

اوله دریا ۵۰

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۳۹۹
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



به زندگی من خوش آمدید

مامایی ، شوق لمس یک نوزاد

گزارش : زهره کرمی



شیلا قاسم زاده اصلاتا مینایی و متولد ۱۳۶۷ یکی از جوانترین ماماهايي است که با او آشنا شدم . ۵ می ، روز جهانی ماما بهانه ای بود که با او مصاحبه ای ترتیب دهم .

شیلا در سال ۹۰ در رشته مامایی از دانشگاه آزاد اسلامی واحد لارستان فارغ التحصیل شده و بلافاصله طرح خود را در سندرک آغاز کرد و پس از پایان طرح با قبولی در آزمون استخدامی در شهرستان سیریک مشغول به کار شد. تا پایان سال ۹۷ مسئول واحد بهداشت و خانواده و مسئول مادران شهرستان بود و از سال ۹۸ با ادامه تحصیل در مقطع کارشناسی ارشد مشاوره مامایی در دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد به بخش زایشگاه رفت.

چطور شد که مامایی را به عنوان شغل خود انتخاب کردید؟ در واقع از بچگی به رشته های علوم پزشکی علاقمند بودم و جدا از آن عاشق بچه ها هستم . بین تمام رشته ها به پزشکی و مامایی علاقه داشتم که با توجه به رتبه و انتخاب رشته در رشته مامایی پذیرفته شدم.

نسبت به اولین بچه ای که به دنیا آوردید چه حسی داشتید؟ دختر بود یا پسر؟

اولین ها همیشه برای من توام با استرس بوده است . واقعا حس آن لحظه قابل وصف نیست . بین تمام آن استرس و نگرانیها و اشک ها که همراه با درد مادر بود، شوق لمس یک نوزاد برای من غیر قابل وصف است.

اولین بچه ای که به تنهایی در دوران طرح ام به دنیا آوردم دختر بود، اتفاقا دختر یکی از پرسنل درمانگاه مان بود.

چند بچه توسط شما به دنیا آمده اند؟ حدودا بالای ۲۰۰ نفر

از مشکلات این شغل بگویید؟

مامایی در واقع رشته پر استرسی است . مسئولیت سلامتی دو نفر همزمان به عهده مامااست . هم مادر و هم جنین . و اینکه نبود امکانات در مناطق محروم و بسته بودن دست ماما ها در انجام برخی اقدامات تشخیصی سختی کار را دو چندان می کند ، مامایی از جمله رشته هایی است که اگر به آن علاقه نداشته باشیم ماندن و کار کردن در این رشته می تواند بسیار سخت باشد.

چگونه سختی های شغل مامایی تاثیر منفی بر روحیه شما نمی گذارد؟

من کارم را دوست دارم ، نمی توانم بگویم سختی هایش من را اذیت نمی کند. قطعا من هم روزهای بد را تجربه کرده ام ولی چون این رشته و شغل و کار در محیط بیمارستان را پذیرفته ام ، همیشه سعی می کنم آرامش و روحیه خودم را حتی در روزهای سخت تا جایی که در توانم است ، حفظ کنم.

شیرین ترین و تلخ ترین خاطره مامایی خود برایمان بگویید؟ قطعا شیرین ترین خاطره من مربوط به تولد خواهرزاده ام بود ، حس اینکه من اولین نفری بودم که توانستم در آغوشش بگیرم قابل وصف نیست و تلخ ترین خاطره مربوط به فوت یک مادر بود که باید به استان گزارش می دادم و هنوز که به آن فکر می کنم ناخواسته اشک در چشمانم جمع می شود.

اهمیت و برتری زایمان طبیعی بر سزارین چیست؟ آزادی حرکت و فعالیت مادر بعد از زایمان ، بازیابی سریع تر توان مادر ، کاهش احتمال سزارین در آینده

کاهش خطرات عمل جراحی (عفونت، مشکلات روده ، اثرات بی حسی و بی هوشی و ...) ، خونریزی کمتر نسبت به سزارین ، جمع شدن سریع تر رحم ، ارتباط و تغذیه بهتر مادر و نوزاد، بازگشت سریعتر وزن به حالت قبل از بارداری ، کاهش خطر افسردگی پس از زایمان، کاهش مشکلات ریه برای نوزاد با توجه به فشار زایمان طبیعی بر بدن نوزاد

و معایب آن چیست؟

انقباض های رحم در حین زایمان ، نا مرتب شدن ضربان قلب جنین ، تحت فشار بودن بند ناف نوزاد در طول زایمان، خونریزی ، تغییر شکل دستگاه تناسلی، عفونت، فشار خون بالا، درد شدید، ناتوانی مادر در زور زدن، استرس ، عدم کنترل ادرار و مدفوع

از نظر شما یک مامای خوب چه ویژگی های دارد؟

در وهله اول باسواد باشد، مسئولیت پذیر ، بااخلاق ، مهربان و دلسوز و آگاه نسبت به دستورالعمل ها و تغییرات جدید رفرنس های دنیا باشد و مهارت کافی در حیطه شغلی خود

پزشکی می پردازد .

متخصص زنان و زایمان ابتدا دوره پزشکی عمومی را می گذرانند و سپس تخصص خود را در حیطه زنان می گیرند و نسبت به ماما در بیماریهای تخصصی زنان دانش بیشتری دارند .

انجام عمل های جراحی زنان در حیطه کاری متخصصین زنان و زایمان می باشد.

در یک زایمان طبیعی ماما نقش بیشتری دارد یا دکتر؟ به طور کلی در زایمان طبیعی ماماها نقش بیشتری دارند . در اکثر بیمارستان ها زایمان طبیعی توسط کادر مامایی انجام می گیرد.

به نظر شما چرا نگرش زنان جامعه در مورد زایمان طبیعی تغییر پیدا کرده است؟

با توجه به بالا رفتن سطح سواد و فرهنگ زنان جامعه و اطلاع رسانی و آموزش های صورت گرفته در مراکز بهداشتی ، درمانی و طبق ارائه پروتکل های جدید بهداشتی و درمانی در خصوص سخت گیری های انجام سزارین در دنیا ، نگرش نسبت به زایمان طبیعی خیلی بهتر شده است.

از شرایط سیریک، امکانات و شرایط زنان باردار آن شهرستان بگویید

شهرستان سیریک با جمعیتی در حدود ۵۰ هزار نفر ، تقریبا ۷۰۰ مادر باردار در طول سال دارد که از داشتن امکانات تخصصی مثل حضور متخصصین از جمله زنان ، اتاق عمل و رادیولوژیست محروم است ، و با توجه به فرهنگ و عقاید ویژه مردم منطقه نیازمند آموزش ها و تلاش های بیشتری برای کمک به مردم و به ویژه زنان در جهت رسیدن به بهترین سطح از سلامت و بهداشت است.

و اینکه با توجه به اینکه درگیر کرونا هستیم چه توصیه ای برای زنان باردار و یا خانم هایی که قصد بارداری دارند داری؟! ویروس در فاصله ۱/۵ تا ۲ متری از فرد مبتلا قابل انتقال است . پس هر نوع تماس فیزیکی نزدیک ، فارغ از روابط جنسی با فرد مبتلا امکان انتقال بیماری را فراهم می کند .

و با توجه به اینکه این ویروس در بزاق و ترشحات دهانی و بینی فرد مبتلا وجود دارد پس از طریق بوسیدن و یا هر نوع تماس قابل انتقال است . توصیه می شود در برقراری رابطه احتیاط کرد و در روابط جنسی از کاندوم استفاده شود تا حد امکان از بارداری ناخواسته جلوگیری شود .

و با توجه به در معرض خطر بودن مادران باردار و تا بهتر شدن وضعیت تمامی اصول ایمنی و بهداشتی را رعایت کنند و در صورت بروز هر گونه مشکل سریعا با متخصص و یا مامای خود تماس بگیرند تا بهترین راهکار به آنها ارائه و بارداری خود را به سلامتی پشت سر بگذارند .

داشته باشد.

مامای همراه کیست و چرا امروزه داشتن یک مامای همراه ضرورت دارد؟

مامای همراه (دولا) تحصیلکرده در رشته مامایی که دوره زایمان فیزیولوژیک را گذرانده باشد و بعد از کسب نمره مورد نظر مدرکش را کسب کرده باشد . دولا در تمامی مراحل زایمان طبق قرارداد طرفین همراه مادر خواهد بود و مادر را در انجام زایمان راحت و ایمن تر کمک خواهد کرد.

در مراکز بارداری و زایمان فیزیولوژیک برای اینکه مادر ، یک همراه برای کمک در زایمان و یک حامی روحی و روانی داشته باشد یک مامای همراه در اختیارش قرار می دهند که از اول بستری در بیمارستان و گاهی تا ۲۴ ساعت پس از زایمان در کنارش باشد .

در جهان امروز و به ویژه در کشورهای اروپای غربی با توجه به تمام پیشرفت ها به ماما و مراقبت های آن و داشتن همراه در حین زایمان بسیار اهمیت می دهند .

استفاده از اطلاعات و مشاوره های مامایی مورد نیاز در طی دوران بارداری ، زایمان و شیردهی و حتی در مراقبت های بعد از زایمان نوزاد از وظایف مامای همراه است تا با استفاده از تخصص خود مراقبت های لازم را بعمل آورد و از عارضه های مادر و نوزاد پیشگیری به عمل آورد. همچنین در کنار آن ، مادر و همسرش را مورد حمایت روحی و روانی قرار دهد.

وظیفه یک مامای همراه چیست؟

پاسخ به سوالات و مشکلات مادران در دوران بارداری همراهی مادر در اتاق زایمان ارائه آموزش های لازم به مادر پس از زایمان مثل شیردهی ، بهداشت ، تغذیه، باروری ، جنسی استفاده از راه ها و تکنیک های مورد نیاز با توجه به انتخاب مادر در جهت کمک به کاهش درد مادر در هنگام زایمان راهنمایی و مشاوره مادران پس از زایمان در خصوص مشکلات دوران نفاس

از تفاوت های یک ماما با متخصص زنان بگویید؟

مامایی و تخصص زنان و زایمان دو حرفه مستقل اما مکمل یکدیگر هستند که هر دو به بهداشت و سلامت زنان مرتبط است . هر کدام با توجه به تخصص خود می توانند از قبل دوران بارداری تا بعد از زایمان و مراقبت های نوزاد در کنار مادر و نوزاد باشند.

ماماها به بهداشت فردی و بیماریهای جزئی زنان می پردازند در حالیکه متخصصان زنان و زایمان به بیماری های تخصصی تر می پردازند.

ماماها مراقبت های جسمی ، عاطفی و روحی را قبل و بعد از زایمان مادر بر عهده دارند اما دکتر زنان به مسائل تخصصی

نقش زنان در مدیریت و مقابله با پیامدهای انتشار ویروس کرونا در ایران

گزارش: هدی صالحی (پژوهشگر و فعال حوزه زنان)



زنان در شمار رهبران جهان در پی جهانگیر شدن ویروس کووید - ۱۹ دولت‌ها بر آن شدند تا با استفاده از همه ظرفیت‌ها و ابزارهای ممکن به مقابله با شیوع این ویروس و حفاظت از شهروندان خود بپردازند. بر اساس گزارش اتحادیه بین‌المللی که در سال ۲۰۱۸ منتشر شده است از مجموع ۱۵۳ رهبر منتخب کشورهای جهان تنها ۱۰ نفر آنان زن بودند در عین حال بررسی‌ها در کشورهایی که در آنها زنان در جایگاه‌های هدایت و رهبری مقابله با بحران شیوع کووید - ۱۹ قرار داشتند موفقیت‌های بیشتری را نشان می‌دهد. به این ترتیب می‌توان گفت کشورهای که با اعتماد به مدیریت زنان مقابله با بحران را به آنان سپردند توانستند با سرعت بیشتری بر بحران فائق آیند و موفق‌تر عمل کنند چرا که مدیران زن با صحبت‌های بی‌پرده و شفاف خود درباره چالش‌های این بحران توانستند افکار عمومی را بیشتر با خود همراه کنند همچنین به نظر می‌رسد این زنان به دلیل داشتن نقش مادری و مسئولیت خانواده درک بهتری از بیماری و مراقبت از بیماران را در عمل نشان داده‌اند. آنها در زمینه حمایت از بیماران تجربه و دانش بیشتری درباره مسائل بهداشتی و درمانی را در جامعه به اشتراک گذاشته‌اند.

