

به پایان آمد این دفتر حکایت همچنان باقی است.

روزهای واپسین سال، وقت بررسی و ارزیابی فعالیت‌های یک ساله است. همان‌طور که در پایان هر دوره، آزمونی برای تعیین میزان دستیابی به اهداف آموزشی گرفته می‌شود و هر انسان متفکری در پایان روز، ماه، سال، تلاش دوره‌ای خود را ارزیابی می‌نماید، در پایان سال هم یکی از دغدغه‌های هر سازمانی ارزیابی خود در جهت میزان دستیابی به آمل، آرزوها و اهداف می‌باشد.

سوالاتی که برای ارزیابی عملکرد مجتمع داریم بسیار گسترده و متنوع است. چون اهداف متفاوتی را در برنامه‌های خود داشته‌ایم. بخشی از این سوالات به شرح زیر است:

آیا توانسته‌ایم در راه هدف اصلی خود گامی هر چند کوچک برداریم؟

آیا توانسته‌ایم در محیطی، هماهنگ، پرعاطفه و سالم، تجربه خوشایند زندگی جمعی و تعلق گروهی را برای کارآموزان فراهم کنیم؟

آیا توانسته‌ایم از استعدادها و کارآموزان و خلاقیت‌های آنان برای ایجاد محیط مناسب‌تر استفاده کنیم؟

آیا توانسته‌ایم جاده پرفراز و نشیب، حضور معلولان در جامعه را کمی هموارتر کنیم؟

آیا توانسته‌ایم آموزش‌های مناسب در جهت اشتغال کارآموزان ایجاد نماییم؟

آیا توانسته‌ایم از طریق نشریه توان‌یاب ارتباط مؤثر و تعاملی دو طرفه را با معلولان برقرار کنیم؟

آیا توانسته‌ایم نگرش جامعه نسبت به معلولان را ارتقاء دهیم؟

آیا توانسته‌ایم شرایط حضور معلولان در سطوح مدیریتی از فراهم نماییم؟

و هزاران آیی دیگر...

پرداختن به تک‌تک این سوالات در این مختصر نمی‌گنجد. گذشته از این که به این اهداف دست یافته و یا نیافته باشیم، مطمئناً این اهداف در ذهن تک‌تک اعضای خانواده رد بوده و آن‌ها را دنبال کرده‌اند.

هدف عینی مجتمع، دستیابی توان‌یابان به اشتغال مولد می‌باشد. مسلماً این هدف سایر جنبه‌های استقلال و خودکفایی را نفی نمی‌کند. سلسله مراتب استقلال به شکل‌های مختلفی طرح می‌شود از جمله انجام امور بهداشت شخصی، تغذیه‌ای، برآوردن نیازهای شخصی، رفت و آمد، برقراری ارتباط مؤثر در جامعه و در صدر آن استقلال اقتصادی و جنبه‌های روانی قرار دارد. در نتیجه شاخص اشتغال به عنوان برآیند و حاصل خودکفایی و استقلال دیده شده است.

از دیگر سو مسلماً حضور فعال استفاده‌کنندگان از خدمات در سطوح تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی منجر به تدوین و اجرای مفید، مؤثر و اهداف و فعالیت‌ها خواهد شد و برای امکان این حضور نیازمند افرادی رشد یافته، متخصص و با تجربه از گروه معلولان می‌باشیم و همه این ضرورت‌ها ما را بر آن داشت تا در جهت دستیابی رشد فردی معلولان و اشتغال مؤثر تأسیس دانشگاه علمی کاربردی را در جهت ارتقای سطح دانش تخصصی کارآموزان دنبال نماییم. امید است که با تأسیس این دانشگاه و تحصیل کارآموزان در آن، به توان‌یابانی توانمندتر از قبل برسیم.



