) هم در حال شکل‌گیری است. مجتمع رعد و مراکز مشابه، این افتخار را دارد در حد توان، که قطره‌ای است از دریا، به وظیفه انسانی و اسلامی خود عمل کرده تا بستری مناسب برای این قشر از جامعه ایجاد شود و با آموختن تخصص در حد خود، نه تنها به زندگی در خور شان خود نایل شوند، بلکه به عنوان یک شهروند موفق برای خود، خانواده و جامعه مفید فایده بوده و از حق شهروندی خود نیز بهره‌مند شوند. در حال حاضر دانش‌آموختگان به دوره‌های خود اشتغالی و تعاونی‌های چند منظوره گرایش پیدا کرده‌اند که ما هم حمایت‌های لازم را از آنها می‌کنیم. بچه‌ها می‌توانند با گرفتن گواهی‌نامه مهارت فنی، از بهزیستی یا وزارت کار وام بگیرند و آن را سرمایه اولیه خود کنند و به صورت خوداشتغالی مشغول به کار شوند.

در خصوص مراکز دیگر رعد هم توضیحاتی را بفرمایید:

اولین مرکز بعد از تهران در شهر یزد تاسیس شد، بعد در مشهد، البته مرکز رعد الغدیر در شرق تهران هم در سال ۸۰ و ۸۴ راه اندازی شده بود. اما شهرهای دیگر مثل کرج و زنجان یکی پس از دیگری فعالیت خود را شروع کردند. برطبق آیین‌نامه‌ها هر مرکز، حداکثر پس از ۲ سال می‌تواند مستقل شود و به ثبت برسد و آن زمانی است که به خودکفایی لازم رسیده باشند. در سال ۸۳، رعد کرمان، پیشوای ورامین، و حتی پاکدشت و بعد طالقان را داشتیم. در طالقان، چون روستاهای آن، به صورت پراکنده هستند به همین دلیل طرح CBR (توانبخشی مبتنی بر جامعه)، در آنجا به اجرا گذاشته شد که درصد بالایی از معلولان ذهنی را هم پوشش می‌دهند. اگر این طرح در طالقان به موفقیت برسد، آن را به سایر مراکز هم اشاعه می‌دهیم تا

شهرستان‌های دیگر هم بتوانند از این طرح استفاده کنند. در این طرح به یکی از اعضای خانواده آموزش داده می‌شود و در کنار آن کودک معلول ذهنی هم می‌تواند مهارت بیاموزد و به عنوان وردست در کنار خانواده کار کند. این فعالیت خوبی است که در مرکز طالقان انجام می‌شود.

فقط رعد طالقان است که معلولان ذهنی را هم پوشش می‌دهد؟

بله، معلولان ذهنی را فقط موسسه طالقان پوشش می‌دهد. البته بعضی دختران هستند که به ظاهر معلول ذهنی هستند اما در واقع به دلیل ماندن در خانه و عدم ارتباطات اجتماعی از نظر ذهنی افت کرده‌اند ولی در واقع معلولیت ذهنی ندارند. توانایی آنها را با کلاس‌های پیش‌نیازی که پیش‌بینی شده است، افزایش می‌دهند و آنها را قادر می‌سازند که از کلاس‌های مهارت‌آموزی استفاده کنند. چگونگی عملکرد گروه پذیرش، برای ما خیلی مهم است. در مرکز رعد هفته‌ای یک روز (یکشنبه) به روز پذیرش معلولان اختصاص دارد. دربدو ورود این افراد به مرکز، از آنها ثبت نام به عمل می‌آید، تشکیل پرونده می‌دهند و با استفاده از کارشناسان گروه‌های فیزیوتراپی، مددکاری، روانشناسی، کاردرمانی، مسوول آموزش از فرد و خانواده او سوال و جواب می‌کند و با توجه به معرفی‌نامه‌ای که از سازمان بهزیستی در دست دارند، پذیرش آنها تایید می‌شود. ضمن این که همانجا، با توجه به نوع معلولیت و پایه تحصیلی‌شان و بازار کار در انتخاب رشته به آنها کمک می‌شود، تا بتوانند از امکانات آموزشی موسسه استفاده کنند.

بخش‌های مددکاری، فیزیوتراپی و کاردرمانی، در موسسه رعد، خیلی فعالند و خدمات ضمن آموزش را به کارآموزان ارائه می‌دهند. این خدمات در پیشرفت تحصیلی بچه‌ها خیلی موثر است. همین‌طور؛ رسیدگی به مسائل فردی و خانوادگی توان‌یابان، کمک زیادی در به

برطبق آیین‌نامه‌ها هر مرکز، حداکثر پس از ۲ سال می‌تواند مستقل شود و به ثبت برسد و آن زمانی است که به خودکفایی لازم رسیده باشند

تعادل رسیدن آنها و افزایش توانمندی و شکوفایی آنها می‌کند.

هدف ما، اجرای طرح CBR است که به معرفی توانمندی‌های معلولان به جامعه بی‌انجامد، این هدفی است که از طریق آموزش و اخذ یک تخصص، می‌تواند به جذب توان‌یابان به بازار کار و جامعه منجر شود تا آنها بتوانند از حق شهروندی، که در حق مسلم آنان است، بهره‌مند شوند.

موسسه رعد به جز تهران چند مرکز در شهرستان‌ها دارد؟

در شهر تهران سه مرکز تاسیس شده است. در حال حاضر در شهرهای سنندج، کاشان، کرمان، شیراز و اخیراً در شهر مقدس قم مراکز مشابه دایر گردیده است و با درحال شکل‌گیری می‌باشد. قبلاً در استان تهران، مرکز طالقان، پاکدشت و پیشوای ورامین را هم داشتیم که حالا با تغییراتی که در تقسیم‌بندی‌های استانی صورت گرفته این شهرها از حوزه استان تهران خارج شده‌اند.

در سال ۸۷ دعوتی از مدیران و کارشناسان مراکز دیگر صورت گرفت و گردهمایی مفیدی در تهران تشکیل شد. در این گردهمایی دوستان تجارب خود را با همدیگر در میان گذاشتند و ما متوجه شدیم که بعضی از مراکز خلاقیت‌های خوبی داشته و به نوآوری‌هایی دست یافته‌اند، چرا که شهرستان‌ها، کوچک‌تر هستند و امکاناتشان بهتر و راحت‌تر فراهم می‌شود و خود توان‌یابان هم به علت کم بودن بعد مسافت، راحت‌تر از خدمات مرکز استفاده می‌کنند.

در حال حاضر مشهد ۲ مرکز راه‌اندازی کرده است. کرمان در حال ساختن مرکزش است. اغلب این مراکز بعد از تجاربی که به دست می‌آوردند به این نتیجه می‌رسند که مکان موقت پاسخگوی نیاز آنها نیست به خصوص این که مکان‌های موقت مناسب‌سازی شده نیستند و بچه‌ها را با مشکل روبه‌رو می‌سازند. با توجه به تبلیغاتی که می‌شود، خیرین محلی، وقتی رویکردهای موسسه را می‌بینند، علاقمند می‌شوند که در ساختمان‌سازی این مراکز مشارکت کنند. در کرمان ساختمانی که در زمستان سال گذشته کلنگش زده شد، در حال به بهره‌برداری رسیدن است. در مرکز کرمان پروفسور کریمی نژاد طرح ژنتیک را راه‌اندازی می‌کنند. در این ساختمان در دست احداث، یک طبقه از آن را به کلینیک ژنتیک اختصاص می‌دهند. این کلینیک راه

کارهایی را به مردم ارائه می‌دهد تا تولد کودک معلول کاهش یابد.