آمارها نشان می‌دهد ۷۰٪ کادر بهداشت و درمان در جهان شامل پرستاران، پزشکان و بهیاران را زنان تشکیل می‌دهند در حالی که بر اساس اعلام سازمان بهداشت جهانی (WHO) تنها ۲۵٪ آنها در رده‌های تصمیم‌گیری و سیاستگذاری حوزه سلامت قرار دارند و به همین دلیل عدم حضور کافی زنان است که در بسیاری از موارد انتقادات زیادی به عملکرد سازمان بهداشت جهانی در زمینه مهار شیوع کرونا وارد شده است. اعتماد به زنان در عرصه سیاستگذاری بحران شیوع کرونا از این جهت قابل اعتماد و نتیجه‌بخش است که زنان به دلیل وجود عواطف و درک مسائل انسانی، خانواده را بر مسائل اقتصادی و سایر مصلحت‌هایی که معمولاً مردان سیاستمدار مد نظر دارند؛ ترجیح می‌دهند. زنان می‌توانند در این مسائل تصمیمات عملی و اثربخش اتخاذ کنند. بر اساس بررسی‌های انجام شده پس از بحران انتشار ویروس کرونا در سازمان‌هایی که زنان در آنان تصمیم‌گیر نهایی هستند کارکنان آنها از مرخصی بیشتری استفاده کرده‌اند و در دولت‌هایی که مدیریت و سیاستگذاری این امر با زنان بوده امکان استفاده از اینترنت رایگان برای آموزش در اختیار شهروندان قرار گرفته است.

"روزی کمپبل" مدیر مؤسسه جهانی رهبری زنان در دانشگاه کینگز کالج لندن معتقد است: (روش رهبری در مردان و زنان امری ذاتی نیست؛ اما به دلیل نوع تعاملات اجتماعی ما، برای زنان قابل قبول‌تر است که به عنوان رهبر حس همکاری و همدلی بیشتری داشته باشند).

زنان مدیران خانه‌ها حالا دیگر خانه امن‌ترین جای جهان برای حفاظت از جان افراد است پس بی‌تردید نقش اثربخش زنان در زمان بحران در خانواده‌های خود نیز همچنان کلیدی و حائز اهمیت خواهد بود.

با توجه به الزام شهروندان به قرنطینه‌خانی در زمان بحران شیوع ویروس کووید - ۱۹ توسط دولت‌ها در بسیاری از نقاط جهان، زنان توانسته‌اند با ایجاد نگرش مثبت و همدلی در میان اعضای خانواده موجب آرامش روانی افراد شوند. همچنین این ایام توانسته به عنوان فرصت مناسبی برای انتقال دانش و تجربیات آنان به فرزندان و سایر اعضای خانه به‌شمار رود.

اگر تاکنون به دلیل وجود مشغله‌های شغلی و آموزشی اعضای خانواده زمان کمتری را در کنار هم بودند اما حالا این فرصت موجب افزایش گفت‌وگوهای میان فردی در خانواده و استحکام روانی و عاطفی روابط در خانواده خواهد شد که محوریت و مدیریت

نیمی از جمعیت جامعه جهانی را زنان تشکیل می‌دهند؛ بر اساس آخرین آمارهای منتشر شده توسط آکسفام (بزرگترین سازمان بین‌المللی امدادسانی برای ریشه‌کن کردن فقر، گرسنگی و بی‌عدالتی)، زنان دنیا بیش از ۶۶٪ کار در جهان را به عهده دارند. آنها حدود ۵۰٪ غذای جهان را تولید می‌کنند اما ۱۰٪ درآمد و تنها ۱٪ دارایی جهان سهم‌شان شده است. اطلاعات منتشر شده نشان می‌دهد که ویروس کووید - ۱۹ بیشتر مردان را اسیر خود کرده است. باید دانست که بر اساس آمارهای بهداشت جهانی در زمان شیوع بیماری‌ها این زنان هستند که در معرض خطر بیشتری قرار دارند. مثلاً شیوع بیماری ابولا در سال ۲۰۱۴ موجب افزایش میزان مرگ و میر مادران در جهان شد. اینبار نیز پس از شیوع ویروس کرونا زنان باردار در معرض خطر جدی‌تری نسبت به سایر مبتلایان قرار دارند.

در دهه‌های اخیر در ایران زنان همزمان با افزایش دانش و آگاهی سایر همجنسان خود در جهان، توانسته‌اند سهم بزرگی را در دایره فهم اجتماعی و تصاحب موقعیت‌های مختلف در جامعه کسب کنند. همچنین افزایش تعداد فارغ‌التحصیلان دانشگاهی و افزایش وسعت آگاهی و دانش آنان موجب اثربخشی بیشتر در جامعه و خانواده شده است. این امر و این تحول ذهنی موجب شده زنان بتوانند تا در صورت نیاز (مانند این روزها که دنیا با فراگیری بحران انتشار کرونا دست و پنجه نرم می‌کند)؛ با برخورداری از استراتژی‌های زنانه در ساحت‌های مختلف پزشکی، اجتماعی، روانشناختی، اقتصادی، خانوادگی و آموزشی و بحران‌های ناشی از آن اثرگذار شده و نقش آفرینی بی‌بدیلی در مدیریت و مقابله با پیامدهای آن از خود نشان دهند. به این ترتیب جامعه به صورت عملی و عینی پیامدهای افزایش آگاهی و مهارت و مشارکت زنان را لمس می‌کند و از این پس از آن به عنوان یک سرمایه اجتماعی و فرهنگی که قبلاً مغفول مانده بهره می‌برد.

زنان حاملان نقش‌های متنوع آنچه جامعه از زنان شناخته این است که، زنان همواره قادر به ایفای نقش‌های چندگانه اجتماعی بوده‌اند. از این رو در بحران‌ها نیز نقش و حضور آنان در مواجهه و مدیریت بحران‌ها با بهره‌گیری از همین تنوع نقش قابل تامل است. ایفای نقش‌های مختلف زنان هم در خانواده و هم در جامعه شاه‌کلید مدیریت مهار بحران کروناست. به طوری که زنان در اثر اهمیت ویژه‌ای که برای نهاد خانواده قائلند می‌توانند در زمان بحران‌ها و خطرانی که جامعه و خانواده‌شان را تهدید می‌کند بدون در نظر گرفتن هر گونه محدودیت جغرافیایی، سیاسی، نژادی و ... نقش آفرینی کنند.

آنها به دلیل برخورداری از عواطف عمیق‌تر یا وجود احساس مادری در حفاظت از فرزندان سریع‌تر و قوی‌تر عمل می‌کنند. در خانواده نیز زنان با روحیه مسئولیت‌پذیری و توان مراقبتی هم حافظ سلامت اعضای خانواده خود هستند و هم در صورت بیماری و ابتلای عضوی از خانواده به پرستاری از او همت می‌گمارند. چنانکه گفته شد با ارتقاء سطح تحصیلی زنان امروزه تعداد زیادی از کادر پزشکی و پرستاری در بیمارستان‌ها را زنان تشکیل می‌دهند و به عنوان کادر درمانی در بیمارستان‌ها در نقطه اصلی مقابله با این بحران قرار گرفته‌اند. همچنین گروه دیگری از همین زنان تحصیل‌کرده با پذیرش نقش آموزگاری و خدمت در کادر آموزشی در روزگار قرنطینه و تعطیلی مدارس و دانشگاه‌ها موجب عدم توقف فرآیند آموزش در کشور شده‌اند. دسته دیگری از آنان که اتفاقاً تعدادشان هم کم نیست فارغ از سن و سال و مدرک تحصیلی با استفاده از ظرفیت‌های جامعه مدنی مبادرت به تشکیل گروه‌های محلی نموده‌اند و در امر تهیه ماسک یا ضدعفونی‌های عمومی یا تهیه اقلام برای نیازمندان به ایفای نقش می‌پردازند.

نقش زنان در مدیریت و مقابله با پیامدهای انتشار ویروس کرونا در ایران

گزارش: هدی صالحی (پژوهشگر و فعال حوزه زنان)



خشونت خانگی
انتشار ویروس کووید - ۱۹ در جهان موجب بروز تغییرات جدید و بعضاً ناشناخته متعددی در جامعه شده است به نحوی که جابجایی ساعت کاری، تعطیلی مشاغل و قرنطینه اجباری خانگی موجب تغییر عادات روزمره و سبک زندگی مردم در خانه ها شده است برخی از این تحولات موجب بروز اختلافات و درگیری هایی میان زوجین می شود مثلاً در خانواده هایی که زوج هر دو کارمند و کمتر در محیط خانواده در کنار هم بوده اند یا در خانواده هایی که یکی از زوجین (معمولاً مردها) شاغل و زن خانه دار است و ساعات کمی را در کنار همسر خود می گذرانند، اکنون پس از مدتها (یا شاید برای اولین بار) این فرصت به وجود آمده که روزها و هفته های متوالی زن و مرد بدون امکان حضور در خارج از محیط خانه یا مسافرت یا ورود مهمان با هم زندگی کنند این شرایط جدید در وهله اول استقلال زنان در رسیدگی به امور منزل را تحت تاثیر قرار داده و در عین حال موجب بروز چالش در ارتباط بین زوجین و ایجاد خشونت خانگی اعم از دعوای لفظی یا فیزیکی شده است.

بر اساس گزارش های منتشر شده توسط سازمان ملل در ایام قرنطینه، خشونت علیه زنان در بسیاری از نقاط جهان بیش از ۲۵٪ افزایش یافته تا آنجا که دبیر کل سازمان ملل در توییتری از سران کشورها برای مداخله و حل معضل امنیت زنان یاری خواسته است.

در ایران نیز بهزاد وحید نیا معاون مشاوره و امور روانشناختی بهزیستی از افزایش اختلافات زوج ها در ایام قرنطینه خانگی خبر داد. همچنین رضا جعفری سدهی رئیس اورژانس اجتماعی سازمان بهزیستی نیز اعلام کرده گزارش خشونت خانگی علیه زنان در ایران ۲۰ تا ۲۲ درصد در این ایام بیشتر شده است. هر چند باید به این نکته توجه کرد که اینگونه خشونت ها قبلاً هم در خانواده ها وجود داشته و الزاماً قرنطینه خانگی علت به وجود آمدن آن نبوده است؛ با تغییر شرایط زندگی افراد در پی شیوع ویروس کرونا، دیگر امکان کنترل شرایط و جدا شدن موقت از تنش بدلیل حضور در محل کار یا (به صورت کوتاه مدت) به بهانه دیدار دوستان و ... از بین رفته و این در خانه ماندن با توجه به تفاوت آستانه تحمل افراد موجب تشدید اختلافات و بروز تنش شده است از دیگر عوامل تشدید خشونت خانگی و تحت تاثیر قرار گرفتن زنان می توان به تغییرات و افزایش نقش چندگانه زنان در خانه اشاره کرد قرنطینه خانگی موجب افزایش بار مسئولیت زنان در خانه داری و امور روزمره منزل مانند آشپزی و نظافت و ... شده است همچنین زنان کارمند ممکن است ناچار باشند علی‌رغم تعطیلی ادارات و مرخصی اجباری برخی وظایف اداری و شغلی خود را به صورت دورکاری در منزل انجام دهند ضمناً مادران به دلیل تعطیلی مدارس در بسیاری از موارد مسئولیت آموزش فرزندان خود را در غیاب مدرسه و معلم بر عهده گرفته‌اند این فشارها موجب شکستن نقش سنتی و عادی و کلیشه‌ای قبلی زنان شده و آنان را تبدیل به افرادی چند شغله با ساعت کاری نامحدود کرده است. در موارد متعددی که مردان در خانواده حاضر به مشارکت و همکاری در این نقش‌ها نشوند یا به هر دلیل امکان آن را نداشته باشند این فشارها بر زنان مضاعف می‌شود.

از بین رفتن فضای خصوصی در محیط خانه نیز یکی دیگر از عوامل افزایش فشارهای روانی به اعضای خانواده است که تخلیه این فشارها به روش‌های نادرست و افزایش خشونت در خانواده منجر می‌شود. تعطیلی کسب و کارها به افزایش فشارهای اقتصادی منجر به خالی شدن سفره‌ها و تاثیر نامطلوب بر روابط زوجین و افزایش بروز خشونت و اختلال در روابط آنان بوده است.

خشونت خانگی در خانواده علاوه بر ایجاد اختلال در روابط زوجین، کودکان و خصوصاً دختران را هم در معرض آسیب‌های عاطفی و روانی و جسمی مانند سوء استفاده جنسی و ... قرار می‌دهد.
زهرار رحیمی مدیر عامل جمعیت امام علی (ع) در یک

نشست آنلاین در فضای مجازی از افزایش ازدواج کودکان در پی شیوع کرونا در کشور خبر داده و گفته است: " در برخی از مناطق کشور مواردی از ازدواج اجباری برای کودکان به دلیل شرایط اقتصادی بعد از بحران کرونا گزارش شده است" وی همچنین درباره سوء استفاده از کودکان گفته است: "با این شایعه که تریاک از ابتلا به ویروس کرونا جلوگیری می کند برخی سودجویان با سوء استفاده از کودکان آنان را به بازار مواد مخدر کشیده‌اند". در ایران به دلیل عدم سازماندهی نهادهای مدنی حامی کودکان و مدافع حقوق زنان همچنین توسعه نیافتگی خدمات و حمایت‌های اجتماعی دولتی، از جمله تعداد محدود خانه‌های امن و اورژانس اجتماعی با افزایش خشونت‌های خانگی امکان کنترل، مهار یا مدیریت این‌گونه معضلات توسط دولت یا نهادهای اجتماعی وجود ندارد و در بسیاری از موارد قربانیان در کنار عامل خشونت به زندگی ادامه می‌دهند.