# تازه چه خبر

## مراسم گرامیداشت ۱۲ آذر در مجتمع رعده برگزار شد

مرجان بیک حقیقی



وقتی از در مجتمع وارد شدم، اولین چیزی که توجهم را جلب کرد، پلاکارهایی بود که به مناسبت روز جهانی معلول در حیاط نصب شده بود. در این روز حال و هوای دیگری در مجتمع حاکم بود. هر کس به نوعی تلاش می کرد به بهترین نحو مراسم روز جهانی معلول را که مصادف با میلاد امام (رضاع) شده بود، برگزار شود. در آملی تئاتر مجتمع، حضور خیرین چشمگیر بود. هر چه به شروع مراسم نزدیک تر می شدیم، صندلی کمتری برای نشستن پیدا می شد. تا این که بالاخره تعدادی از مهمانان مجبور شدند ایستاده به تماشای مراسم بنشینند. بالاخره حدود ساعت ۵ بعد از ظهر مراسم با خواندن قرآن توسط آقای کرمی شروع شد. سپس مجری برنامه، خانم محمدی پس از خیرمقدم به مهمانان، به اعلام برنامه مراسم پرداخت. بیانیه دبیر کل سازمان ملل متحد، آقای کوفی عنان توسط خانم قائم مقامی قرائت شد. پس از اجرای سرودی به سرپرستی آقای مهدی پور، آقای مهندس حریری، رئیس هیأت مدیره، گزارش سالنامه مجتمع رعده را به حاضرین شرکت کننده ارائه داد. اجرای موسیقی به رهبری آقای امیر محزون برنامه دیگری بود که اجرا شد. سپس مجری مراسم از آقای مهندس فیض مهدوی مدیرعامل مجتمع برای اهدای جوایز و تقدیر از کارآموزان منتخب دعوت نمود. دکتر افشنگ سخنان بعدی بود که در حوزه روان شناسی بیاناتی را ایراد نمود. خانم محمدی مجری مراسم، در پایان پس از اجرای موسیقی، از شرکت کنندگان دعوت کرد که از بازارچه خیریه بازدید کنند.



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۴

## افتتاح بازارچه خیریه در روز جهانی معلول



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۵

بازارچه خیریه ای به مناسبت روز جهانی معلول، ۱۲ آذر ماه در مجتمع رعد به مدت ۵ روز برگزار شد. این بازارچه که با همت گروه بانوان به سرپرستی خانم اکبری برگزار شد، علاوه بر عرضه تولیدات کارخانه ای و محصولات مختلف، به عرضه تولیدات کارآموزان مجتمع نیز پرداخت. این اقدام، اقدام مبارکی در جهت اشتغالزایی کارآموزان که از اهداف مجتمع می باشد، بود.

از موارد قابل توجه در این بازارچه ارایه محصولات سنتی شهرهای مختلف ایران کردستان و گیلان بود. سرو غذاهایی که توسط بانوان گروه همیار تهیه شده بود در رستوران مجتمع نیز از ویژگی های دیگر بازارچه امسال بود. حضور هنرمندانی مثل برادران بنفشه خواه و خانم ملکه رنجبر باعث دلگرمی بچه هابود.





## موسسه رعد شرق رسماً افتتاح شد

نازنین رحیم‌زاده

عده دیگری از مسوولین شعبات مختلف رعد حضور داشتند. مراسم افتتاحیه راس ساعت ۱۵/۳۰ با تلاوت آیاتی چند از قرآن کریم توسط یکی از کارآموزان آغاز شد.

در این مراسم علاوه بر ایراد سخنانی توسط آقایان مهندس فیض مهدوی، مدیر عامل موسسه رعد در خصوص فعالیت های مجتمع و مهندس میرزاخانی در خصوص تاریخچه مجتمع رعد و نوید تاسیس دانشکده علمی کاربردی در مجتمع و نیز مهندس حریری، رییس هیات مدیره مجتمع در تشکر از مسوولین محلی در جهت کمک به راه اندازی این مرکز و نیز درخواست مساعدت بیشتر از ایشان، از تعدادی از کارآموزان این شعبه تقدیر به عمل آمد.