تاسیس مراکز جدید مستلزم طی چه مقدماتی است؟

در سال ۸۷ دفتر هماهنگی شعب رعد در مرکز رعد تهران تشکیل شد و دوستان از تمام مراکز رعد جمع شدند و به تصمیماتی رسیدند. امیدواریم بتوانیم در همه شهرها مرکز مشابه شعبه‌ای از رعد داشته باشیم. ما مراجعینی از شهرستان‌ها داریم که علاقمندند این تجربه را در شهرستان خود به اجرا گذارند. در حال حاضر از دزفول، اصفهان، تبریز و گیلان خیرینی داریم که مایلند با این تجربه از نزدیک آشنا شده و در شهرستان خود به کار بگیرند.

ما به خیرین شهرستانی توصیه می‌کنیم که در ابتدا یک آمار از تعداد معلولان جسمی - حرکتی شهرستان خود تهیه کنند تا ما بررسی کنیم و ببینیم که اگر مرکزی با توجه به وجود خیرین و تعداد معلولان راه‌اندازی شد، می‌تواند تداوم داشته باشد یا نه؟ بررسی‌های مقدماتی و ارتباط با خیرین محلی می‌تواند مقدمات کار را فراهم کند. از آن به بعد ما وارد می‌شویم و طبق آیین‌نامه‌ها و مقرراتی که داریم به انتقال تجربه به آنها می‌پردازیم و گروه‌های مالی آنها را برای شروع کار برطرف می‌کنیم. ما تعهدی نسبت به برآورده کردن نیازهای مالی سایر مراکز نداریم، ولی می‌توانیم گروه‌های مالی آنها را در مقاطعی بازکنیم. مثلا اگر شعبه‌ای برای آغاز به کارش نیاز به مبلغی برای رهن ساختمان داشت، دوستان صحبت می‌کنند و تامین می‌کنند. ولی اگر شهرستان‌ها بخواهند به ما وابستگی مالی پیدا کنند، ادامه فعالیتشان شدنی نیست. باید خودشان منابعشان را شناسایی و رویش سرمایه‌گذاری کنند. باید دقیق بررسی کنند که در صورت وجود امکانات قابل تکیه، مرکزی را راه‌اندازی کنند. وقتی معلولی را از خانه بیرون آوریم دیگر نمی‌توانیم او را به حال خود رها کنیم، باید بتوانیم او را وارد جامعه کنیم. یعنی اگر سرویس‌دهی مناسب نداریم، کار را شروع نکنیم. یکی از چیزهایی که در شهرستان‌ها رویش تکیه می‌کنیم این است که ببینیم آدم‌هایی که به ما برای همکاری مراجعه می‌کنند از چه توانمندی‌های واقعی برخوردارند. در مملکت ما خیرین زیادی وجود دارند که اگر اعتماد کنند می‌توانند منشا خدمات زیادی شوند. هر مرکز جدید برای آغاز به کار اول باید مکانی را به صورت

موقت اجاره کند، معلولان را شناسایی کنند و خیرین را جذب کنند. این فاز اول است، فاز بعدی تهیه زمین و احداث ساختمان است، ساختمان‌های مسکونی متداول، به هیچ وجه نمی‌توانند نیازهای معلولان را برطرف کنند. کلاس‌ها و کارگاه‌ها، دستشویی و توالت‌ها باید طوری ساخته شوند که ویلچری‌ها بتوانند به راحتی از آنها استفاده کنند. تمام این امکانات در ساختمان جدید می‌تواند پیش‌بینی شوند. در حال حاضر کاشان و کرمان فاز اول خود را گذرانده‌اند و در مقطع ورود به فاز دوم که احداث ساختمان است، هستند. تنها جایی که ما مراجعه کرده‌ایم و از پیش ساخته شده بود، مرکز قم است که آن هم یک ساختمان نیمه ساخته بود. بانیان به ما گفته‌اند آن را مناسب‌سازی کرده و راه می‌اندازند.

امیدواریم که رعد، مراکزی در استان‌های آذربایجان شرقی و غربی، اصفهان، گیلان و مازنداران و سمنان هم داشته باشد. ما منتظر خیرینی از این استان‌ها هستیم.

آقای عامری اگر ممکن است اسامی مراکز رعد در شهرهای مختلف را یک بار برشمرد:

رعد مرکز واقع در شهرک غرب و موسسه رعد الغدیر، رعد شرق تهران است. توان‌یابان یزد، توانیابان مشهد، نیکوکاری رعد کرج، رعد زنجان، رعد کرمان، رعد پیشوای ورامین (توان‌یابان موسی‌بن جعفر)، رعد سنندج، رعد طالقان، کاشانه مهر کاشان در کاشان، رعد پاکدشت ورامین، رعد الغدیر فارس (شیراز) و آخرین هم که رعد فاطمیه قم است. چند ماه پیش هم گفت‌وگویی در مورد بندرعباس و دزفول با دوستانی داشته‌ایم.

یعنی تا به حال ۱۵ مرکز رعد در شهرها تشکیل شده است؟

بله، ۱۵ مرکز هست. اما ما به آنها شعبه رعد نمی‌گوییم. ما نقش مشاوره آنها را برعهده داریم. شاید بعضی از دوستان مایل نباشد که نام رعد روی مرکزشان باشد. مدیران ما هم این نام‌گذاری را آزاد گذاشته‌اند چون مهم خدمت‌رسانی است حالا در قالب هر نامی که باشد، اهمیت ندارد. مفتخریم که ۲۸ سال تلاش صادقانه‌ای با کمک خیرین و مردم در جهت توان‌مندی‌سازی معلولان و ورود آنها به جامعه و بازار کار داشته‌ایم و یکی از افتخارات ما این است که بچه‌های

دوره اول ما اکنون در حال بازنشستگی هستند. یعنی اگر ما ۲۸ سال سابقه کار داریم، دوره اول ما ۲۷ سال سابقه کار دارند و در شرف بازنشستگی هستند.

این ۱۵ مرکز، شورای هماهنگی برای تبادل تجارب خود را هنوز دارند؟ اولین برنامه ما که در سال ۸۷ برگزار شد، بسیار مورد توجه قرار گرفت. دوره بعد متأسفانه به دلیل عدم امکانات مکانی ما و سایر مراکز، هنوز برگزار نشده است. اما خود مراکز با

همدیگر در ارتباطند و با هم انتقال تجربه می‌کند. امیدواریم بتوانیم در همه شهرها مراکزی با هر نام داشته باشیم تا معلولانی که از نظر ذهنی و عقلی سالمند و توانایی حرفه‌آموزی و اشتغال دارند را از خانه بیرون بیاوریم و وارد اجتماع کنیم.

وقتی معلولی را از خانه بیرون آوریم دیگر نمی‌توانیم او را به حال خود رها کنیم.

می‌خواهم از دفتر هماهنگی‌های مجتمع‌های آموزشی رعد و مراکز مشابه بیشتر بدانم.