بروز رفتارهای نژادپرستانه و تبعیض آمیز و افراطی بی‌شک طغیان هر نوع بیماری در جامعه موجب ترس و وحشت عمومی در میان مردم می‌شود از این رو به دنبال فراگیری ابتلا به ویروس کووید - ۱۹ و گستردگی آن و طولانی شدن قرنطینه‌های خانگی رفتارهای افراطی و تبعیض آمیز که اغلب جمعیت‌های حاشیه‌نشین و محروم اقتصادی و اقلیت‌ها را قربانی می‌کند بروز و ظهور می‌یابند. مثلاً به نوشته جراید نخست‌وزیر سابق ایتالیا در اظهار نظری ویروس کووید - ۱۹ را (به غلط) به مهاجران آفریقایی نسبت داد یا ترامپ رئیس‌جمهور آمریکا آن را ویروس چینی نامید. زنان به عنوان کسانی که از حمایت‌های اجتماعی کمتری نسبت به مردان بهره اقتصادی و روانی مواجه شویم هر چند به درستی و دقیق نمی توان در این زمینه سخن گفت اما از اتفاقات مثبت دوران پس از افول این بحران می توان به آشنایی افراد یا سازمان‌ها به ناکارآمدی‌های فردی و سازمانی خود اشاره کرد. به نظر می‌رسد افراد از ضعف‌های خود شناخت بهتری پیدا می‌کنند و از این جهت سبک زندگی و عادات‌ها و عقاید خود را تغییر می‌دهند. تجارب قبلی جامعه بشری نشان داده است که انسان‌ها پس از پایان همه‌گیری بیماری‌ها، دوران رشد و تعالی و تمدن و پیشرفت خود را آغاز می‌کنند و پیش‌بینی می‌شود تغییرات بزرگی در توسعه علم و تکنولوژی و پیشرفت‌های پزشکی به وجود آید.

از دیگر سو، تاثیرات منفی کرونا در دوران پس از آن از جمله آسیب‌های اجتماعی و اختلالات روحی و روانی و تاثیرات اقتصادی که از خود در جامعه برجای می‌گذراند؛ می‌تواند بسیار عمیق و نگران‌کننده باشد. افزایش وقوع جرم بر اثر فقر و بیکاری و اختلالات روانی از جمله خشم و اضطراب و افسردگی دامن افراد جامعه را فرا می‌گیرد. همچنین در جوامع سنتی‌تر که وابستگی‌ها و علائق خانوادگی مستحکم‌تری در بین افراد وجود دارد مانند ایران باتوجه به نحوه دفن نامتعارف و عدم سوگواری خانواده‌های قربانیان بیماری کووید - ۱۹ پس از افول بحران، آسیب‌های جدی بر اطرافیان و خانواده این متوفیان که عمدتاً از زنان و

کودکان هستند وارد می‌شود. همچنین پیش‌بینی می‌شود دامنه اختلافات و مشکلات خانوادگی در زوجین پس از دوران قرنطینه اجباری خانگی خود را به صورت افزایش درخواست‌های طلاق در جامعه نشان دهد.

جهان در دوران پسا کرونا شاهد تغییر در اهداف سرمایه گذاری های اقتصادی تغییر ساختارهای سنتی و فعلی خانواده‌ها، تغییر در سیاستگذاری‌های بهداشتی، علمی، اقتصادی، آموزشی و تحول در ارتباطات اینترنتی و مجازی و تغییر در کیفیت سیستم‌های حمایت اجتماعی و اقتصادی و توسعه مشاغل خانگی خواهد بود.

در شرایط فعلی با بهره‌گیری از دانسته‌های آنچه تاکنون رخ داده است باید برای مدیریت هر چه بهتر و کم آسیب تر این بحران حضور زنان در ساحت سیاستگذاری و تصمیم سازی‌های بهداشتی پررنگ‌تر شود و از عناصری صرفاً اجرایی به عوامل سیاستگذار و تصمیم‌گیر ارتقا یابد.

باید بر این نکته پای فشرده که تلاش برای افزایش حضور زنان در موقعیت‌های رهبری و تصمیم‌گیری مساله‌ای در مورد برابری جنسیتی نیست بلکه ضرورتی است که جامعه جهانی در تجربه مواجه با جهانگیری ویروس کرونا به آن دست پیدا کرده و با نگاه ویژه به موضوع رهبری زنان و امکان ایجاد کسب سهم بزرگتر و مهم‌تر برای آنان در هدایت جامعه در مدیریت بحران‌ها موفق‌تر عمل خواهد کرد.

باید در نظر داشته باشیم که برای تحقیق و توسعه و موارد متنوع دیگری که در جهان در آنها به نوآوری نیاز است غفلت از نیمی از استعدادهای ذهنی و تجربی جامعه یعنی زنان موجب محرومیت همه جامعه از توانایی‌های آنان خواهد بود.

منابع:

- دکتر آتوسا صادق پور، دکتر افسانه صمدزاده (۱۳۹۹) " پیامدهای روانشناختی دوران قرنطینه و راهکارهای افزایش بهزیستی روانشناختی در حین شیوع کرونا ویروس "
- نگار اکبری زرگر، روانشناس سلامت (۱۳۹۹) " زندگی مردم در پسا کرونا چگونه خواهد بود؟ "
- مهری طیبی‌نیا، جامعه‌شناس فرهنگی (۱۳۹۹) " روایتی از نقش زنان در مهار بحران کرونا "
- خبرگزاری ایرنا (۱۳۹۸) " گزارش سنجربانی سلامت جامعه؛ سهم زنان در مهار بحران کرونا "
- پابلو اوشوا (۱۳۹۹) " چرا رهبران زن در مهار ویروس کرونا بهتر عمل کرده‌اند؟ "
- Helen Lewis (March ۱۹, ۲۰۲۰), " The Coronavirus Is a Disaster for Feminism "
- Erin Loos Cutraro (۲۰۲۰), " Women are Leading us through the Pandemic Why? " (۲ Apr ۲۰۲۰), " we need women's leadership in the COVID-19 response "

بارداری هفته به هفته

هفته دهم بارداری



اگر شما دوقلو حامله باشید، در سونوگرافی هفته دهم مشخص می شود. به این نکته توجه داشته باشید که هر زنی که باردار می شود، شرایط و علائم مخصوص به خود را دارد و هیچ دو نفری شرایط یکسان ندارند. بنابراین به تجربه ها و داستان هایی که اطرافیانتان برایتان تعریف می کنند، اعتنا نکنید و تنها جلسات معاینه پزشکی خود را معیار این دوره از زندگیتان قرار دهید تا همه چیز به خوبی پیش برود.

وضعیت بدن در هفته دهم بارداری

در سه ماهه اول بارداری و بخصوص هفته های آخر این سه ماه تغییرات بدنی مانند رشد رحم و تا اندازه ای بزرگ شدن شکم را تجربه می کنید. هر چند برای همه افراد بزرگ شدن شکم در سه ماهه اول اتفاق نمی افتد و نباید نگران این موضوع باشید. هنوز هم می توانید از لباس های کمی گشاد قبلیتان استفاده کنید. بهتر است در این هفته خرید لباس انجام ندهید زیرا با ورود شما تا دو هفته دیگر به سه ماهه دوم بارداری کلا سایزتان تغییر می کند و بهتر است آن موقع خرید کنید.

در این هفته شما بین یک الی دو کیلو گرم وزن اضافه می کنید. منتها به دلیل حالت تهوع و سایر علائم بیشتر از این مقدار احساس سنگینی خواهید داشت. پیاده روی و شنا از ورزش هایی هستند که در این دوره بسیار مناسب وضعیت شما می باشند. البته قبل از انجام هر ورزشی با پزشک خود مشورت کنید. ورزش عضلات شما را تقویت کرده و به شما کمک می کند تا زمان زایمان وزن اضافی را بهتر تحمل کنید.

حقایقی در مورد شما در هفته دهم

بارداری باعث افزایش درجه حرارت بدن شما می شود و بدن شما را دچار کمبود آب می کند. بنابراین بیشتر مایعات مصرف کنید.

شما بصورت روزانه حدوداً ۷۹ گرم پروتئین نیاز دارید. این پروتئین بیشتر صرف رشد استخوان ها، عضلات و پوست نوزاد می شود. بهترین منابع پروتئینی در این دوران تخم مرغ، گوشت بدون چربی و شیر می باشد. اندازه شکم و میزان افزایش وزن در این هفته:

احتمالاً در هفته دهم بارداری علائم بزرگ شدن اندازه شکم دیده می شود. زیرا در ماه سوم نوزاد شما رشد بیشتری پیدا کرده و به جای بزرگ تری نیاز دارد. اگر شما دو قلو باردار هستید، طبق توصیه پزشکان بهتر است در نیمه اول بارداری بیشتر از نیم کیلوگرم وزن اضافه نکنید. هفته ۱۰ بارداری چند ماهگی بارداری است؟

در هفته ۱۰، شما ۲ ماه و یک هفته است که باردار هستید. وضعیت جنین در هفته دهم بارداری

در این هفته نی نی شما به اندازه آلو بخارا است

در هفته دهم سر نوزاد، هنوز بزرگ ترین بخش کل بدن او را تشکیل می دهد و هر روز بیشتر شبیه انسان می شود. در این هفته گوش نوزاد شما کاملاً شکل گرفته است و انگشتان کوچکش از هم باز شده اند. پلک ها هنوز بسته اند و تا هفته ۲۵ الی ۲۷ همچنان به این شکل باقی می مانند. در این هفته اندام های جنسی نیز در حال تشکیل شدن هستند.

حقایقی در مورد فرزند شما در هفته دهم بارداری:

تمام اندام های اصلی فرزند شما (قلب، ریه، کلیه ها، مغز و روده) شکل گرفته و عملکرد اندکی دارند! در حال حاضر فرزند شما قادر است انگشتان خود را تکان دهد.

ابروهای فرزند شما از این هفته شروع به رشد می کنند. فرزند شما ۳۰ برابر افزایش وزن و سه برابر افزایش قد خواهد داشت.

تغییرات جنین

در حال حاضر جوانه های دندان جنین زیر لثه ها در حال رشد است.

فعالیت بیشتر کلیه و معده در هفته دهم بارداری

در هفته دهم حاملگی معده به تولید آب گوارشی می پردازد و کلیه ادرار بیشتری تولید می کند.

شکل گیری استخوان ها و غضروف ها در هفته دهم بارداری استخوان ها و غضروف ها در هفته دهم

توجه داشته باشید که استرس بر رشد جنین شما تاثیر منفی می گذارد. بنابراین باید تمام تلاش خود را برای حفظ آرامشتان بکنید.

تغذیه در هفته دهم بارداری

با انتخاب یک برنامه غذایی مناسب و متنوع، می توانید کودک خود را از طریق مواد گوناگون تغذیه کنید (بسته کامل آموزشی تغذیه دوران بارداری). سعی کنید ماهی بیشتری مصرف کنید. زیرا امگا ۳ موجود در ماهی بر رشد بهتر مغز جنین تاثیر مثبت می گذارد. در صورت بی میلی نسبت به ماهی، به جای آن از گردو استفاده کنید. همچنین به توصیه های زیر در انتخاب و نحوه مصرف ماهی توجه داشته باشید:

از مصرف کوسه ماهی، شمشیر ماهی و ماهی خال مخالی به دلیل دارا بودن جیوه بالا خودداری کنید.

هر هفته ۳۵۰ گرم غذای دریایی بدون جیوه استفاده کنید.

هرگز ماهی خام مانند سوشی مصرف نکنید.

از سالم بودن ماهی اطمینان حاصل کنید.

ورزش در هفته دهم بارداری

یوگا ورزش بسیار مناسبی برای زنان باردار در این هفته است. یوگا بین قسمت های بالایی و پایینی بدن توازن ایجاد می کند و به شخص اجازه می دهد که وزن اضافه را راحت تر حمل کند. همچنین یوگا عضلات مربوط به کمر و عضلاتی را که در زایمان فعال هستند را تقویت می کند و زایمان راحت تری را برای شما بوجود می آورد. از طرفی به آرامش روحی شما کمک بزرگی می کند.

نکاتی برای پدرها در هفته دهم بارداری:

- شاید شما برای حمایت از همسران گیج شده اید. بهترین کار این است که از خودش بپرسید. در هفته دهم بارداری، او نمی تواند با شما مانند قبل ارتباط برقرار کند و شما باید مکالمه را شروع کنید. این مسئله به خاطر تغییرات هورمونی است.

- سعی کنید به او حس خوبی بدهید و گردن و پاهایش را ماساژ دهید. ماهیچه های حساس نیاز به آرام شدن دارند. برایش هدیه بخرید تا بفهمد چقدر دوستش دارید. هر تغییر مثبتی را به او بگویید و او را تشویق کنید. اگر چیزی نمی بینید از تخیل خود استفاده کنید.