خانم بهمن پور مسوول آموزش مجتمع ضمن تشکر از هیات امنای مجتمع رعد هدایایی را به سه نفر از کارآموزان موفق شعبه شرق اهدا نمود. آقایان بهنام فراهانی، احسان قره گزلو و خانم اعظم مرادی کارآموزان موفق بودند که در این مراسم هدایای خود را دریافت نمودند.

گروه سرود ستارگان در لابه لای برنامه ها، سرود و موسیقی های زیبایی اجرا نمودند و موجب شدند که شرکت در این مراسم خاطره خوبی در انهان همه شرکت کنندگان و به خصوص در من به جای گذارد.

با تعدادی چند از توانیابان موسسه رعد به همراه خانم فقیهی مدد کار مجتمع در ساعت ۱/۳۰ دقیقه در روز ۱۴ دی ماه با هدف شرکت در مراسم افتتاحیه شعبه موسسه رعد در شرق تهران سوار بر اتوبوس بهزیست کار شدیم.

گرچه شعبه رعد شرق تهران ماه هاست که فعالیت خود را با هدف گسترش خدمات رسانی به توانیابان در این منطقه از شهر آغاز کرده است، اما برگزاری این مراسم افتتاحیه که مهمانان زیادی را در خود جای داده بود، رسمیت بیشتری به فعالیت های این مرکز داد.

شعار به "رعد ما خوش آمدید" که مقابل در ورودی نصب شده بود، استقبال خوبی بود که از همه میهمانان به عمل آمد. در ابتدای ورود به مجتمع خود را در حیاط نسبتاً کوچکی با باغچه ای کوچک تر در میان، یافتیم.

سالن اجتماعات که مملو از میهمانان دعوت شده بود، در حیاط بزرگی، پشت ساختمان اصلی قرارداداشت. ظرفیت این سالن ۱۶۰ نفره کاملاً پر شده بود.

در این مراسم علاوه بر کارآموزان و کارکنان شعبه شرق، تعدادی از کارآموزان و پرسنل شعبه مرکز و نیز خانم اکبری رییس گروه همیاری بانوان، آقای آتشک یکی از مسوولین رعد جنوب، و نیز مهندس سلطان زاده، عضو هیات مدیره موسسه و



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵



## انجمن کارآموختگان موسسه رعد کرج تاسیس شد



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

انجمن صنفی کارآموختگان جمعی از کارآموزان موسسه رعد کرج تاسیس گردید. که هم اکنون مشغول تعیین اهداف و نوشتن اساسنامه می باشند.

این انجمن که فعالیت خود را از سال قبل آغاز کرده بود، در تاریخ ۱۴ دی ماه با برگزاری مراسم جشن عیدین (قربان، غدیر) آغاز به کار خود را رسماً اعلام نمود.

یکی از اعضای این انجمن می گوید: "اعضا پس از گذشت

یکسال از فعالیت خود احساس کردند، باید فعالیتشان را

منسجم تر از قبل ادامه دهند." این عضو انجمن افزود: "برای

دادن شکل حقوقی به فعالیت هایمان قرار شد با انتخاب

اعضاء یک هیات مدیره تعیین شوند." وی ادامه داد، در یک

انتخابات آزاد که در تاریخ دوم شهریور ماه ۱۳۸۵ برگزار

شد، ۷ نفر به عنوان اعضای اصلی هیات مدیره انتخاب شدند

صورت شرکت تعاونی میان اعضاء می باشد.

این انجمن جهت رسیدن به اهداف خود کمیته هایی را

تشکیل داده است که عبارتند از: "کمیته فرهنگی، کمیته هنری،

کمیته ورزشی، کمیته مالی، کمیته اشتغال و روابط عمومی"

کمیته های انجمن طی انتشار یک فراخوان، از تمامی

کارآموزان موسسه رعد دعوت به همکاری نمودند که با

استقبال این عزیزان روبه رو گردیده است.