همانطوری که اشاره شد دفتر هماهنگی در اولین گردهمایی تشکیل گردید، سال بعد جشنواره خودباوری کارآموزان را در رعد مرکز داشتیم که در مورد استقبال مسوولین مراکز بالاخص کارآموزان قرار گرفت و طی پنج روز نمونه کار و صنایع‌دستی کارآموزان در تهران به نمایش گذاشته شد و هر شب یکی از مراکز همجوار از ۲۵ نفر از کارآموزان مراکز دوردست که در رعد اسکان داشتند، پذیرایی می‌نمودند. این اقدام خاطره خوبی در ذهن عزیزان توان‌یاب به جا گذاشت.

در سال ۹۰ نیز به دلیل کمبود جا در رعد مرکز و تاسیس دانشگاه علمی کاربردی، از مدیران و دست‌اندرکاران مراکزی همچون رعد کرج، رعد زنجان دعوت به عمل آمد و طی گردهمایی با اعطای هیأت مدیره رعد مرکز و اعضا دفتر هماهنگی، تبادل نظر خوبی صورت گرفت که امید است در سال ۹۱ نیز تداوم پیدا نماید. در خاتمه ضمن تشکر از شما امید داریم به همت والای خیرین و تسهیلات سازمان‌ها و ادارات ذیربط، با سرعت و قدرت بیشتری خدمتگزار عزیزان توان‌یاب باشیم. با تشکر و امتنان



نازنین رحیمزاده

مطابق معمول سال‌های گذشته که در نخستین روزهای بهار سنت پسندیده دیدار نوروزی با حضور جمعی از دوستداران مجتمع رعد برگزار می‌شود، عصر روز پنج‌شنبه گذشته کارآموزان، کارآموختگان، مربیان و پرسنل این مجتمع گردهم آمدند و این مراسم را به زیبایی برگزار کردند. به گزارش روابط عمومی مجتمع رعد در این جمع گرم صمیمی علاوه بر کارآموزان در حال تحصیل، کارآموختگان سال‌های گذشته، برخی از پدرها و مادران مددجویان، مربیان و مسؤولان آموزش حضور داشتند و در گفت و گوهای دوستانه خاطرات گذشته را مرور کردند. حضور کارآموزان قدیمی که این روزها تشکیل خانواده داده‌اند و بسیاری از آنها در مشاغل گوناگون فعالیت می‌کنند، برای کارآموزان امروز رعد بسیار امیدوارکننده بود. شایان ذکر است برخی از کارآموختگان با اعضای خانواده یعنی همسر و فرزندان‌شان در این مراسم شرکت کرده بودند که حضور کودکان خردسال و بازی‌های کودکانه آنها نشاط خاصی به این مراسم داده بود.

اردوی آموزشی و تفریحی باغ فیض برگزار شد

به محض ورودم با باغی سرسبز و زیبا روبرو شدم که هوایی بسیار دلنشین داشت. صدای شادی و خنده کارآموزان با صدای موسیقی در هم آمیخته بود. نخستین باری بود که من به عنوان خبرنگار نشریه توانیاب در این اردو شرکت می‌کردم و دیدن چنین مناظری برایم بسیار خوشایند بود. حضور گرم و صمیمی گروه همیاری بانوان و کارکنان مجتمع رعد که با مهربانی کارآموزان را می‌پذیرفتند و برای انجام هر کمکی خالصانه در اختیار آنان بودند، این خود زیبایی و معنویت اردو را دو چندان می‌کرد. این اردو همزمان با سالگرد درگذشت پدر مرحوم سرکار خانم اکبری (مدیر عامل مجتمع رعد) برگزار شد و هیچ چیز به اندازه این همه محبت و صمیمیت نمی‌توانست روح آن مرحوم را شاد کند. امید است خداوند به بانیان این مجالس توفیق هر چه بیشتر عنایت نموده و روح آن مرحوم را قرین رحمت نماید.



امسال نیز این اردو در ۲۸ خرداد ماه با حضور گروه همیاری بانوان رعد و جمعی از کارکنان و کارآموزان رعد مانند سال‌های قبل در باغ فیض برگزار شد.

این اردو با اجرای موسیقی آغاز شد که شادی و شغف حاضران را دو چندان کرد، در ادامه برنامه تقلید صدا نیز اجرا شد. سپس قطعه زیبای موسیقی توسط یکی از کارآموزان نواخته شد و در ادامه به ابتکار روابط عمومی رعد مسابقه‌ای با عنوان «آیا می‌دانید» با طرح سوالاتی از حضار به اجرا درآمد و به کسانی که پاسخ صحیح دادند، جوایزی اهدا گردید. در ادامه قطعه موسیقی دیگری توسط یکی از کارآموزان نواخته شد و همچنان برنامه موسیقی ادامه داشت. در گوشه دیگر عده‌ای از حضاران، مسابقه پرتاب دارت و تیر کمان برگزار کردند که پس از پایان مسابقه جوایزی به برندگان مسابقه تعلق گرفت.

ادامه اردو فرم نظر سنجی در مورد نحوه برگزاری اردو در اختیار حضار قرار گرفت و از سه نفر برگزیدگان، با اهدای جوایزی تجلیل شد. پس از صرف نهار و پذیرایی، یکی از اعضای هیئت علمی دانشگاه علمی-کاربردی رعد موسیقی سنتی اجرا کردند و به این ترتیب این اردو پس از اجرای موسیقی و پذیرایی به پایان رسید.

مراسم شب یوری در مجتمع نیکوکاری رعد برگزار شد

مراسم شب یوری در ۲۴ فروردین ماه سال جاری به مناسبت پنجاهمین سال سفر یوری گاگارین در (۱۲ آپریل سال ۱۹۶۱) با حضور تعدادی از اعضای موسسه صلح آسمانی، کمیته راهبری جامعه ایمن شهرداری منطقه دو و جمعی از کارکنان، کارآموزان و کارآموختگان، در آمفی تئاتر مجتمع رعد برگزار گردید. مراسم با تلاوت آیاتی چند از کلام الله مجید آغاز گردید و سپس سرود ملی جمهوری اسلامی ایران پخش شد. در ادامه آقای مانی رضوی زاده (مجری برنامه) با اشاره به این که دانشمندان، قرن بیستم را عصر فضا نامیدند، مطالبی در مورد فضا و علم نجوم عنوان نمود و سپس فیلم سفر یوری گاگارین به فضا پخش شد.



در ادامه مراسم یکی از اعضای انجمن صلح آسمانی در مورد ۱۲ آپریل ۱۹۶۱ و سفر یوری گاگارین به فضا و این موضوع که قبل از او فقط حیواناتی مانند سگ و میمون به فضا فرستاده می شدند، مطالبی را عنوان کردند.

سپس سرکار خانم اکبری مدیر عامل مجتمع رعد ضمن تبریک سال نو، سالی مملو از موفقیت را برای حضار آرزو کردند. مراسم با سخنرانی آقای مانی رضوی زاده در مورد این که افراد عادی نیز می توانند به تحقیقات دانشمندان کمک کرده و در کشفیات جدید سهیم باشند، ادامه یافت و سپس سوالاتی در مورد نجوم مطرح شد.

در ادامه آقای مهندس علیرضا وفا (عضو سازمان فضایی ایران)

در مورد فضا و تکنولوژی فضا و نیز تاریخچه تسخیر فضا توسط انسان و خدماتی که فن آوری فضا به انسان ارائه می دهد، مطالب مبسوطی را عنوان کردند. در بخش بعدی حضار از نمایشگاهی که در آن تصاویری از خورشید، زمین و ستارگان دیگر قرار داشت، دیدن کردند و یکی از اعضای موسسه طبیعت آسمان شب توضیحاتی در مورد تصاویر نمایشگاه ارائه کردند.