- در هنگام ورزش، راه رفتن و شنا کردن همراهش باشید. این کار به او کمک می کند ورزش را ادامه دهد. زیرا تنها بودن باعث تغییر روحی و خستگی شدید می شود. اما او را مجبور به انجام کاری نکنید. گاهی او حتی انرژی برای بیرون آمدن از رختخواب را نخواهد داشت. در این زمان با او همدردی کنید و شرایطش را بیشتر درک کنید.

بارداری شکل می گیرند، زانو و مچ پا شروع به تشکیل می کنند و آرنج های کوچک در حال کار هستند!

شنیدن صدای ضربان جنین

شاید برایتان سوال باشد که قلب جنین در چند هفتگی میزند؟ خبر خوب این است که از این هفته می توانید صدای قلب نوزادتان را بشنوید. اگر هنوز آزمون گوشی داپلر را انجام ن داده اید، بهتر است همین هفته به پزشک مراجعه کنید و صدای ضربان قلب جنین را بشنوید. این لحظه هیجان انگیزترین و قشنگ ترین لحظه در بارداری است و هیچ عوارض جانبی برای جنین ایجاد نمی کند.

با شنیدن صدای ضربان قلب جنین، میزان تولید هورمون استروژن و پروژسترون در بدن شما افزایش پیدا می کند. به همین دلیل شنیدن این صدا از طریق آزمایش داپلر باعث آرامش و کاهش استرس مادر می شود.

سونوگرافی جنین در هفته دهم بارداری

تمام اندام های اصلی و حیاتی تشکیل شده است و در حال کار کردن هستند. انگشتان کوچک دست و پا در حال تشکیل شدن می باشند و جوانه های دندان نیز در دهان جنین شروع به رشد کرده اند.

سونوگرافی جنین در هفته دهم بارداری

توصیه ها در هفته دهم بارداری

- برای آماده شدن تا زمان زایمان مطالب و راهنمایی های زیادی از کتاب ها و همچنین دانشنامه سلامت اوما را در اپلیکیشن بارداری اوما دنبال کنید.

- به علت بزرگ شدن سینه هایتان بهتر است از این به بعد یک سوتین بزرگ تر و راحت تر بخرید.

علائم طبیعی در هفته دهم بارداری

در هنگام بارداری لته های برخی از خانم ها حالت شکننده پیدا می کند و دچار خونریزی می شوند و زمینه را برای ابتلا به آلودگی های دیگر فراهم می کند. برای جلوگیری از این مسئله حداقل ۲ بار به مدت ۳ دقیقه در روز مسواک بزنید و از نخ دندان نیز به طور مرتب استفاده کنید.

مسواک مورد استفاده شما باید کوچک و نرم باشد. دقت کنید در هفته دهم بارداری غرغره کردن آب نمک نیز التهاب لثه ها را کمتر می کند. برای کاهش این مشکل از خوردن شیرینی و غذاهای چسبنده خودداری کنید.

هشدارها در هفته دهم بارداری

همچنان به دلیل تغییرات و افزایش هورمون های بارداری در این هفته دچار نواسانات خلقی می شوید و ممکن است در روزهایی کاملاً بی حوصله و افسرده باشید. خوشبختانه با ورود به سه ماهه سوم و ایجاد تعادل در هورمون های بارداری، این حالت ها کمتر می شوند.

برای بهبود این وضعیت بهتر است از ورزش های تنفسی و آرامش بخش مانند یوگا استفاده کنید. به این نکته نیز

اخبار بانوان

راه اندازی مرکز آموزش صنایع دستی در شهر جناح و هرنگ بستک



مasha الله خنجی رئیس اداره میراث فرهنگی گردشگری و صنایع دستی از راه اندازی مرکز آموزش صنایع دستی در شهر جناح و هرنگ بستک خبر داد.

خنجی با اشاره به ظرفیت های فراوان صنایع دستی شهرستان اظهار داشت: با راه اندازی این دو مرکز، ۹ مرکز آموزش مهارت های عمومی کوتاه مدت صنایع دستی در شهرستان بستک ایجاد شده است. خنجی هدف از راه اندازی این مرکز را شناسایی حفاظت، ترویج میراث فرهنگی، هنرهای سنتی و ایجاد اشتغال دانست و عنوان کرد: این مرکز با هدف ترویج صنایع دستی بومی شهرستان راه اندازی گردیده و در واقع این اقدام را به منظور حفاظت، نگهداری صنایع دستی و کمک به اقتصاد مناطق روستای دانست. وی با اشاره به تنوع تولیدات صنایع دستی در شهرستان بستک عنوان کرد: مناطق مختلف شهرستان با توجه به شرایط اقلیمی خاص خود تولیدات ویژه دارند و وظیفه هر مرکز شناسایی، حفاظت از تولیدات و آثار محلی آن منطقه است.

وی خاطر نشان ساخت: به منظور آشنایی نسل جوان با صنایع دستی بومی و ایجاد اشتغال دوره های آموزشی در این مرکز برگزار می گردد. وی در ادامه با اشاره به شعار امسال "جهش تولید" در عرصه صنایع دستی یکی از اهداف تاسیس این مراکز را حمایت از هنرمندان و صنعتگران شهرستان دانست و افزود: در این مراکز رشته های گلابتون دوزی، پولک دوزی، چرم دوزی، رو دوزهای سنتی ... به هنرآموزان آموزش داده می شود.

خنجی در پایان گفت: این مراکز بر پایه آموزش و ایجاد اشتغال در شهرستان و با همکاری با نهادهای مختلف و آموزش علاقمندان به هنر آموزش در بحث ایجاد اشتغال می تواند گام موثری دارد و خانه های صنایع دستی فضای برای افزایش تولیدات صنایع دستی و افزایش کیفیت محصولات و فراهم آوردن فضایی برای مشارکت و تعامل صنعتگران باشد.

مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان هرمزگان:

برنامه "شاد" گام نخست ایجاد انقلاب در تغییر آموزش سنتی است

مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان هرمزگان گفت: معلمان هرمزگان با سخت کوشی و مسئولیت پذیری، مسیر جهشی بزرگ در تبدیل آموزش سنتی و به آموزش مدرنیته را هموار ساختند.

ناهید سلیمانی ضمن تبریک هفته بزرگداشت معلم، از زحمات شبانه روزی معلمان هرمزگان قدردانی کرد. وی گفت: برنامه "شاد" گام نخست در آموزش و پرورش است برای تغییر و ایجاد انقلابی بزرگ در تبدیل شدن آموزش سنتی به آموزش نو و مدرن، سلیمانی نقش معلمان در ایام تعطیلی مدارس را مهم دانست و افزود: معلمان هرمزگان با ایثار، گذشت و حس مسئولیت پذیری توانستند روح و روان دانش آموزان و خانواده ها را در ایام تعطیلی مدارس به آرامش برسانند.

مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان هرمزگان تصریح کرد: معلمان فراتر از زمان، مکان و فضا و با عشق و علاقه مشغول تدریس دانش آموزان شدند و شعار "آموزش تعطیل نیست" را در منازل دانش آموزان محقق ساختند.

موسی دادی زاده سرخانی مدیرکل آموزش و پرورش استان هرمزگان ضمن قدردانی از حضور مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، گفت: کانون پرورش فکری همگام با مدارس و با ایجاد فضا و بستر مناسب، در مسیر پرورش استعدادها

دکتر همتی در کارگروه اجتماعی، فرهنگی، سلامت، زنان و خانواده استان:

زمینه شکوفایی استعداد های بانوان هرمزگان باید هرچه بیشتر فراهم شود



در دولت تدبیر و امید توجه ویژه ای نسبت به انتصاب بانوان توانمند در مسئولیت های مدیریتی صورت گرفته است دستگاه های اجرایی برنامه های اجتماعی و فرهنگی خود را در اسرع وقت اعلام کنند

استاندار هرمزگان گفت: باید هرچه بیشتر زمینه را برای شکوفایی استعداد های بانوان هرمزگان فراهم کنیم. دکتر فریدون همتی در نشست کارگروه اجتماعی، فرهنگی، سلامت، زنان و خانواده استان هرمزگان با اشاره به استعدادها و توانایی های گسترده بانوان این استان، عنوان کرد: بانوان توانمند و مستعد استان هرمزگان با تلاش خود می توانند در جایگاه های عالی کشور صاحب منصب شوند. وی ادامه داد: در دولت تدبیر و امید توجه ویژه ای به بانوان صورت گرفته و در استان هرمزگان نیز ظرفیت بانوان در سطوح مختلف مدیریتی به کار گرفته شده و در مسئولیت های مهمی منصوب شده اند.

استاندار هرمزگان افزود: نقش زنان هرمزگانی در اقتصاد استان نیز بسیار مهم و موثر است و بانوان این استان در فعالیت های اقتصادی مشارکت خوبی دارند. همتی تصریح کرد: باید هرچه بیشتر زمینه را برای شکوفایی استعداد های بانوان هرمزگان فراهم کنیم.

وی خاطر نشان کرد: سند ارتقای وضعیت فرهنگی و اجتماعی بانوان استان نیز برای بازبینی بیشتر و رفع نواقص به مدیران ابلاغ شود تا نظرات کارشناسی خود را اعلام کنند.

استاندار هرمزگان بیان داشت: دستگاه های اجرایی، برنامه های اجتماعی و فرهنگی خود را در اسرع وقت اعلام کنند و ارزیابی عملکرد دستگاه ها در این حوزه به وزارت متبوع گزارش می شود.



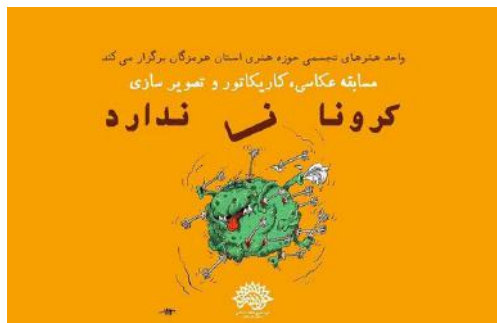
انفجار در آرایشگاه زنانه

انفجار در یک آرایشگاه زنانه در بندرعباس موجب ویرانی کامل آرایشگاه و شکسته شدن شیشه و ترک منازل اطراف شد. سر آتش یار حسن امینی، معاون عملیات سازمان آتش نشانی بندرعباس گفت: ساعت سه و ۳۵ دقیقه بامداد پنجشنبه ۱۸ اردیبهشت ماه طی تماس با مرکز ۱۲۵، خبر از انفجار آرایشگاهی واقع در ۲۰ متری شاهد داده شد.

بلافاصله پس از اعلام، نیروهای امدادی و عملیاتی آتش نشانان از دو ایستگاه ۴ و ۲ به محل اعزام شدند. این حادثه که با حریق شروع شده و پس از آن انفجار رخ داده بود و از آنجا که منجر به تخریب کامل آرایشگاه شده بود، احتمال حضور فردی در آرایشگاه بود، بنابراین نیروهای کمکی نیز از سه ایستگاه ۱ و ۷ و ۱۰ نیز در حین عملیات به محل فراخوانده شدند و عملیات خاکبرداری با دقت لازم بعمل آمد که خوشبختانه شخصی در آرایشگاه حضور نداشته و تلفات جانی در پی نداشت.

مختلف دانش آموزان تلاش می کند.

وی اضافه کرد: مطابق پیشنهاد ارائه شده به وزارت آموزش و پرورش، پیگیر استفاده از بستر برنامه "شاد" برای پیشبرد اهداف تربیتی و نیز ارائه آموزش های مختلف کانون پرورش فکری به دانش آموزان هستیم.



مسابقه هنرهای تجسمی «کرونا نا ندارد» در هرمزگان برگزار می شود

مسئول واحد هنرهای تجسمی حوزه هنری هرمزگان گفت: واحد هنرهای تجسمی حوزه هنری هرمزگان به مناسبت گرامیداشت هفته هنر انقلاب اسلامی و در راستای مقابله با شیوع ویروس کرونا، مسابقه عکاسی، کاریکاتور و تصویرسازی را تحت عنوان «کرونا نا ندارد» در فضای مجازی برگزار می کند. مهری لشکری اظهار کرد: این روزها که شیوع ویروس کرونا در کشور منجر به تعطیلی مدارس، دانشگاه ها و همه اجتماعات مردمی شده و اغلب کسب و کارها را به تعطیلی کشانده است، واحد هنرهای تجسمی حوزه هنری استان اقدام به برگزاری مسابقه «کرونا نا ندارد» در قالب های عکاسی، کاریکاتور و تصویرسازی با موضوع ویروس کرونا و حواشی مرتبط به آن در فضای مجازی کرده است. وی افزود: محورهای این مسابقه شامل فداکاری، استقامت و تلاش شبانه روزی کادر درمانی، رعایت نظافت و تلاش فردی و اجتماعی جهت مقابله با ویروس کرونا، تلاش همه مردم و دستگاه ها جهت مقابله با شیوع کرونا ویروس و مشارکت های خانوادگی است.