نامساعد از قبیل، وجود گازهای شیمیایی، کار با مواد رادیواکتیو و پرتوهای مضره، محیط غفوتترا، کار در اعماق، انفجار، کار با معلولین ذهنی و جسمی و غیره انجام می شود و وظایف مربوط به شغل، موجب بروز ناراحتی های جسمی و روحی شدید می شود باید بنا به پیشنهاد هر یک از دستگاه های مشمول این قانون و تایید شورای امور اداری و استخدامی کشور به تصویب هیات وزیران رسیده و سپس مبنای اقداما بعدی قرار گیرد.

در این بخشنامه تاکید شده است: در صورت لزوم، دستگاه های یاد شده پس از اخذ درخواست مشمولین فوق می توانند نسبت به استعلام میزان سابقه پرداخت حق بیمه متقاضی از آخرین شعبه وصول کننده حق بیمه اقدام نمایند که در این راستا واحدهای اجرایی مکلفند استعلام های واصله را بررسی و پاسخ لازم را به مراجع پیگیری کنند اعلام کنند.

تصویر از تمامی صفحات شناسنامه متقاضی که ممههور به مهر برابر با اصل توسط دستگاه مربوط شده باشد، اصل درخواست بازنشستگی متقاضی که ثبت دفتر دبیرخانه دستگاه محل خدمت وی شده است، اصل نظریه کمیسیون پزشکی سازمان بهزیستی و شورای امور اداری و استخدامی کشور در خصوص تعیین میزان سنوات ارفاقی و موافقت با بازنشستگی متقاضی تصویر آخرین حکم کارگزینی، اعلام میزان آخرین حقوق مبنای بازنشستگی براساس مفاد آخرین حکم کارگزینی، مدارک لازم برای بررسی احراز شرایط بازنشستگی این افراد اعلام شده است.

بر پایه بخشنامه مذکور، افراد درخواست کننده بازنشستگی در مشاغل سخت و زیان آور باید در زمان درخواست بازنشستگی در مشاغل سخت و زیان آور اشتغال به کار داشته باشند.

لازم به ذکر است پرداخت فوق العاده سختی شرایط محیط کارموضوع بند "خ" ماده ۳۹ قانون استخدام کشوری ملاک تشخیص مشاغل سخت و زیان آور نیست.

همچنین نحوه برقراری و تعیین میزان مستمری بازنشستگی برای حوادث ناشی از کار معلولین عادی شاغل در دستگاههایی که پرداخت حقوق به مستخدمین آنها براساس احکام استخدامی کارگزینی رسمی ثابت یا دارای عناوین مشابه باشند، آخرین حقوق مبنای بازنشستگی و آخرین حکم کارگزینی در مجموع سابقه مبنای بازنشستگی (حداقل ۲۰ سال) به علاوه به مدت سنوات ارفاقی (حداکثر ۸ سال برای معلولین ناشی از حوادث کار و حداکثر ۶ سال برای معلولین عادی است).

## اعلام نحوه بازنشستگی معلولان و شاغلین مشاغل سخت

سازمان تامین اجتماعی نحوه بازنشستگی معلولان حوادث ناشی از کار، معلولان عادی و شاغلان مشاغل سخت و زیان آور مشمول قانون تامین اجتماعی شاغل در کلیه وزارتخانه ها، شرکتها، موسسات دولتی، شهرداریها، بانکها، موسسات و شرکتها و سازمانهایی که شمول قانون بر آنها مستلزم ذکر نام است را با داشتن شرایط احراز لازم اعلام کرد.