در بخش پایانی نیز میهمانان به حیاط مجتمع رفتند و با تلسکوپ ستارگان را رصد کردند. در حاشیه این مراسم نمایشگاهی از وسایل ستاره شناسی جهت آشنایی میهمانان با وسایل رصد ستارگان توسط موسسه غیر انتفاعی «طبیعت آسمان شب» برپا بود. در این غرفه وسایلی مانند نرم افزارهای نجومی، کتاب های آموزشی، فرهنگ نامه نجوم و فضا، کتاب استفاده از اسطرلاب و وسایل مربوط به رصد ستارگان در اندازه های مختلف وجود داشت.

به مناسبت میلاد حضرت زهرا (س) در مجتمع رعد برگزار شد:

تحلیل از کار آموزان و کار آموختگان دختر و مادران نمونه توان یاب

با حضور جمعی از کارآموزان، کارآموختگان با حضور جمعی از اعضای خانواده توان یابان، گروه همیاری بانوان مجتمع رعد مراسم جشن میلاد حضرت فاطمه زهرا (س) را برگزار کردند. در این مراسم که با حضور نیکوکاران و حامیان رعد برگزار می شد ابتداء صدیقه اکبری مدیرعامل مجتمع رعد در سخنانی ضمن تبریک فرا رسیدن میلاد حضرت زهرا (س) و روز زن اشاره کرد: مجتمع رعد تمام تلاش خود را صرف توانمندسازی توان یابان کرده و در این مسیر از هیچ تلاشی خودداری نمی کند. وی با تأکید بر فعالیت های علمی و آموزشی دوستان توان یاب، افزود: علت اصلی تأسیس مرکز



برگزاری انتخابات هیأت مدیره گروه همیاری بانوان مجتمع رعد



با حضور نماینده هیأت امنای مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد انتخابات دوره جدید فعالیت هیأت رئیسه گروه همیاری بانوان برگزار شد. به گزارش روابط عمومی مجتمع رعد، گردهمایی اعضا گروه همیاری بانوان نیکوکاری رعد به منظور انتخاب هیأت رئیسه این گروه صبح روز گذشته در محل جلسات برگزار شد و در این نشست که ۳۴ نفر از اعضا گروه شرکت داشتند ابتدا گزارشی از فعالیت‌های ۲ ساله توسط مسؤولان ارائه شد و در ادامه خانم فرشته بازرگان نماینده هیأت امنای مجتمع رعد نکات مهمی را خطاب به حضار یادآوری کرد.

بر اساس این گزارش برای این دوره ۱۰ نفر از اعضای گروه همیاری داوطلب شرکت در انتخابات شدند و انتخابات با نظارت و ریاست نماینده هیأت امنای رعد در صحت و سلامت کامل برگزار شد. این گزارش می‌افزاید: در پی شمارش آراء شرکت کنندگان به ترتیب حائزان اکثریت آراء به شرح زیر شناخته شدند.

۱- خانم توحیدی ۲- خانم صادقیپور ۳- خانم رحیم پور ۴- خانم مصداقی ۵- خانم امیراحمدی ۶- خانم غفوریان ۷- خانم خرازچی

بر اساس رویه مرسوم نفرات منتخب تشکیل جلسه دادند تا در ادامه این نشست مسؤولان گروه همیاری را انتخاب کنند. در پایان ۵ نفری که بالاترین آراء را به خود اختصاص داده بودند به عنوان اعضای اصلی و ۲ نفر بعدی به عنوان عضو علی‌البدل از اعضای هیأت مدیره، خانم صادقیپور به عنوان مدیر گروه، خانم رحیم پور به عنوان مدیر گروه، خانم مصداقی به عنوان خزانه‌دار و خانم امیراحمدی به عنوان دبیر گروه معرفی شدند.

مسؤولانی که طی ۲ سال گذشته خدمات ارزنده‌ای به این مؤسسه خیریه ارائه کردند برای اعضای جدید آرزوی توفیق روز افزون دارد.

آموزش علمی کاربردی رعد افزایش توانایی‌های علمی کارآموزان و کارآموختگان رعد است. در شرایطی که اغلب توان یابان به علت عدم مناسب‌سازی قادر به ادامه تحصیل نیستند، دانشگاه رعد فرصت خوبی است تا این عزیزان به راحتی ادامه تحصیل بدهند. در بخشی از این مراسم آرزو قنبری کارآموز سابق رعد با اشاره به کمک‌های مجتمع رعد به کارآموزان و قدردانی از کسانی که این امکانات را فراهم آوردند، افزود: پس از اخذ مدرک فوق لیسانس زبان مدت ۳ سال در مجتمع رعد شرق تهران به دوستان توان‌یاب انگلیسی تدریس کرده‌ام و سپس در روابط عمومی فدراسیون ورزش جانبازان و معلولان مشغول به کار شدم.

در این مراسم فیلم «انسان، نمای بسته» با عنوان «من آرزو هستم» که توسط شبکه ۴ سیما تولید و پخش شده بود برای حضار نمایش داده شد. در ادامه و گروه موسیقی رعد چند قطعه موسیقی اجرا کرد.

دکتر مریم رسولیان عضو هیأت مدیره رعد و سردبیر فصلنامه توان‌یاب هم در سخنان کوتاهی ضمن تبریک این مناسبت مذهبی به حضار و عزیزان توان‌یاب، اشاره کرد: آنچه از زندگی بزرگان دین و به خصوص حضرت زهرا (س) می‌توان یاد گرفت، تلاش برای رسیدن به هدف است کاری که حضرت زهرا(س) با تمام وجود همت کرد و از حقیقت و اسلام دفاع کرد.

وی الگو قرار دادن زندگی انسان‌های کاملی همچون حضرت فاطمه (س) را برای جامعه بشری راه‌گشا قلمداد کرد و افزود: امروز بچه‌های توان‌یاب باید با تلاش و پشتکار توانایی‌های وجودی خود را به جامعه نشان دهند.

در پایان این مراسم از خدمات مادران نمونه کارآموزان، همسر کارآموزان، چند نفر از برگزیدگان گروه همیاری بانوان و جوانان دانشجویان دفتر نمونه و بانوان منتخب تجلیل و تشکر شد.

مراسم حمایت بانک گردشگری از کارآفرینی کارآموزان و مددجویان مؤسسات خیریه رعد، پیام امید و زینب کبری (س)

مراسم حمایت بانک گردشگری از کارآفرینی کارآموزان و مددجویان مؤسسات خیریه رعد، پیام امید و زینب کبری (س) همزمان با فصل بهار مراسم حمایت از اشتغال و کارآفرینی کارآموزان، کارآموختگان و مددجویان ۳ موسسه‌ی خیریه مجتمع رعد، بنیاد خیریه زینب کبری (س) و خیریه پیام امید با مشارکت بانک گردشگری برگزار شد. در یک اقدام انسان دوستانه مسؤلان بانک گردشگری ۱۰۰ نفر از کارآموزان و مددجویان مؤسسات خیریه منتخب را برای پرداخت کمک‌های خوداشتغالی انتخاب کردند و طی مراسمی کارت‌های افتتاح حساب مددجویان را با ایشان اهدا نمودند.