مسئول واحد هنرهای تجسمی حوزه هنری هرمزگان با بیان اینکه آخرین مهلت ارسال آثار چهارم خردادماه سال جاری، مصادف با عید سعید فطر است، افزود: علاقه مندان جهت شرکت در این مسابقه می توانند آثار خود را به نشانی ایمیل hormozgan.hor@mail.com یا شماره واتس آپ ۰۹۱۷۱۵۸۷۹۰۰ ارسال کنند. لشکری با اشاره به اینکه شماره تلفن ۰۲۲۳۳۵۸۶ - ۰۷۶ واحد هنرهای تجسمی حوزه هنری استان هرمزگان جهت پاسخگویی به سؤالات علاقه مندان در نظر گرفته شده است، گفت: منتخبی از آثار ارسالی در سایت حوزه هنری هرمزگان به نمایش درخواهد آمد.

بازدید فرماندار بستک از کارگاه تولید ماسک در هرنگ



در ادامه فعالیت های مبارزه با ویروس کرونا سید شمس الدین حسینی قتالی فرماندار شهرستان بستک به همراه رئیس اتاق اصناف از کارگاه تولید ماسک در آموزشگاه طراحی و دوخت سارینا روستای هرنگ بازدید کرد.

فرماندار بستک در حاشیه این بازدید از زحمات سرکار خانم بنام مدیر آموزشگاه و خیاطان روستاهای هرنگ، کوخرد، آسو، صالح آباد، بریار و شهر هنگویه که در این امر خداپسندانه مشارکت و همکاری داشته اند تقدیر و تشکر نمود. حسینی قتالی افزود: بعد از شیوع ویروس کرونا تا به امروز بیش از ۳۵ هزار ماسک تولید و به همراه کمک های مومنانه به صورت رایگان در اختیار مردم قرار گرفته است.

به زن بودن و قدرتمند بودن افتخار می‌کنم

گزارش: ایسنا هرمزگان



بانوی قدرتمندی که علی‌رغم تمامی محدودیت‌ها و کارشکنی‌ها توانست خود را به همگان ثابت کند و اکنون در فکر حضور در مسابقات جهانی و افتخارآفرینی برای کشورمان است.

بنفشه محمدی با بیان اینکه از کودکی همواره ورزش را دنبال می‌کردم، افزود: ژیمناستیک، شنا، بسکتبال و بدنسازی از جمله رشته‌هایی بوده که دنبال کرده و سبب علاقه‌ام به ورزش شده‌اند. وی در خصوص آشنایی‌اش با رشته بدنسازی، اظهار کرد: در ابتدا به صورت تفریحی و جهت پر کردن اوقات فراغت به رشته بدنسازی روی آوردم اما هرچه جلوتر رفتم به این ورزش علاقه‌مند شدم و تا امروز که دیگر به صورت حرفه‌ای آن را دنبال می‌کنم.

قدرت بیشتری نسبت به هم باشگاهی‌هایم داشتم

محمدی با اشاره به اینکه در ابتدا که به بدنسازی روی آوردم مشاهده کردم با فشار کمتر زور بیشتری نسبت به سایرین در باشگاه داشتم، تصریح کرد: در تمرینات بیشتر و به مرور به این یقین رسیدم که نسبت به سایر بانوان نیز از قدرت و توان بیشتری برخوردار هستم و به همین دلیل تصمیم گرفتم که به صورت حرفه‌ای در این رشته پیش بروم. وی با بیان اینکه ابتدا در رشته پارالیف‌تینگ زیر نظر آقای کبابی پیش رفتم تا به مقام نائب قهرمانی استان هرمزگان دست یافتم، اضافه کرد: پیش از این در رشته کراسفیت فعال بودم که تا مقام نائب‌قهرمانی استان هرمزگان پیش رفتم.

محمدی ادامه داد: ورودم به کراسفیت نیز به صورت اتفاقی بود به این شکل که قرار بود تیم منتخب استان هرمزگان به مسابقات کشوری کراسفیت اعزام شود که در مسابقات انتخابی نیز توانستم رتبه دوم را کسب و مجوز حضور در مسابقات کشوری را کسب کنم. در حقم ظلم شد وی با اشاره به اتفاقات ناخوشایند حول این اعزام، افزود: هزینه رفت و برگشت بلیط پرواز تیم و البسه نیز بنده پرداخت کردم به این امید که پس از مسابقات آن هزینه از سوی متولیان کراسفیت استان هرمزگان برگشت داده شود اما این هزینه شش میلیونیه هیچ‌گاه برگشت داده نشد و حتی تشکر هم نکردند و حتی اسمی هم از بنده بابت این هزینه کرد نیامد.

این ورزشکار با بیان اینکه نزد تمامی مسئولان ذی‌ربط هم رفتم اما هیچ‌کس کاری پیش نبرد، عنوان کرد: امیدوارم روزی این افراد پاسخگو عملکردها باشند که چگونه هزینه بنده را نادیده گرفته و چرا داور اعزامی استان به‌عنوان شرکت‌کننده در مسابقات ظاهر شد. وی ادامه داد: این اقدامات سبب شد احساس کنم از بنده سوءاستفاده شده و در حقم ظلم شد اما همواره افتخار می‌کنم که برای امر ورزش و پیشبرد توسعه هرمزگان هزینه کرده‌ام.

محمدی با بیان اینکه پس از این اتفاقات بود که از کراسفیت به پارالیف‌تینگ روی آوردم و زیر نظر مربی‌ام آقای ملک‌زاده توانستم مسیر قهرمانی را طی کنم، اظهار کرد: با تمرینات مستمر توانستم جواز حضور در مسابقات اوراسیا گرجستان را کسب کنم اما همین جواز حضور نیز با حواشی از سوی برخی دوستان در استان هرمزگان همراه شد.

از لحاظ روحی تحت فشار بودم

به‌جای دعای خیر به دنبال جوسازی بودن

وی اضافه کرد: از زمانی که در پستی در صفحه شخصی‌ام این موضوع را اعلام کردم پس از ۲۰ دقیقه یکی از مسئولان هیئت‌های ورزشی در تماس با بنده اعلام کرد چرا ادعای ملی‌پوش بودن کرده‌ام؛ به‌جای آرزوی موفقیت برای اینکه بتوانم افتخاری برای هرمزگان رقم بزنم، برایشان سؤال بود که چرا اسم تیم ملی آوردم و از لحاظ روحی ۳ روز قبل از مسابقه واقعاً از سوی عده‌ای افراد در هرمزگان فشار زیادی بر رویم بود. محمدی با بیان اینکه این اعزام زیر نظر وزارت ورزش و جوانان و دعوت کشور گرجستان بوده و بنده به‌عنوان یک ملی‌پوش راهی مسابقات شدم، خاطرنشان کرد: متأسفانه به‌جای دعای خیر و حمایت معنوی با این جوسازها سعی در برهم زدن روحیه و تمرکز بنده داشتند و حتی یک‌بار هم مسئولی از ورزش هرمزگان از بنده حمایت نکرد. این قهرمان پارالیف‌تینگ با اشاره به اینکه خوشحالم که در مسابقات اوراسیا گرجستان علی‌رغم تمامی حواشی توانستم دو مدال طلا در پرس سینه و پارالیف‌تر در وزن ۶۰ کیلوگرم کسب کنم، اضافه کرد: با توجه به اتفاقات پیش‌آمده و عدم تجربه نیز پیش‌بینی کسب مدال نمی‌کردم اما با حمایت‌های مربی‌ام و انتخاب‌های درست توانستم حریفانم از کشور روسیه را پشت سر بگذارم و دو مدال طلا کسب کنم.

با مدال‌هایم به دنبال اثبات خودم بودم

وی با بیان اینکه در این مسابقات می‌خواستیم خود را به تمامی افرادی که مانع از موفقیت می‌شدند، ثابت کنم و همین موضوع انگیزه‌ام را دوچندان کرد، تصریح کرد: هزینه تمرینم حدوداً ماهی ۳ تا ۴ میلیون تومان است و تمامی این هزینه‌ها به‌صورت شخصی و بدون کمک هیچ ارگانی صورت گرفته و خوشحالم توانستم با زحمت خودم به اینجا برسم. محمدی با اشاره به اینکه در تلاش و تمرین برای حضور در مسابقات جهانی هستم و موفقیت در این مسابقات به حمایت مسئولان نیاز دارد، خاطرنشان کرد: نمی‌دانم چرا در هرمزگان عده‌ای به دنبال نادیده گرفتن هستند درحالی‌که مدال کسب کردم و این مدال مورد تأیید وزارت ورزش و جوانان

به زن بودن و قدرتمند بودن افتخار می‌کنم

محمدی که اکنون دارای مدرک مربیگری است با اشاره به اینکه باید ثابت کنیم یک زن هم می‌تواند قدرتمند باشد و از خود رکورد بر جای بگذارد، تصریح کرد: باید به زن بودن و قدرتمند بودن و توانمندی‌مان افتخار کنیم و این موضوع را در میدان ورزش نشان دهیم. وی با بیان اینکه در هرمزگان استعدادهای فراوانی در بخش بانوان وجود دارد که نیازمند حمایت و توجه هستند، عنوان کرد: ورزش بانوان در هرمزگان چندان موردتوجه قرار نمی‌گیرد اما باید از حمایت‌های کادر مدیریتی باشگاه گیو که همواره حامی و پشتیبان بنده بودند، تقدیر می‌کنم.

هیچ مربی مجاز به توصیه و تجویز مکمل ورزشی نیست

محمدی با اشاره به اینکه هیچ مربی مجاز به توصیه و تجویز مکمل ورزشی نیست، تصریح کرد: باید ابتدا از سلامت شخص مطمئن شد و سپس آن را به ورزشکاران توصیه کرد.

این ورزشکار با تأکید بر اینکه با سابقه تمرینی و اراده می‌شود بدون دارو یک زن قوی شد، افزود: رسیدن به قدرت بیشتر برای زنان سخت‌تر از مردان است ولی غیرممکن نیست که حتماً با استروئید و دارو به این قدرت رسید. وی استفاده از مواد نیروزا را غدغن و خواستار توجه خانواده به این موضوع شد، افزود: بنده خواهرزاده خلیل طریقت پیما معروف به خلیل عقاب هستم فردی که به بلند کردن فیل شهرت دارد و در کتاب‌های رکورد گینس نیز نامش آمده است و همواره پهلوان خلیل عقاب الگوی ورزشی و زندگی‌ام بوده است.

شجیه شجاع کریمی

اوخ که زمانه اندک اندک اندک بر بود

زببندۀ ترین گوهر دریای وجود آن عمر عزیز را که نعمت خواندند آسان بگرفت و پیکرم را فرسود

نوروز شد و بنفشه آمد بطرب بلبل بغغان آمد و قمری بشعب وان نخل بلند سبز و خرم در باغ آویزه ی سینه کرد طوقی ز رطب

شعر آشنا شود و پس از چند سال با راهنمایی فقیه مرحوم ناصح قصص قرآن مجید را شروع نمود که مورد توجه استاد قرار گرفت و همزمان با قصص قرآن با راهنمایی استاد خطیب رهبر پایه‌ای از احکام آیات قرآن مجید و نهی کردن مردم از گناه و به سوی حق طلبیدن آنها را برای ارشاد مردم زمان خود به رباعی در آورد.

در بندرعباس زندگی می‌کند. وی از کودکی به کارهای هنری و به خصوص شعر و نقاشی علاقه مند بود. از هر تصویری نقاشی می‌کرد و برای هر موضوع شعر می‌سرود. درک محضر اساتید عالی‌قدری چون استاد محمد علی ناصح رئیس انجمن ادبی ایران و استاد خلیل خطیب رهبر استاد دانشکده ادبیات دانشگاه تهران باعث شد که ایشان با رمز و راز

شجیه شجاع کریمی مشهور به علوی مقدم پایه‌گذار ادب استان هرمزگان و عضو انجمن ادبی ایران در سال ۱۳۱۷ متولد شد. پدرش افسر بود. دوران کودکی و نوجوانی را در شهرهای مختلف ایران گذراند و با آداب و رسوم مردم کشور آشنا شد. در سال ۱۳۳۶ با جوانی به نام علی علوی مقدم از اهالی بندرعباس ازدواج کرد و از آن زمان تا کنون

به بهانه روز جهانی ماما

گزارش: بیتوته



پنجم ماه می، از سوی سازمان بهداشت جهانی و کنفدراسیون بین المللی مامایی به نام روز جهانی ماما نام گذاری شده است. برای اولین بار در سال ۱۹۸۰ این روز به عنوان روز جهانی ماما پیشنهاد و سپس از سال ۱۹۹۲ به صورت رسمی، به افکار عمومی جهان اعلام شد.

کنفدراسیون بین المللی مامایی هم بیانیه ای را خطاب به کلیه ی سازمانها و نهادهای بین المللی مامایی اعلام کرد و در آن از تمامی ماماها دعوت به همکاری کرد و از آنها خواست تا بیشتر از سال های دیگر، مرگ و میرهای ناشی از زایمان را به افکار عمومی مردم خود، نشان دهند.