در اجرای مفاد تبصره ۶ قانون اصلاح نحوه بازنشستگی جانبازان انقلاب اسلامی ایران و جنگ تحمیلی و معلولین عادی و شاغلین مشاغل سخت و زیان آور مصوب ۸۳/۲/۲۱ مجلس شورای اسلامی و تبصره دو ماده یک آیین نامه موضوع بند ۳ قانون مذکور و طبق بخشنامه سازمان تامین اجتماعی داشتن حداقل ۵۰ سال سن برای مردان و ۴۵ سال برای زنان، دارا بودن حداقل ۲۰ سال سابقه خدمت قابل قبول از لحاظ بازنشستگی و با بیمه پردازی، ارایه درخواست کتبی متقاضی جهت بهره مندی از مزایای بازنشستگی یا بیمه پردازی و داشتن موافقتنامه شورای امور اداری و استخدامی کشور با بازنشستگی متقاضیان و نیز تعیین مدت سنوات ارفاقی آنان از جمله شرایط عمومی برای بازنشستگی معلولین حوادث ناشی از کار، معلولان عادی و شاغلین مشاغل سخت و زیان آور اعلام شده است.

همچنین معلولین حوادث ناشی از کار و معلولین عادی که متقاضی بازنشستگی و چنانچه حائز شرایط فوق باشند باید از سوی دستگاه مربوط جهت تشخیص و تعیین نوع معلولیت و درجات نقص عضو یا اعضاء و کاهش توانایی ها به کمیسیون پزشکی مستقر در سازمان بهزیستی کشور (که متشکل از سه نفر پزشک متخصص برحسب نوع معلولیت با معرفی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی است) معرفی شوند.

به منظور تعیین مشاغل سخت و زیان آور و درجات مربوط به آن دسته از پستهای سازمانی که عمدتاً در شرایط محیطی



## جشنواره تئاتر معلولان برگزار خواهد شد



نمایش خود می پردازند.  
دبیر اجرایی جشنواره معلولین شرکت کنندگان در دومین جشنواره تئاتر معلولین را ۴۰ گروه نمایشی عنوان کرد و گفت: این جشنواره هر دو سال یک بار به منظور گسترش هنر



جشنواره بین المللی تئاتر معلولین با فراخوان از گروههای تئاتر معلولین، سومین جشنواره بین المللی تئاتر معلولین با هدف اعتلای هنر نمایش در بین گروههای مختلف معلولین در شهریور ماه سال ۱۳۸۶ توسط

نمایش در بین معلولین و ارتقای سطح آگاهی عمومی مردم نسبت به توانمندی های آنها برگزار می شود.

معاونت امور توانبخشی سازمان بهزیستی کشور برگزار می شود.

وی تصریح کرد: مشخصات فردی، آدرس دقیق و شماره تلفن جهت تماس همراه با نمایش نامه ارسال شود. حداقل دو سوم اعضای گروههای نمایشی شرکت کننده در جشنواره باید از افراد معلول باشند و همچنین مجوز کتبی نویسندگان نمایشنامه ها به همراه درخواست شرکت الزامی است.

فاطمه فخری دبیر اجرایی جشنواره گفت: گروههای داوطلب می توانند درخواست شرکت در جشنواره را به همراه سه نسخه از متن نمایشی و یا طرحهای نمایش خیابانی حداکثر تا تاریخ ۲۰ بهمن ماه سال جاری به دبیر خانه جشنواره واقع در تهران، ضلع شمالی پارک شهر، خیابان شهید فیاض بخش، سازمان بهزیستی کشور، طبقه ششم اتاق ۶۰۵ ارسال کنند. وی افزود افرادی که آثار آنها در این جشنواره منتخب شناخته شود در تهران به اجرای

شایان ذکر است گروههای شرکت کنند در انتخاب موضوع آزاد هستند.



## تنها معلولان دارای صندلی چرخدار از خدمات حمل و نقل بهزیست کار بهره مند هستند



از عص استفاده کنند، دوباره برای برخوردار از خدمات ناوگان حمل و نقل معلولان بر روی صندلی چرخدار خود بنشینند.