در این مراسم ابتدا مهندس احمد میرزاخانی رئیس هیأت مدیره مجتمع رعد ضمن یادآوری گزارش سازمان ملل در خصوص آمار معلولان جامعه بشری که ۲ درصد را شامل می‌شود، افزود: بر اساس این آمار در کشور ایران حدود ۲ میلیون معلول وجود دارد در حالی که آمارهای ثبت شده سازمان بهزیستی عدد ۸۰۰ هزار نفر را تأیید می‌کند.

عضو هیأت مدیره رعد در ادامه با تأکید بر آموزش منجر به اشتغال به عنوان اصلی‌ترین هدف مجتمع رعد، افزود: طی ۳۰ سال فعالیت مجتمع رعد همواره تلاش کردیم توان‌یابان را از خانه خارج کنیم و با آموزش‌های کاربردی زمینه‌های اشتغال آنها را فراهم سازیم در این مدت بیش از ۵۰۰۰ نفر کارآموخته، دوره‌های آموزشی رعد با موفقیت سپری کردند و حدود ۴۰ درصد آنها به اشتغال مورد نظرشان دست یافتند.

در ادامه این مراسم ناصر سالار مدیرعامل بانک گردشگری با حضور در محل خطابه طی سخنانی ضمن ابراز خرسندی از حضور در جمع کارآموزان و مددجویان مراکز خیریه، گفت: من از یاران دیرآشنای مجتمع رعد هستم و همسرم خانم دکتر جوادی سال‌هاست که خود را وقف خدمت به مجتمع خیریه رعد کرده است. ایشان با یادآوری این نکته که وقتی در کنار عزیزان توان‌یاب و مددجو هستیم احساس سبکی می‌کنم، افزود: چند سال قبل تابلوی با عنوان بسم الله الرحمن

الرحیم از مجتمع رعد خریدهام که حاصل هنرمندی دستان یک دختر توان‌یاب است و من آن تابلو را با ارزش‌ترین شئی منزل خود می‌دانم. مدیرعامل بانک گردشگری با تأکید بر مسئله اشتغال کارآموزان یادآور شد، بهترین هدیه‌ای که بانک گردشگری می‌تواند به عزیزان مددجو بدهد تلاش در زمینه کارآفرینی و تأمین استقلالی است که شما به آن نیاز دارید.

ایشان در پایان سخنان خود با ذکر حدیثی از حضرت امام علی (ع) با مضمون «ارزش هر کس به اندازه خوبی‌های اوست» خبر حمایت بانک گردشگری برای تأمین هزینه تحصیل ۱۰ نفر دانشجوی نیازمند مرکز علمی کاربردی رعد را اعلام و تأکید کرد: سعی می‌کنیم برای اشتغال توان‌یابان و مددجویان در بانک گردشگری و سایر دستگاه‌ها تمام توان خود را بکار بندیم.

در این مراسم گروه سرود توان‌یابان قطعاتی را اجرا کردند و در ادامه مدیرعامل بانک گردشگری و هیأت همراه از مرکز آموزش علمی کاربردی رعد که نخستین دانشگاه مناسب‌سازی شده معلولان است و نیز کلینیک توان بخشی و کلاس‌های مهارت‌آموزی توان‌یابان بازدید کردند.

شایان ذکر است بانک گردشگری با افتتاح حساب پس‌انداز برای ۱۰۰ نفر از توان‌یابان و مددجویان مؤسسات خیریه رعد، پیام امید و زینب کبری (س) از طرح‌های خوداشتغالی آنها حمایت کرد.



کسب مقام قهرمانی توسط ورزشکاران مجتمع رعد

به همت هیأت ورزش‌های جانبازان و معلولان استان تهران و با هدف انتخاب تیم بوچیا برای شرکت در مسابقات کشوری یک دوره مسابقه بوچیا در کلاس‌های چهارگانه در سالن ورزشی آسایشگاه سالمندان کهریزک برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی مجتمع رعد، تیم ورزشکاران رعد با حضور معصومه عالی، طاهره گودرزی، امیر نیکراد، امیر شیرزاد، حسین حلیمی، خشایار متوسل، علی اصانلو، محمد بیگدلی، امیرالله بداشتی، محمدحسین قادری و داود محمدنژاد، طی چند روز با سایر ورزشکاران به رقابت پرداختند.

این مسابقات که با حضور بانوان و آقایان و رده‌های سنی جوانان و بزرگسالان برگزار شد ابتدا بانوان به رقابت پرداختند بانوان و از آنجا که اطلاع‌رسانی و دعوت از ورزشکاران تیم بانوان با فاصله زمانی بسیار کم با برگزاری مسابقات انجام شد از این رو ورزشکاران با تجربه رعد نتوانستند در این مسابقات شرکت کنند و ۲ نفر عضو تیم اعزامی هم موفق به کسب مقام نشدند.

تیم آقایان با حضور ۸ ورزشکار رقابت سخت و نفس‌گیری را با رقیب آغاز کردند و در پایان ۳ نفر از اعضای تیم اعزامی مقام‌های قهرمانی را کسب کردند که عبارت‌اند از:

امیر نیکراد در کلاس یک مقام اول
امیر شیرزاد در کلاس ۲ مقام دوم
علی اصانلو در کلاس ۳ مقام اول

شایان ذکر است مسابقات کشوری در خردادماه برگزار می‌شود و از میان نفرات برتر اعضای تیم اعزامی به مسابقات آسیایی و پارالمپیک انتخاب خواهند شد.





کاملیا مافی

برای رسیدن به نهمین جشنواره غذای رعد که در روزهای ۲۷ تا ۲۹ اردیبهشت برگزار شد، نه نیازی به GPS بود نه شخصی راه بلد، کافی بود به پیروان جنوبی برسی و وارد آن خیابان شوی هنوز به میان کوچه که نرسیدی عطر کباب و صدای مجری راهنماییت می‌شوند که دقیقاً باید کجا بروی، جشنی که در آن هم به ندای شکمت گوش می‌دادی و حسابی سیرش می‌کردی و هم روحت از طعم نیکوکاری جان می‌گرفت. آنهایی که این فرصت را از دست ندادند که منظورم را خوب می‌دانند اما آن دسته از عزیزانی که فرصت نکردند این نوشته را بخوانند تا دهمین جشنواره غذای رعد را از دست ندهند. ساعت باید از ۱۷ می‌گذشت تا بشود از در آبی رنگ و بزرگ رعد وارد حیاط این مجموعه شوی بوی کباب آدم را مست می‌کند اصلاً نمی‌داند بقیه غرفه‌ها را ببیند یا همین جا بنشیند و کباب بخورد. اگر همانجا می‌نشستی که طعم کباب «یامی» را از دست نداده بودی ولی اگر کمی دلت غذاهایی مدرن‌تر و سمت سوی فست فود و غذاهای آسیای شرقی را می‌خواست کافی بود روی دلت پا بگذرای و چند قدم بالاتر بیایی آن وقت بود که تازه متوجه می‌شدی که چقدر حق انتخاب داری؛ از غذاهای اصیل ایرانی که دستپخت گروه بانوان و خیران رعد بود بگیر تا هات داگ و «کاناپه»؛ البته وقتی می‌گویم کاناپه منظورم این صندلی‌های راحت نیست نام غذاهای کوچکی است که رستوران «روف تاپ گریل» که بیشتر برای پیش غذا تهیه شده است.