در بخشی از این بیانیه آمده است که: ۵ می و مصادف با این روز، این کنفدراسیون از تمامی اعضای سازمانهای مامایی و حامیان آنها در سراسر دنیا خواست تا در روز جهانی مامایی به خیابانها بیایند. این کنفدراسیون از سازمانهای ملی و سرویس های محلی خواست تا در انجمن های محلی خود ترتیب راهپیمایی پنج کیلومتری را بدهند و بدین وسیله تعهد خود را در مواجهه با نابرابری های جهانی در مرگ و میر نوزادان و مادران نشان دهند و بر دغدغه های منطقه شان، در اجرای مفاد و قوانین سرویس های مامایی تاکید ورزند.

هرسال ۳۴۰۰۰۰ زن در دنیا می میرند و میلیونها نفر از عفونتها و ناتوانایی های که به خاطر پیشگیری از مادرشدن به وجود می آیند رنج می برند. کنفدراسیون بین المللی مامایی همراه با نمایندگان سازمان ملل و سازمان بهداشت جهانی و همراه با تعداد وسیعی از دیگر شرکای بین المللی متعهد می شود تا مرگ و میر و امراض ناشی از زایمان مادران را از راه دسترسی به مراقبت های لازم مامایی در سراسر جهان نشان دهد به خصوص در کشورهای درحال توسعه که ۹۰ درصد از مرگ و میرهای ناشی از زایمان در آن ها اتفاق می افتد.

این راهپیمایی ۵ کیلومتری در اولین مرحله اش از جاده ی منتهی به دوربان آغاز می شود که در این منطقه ماماها از سراسر دنیا در کنفدراسیون سه سالانه ی کنفدراسیون مامایی گردهم می آیند و به کنفدراسیون اطمینان خواهند بخشید که تعهدات جهانی مامایی به شعارهایش وفادار مانده است. جمعیت مامایی ایران

با نگاهی به پیشینه شکل گیری جمعیت مامایی ایران آشکار می گردد که این جامعه همواره با مشکلات و نارسایی هایی روبرو بوده است که آثار ناگواری در چگونگی ارائه خدمات و میزان آگاهی این گروه را فراهم می آورده است. براین اساس عده ای از ماماها کشور در شهریور ۱۳۲۳ (کانون مامایی) را پایه گذاری نموده و شروع به فعالیت کردند. این کانون پس از اتخاذ نام های مختلف مانند سندیکای مامایی و جمعیت ماماها در سال ۱۳۴۲ با کانون همکاری ماماها که اعضای آن را پرستار ماماها تشکیل می دادند یکی گردید و بدین ترتیب انجمن تازه ای به نام انجمن ماماها ایران تشکیل یافت.

ولی به نظر می آید که انجمن نامبرده توانایی لازم را برای برطرف کردن نارساییها نداشته و در اواخر سال ۱۳۶۷ به دلیل دشواریهای گوناگون حرفه ای از قبیل نامعین بودن جایگاه مامایی، منطبق نبودن برنامه های آموزشی با شرح وظایف، عدم وجود شرح وظایف معین و مناسب، عدم حضور ماماها در سیاستگذاری و تصمیم گیریهای مربوط به رشته، جذب نشدن ماماها فارغ التحصیل در محیط های کاری، نداشتن نماینده در سطح وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در ابعاد مختلف و بسیاری دیگر، گروهی از ماماها جوان باردیگر برای حل مشکلات و تامین کمبودها همت گماشتند و پس از بررسی مشکلات موجود زمینه را برای تاسیس جمعیت مامایی ایران فراهم آوردند و طی دوسال فعالیت و پیگیری در سال ۱۳۶۹ جمعیت موفق به کسب پروانه فعالیت از وزارت کشور گردید و به ثبت شرکتها رسید.

جمعیت مامایی ایران از سال ۱۳۸۰ عضویت کنفدراسیون بین المللی ماماها را پذیرفته و فعالانه در کنگره این کنفدراسیون که اواخر فروردین ماه در کشور اتریش برگزار گردید شرکت نموده است. کنفدراسیون بین المللی ماماها در سال ۱۹۱۹ در بلژیک با نام اتحادیه بین المللی ماماها تاسیس گردیده و از سال ۱۹۵۴ در لندن به کنفدراسیون بین المللی ماماها تغییر نام یافته است، درحال حاضر ۸۳ انجمن مامایی از بیش از هفتاد کشور جهان عضویت آن را دارا می باشند. این کنفدراسیون از سال ۱۹۵۷ با سازمان بهداشت جهانی ارتباط

اموری که در حیطه کاری ماماها قرار دارد، شامل تمام مراقبت های عادی دوران بارداری، مشاوره های دوران بلوغ، تشخیص و درمان بیماری های شایع دستگاه تناسلی و مشکلات دوران پیری می شود.

دومین مشکل این صنف، عدم عقد قرارداد دفاتر خصوصی، اداری و سازمان های بیمه با آنها است.

در تمام دنیا خدمت دهنده زیر پوشش بیمه قرار می گیرد چه خدمت از سوی پزشک انجام شود و چه ماما، اما در کشور ما اینگونه نیست.

عدم عقد قرارداد سازمان های بیمه گر و پذیرش سونوگرافی در دفترچه بیمه از سوی ماماها کشور موجب می شود، بیماران نتوانند از بیمه خدمات درمانی و تأمین اجتماعی استفاده کنند، قرارداد نداشتن بیمه ها با ماما موجب می شود میل خانواده ها که ترجیح می دهند برای کوچک ترین مشکلی به پزشک متخصص مراجعه کنند، تشدید شود.

این موضوع هم از نظر اقتصادی پرهزینه و هم وقت متخصصان را به امور ساده تری که از عهده ماما هم به راحتی بر می آید، اختصاص می دهد، حتی برای سازمان های بیمه گر نیز هزینه های بیشتری به وجود می آورد.

حرفه مامایی استرس زا است

با توجه به شیفت های شب طولانی و محیط کاری استرس زا مامایی باید جزو مشاغل سخت و زیان آور شناخته شود در حالی که هنوز از مزایای این قانون برخوردار نشده است، این نیز جزو مشکلات این شغل است.

اما اکنون تو ای فرشته مهربان و تو ای کلید سلامت خانواده، امروز روز تراهی است.

روزی که سپاس از عمق قلبها بر می خیزد و می کوشد تا راه خود را بیابد و بر زبان آید.

می خواهم از تو بگویم از تو که فروزنده عشقی از تو که مادر مهربانی از تو که همواره با راز خلقت آدمی عجین شده ای و همواره شکفتن نو غنچه های امید را نظاره گری.

تو نخستین رحمت الهی در نجات انسانی، قلب های پر اضطراب هر مادری با نگاه های دوست داشتنی آرام می گیری و آمدن عزیزترین موجود زندگی را نوید می بخشد.

سلام به تو که هر لحظه از زمان حیاتی را امید می بخشی، سلام به تو که زیبایی زندگی را نوید می دهی.

سلام به تو که نخستین نفس، نخستین نگاه، نخستین فریاد، نخستین اشک و نخستین عشق را می بینی، روزت مبارک.

رسمی داشته و با یونیسف، بانک جهانی، فدراسیون بین المللی تنظیم خانواده، مجمع جمعیت و فدراسیون بین المللی زنان و مامایی همکاری نزدیک دارند.

اهم فعالیت های کنفدراسیون شامل برگزاری کنگره بین المللی، کنفرانسها و کارگاههای منطقه ای، انتشار شرح وظایف بین المللی، تلاش در راه آغاز یک دوره مادری شالم و بی خطر و همکاری نزدیک با کارگاههای پیش از کنگره سازمان بهداشت جهانی و یونیسف می باشد.

مامایی در ایران قدمت رشته مامایی در ایران به شکل آموزش عالی پس از تحصیلات دبیرستان به ۸۰ سال قبل بر می گردد.

نخستین آموزشگاه مامایی به نام مدرسه قابلگی با ۱۰ نفر شاگرد در سال ۱۲۹۸ در بیمارستان بانوان شهر تهران تأسیس شد، پس از گذشت ۱۰ سال، نخستین آموزشگاه عالی مامایی در سال ۱۳۰۸ و با اعطای مدرک معادل لیسانس به عنوان یکی از شعب مدرسه طب آغاز به کار کرد.

در سال ۱۳۱۳ دانشگاه تهران تأسیس شد و سپس دانشکده پزشکی آن نیز افتتاح شد، لذا چند سال بعد در سال ۱۳۱۹ بیمارستان زنان به دانشکده پزشکی ملحق شد از این آموزشگاه تا سال ۱۳۳۱ در مجموع ۴۶۲ نفر فارغ التحصیل شدند.

از سال ۱۳۳۵ تا ۱۳۵۸ برنامه آموزشی آموزشگاه به برنامه ۱.۵ ساله پرستاری و مامایی برای لیسانسهای پرستاری تغییر یافت.

پس از آن در پی سه سال تعطیلی انقلاب فرهنگی از آغاز سال ۱۳۶۲ با نام «مدرسه عالی مامایی» آغاز به کار کرد و مجدداً از ورودی دیپلم به تربیت کاردان و کارشناس مامایی اختصاص یافت.

در سال ۱۳۶۵ پس از انتقال آموزش گروه های پزشکی از آموزش عالی به وزارت بهداشت، دانشکده های پرستاری و مامایی تأسیس شد و در بهمن ۱۳۶۸ مصوب شد و هم اکنون در تربیت دانشجویان کارشناسی و کارشناسی ارشد مامایی ارائه خدمت می کنند.

مشکلات حرفه مامایی به مخاطره افتادن استقلال حرفه مامایی از مهم ترین مشکلات کنونی جامعه مامایی در ایران است و این در حالی است که بنابر تعاریف سازمان بهداشت جهانی و دستورالعمل های وزارت بهداشت، رشته مامایی کاملاً مستقل تعریف شده و می تواند بدون نیاز به سرپرست وظایف خود را انجام دهد.

با چراغ موشی پی بی سوادان می گشتم

گزارش: سالم توکلی - ندای هرمزگان



در یکی از شب های رمضان و در شش اردیبهشت ۹۹، در روزگار کرونایی با حفظ ملزومات بهداشتی، در شهرک بسیج به دیدارش رفتم. خدیجه ترکمان اولین معلم زن شهرستان پارسیان است. پوشه ی سرخ و پاره پوره ای که حاوی تعداد زیادی برگه های بازمانده از سال های دور را می آورد. کاغذها را زیر و رو می کند و در میان نام شاگردان قدیم، نام روسای آموزش و پرورش، یادداشت های کوتاه و درخواست های اداری خاطراتش را به یاد می آورد. می گوید عمدا به همین شکل با همین پوشه حفظشان کرده ام که برایم همه خاطره اند. باید خاطره ها را تکرار کرد و از آن حرف زد تا فراموش نشود. خاصه آنکه سن که بالا می رود گرد فراموشی بر آن می نشیند. بعد اضافه می کند: جوان های حالا که نمی آیند پای صحبت قدیمی ها بنشینند همه سرشان توی موبایل است. با فرزندش محمد رضا در پای حرف ها و خاطراتش نشستیم. همسرش ملک کریمی که تقریباً هم سن و سال همد و او هم بازنشسته آموزش و پرورش؛ نظاره گر این گفتگو بود و سعی می کرد در میانه حرف ها، اسامی افراد و زمان اتفاقات را به یادش بیاورد. خانم ترکمانی شما از چه خانواده ای بودید، متولد چه سالی هستید و چند سالگی به مدرسه رفتید؟

جد پدرم از مادری از طرف ترکمن صحرا آمده بودند. مادرم با پدر ملک همسر، پسر عمو دختر عمو بودند. مادرم فاطمه ترکمانی هم با پدرم عمو زاده بودند. البته من پدرم را ندیدم. یکساله بودم که پدرم فوت کرد. ما یک برادر و دو خواهر بودیم. من در اصل متولد ۱۳۲۸ هستم. بعد که برای انگشت نگاری رفتیم لنگه برای اینکه برای معلمی پذیرفته شوم، شناسنامه ام را دو سال بزرگ تر گرفتند. ۷ سالگی مدرسه رفتم. مادرم نه تنها مخالفتی با مدرسه رفتن من نداشت بلکه خیلی مصر بود که می گفت کاش جمعه هم مدرسه می رفتید.

مدرسه تان چگونه جایی بود؟

کلاس ششم که بودیم محل مدرسه جای کتابخانه امروزی که کنار میدان اصلی شهر واقع است، بود. یک سنگ بزرگی افتاده بود و به درخت کهور بزرگی هم بود که خارهای بدی داشت. مدرسه شامل دو کلاس بود که راهرویی میانش بود. میز و نیمکت نبود. می گفتند هر کس حلبی برای خودش بیاورد. اگر داشتیم می بردیم اگر حلبی پیدا نمی کردیم هم توی تاقچه می نشستیم. وقتی ششم بودیم چون تعدادمان به حد نصاب نمی رسید به طور غیر قانونی پذیرفته شده بودیم. مدیر مدرسه اجازه داده بود که بنشینیم سر کلاس چیزی یاد بگیریم تا پایان سال که برویم لنگه امتحان بدهیم. آن زمان هم بازسان بدون خبر می آمدند. به ما می گفتند زود بروید بیرون از مدرسه که بازرسی می خواهد بیاید. ما هم با عجله از پنجره بیرون می پریدیم. می رفتیم پشت مدرسه تا ما را نبینند. می رفتیم پشت می ایستادیم تا اینکه خیرمان می دادند که حالا بازسان رفته اند بیایید داخل. یک بار موقع بیرون پریدن نزدیک بود پامان بشکند. تعداد دست کم باید به هشت نفر می رسید. ما پنج نفر بیشتر نبودیم. کلاس چهارم، پنجم و ششم در یک کلاس نشسته بودیم. اول، دوم و سوم هم در یک کلاس. پس از پایان ششم، شش نفر جلوی یک ماشین باری نشستیم، رفتیم لنگه امتحان دادیم. من، ملک، حاجی افشاری، محمد رحمانی به همراه زنتش و پسرش. بقیه ادامه ندادند اما من بقیه پایه ها را همینجا در گاوبندی امتحان دادم و سیکلم را گرفتم.