وی ادامه داد: هم اکنون ناوگان حمل و نقل معلولان در تهران، کرج و اردبیل فعال است. مدیر عامل شرکت بهزیست کار تصریح کرد: بر طبق نظر سازمان شهرداری در مورد واگذاری مابقی خودروهای ون ویژه معلولان، تعداد ۷ دستگاه خودروی ( ون ) به

مدیر عامل شرکت بهزیست کارگفت: بنابه ابلاغ سازمان بهزیستی کشور به شرکت حمل و نقل بهزیست کار ، تنها معلولان داران صندلی چرخدار از خدمات حمل و نقل بهزیست کار بهره مند هستند.

محسن معمایی مدیر عامل شرکت بهزیست کار افزود بنابه ابلاغ سازمان بهزیستی به شرکت بهزیست کار ، به دلیل محدودیت ظرفیت [ آنها به معلولان دارای صندلیچرخدار

هریک از استانهای شیراز، اصفهان ، تبریز و کرج به طور مستقیم به سازمان تاکسیرانی تحویل داده می شود.

خدمات حمل و نقل ارایه می شود و این موضوع موجب شده بسیاری از معلولان که سعی داشتند به جای صندلی چرخدار



در گفت و گو با مهندس میرزا خانی و مهندس فیض مهدوی

## دانشگاه علمی - کاربردی در موسسه رعد تاسیس خواهد شد



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۱۰

میرزاخانی ادامه می‌دهد: "تشکیل دوره‌های دانشگاهی برای توان یابان از اهداف اصلی مجتمع رعد می‌باشد، این که کارآموختگان بتوانند ادامه تحصیل دهند و از موقعیت‌های شغلی بهتری بهره‌مند شوند، به خصوص این که در بسیاری از مشاغل مدرک تحصیلی لازم است. البته داشتن مدرک تحصیلی شرط لازم است ولی کافی نیست چون متقاضیان بهتر است کار هم بلد باشند و مهارت‌های لازم را داشته باشند." میرزاخانی می‌افزاید: "مثال‌های زیادی از توان یابانی که در مجتمع رعد با ادامه تحصیل در سطوح عالی به مدارک بالا و مشاغل مهم رسیده‌اند، داشته‌ایم. یکی از توان یابان هنگام ورود به مجتمع رعد در سال ۱۳۶۳، دیپلم هم نداشت و برای آموزش سیم‌پیچی به رعد آمده بود، بعد از اتمام این دوره دوره‌های آموزشی دیگری را هم گذراند اما باز هم راضی نشد. بالاخره با تلاش خود تا مرحله فوق لیسانس را در ایران ادامه داد و حالا در بلژیک مشغول اخذ مدرک دکترای مدیریت است." این عضو هیات مدیره از جنبه دیگری نیز به ضرورت ادامه تحصیل دانش‌آموختگان توان یاب اشاره می‌کند و می‌گوید: "شعبات مختلف مجتمع رعد در

موسسه رعد از ابتدای تاسیس خود در سال ۱۳۶۳ با هدف ارایه آموزش‌های منجر به اشتغال به معلولین فعالیت خود را آغاز کرد. اگر در آن ایام مهارت‌های ساده‌تری چون سیم‌پیچی موتورهای برقی مورد نیاز بازار کار بود، امروز برای ورود به بازار، مهارت‌های پیچیده‌تری لازم است. اگر آن روز صرف داشتن مهارت کافی بود امروز مدرک دانشگاهی هم لازم است. به همین دلیل، مجتمع آموزشی رعد همگام با نیاز بازار کار آموزش‌های خود را ارتقا داده تا جایی که امروز به فکر تاسیس دانشگاه علمی- کاربردی افتاده است. شاید تصویب قانون جامع حمایت از حقوق معلولان که سه درصد از سهمیه مجوزهای استخدامی در دستگاه‌های دولتی را به معلولان واجد شرایط اختصاص داده و یکی از این شرایط داشتن حداقل مدرک فوق دیپلم است، به این اقدام موسسه کمک کرده است. مهندس میرزاخانی از موسسین مجتمع رعد در این خصوص می‌گوید: "مهم‌ترین هدف مجتمع رعد این است که بتواند شرایطی را فراهم کند که فرصت‌های مناسب برای کار آموختگان توان یاب برای ادامه تحصیل آن‌ها ایجاد شود."