اگر در میان آن همه خوراکی دلت آجیل و پسته هم می‌خواست، برند «پستیژ» که اسپانسر طلایی بود، حضور داشت تا به مراد دل برساند. کمی جلوتر که می‌آمدی تازه یاد آن می‌افتی که فصل بهار و تابستان است چه خوب بود که آدمی فرصت می‌کرد و سفری می‌رفت تا کمی روح خسته را آرامش ببخشد آن وقت بود که تازه می‌دیدید که ما فکر آنجایش را هم کرده‌ایم، گروه توریستی «موسسه‌های گردشگری» که علاوه بر معرفی تورهایش تعدادی از آنان را هم به نفع خیریه به فروش میرساند.

اگر از آنان هم گذر می‌کردی با انواع وب سایت‌هایی آشنا می‌شدی که خوراک اصلی وب سایت‌هایشان غذا و رستوران‌هاست. سایت‌هایی مانند «فیدلیبو» و «زود فود». گذشته از این‌ها غذاهای هندی، چینی، مغولی و ... بود که در کنار آن سیب زمینی سرخ کرده و انواع دسر و کیک هم به فروش می‌رسید. نا گفته نماند که مثل همیشه آبمیوه‌های خنک و هیجان انگیز گروه جوانان هم در این جشنواره جای خوش کرده بود.

یکی از نکات جالب این جشنواره علاوه بر حضور و استقبال بی‌نظیر شما عزیزان، اجرای سرود توانیابان رعد بود که با استقبال خوبی همراه شد. علاوه بر این‌ها هر شب که عقربه‌های ساعت، ۲۲ را نشان می‌داد برگه‌های قرعه‌کشی از صندوقش بیرون می‌آمد و جایزه‌هایی که با همت رستوران‌های (باربیکو مغولی، دهلی دربار، پاشا، روف تاپ گریل، و...)، موسسه‌های گردشگری و برندهای (ماکارونی مانا و پستیژ) آماده شده بود تا در پایان ساعت ۲۳، تقدیم نیکوکاران عزیز شود.

در هر صورت اگر شما از آن دسته افرادی بودید که فرصت نکردید در این جشنواره حضور پیدا کنید به شما پیشنهاد جشنواره‌های بعدی رعد را می‌دهیم، چرا که علاوه بر آنکه می‌توانید غذاهایی خوشمزه‌ی بخورید، می‌توانید در آموزش رایگان معلولان کشور عزیزمان هم قدم بردارید. منتظر حضور گرم و صمیمی شما عزیزان هستیم.

قطره ناچیز و
سرگردانی روی موج آب
ابر کوهی که چیزی مرا نمی شکند، هر چند
که جوشش عشق فرهاد نامی قلب کوه را هم شکافت
پس کوه هم می شکند

دریا... چرا که نه، دل دریایی من از دریا هم
عظیم تر است

صحرا... آری چرا صحرا نه،
خشکی و تشنگی مدتی است که
مرا می سوزاند
دشت ... گاهی طراوت و شادابی
را چنان در خود حس می کنم که
چیزی از طراوت و خرمی دشت کم
ندارد.

باران ... به راستی بارانم در لحظاتی
که آوای غم وجودم را رعد آسا
می لرزاند

و آتش ... آتشم زمانی که خشمم در
رگهایم زبانه می کشد
اما آب و آتش که با یکدیگر
ناسازگارند پس چگونه همگی در
وجودم گرد آمده اند
اما من همه آنها را در وجودم
احساس نموده ام

پس دنیا با
وسعتش در
من است.

حکایت هستم

سعيدة اكبرى

فرستی برای پاسداشت انسانیت و توانایی‌ها

رضا سخن‌سنج



از معلولان اشاره کرد و گفت: شخص رئیس‌جمهور توجه ویژه‌ای به معلولان دارند که برای صحت موضوع می‌توان به حضور احمدی‌نژاد در اولین روز عید در جمع معلولان اشاره کرد.

هاشمی در پایان خاطرنشان کرد: سازمان بهزیستی در برنامه‌های خود نگاه ویژه‌ای به ورزش معلولان دارد و در این بخش بنا داریم از ظرفیت‌های موجود و همکاری‌های دستگاه‌ها در امر ورزش و پیشرفت در این بخش استفاده کنیم چرا که معلولان ایرانی در زمینه ورزش دارای قدرت بزرگی هستند.

در ادامه این برنامه، گزارشی از روند انتخاب جوانان برتر دارای توانایی‌های خاص پخش شد و در ادامه نیز پیام عبدالرضا شیخ‌الاسلامی، وزیر کار، تعاون و رفاه اجتماعی قرائت شد. وی در پیام خود به این جشنواره، تصریح کرد: جشنواره حضرت علی اکبر(ع) پاسخی هوشمندانه به کارنامه پر افتخار جوانان این ملت است. آینده‌سازانی که برای پذیرش مسؤلیت خطیر اداره جامعه، تمام ظرفیت‌های وجودی خویش را به کار می‌بندند.

وی با بیان این که امروز کمتر عرصه فرهنگی و اجتماعی را می‌توان سراغ گرفت که جوانان پر افتخار در آن گام بر نداشته باشند، در پیام خود گفت: روزی نیست که از هر گوشه این کشور پهناور خبری از موفقیت‌های چشم‌گیرشان منتشر نشود. از میداین ورزشی گرفته تا جایگاه‌های رفیع علمی همه را به تسخیر سرپنجه قدرتمند خویش درآورده‌اند و

و گفت: ایجاد مجتمع ورزشی، و دانشگاه علمی-کاربردی خاص معلولان و توان‌یابان، از جمله اقداماتی است که ما در دستور کار داریم و امیدواریم بهزیستی و سایر نهادهای مسئول در این زمینه همکاری‌های لازم را داشته باشند.

اکبری با اشاره به اینکه جشنواره حضرت علی اکبر (ع) بستری مناسب برای شناسایی و حمایت از این استعدادها ملی را فراهم می‌سازد، تصریح کرد: امروز در این جشنواره اراده و همت انسانی پاس داشته می‌شود. ما طی سال‌ها فعالیت با توان‌یابان دریافته‌ایم که نباید کمبودهای جسمی معلولان را مد نظر قرار دهیم و آنچه اهمیت دارد، توانایی‌های آنهاست.

پس از دبیر جشنواره، همایون هاشمی رئیس سازمان بهزیستی کشور، با اشاره به این که این سازمان متولی خدمت‌رسانی به معلولان است اظهار داشت: مجموعه سازمان تلاش می‌کند تا شرایط موجود حمایت‌های کاملی را از معلولان در بخش‌های مختلف انجام دهد.

وی تصریح کرد: راهبرد و سیاست سازمان کاهش نرخ بروز معلولیت در جامعه است و در این بخش تلاش می‌کنند تا معلولان را در قسمت‌های مختلف به توانمندسازی برسانند.

هاشمی به اقدامات دولت نهم و دهم در حمایت از معلولان اشاره کرد و گفت: انصافا بودجه‌های سازمان در دوره دولت نهم و دهم افزایش چشمگیری داشته است که این افزایش حدود ۴۰۰ درصد بوده است. هاشمی در ادامه به حمایت رئیس‌جمهور

با حضور معاون اول رئیس‌جمهور، وزیر ورزش و جوانان، و رئیس بهزیستی، ۲۳ جوان برتر دارای توانایی‌های خاص معرفی شدند. در مراسم اختتامیه جشنواره جوانان دارای توانایی‌های خاص که توسط مؤسسه آموزشی و نیکوکاری رعد برگزار شد، از ۲۳ جوان معلول در هفت رشته تقدیر به عمل آمد.