از میان هم کلاسی ها و معلمان دوران دبستان کدامیک را به یاد دارید؟

علی طاهری، عبدالعزیز شریف پور، عبدالغنی پسر ملا عبدالفتاح، فاطمه ابرن، صغری نصوری. معلمان هم سوری و صبوری که لازمی بودند. حقیقت و حقیقی که شیرازی بود.

چه خاطراتی از روزگار مدرسه در ذهنتان مانده است؟

خیلی تنبیهمان می کردند. اگر کسی درس بلد نبود کلاه رنگی یا صندلی روی سرش می گذاشتند تا هفت دور، دور مدرسه بگردد و همه ایستاده نگاهشان می کردند. یک بار یکی از دانش آموزان جلو در مدرسه که رسید صندلی را انداخت و فرار کرد. ما که دختر بودیم جرئت این کار نداشتیم ولی همین باعث شد من جدول ضرب خیلی خوب یاد بگیرم. ولی در درس ریاضی و تاریخ مشکل داشتیم. وقتی تاریخ داشتیم اولین کسی که از ترس می لرزید من بودم. وقتی حاجی عبدالرحمن طاهری با شیخ یاسر به مدرسه می آمدند ما از ترس قایم می شدیم شاید بگویند اینها تنبل هستند، درس نمی خوانند. یک بار نقاشی داشتیم. اینبار بر خلاف دفعات پیشین شکلی روی تخته برایمان نکشیدند، گفتند خودتان هر چه

می خواهید بکشید. من هم عکس مثلثی کشیدم و داخلش بچه ای خوابانده بودم. زیر نقاشی نوشتم آرامگاه مادر شاه. معنی کلمه آرامگاه هم درست نمی فهمیدم. در پایان کلاس معلم برگه همه بچه ها را پس داد مال من را پس نداد. من هم خوشحال بودم که حالا یا می خواهد تشویقم کند یا نمره بیستم دهد. بچه ها که بیرون رفتند گفت دست هایت با یک پایت بالا کن. گفت تا آخر زنگ تفریح باید همینطور بایستی. نمی دانستم که به چه علت تنبیهم می کند. بعد فهمیدم که به این علت بوده که زیر نقاشی ام نوشته ام آرامگاه مادر شاه. در حالی که مادر شاه زنده بود. چه شد که معلم شدید؟

سال ۱۳۴۳ که کلاس ششم را به پایان رساندم آموزش و پرورش اعلام کرده بود که نیاز به نیرو دارد و من به صورت روز مزد مشغول به کار شدم.

اول به من گفتند باید بروی کوشکنار تدریس کنی. من گفتم کوشکنار نمی توانم بروم. همینجا حاضریم به عنوان خدمتگزار باشم ولی کوشکنار نرم چون برای من سخت است. البته آن زمان هم خانواده نمی گذاشتند دختری از خانه دور شود. تا اینکه درجه داری بود که به گاوبندی منتقل شده بودند، خانمش کارهای خدماتی و دفتری در مدرسه انجام می داد. او به جای من رفت کوشکنار و من در گاوبندی کارم را آغاز کردم.

مادرم برای استخدامم خیلی تلاش کرد. فرزانه اهل بهبهان مسئول نمایندگی آموزش و پرورش بود. سال اول، استخدام رسمی نبودم. گفتند شاید دیگر شما را نخواهند. مادرم رفت پیشش گفت مگر می توانی استخدامش نکنی ما این همه زحمت کشیده ام. این دختر را بدون پدر بزرگ کرده ام، ششم ابتدایی هم گرفته حالا تو می خواهی کسی از جای دیگر به جایش بیاوری. کور خواندی. مسئول نمایندگی گفت: ما دیپلم می خواهیم.

مادرم گفت دیپلم یا نه دیپلم این باید اینجا کار کند. بالاخره حریف مادرم نشد. من به مادرم گفتم حالا که تو با او دعوا کرده ای من دیگر نمی روم. خجالت می کشم. گفت دختر بیا برو. می خواهند حقمان بخورند. می خواهند کسی از جایی دیگر بیاورند ما اینجا این همه در گرما و سرما زحمت کشیده ایم. بچه امان زیر چراغ موشی درس خوانده، حالا از تهران و جای دیگر بیایند اینجا خدمت کنند و ما حسرت ببریم. مادرم کسی حریفش نمی شد. بزرگان محل همه او را می شناختند. خودم هم حریفش نشدم گفتم نمی روم قبول نکرد. به زور من را فرستاد. اولین سال ۴۸۰ تومان می گرفتم وقتی در سال ۷۳ بازنشسته شدم، ۲۲۰۰۰ تومان حقوقم بود. سال دوم که رسمی شدم حقوقم ۵۰۰ تومان شد. البته راست و پاکش خیلی دنیال حقوق نبودم علاقه داشتم کار کنم. البته آن زمان همین ۴۸۰ تومان هم کلی پول بود. می توانستیم خرج چند خانواده را بدهیم. در سالی که شما استخدام شدید امکانات مدرسه چگونه بود؟

وقتی معلم مدرسه در همان مکانی بود که قبلا درس می خواندیم. یک اتاقی بود که وسایل معلمان مثل حلب نفت داخلش بود. یک گوشه ی این اتاق را حصیری انداخته بودیم و من کلاس اول درس می دادم. تا هجده سال در پایه اول تدریس کردم. یک تخته سیاه به ما داده بودند که از بس از آن استفاده کرده بودند

رنگ و رویش رفته بود. دلمان به آن هم خوش بود. یک بسته گچ سهمیه امان بود. که برای دو ماه بیشتر نمی شد. در مصرفش خیلی قناعت می کردیم. اوایل که گچ رنگی هم نبود. برای جبران این کمبود مجبور بودیم خودمان گچ درست کنیم. از کوره گچی، تکه های گچ می آوردیم، نرم می کردیم، با پارچه صافش می کردیم، در قالب قوطی کبریت می ریختیم تا خشک شود. بعضی درست درمی آمد بعضی نه. در استفاده از گچ سهمیه ای خیلی قناعت می کردیم. مثلا ساعت نقاشی می گفتند شکل آفتابه یا گلی روی تخته سیاه بکشید تا بچه ها مثل شما نقاشی کنند. بخشی از شکل را می کشیدیم بقیه را راهنمایی می کردیم که چطور بکشند. برای ساعت ورزش توپ نداشتیم. یک توپی به ما داده بودند که اینقدر پسرها با آن بازی کرده بودند که لت و پار شده بود. باد هم نمی گرفت. همین توپ را به دخترها می دادیم که به همین هم دلشان خوش بود. بعد توپ پلاستیکی برایشان خریدیم. وسایل کمک آموزشی نبود. می رفتیم پیش حاجی عبدالعزیز رشیدی برای تسبیح که آن زمان زیاد هم نبود بعد می رفتیم پیش ملای دیگری تسبیح دیگری گیر می آوردیم. حالا می خواستیم ابتکاری از خودمان به خرج بدهیم. بیشتر تسبیح ها زرد بود. سیاه کمتر بود. بعضی هم خاکستری بود. می گشتم دو رنگ پیدا کنیم تا با هم مخلوط کنیم. دو تا میخ می زدیم به دیوار، نخ را به آن دو می بستیم. دانه های تسبیح را در نخ می کردیم جلوش هم کاغذ می چسباندیم. بدین وسیله ارقام را به بچه ها یاد می دادیم. من همان زمان که معلمان دیگر مشق زیاد به بچه ها می دادند با دادن مشق زیاد مخالف بودم

من بیشتر پنج خط مشق نمی دادم. اگر دانش آموزی درسش خوب بود می گفتم دو خط بنویس. یا کلماتی که بلد نبودند می گفتم دو تا دوتا بنویسید اینطور زود یاد می گرفتند ولی معلمانی که مشق زیاد می دادند بدون اینکه مشق بچه ها را بخوانند چه نوشته اند، رویش خط می کشیدند.

از تنبیهات دوران مدرسه گفتید آیا وقتی معلم شدید هم شاگردانتان را تنبیه می کردید؟

من به خاطر درس تنبیه نمی کردم. ولی به خاطر مسائل اخلاقی تنبیه می کردم که آن هم اختیار تام از طرف اولیاء داشتم. معمولا پدرها و مادرها آن زمان به مدرسه نمی آمدند. می گفتند من دخترم را پاک تحویل داده ام، پاک تحویلیم بده. ولی در مورد درس، دانش آموزانی که می دانستیم یاد گرفته اند تکلیف کمی می دادم آنها را که یاد نگرفته بودند ساعتی که ورزش داشتند می گفتم بیایید دفتر همانجا دوباره برایشان توضیح می دادم.

در سال های آغازین معلمی با چه کسانی همکار بودید؟

با آقایان علی طاهری، عبدالله دلشاد، مذکور نصوری، علی تیموری که اهل لنگه بود. خانم ها هم که همه غیر بومی بودند عصمت نژادی، فرنگیس جوکار که زن دکتر زاهدی بود، فاطمه بحرانی، شهلا فهیمی که همسرانشان افضلی و ذری هم معلم بودند. صفیه حسنی نژاد و شهلا ذرا که این دو پندرعباسی بودند.



با سر آشپز = لازانیای ایتالیایی با سس بشامل



کمترا کسی پیدا می‌شود که اسم لازانیا را نشنیده باشد یا طعم آن را دوست نداشته باشد. لازانیا یکی از دل‌چسب‌ترین و پرطرفدارترین غذاهای خانواده بزرگ پاستا است. معمولاً لازانیا را به‌صورت لایه‌های ورقه‌ای درست می‌کنند و بین آن گوشت، مرغ یا سبزیجات را قرار می‌دهند. این غذا همانند پاستا اصلاتی ایتالیایی دارد. البته درست کردن لازانیایی که هم خوشمزه شود و هم قوام خوبی داشته باشد نیازمند رعایت برخی نکات است. در ادامه این نکات را به همراه روش درست کردن سس مخصوص لازانیا یعنی بشامل، توضیح می‌دهیم.

سس بشامل(سس لازانیا):

به سس مخصوصی که در لازانیا استفاده می‌شود، سس بشامل می‌گویند. بشامل (مخلوطی از سه ماده غذایی از جمله آرد، کره و شیر) نوعی سس فرانسوی سفید رنگ است که اکثراً به علت رنگش با پنیر پیتزای روی لازانیا اشتباه گرفته می‌شود. برای تهیه یک لازانیای خوشمزه رعایت تناسب بشامل و پنیر پیتزا بسیار مهم است که در ادامه توضیح می‌دهیم. روش تهیه این سس بسیار ساده است و مشکل‌ترین بخش آن، "جلوگیری از گلوله گلوله شدن آرد" است. بنابراین هم زدن پیوسته در تهیه سس بشامل اهمیت زیادی دارد. وجود این سس باعث می‌شود تا مواد به هم نچسبند و به آن‌ها طعم بی‌نظیری می‌دهد.

مواد لازم برای تهیه سس بشامل:

کره: ۵۰ گرم

آرد: ۲ قاشق غذاخوری

شیر: ۲ پیمانه

نمک و فلفل: به میزان لازم

جوز هندی: در صورت تمایل

خامه در صورت تمایل: ۲ قاشق غذاخوری

دستور تهیه سس بشامل:

ابتدا بهتر است آرد را در ظرف دیگری تفت دهیم تا خامی آرد از بین برود. هم‌چنین کره را نیز در ظرف دیگری آب می‌کنیم و سپس این دو را به مدت ۲ دقیقه باهم تفت می‌دهیم تا مخلوط یکدست شود سپس شیر را به آرامی به ظرف اضافه می‌کنیم باید توجه داشت که حین اضافه کردن شیر به‌طور پیوسته و آرام مخلوط را هم بزنییم تا آرد گلوله گلوله نشود. وقتی مخلوط به غلظت مناسبی رسید، ریختن شیر را قطع می‌کنیم. در آخر می‌توانیم کمی نمک و فلفل و اندکی جوز هندی به آن اضافه کنیم. هم‌چنین می‌توانیم برای بهتر شدن طعم آن در صورت تمایل از خامه نیز استفاده کنیم. به همین سادگی طی مدت ۱۵ دقیقه سس بشامل آماده می‌شود که می‌توان از آن در تهیه لازانیا یا سایر غذاها استفاده نمود. حال که با نحوه تهیه سس بشامل آشنا شدیم، به سراغ لازانیا می‌رویم.