تهران و شهرستان‌ها نیاز به مربی دارند. برنامه ما این است که توان‌یابان در صورت ادامه تحصیل بتوانند خودشان به عنوان مربی در مجتمع مشغول به کار شوند و در صورت اخذ قابلیت‌های لازم بتوانند مدیریت شعبات مختلف رعد را نیز بر عهده گیرند.

میرزاخانی در جواب به این پرسش که مراحل ادامه تحصیل توان‌یابان در ارتباط با موسسه چگونه است، گفت: "با توجه به تجربیاتی که دانشکده علوم بهزیستی در زمینه کار با توان‌یابان دارد، تصمیم گرفتیم که در مرحله اول این کار را با همکاری این دانشگاه شروع کنیم. اما هدف بعدی ما این است که مجتمع خودش به صورت مستقل، دانشگاه جامع علمی- کاربردی را در محل فعلی موسسه تاسیس کند چون توان‌یابان نیاز به فضای مناسب سازی شده برای حضور بدون مشکل دارند و ساختمان مرکزی مجتمع نیز این شرایط را داراست. حتی در همین ترم اول که از بهمن ماه آغاز گردیده و فعلاً زیر نظر دانشگاه علوم بهزیستی قرار دارد، کلاس‌ها را در مکان موسسه تشکیل می‌دهیم."

مهندس فیض مهدوی، مدیر عامل موسسه رعد در توضیح بیشتر تر می‌گوید: "راه‌اندازی دانشگاه علمی- کاربردی دو مرحله دارد، مرحله اول آن که از این ترم شروع شده، صرفاً برای این است که ما با مقتضیات این کار زیر نظر دانشگاه علوم بهزیستی آشنا شویم تا انشا الله در مهرماه آینده بتوانیم با اخذ مجوز از سازمان بهزیستی این دانشگاه را با رشته‌های مورد نظر خودمان در محل موسسه تامین کنیم. مهدوی ادامه می‌دهد: "امسال سعی کردیم به صورت پودمانی عده‌ای را انتخاب کرده و به دانشگاه علوم بهزیستی معرفی کنیم تا از این طریق ارتباط خود با دانشگاه را فعال کنیم. همزمان با این اقدام به بسترسازی جهت اخذ مجوز برای تاسیس دانشگاه علمی- کاربردی در موسسه هم می‌پردازیم. طی این مدت از طرف سازمان بهزیستی به محل می‌آیند، ساختمان، تاسیسات و امکانات ما را بررسی می‌کنند و ما هم باید در این مدت ساختار اجرایی تاسیس دانشگاه را ارائه دهیم."

**برنامه ما این است که توان‌یابان در صورت ادامه تحصیل بتوانند خودشان به عنوان مربی در مجتمع مشغول به کار شوند و در صورت اخذ قابلیت‌های لازم بتوانند مدیریت شعبات مختلف رعد را نیز بر عهده گیرند**

مهندس میرزاخانی و توان علمی افراد بالاتر باشد، نیاز به حرکت جسمی کم‌تر است، ما امیدواریم که توان‌یابان ما که ذهن فعالی دارند، بتوانند در این جهت رشد کنند.