در این جشنواره دکتر هاشمی رئیس سازمان بهزیستی، دکتر عباسی وزیر ورزش و جوانان، و دکتر رحیمی معاون اول رئیس‌جمهور، درباره روند انتخاب جوانان برتر و جایگاه معلولان در جامعه سخنرانی کردند. همچنین در این مراسم پیام وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی نیز در این خصوص قرائت شد.

در آغاز این نشست پس از پخش سرود جمهوری اسلامی ایران و قرائت قرآن، فیلمی کوتاه از جشنواره حضرت علی اکبر(ع) پخش شد.

صدیقه اکبری، دبیر اجرایی همایش و مدیرعامل مؤسسه آموزشی-نیکوکاری رعد، به عنوان اولین سخنران این مراسم، ضمن بیان خیر مقدم به مدعوین و اصحاب رسانه و مسئولان، به روند برگزاری جشنواره و مراحل انتخاب جوانان معلول و توان‌یابان مستعد پرداخت و به اهمیت فعالیت‌های فرهنگی و تشویقی به منظور زمینه‌سازی و ایجاد بستر مناسب برای حضور معلولان در عرصه اجتماعی صحنه نهاد.

وی با اشاره به برخی مشکلات که برای معلولان و مراکز حمایتی وجود دارد، بر نقش بهزیستی در این خصوص تأکید کرد

بیت

شماره ۴۳ بهار ۱۳۹۱

هنوز زمان زیادی از بهت و حیرت جهانیان در موضوع بومی سازی فناوری های مختلف توسط دانشمندان جوان ایرانی نگذشته که دستاورد دیگری پا به عرصه وجود می گذارد.

وی در بخش دیگری از پیام خود به جشنواره جوانان برتر دارای توانایی خاص، اظهار داشت: در این شرایط سرنوشت ساز و در سال تولید ملی، حمایت از کار و سرمایه ایرانی، دولت جمهوری اسلامی خود را موظف به حفظ وصیانت از سرمایه های انسانی و رشد و ارتقا کیفی استعداد های جوان کشور می داند و در این راستا طرح ملی جشنواره حضرت علی اکبر (ع) رقابتی گسترده و سازنده برای جوانان فراهم آورده تا از طریق برگزاری آن امکان حمایت از چهره های مستعد میسر شود. جوانان دارای توانایی خاص گروهی از جامعه جوانان کشور هستند که با اتکا به اندیشه برتر و با تلاش و پشتکار مثال زدن، نام ایران را در عرصه های ملی و بین المللی طنین انداز کرده اند.

در ادامه هنرجویان مؤسسه رعد و گروه موسیقی آوای نگاه، به اجرای برنامه پرداختند که این اجرا مورد توجه حضاران و مقامات مسئول قرار گرفت. همچنین محمد عباسی وزیر ورزش و جوانان، با اشاره به این که در جهان امروز موضوعی که در عرصه های مختلف مطرح است توانایی جوانان در زمینه های مختلف است اظهار داشت: جوانان ایرانی با گام های خود در سراسر دنیا توانسته اند در عرصه های جهانی نام ایران و ایرانی را پرآوازه کنند. وی تصریح کرد: یکی از دلایلی که رئیس جمهور بر عرصه های جهانی از ملت ایران حرف می زند به همت جوانان ایرانی است.

عباسی خاطرنشان کرد: دولت همه اراده خود را برای بروز و حضور توانمندی های جوانان به کار می گیرد و در این بحث از تمام ظرفیت ها استفاده خواهد کرد. وزیر ورزش و جوانان به برگزاری جشنواره حضرت علی اکبر ویژه معلولان اشاره کرد و گفت: این فرصت خوبی برای این افراد در زمینه توانمندی و حضور آنها در جامعه است.

در ادامه مراسم اختتامیه جشنواره حضرت علی اکبر ویژه جوانان برتر دارای توانایی های خاص، یکی از هنرمندان معلول به اجرای تکنوازی سنتور پرداخت و گروه موسیقی شور آفرینان که همگی از هنرمندان نابینای کشور بودند، به اجرای

موسیقی سنتی پرداختند که اجرای این گروه های هنری، مورد توجه معاون اول رئیس جمهور قرار گرفت و وی به تمامی هنرمندان حاضر در این مراسم هدایایی اهدا کرد.

پس از این قسمت، بیانیه هیأت داوران قرائت شد و هر یک از برگزیدگان جشنواره هدایا و لوح تقدیر خود را از مسئولان و مقامات حاضر در جشنواره دریافت کردند. محمد رضا رحیمی، معاون اول رئیس جمهور، پس از اهدای هدایا و لوح تقدیر به برگزیدگان جشنواره، به ایراد سخنانی پرداخت و گفت: فضای داخلی و خارجی جامعه موجب غفلت از خدمت رسانی به معلولان شده است.

رحیمی در جشنواره ملی حضرت علی اکبر (ع)، بخش جوانان دارای توانایی های خاص افزود: حضور در جمع معلولان موجب عبرت برای مسئولان است؛ زیرا انسان را مصمم می کند تا همیشه خدمت گزار معلولان بماند و اگر گاه از مشکلات این قشر غافل می مانیم، دلیلی ندارد مگر موانعی که دشمنان داخلی و خارجی در راه خدمت رسانی ایجاد می کنند. رحیمی افزود: متأسفانه شرایط جامعه در داخل و خارج از کشور موجب غفلت از خدمت رسانی مناسب و در حد و شان معلولان می شود.

وی با بیان اینکه هر خدمتی که تاکنون برای معلولان صورت گرفته است کافی نبوده، تصریح کرد: مشکلات خارجی از جمله تحریم های گسترده داستان مفصلی است که دولت بدون شکایت سعی می کند تا مردم آسوده زندگی کنند. در این بین معلولان نیز دشواری های مضاعفی را تحمل کرده اند.

معاون رئیس جمهور، با اشاره به ابدی و ازلی بودن روح بشر، گفت: کمبودهای جسمی نباید مبنای قضاوت و ارزش گذاری قرار گیرد، بسیاری از انسان های به ظاهر سالم هستند که روح پلیدی دارند و یا استعداد خاصی ندارند، اما بسیاری از افراد با نواقص جسمی هستند، که روحی والا و بزرگ

دارند و استعدادهای بسیار چشمگیر و قابل توجهی دارند.

رحیمی ادامه داد: جوانان حاضر در این جشنواره نمونه ای از چنین استعدادها و توانایی هایی هستند. افرادی که ما باید قدر آنها را بدانیم و به هر طریق ممکن، از آنها حمایت کنیم.