مواد لازم برای تهیه مواد داخل لازانیا:

با مقدار موادی که در دستور پخت زیر قرار گرفته می‌توانید برای ۴ نفر لازانیا تهیه نمایید.

پیاز: ۲ عدد

سیر: ۲

لازانیا: ۱ بسته

گوشت چرخ‌کرده: ۴۰۰ گرم

قارچ: ۲۰۰ گرم

مخلوط را هم می‌زنیم و به آن نمک، فلفل و پودر آویشن و در صورت تمایل کمی ادویه پاپریکا (پاپریکا ادویه خوشمزه ای است که حاصل از خشک کردن فلفل دلمه ای و پودر کردن آن است. می‌توانید آن را در منزل درست کنید یا به شکل آماده خریداری کنید. این ادویه طعم واقعا متفاوتی به غذاهای شما می‌دهد). اضافه می‌کنیم. به مخلوط نصف استکان آب اضافه می‌کنیم و اجازه می‌دهیم تا مواد لازانیا به‌خوبی جا بیفتند.

بسته حاوی لازانیا را باز کرده و ورقه‌های لازانیا را در ظرف حاوی آب جوش و اندکی نمک می‌گذاریم تا بپزد. هنگامی که ورقه‌های لازانیا نرم شد آن‌ها را آبکش می‌نماییم. حال ظرف شیشه‌ای پیرکس را انتخاب کرده و کف ظرف و دیواره‌های آن را با اندکی روغن یا روغن‌زیتون چرب می‌کنیم. اگر کف ظرف را چرب نکنید، ورقه‌های لازانیا به کف ظرف می‌چسبند و هنگام سرو غذا ساختار کلی لازانیا به هم می‌ریزد.

پس از اینکه ورقه‌های لازانیا را پختیم، ابتدا ۲ لایه در کف ظرف می‌چینیم و روی آن سس بشامل می‌زنیم. سپس موادی که درست کردیم را روی سس ریخته تا کاملاً آن را بپوشاند. در آخر پنیر پیتزا را روی مواد می‌ریزیم و دوباره ۱ الی ۲ ورق لازانیا را روی آن قرار می‌دهیم و لایه‌های بعدی را نیز همان‌گونه که توضیح داده شد می‌چینیم و درون فر قرار می‌دهیم. بعد از گذشت نیم ساعت لازانیا حاضر است.

نکات مهم در پخت لازانیا:

لازانیا را با سس کچاپ سرو کنید. می‌توانید از سس های قرمز خانگی هم استفاده کنید.

برای راحتی کار و زیباتر شدن لازانیا می‌توانید از لازانیاهای صاف استفاده کنید.

به منظور اطمینان از پخت لازانیا آن را مرتب چک کنید.

پنیر پیتزا: ۱۵۰ گرم

فلفل دلمه‌ای: ۲ عدد

رب گوجه‌فرنگی: ۲ قاشق غذاخوری

سس گوجه‌فرنگی: ۱ قاشق غذاخوری

روغن مایع: به میزان کافی

نمک و فلفل، زردچوبه، پودر آویشن: به میزان کافی

دستور تهیه مواد داخل لازانیا:

ابتدا فر را روی ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد قرار می‌دهیم تا گرم شود. سپس پیازها را پوست‌کنده، شسته و بر روی تخته به‌صورت مربع‌های کوچک خرد می‌کنیم. هم‌چنین ۲ حبه سیر را نیز به‌صورت ریز خرد یا رنده می‌کنیم. سپس کمی روغن درون ماهی‌تابه ریخته و پیاز و سیر خرد شده را به آن اضافه می‌کنیم و تفت می‌دهیم. به‌جای روغن مایع از روغن‌زیتون نیز می‌توان استفاده کرد. روغن‌زیتون طعم و عطر فوق‌العاده‌ای به مواد می‌دهد و هم‌چنین در تهیه لازانیای اصل ایتالیایی از آن استفاده می‌شود. اگر از روغن زیتون استفاده می‌کنید، مراقب باشید که حتماً از حرارت خیلی کم استفاده کنید تا روغن نسوزد.

بعد از آنکه پیازها اندکی طلایی و نرم شدند، مقدار زردچوبه به آن اضافه می‌کنیم؛ زردچوبه به همراه سیر و پیاز تأثیر زیادی در گرفتن بوی بد گوشت دارد. در همین حین بقیه مواد نظیر قارچ و فلفل دلمه‌ای را نیز می‌شوئیم و با دستمال خشک، آب قارچ‌ها را می‌گیریم. سپس قارچ‌ها را بر روی تخته به‌صورت ورقه‌ای و فلفل دلمه‌ای‌ها را به‌صورت مربع‌های کوچک خرد می‌کنیم.

هنگامی که رنگ گوشت تغییر کرد، ۲ قاشق رب گوجه‌فرنگی به همراه ۱ قاشق سس گوجه‌فرنگی را به آن اضافه می‌کنیم و سپس قارچ و فلفل دلمه‌ای را که قبلاً خرد کرده بودیم به آن اضافه می‌نماییم. به‌خوبی

ادامه صفحه قبل

در کنار آموزش رسمی که در ساعات موظف انجام می‌دادید آیا کلاس فوق برنامه هم داشتید؟

بعد از انقلاب گفتند طرحی به نام تقوی را برای کودکان زیر دبستان اجرا کنید. این طرح برای آموزش های دینی به بچه های زیر دبستان بود. هیچکس زیر بار این طرح نرفت. اما من اجرا کردم. همکاران هم غر می‌زدند که چرا این طرح را قبول کردی، ما خودمان جا ننداریم. می‌گفتم این خدمتی است که به بچه های خودمان می‌کنیم. زکات سوادمان را باید بدهیم. مشکلات بالاخره حل می‌شود. برای آموزش قرآن از مرحوم ملا عبدالله عبدالعزیز شریف پور و ملا غلامرضا عباسیان استفاده می‌کردیم. بعد از ظهرها این طرح را اجرا می‌کردم. مثلاً از کلاسی که ورزش داشتند استفاده می‌کردیم. یا کلاسی که نقاشی داشتند به بچه ها می‌گفتم بروید بیرون نقاشی بکشید تا کلاس خالی شود.

شما گویا علاوه بر کار رسمی روزانه، کلاس های نهضت سواد آموزی را هم درس می‌دادید. در این مورد برایمان بگویید.

در قبل انقلاب طرح پیکار با بی‌سوادی بود. گفتند هر کس با این برنامه همکاری کند باید در دوره‌ای که گذاشته شده شرکت کند. هیچکس نرفت من دل به دریا زدم و رفتم. می‌ترسیدم شاید قبول نشوم و برایم زشت باشد. امتحانش دادم بعد از ۱۵ روزی جوابش آمد که پذیرفته شده‌اید و می‌توانید کلاس تشکیل دهید. من خیلی خوشحال شدم و بی‌صبرانه در فکر تشکیل کلاس بودم. چون علاقه داشتم

که همیشه سر کلاس و با دانش آموزان باشم. کلاس شبانه با دو نفر شروع کردم. به آنها گفتم هر کدامان می‌رویم در خانه‌ها تا افراد بی‌سواد را تشویق برای آمدن به کلاس کنیم. چون شب برق نبود کلاس را بعد از ظهرها برگزار می‌کردیم. چون کلاس‌ها دانش آموزان روزانه نشسته بودند، مجبور بودیم زیر سایه دیوار یا سایه گزی که کنار دکان عبدالقادر بود کلاسمان را برگزار کنیم. وقتی برق آمد هم شب در مدرسه رقیه‌نصوری امتحان برگزار می‌کردیم. برای تشویق کسانی که بی‌سواد بودند شب‌ها با چراغ موشی می‌رفتیم در خانه‌هایشان چون می‌دانستیم پدران روزها سرکارند و شب خانه هستند. با آنها باید صحبت می‌کردیم تا راضی شوند بچه‌هایشان را به کلاس‌های سواد آموزی بفرستند. بعضی‌ها مقاومت می‌کردند می‌گفتند ما دخترمان را نمی‌فرستیم. می‌گفتم خیالتان راحت باشد، پیش خودم هستند. می‌گفتند الان می‌گویی پیش خودم هستند بعد تحویل کسی دیگری می‌دهی. اگر قول می‌دهی که خودت درشان بدهی می‌فرستیم. من قولشان می‌دادم. تا اینکه تعدادشان زیاد شد و مجبور شدم از دو نفر نیروهای کمکی استفاده کنم. که بعضی‌ها بچه‌هایشان را بیرون آوردند. دوباره می‌رفتم با آنها صحبت می‌کردم تا راضی‌شان کنم. برای اردوهای دانش‌آموزی روزانه هم اگر خودم بودم، راضی می‌شدند دخترهایشان بیاوند و اگر نه قبول نمی‌کردند. کتاب، دفتر و قلم درستی نبود. تعدادی دفتر و کاغذ از پیش حاجی علی رحمانی یا کسانی دیگر می‌آوردیم. هر دفتر را چهار تکه می‌کردیم، بینشان تقسیم می‌کردیم. برای اینکه به یادگیری‌اشان کمک کنم

می‌گفتم کلمه‌هایی که روی وسایل می‌بنویسید و برایم بیاورید. کلمه‌هایی که دیده بودند را در دفتر نوشته، می‌آوردند. مثل تاید. آن زمان صابون تاید تازه آمده بود. یا کلمه‌هایی مثل گل یا فلاکس. برای تشویقشان مثلاً پاکتی به آنها می‌دادم که خوشحال می‌شدند.

هیچوقت به فکر ادامه تحصیل هم بودید؟

به فکر ادامه تحصیل نبودم. چون بچه کوچک داشتم گفتم رسیدگی به آنها واجب‌تر است. روز سر کار باشم و شب هم بروم درس بخوانم دیگر به بچه‌هایم نمی‌رسم. گفتم سرنوشت بچه‌ها مهمتر است. اکنون از چهار دختر و یک پسرم جز یکی همه آموزش و پرورش‌اند. همین که بسیاری از شاگردان دیروز امروز معلم، پزشک یا کادر درمانی بیمارستان هستند من را خوشحال می‌کند.

اگر از سال‌های معلمی بخواهید یک خاطره شیرین تعریف کنید چه چیز به یادتان می‌آید؟

بیشتر خاطراتی که به ذهنم می‌آید بحث و دعوایی بود که همیشه با مسئولین برای گرفتن امکانات و میز، نیمکت و صندلی برای مدرسه داشتم.

یا در مورد دانش‌آموزانی که وضع مالی خوبی نداشتند، با آنها صحبت می‌کردیم که زیاد فشار به پدر و مادرشان نیآورند. مثلاً می‌گفتند بقیه کاموا دارند من ندارم. یک کاموایی که مثلاً دو تومان بود می‌خریدیم به آنها می‌دادیم.

خاطره‌ی دیگری را از زمانی که مدیر مدرسه بنت‌الهدی بودم، به یاد دارم. دزدان آمده بودند دستگاه‌ها را بردند و روی کمد با مازیک سبز نوشته بودند: «دزدان با

انصاف به پرونده‌ها دست نزدند، خوششان آمد» گفتم من باید این دزد را پیدا کنم. همه جا گشتیم بعد دیدیم که پشت بام چیزی گذاشته و پارچه سفیدی دورش است. پله‌ای آوردیم رفتیم بالا. دیدیم همان وسیله دزدیده شده است.

به دو نفر پسر بچه شک داشتیم که کار آنها باشد. یک کتاب بزرگ قدیمی جلد گرفته بودم که به حساب قرآن است.

گفتم بیا باید به این قسم بخورید که شما دستگاه را برده‌اید یا نه. اگر راست بگویید به مادرتان نمی‌گویم. یکی از بچه‌ها گریه کرد و به آن یکی نگاه کرد. گفتند بله ما بردیم. گفتم بلد نیستیم با آن کار کنیم پشت بام می‌گذاریم تا زمانی که طرز کارش را یاد بگیریم. گفتم به مادرتان نمی‌گویم ولی هیچوقت دست به این کارها نزنید. بعد همین بچه‌ها، بچه‌های بسیار خوب و مودبی شدند. خاطره دیگری مربوط به زمان جنگ است که کمک برای جبهه‌ها جمع می‌کردند.

در مدرسه‌ای که من مدیرش بودم بیشتر از مدارس دیگر کمک جمع می‌شد. به کمک مادران بچه‌ها هویج می‌گرفتیم، مربا درست می‌کردیم.

می‌رفتیم خانه‌ها شیشه خالی جمع می‌کردیم. مربا را در شیشه‌ها می‌ریختیم که از اداره می‌آمدند می‌بردند. عبدالرحیم رحیمی میوه فروشی داشت.

هر وقت میوه می‌آورد، کسی را می‌فرستاد دنبالم که یک گونی هویج برای مدرسه شمامت؛ بیاورد.

بسیار سپاسگزارم از شما که در این گفتگو، صمیمانه شرکت کردید.