بر اساس این گزارش، اسامی نفرات برتر به این شرح است:

در زمینه استقلال فردی: **لیلا قدیمی و مازیار کر تولی نژاد** در زمینه اجتماعی: **سید داوود موسوی، حامد عابدین زاده، و محمد حسین رضایی** در زمینه ورزشی: **شاهین ایزدیار، جواد جردانی، و زهرا شاه محمدی** در زمینه خلاقیت: **شاهین زوارقی ملکی، شهاب رشنویی، و فاطمه افخم رضایی** در زمینه هنری: **مسعود مظلومی وند، علیرضا باقری قلی آبادی، و لادن صحرایی** در زمینه علمی- پژوهشی: **سجاد فلسفی زاده، نوح منوری، و حسین عبدالملکی** در بخش قرآنی (جایزه ویژه داوران): **فاطمه عطارزاده نیاسری، مجید فمی تفرشی، و صغری علایی** در بخش ویژه: **فاطمه چراغی، عباس قنبری، و میثم پارسا.**

مراسم اختتامیه جشنواره جوانان دارای توانایی های خاص، از بخش های جنبی جشنواره ملی حضرت علی اکبر (ع) است که روز دوشنبه ۲۲ خرداد ماه به همت وزارت ورزش و جوانان، وزارت کار، تعاون و رفاه اجتماعی و با همکاری مؤسسه آموزشی و نیکوکاری رعد در هتل المپیک تهران برگزار شد و نفرات برتر این جشنواره، در جشنواره ملی حضرت علی اکبر (ع) راه یافتند.



شب آرامی بود
می روم در ایوان، تا بپرسم از خود
زندگی یعنی چه؟
مادرم سینی چایی در دست
گل لبخندی چید، هدیه‌اش داد به من
خواهرم تکه نانی آورد، آمد آنجا
لب پاشویه نشست
پدرم دفتر شعری آورد، تکیه بر پشتی داد
شعر زیبایی خواند، و مرا برد، به آرامش زیبای یقین
با خودم می گفتم:
زندگی، راز بزرگی است که در ما جاریست
زندگی فاصله آمدن و رفتن ماست
رود دنیا جاریست
زندگی، آبتنی کردن در این رود است
وقت رفتن به همان عربانی؛ که به هنگام ورود آمده‌ایم
دست ما در کف این رود به دنبال چه می‌گردد؟
هیچ!!!
زندگی، وزن نگاهی است که در خاطره‌ها می‌ماند
شاید این حسرت بیهوده که بر دل داری
شعله گرمی امید تو را، خواهد کشت
زندگی در همین اکنون است
زندگی شوق رسیدن به همان
فردایی است، که نخواهد آمد
تو نه در دیروزی، و نه در فردایی
ظرف امروز، پر از بودن توست
شاید این خنده که امروز، دریغش کردی
آخرین فرصت همراهی با، امید است
زندگی یاد غریبی است که در سینه خاک
به جا می‌ماند
زندگی، سبزترین آیه، در اندیشه برگ
زندگی، خاطر دریایی یک قطره، در آرامش رود
زندگی، حس شکوفایی یک مزرعه، در باور بذر
زندگی، باور دریاست در اندیشه ماهی، در تنگ
زندگی، ترجمه روشن خاک است، در آینه عشق
زندگی فهم نفهمیدن‌هاست
زندگی، پنجره‌ای باز، به دنیای وجود
تا که این پنجره باز است، جهانی با ماست
آسمان، نور، خدا، عشق، سعادت با ماست
فرصت بازی این پنجره را دریابیم
در نیندیم به نور، در نیندیم به آرامش پر مهر نسیم
پرده از ساحت دل برگیریم
رو به این پنجره، با شوق، سلامی بکنیم
زندگی، رسم پذیرایی از تقدیر است
وزن خوشبختی من، وزن رضایتمندی ست
زندگی، شاید شعر پدرم بود که خواند
چای مادر، که مرا گرم نمود
نان خواهر، که به ماهی‌ها داد
زندگی شاید آن لبخندی ست، که دریغش کردیم
زندگی زمزمه پاک حیات ست، میان دو سکوت
زندگی، خاطره آمدن و رفتن ماست
لحظه آمدن و رفتن ما، تنهایی ست
من دلم می‌خواهد
قدر این خاطره را دریابیم

سهراب سپهری

حیات خلوت

contributions.

Next article is an interview with Ms. Parvaneh (Zahra) Khan'Of and her mother Ms. Esmat Koochi titled "My family is one of God's greatest blessings in my life". Multiple Sclerosis changed parvaneh's path of life but with her great ambition and the help of her family she was able to compensate for the loss of some of her abilities.



"The physically challenged are hit hardest because they are neither mentally challenged nor like regular normal people" is the heading of the next article, an interview with Ms. Mahavash Kian the vice president of the board of Khorshid Learning Disabilities Association describing the organization and its activities.



"Our city, our home; is it? Is it not?" is the next article which reviews the movie "Narenjipoosh" and talks about effects of garbage and waste production on the ecosystem and city environment.

"Send in your pictures of city garbage" is the next

article in which the magazine reader are asked to take pictures of garbage and trash anywhere they are not disposed of properly and mail them in to be printed in the next issue.

"Resource destruction, poor utilization and wastefulness" is the next article describing the patterns of food consumption in Iran in comparison to other countries.

"Laughter is the best medicine" is the next article describing the benefits of laughter on health, internal body functions, and its effects on the society.

On the pages on "Health" there are three articles by the titles "Preventing constipation by proper nutrition", "A message for people prone to migraine attacks" and "Direct effect of food on human behavior".



On the pages relating to book recommendations, "Ra'na" and "Life Healing" have been introduced. On the section relating to news there has been talks with Mr. Ameri, secretary of the office of coordinations of the Raad Complexes in regard to establishment of new branches in other cities. Other published articles in this issue include reports of visits to Raad Complex, the Yoori Ceremony, and the Celebration in Entrepreneurship Support.

"It Was a Calm Night" is a poem by Sohrab Sepehri printed on the last page of this publication.

This issue of Tavanyab has been allocated to the topics of empowerment, social, educational and employment aspects of the Physically Challenged.



The first article of this issue is a report from a panel of experts at the Raad University of Applied Sciences. The members of the panel included Dr. Alagheband, head of the Raad Applied Sciences Center, Mr. Mirzakhani head of the board and also member of the supreme council of the Raad Complex and Dr. Kakooie, the University of Tehran Lecturer and also board member of the Raad Complex Supreme Council on Education. The article's title is "The goal is increase in the percentage of the physically disabled students compared to the ones with no physical limitations" and issues such as the fields of study, qualifications for admissions of the disabled and advancement goals of the university legislators were among the topics discussed in the panel.



Next article with the title "A day with the students at the university" is an interview conducted with several of the physically challenged students at

the university in regard to their majors and their viewpoint on the university.

"The Union or Advising Council for the Physically Challenged to be set in motion soon at the national level" is the title of the next article. An interview was conducted with Ms. Fatemeh Alya, a parliament representative for the 7th, 8th, and 9th intervals and also the head of the Fraction for Support of the Physically Challenged in regards to the activities of the above Parliamentary Party, the Executive Law for the Support of the Physically Challenged, the Bill for the Employment Development and Entrepreneurship of the Disabled, and City Disabled Access.



Next article with the title "Disabled empowerment achievable only by participation of all organizations" is an interview with Mr. Hamdallah Khajeh Hosseini, the authority for the office of the Disabled Empowerment at the Welfare department. The interview discusses the activities of that office, the Executive Act of Support for the Disabled, and the Supreme Council for the Disabled.

Next article, "A law for proving the social identity of the disabled" describes the obstacles and protection by sanctions of the Executive Act of Support for the Disabled on the anniversary of the pass of this law.

"Whisper" is a story by one of Raad students.

"Techniques for mental health promotion in people with disabilities" describes the empowerment and promotion of the mental health of the disabled, their employment, recreational, and social