مهندس میرزاخانی می‌افزاید توان‌یابان ما با گذراندن دوره‌های علمی - کاربردی مدرک فوق دیپلم می‌گیرند اما هدف ما این است که تا دکترا زمینه را برای تحصیل آن‌ها فراهم کنیم حتی اگر در این مکان هم امکان تحصیل تا مقاطع تحصیلی بالاتر وجود نداشت، کمک خواهیم کرد که توان‌یابان ما بتوانند در مراکز دیگری ادامه تحصیل دهند.

مهندس فیض مهدوی با اشاره به این که در فاز اول راه‌اندازی دانشگاه علمی- کاربردی رشته حسابداری برای توان‌یابان در نظر گرفته شده است می‌گوید: "پس از تاسیس دانشگاه علمی- کاربردی در محل موسسه دست ما برای برگزاری رشته‌های دیگر که مناسب شرایط توان‌یابان باشد مثل رشته‌های IT و ICT بازتر خواهد بود." مهندس فیض مهدوی در خاتمه افزود: "این رشته‌ها رشته‌های کاربردی بسیار خوبی هستند که کاملاً مناسب توان‌یابانند و دنیای امروز هم به آن بسیار محتاج و نیازمند است."



# یک روز با بانوان همیار

مجتمع، مفید است. یکی این که باعث تبلیغ و شناساندن فعالیت‌های مجتمع به مردم می‌شود و دیگری این که بهانه‌ای برای فروش بلیط و جمع شدن پول برای مجتمع می‌گردد. خانم اکبری می‌افزاید: "برنامه‌هایی هم در جمعه اول هر ماه داشتیم که مدتی است به حال تعطیل درآمده ولی انشاءالله به زودی مجدداً برقرار می‌شود." وی در مورد هدف از برگزاری برنامه‌های جمعه اول هرماه می‌گوید: "هدف، جذب افراد جدید و نیکوکارانی است که هنوز بامجتمع رعد آشنا نشده‌اند." او ادامه می‌دهد: "البته بیشترین تکیه عملی ما روی همین جمعیت فعلی بانوانی که در گروه همیاری فعال هستند،

امروز دوم بهمن ماه است. سالن بزرگ مربوط به گروه همیاری بانوان موسسه رعد مملو از بانوان خیری است که با تخصص‌ها و حرفه‌های مختلف و با باورهای قوی جهت رساندن موسسه رعد به اهدافش، که آموزش برای توانمند کردن معلولان است تلاش می‌کنند.

به گفته خانم اکبری رییس گروه همیاری بانوان رعد و نایب رئیس هیات مدیره، اعضای این گروه به مثابه مادران موسسه هستند و دوست دارند کارآموزان این مجموعه بهترین و بیشترین استفاده را از زندگی خود داشته باشند؛ مثل هر مادری که دوست دارد فرزندش را هر چه بیشتر توانمند سازد.

گروه همیاری بانوان هردوشنبه جلسه دارند. موضوع جلسه این هفته تصمیم‌گیری در مورد اجناس باقی مانده از بازارچه روز ۱۲ آذر (روز جهانی معلولان) است. هر کدام از بانوان در این خصوص نظری می‌دهد. بالاخره پیشنهاد "یک نهار و یک حراج" رای می‌آورد. بر مبنای این پیشنهاد قرار می‌شود در جمعه آینده بازاری یک روزه برای فروش اجناس باقی مانده در انبار برپا شود و نهاری که به دست چند نفر از بانوان داوطلب درخانه تهیه می‌شود، برای فروش عرضه گردد.

خانم اکبری درحاشیه این جلسه در مورد برگزاری مراسم خاصی که با تصمیم این گروه در طول سال برگزار می‌شود، می‌گوید: "برگزاری مراسم در اعیاد، تهیه افطاری در ماه مبارک رمضان برای فروش، برپایی بازارچه خیریه در شب عید نوروز و در ۱۲ آذر ماه از کارهایی است که این گروه جهت تامین منابع مالی برای مجتمع رعد انجام می‌دهند." وی می‌افزاید: "بازارهای ما مرتب و منظم و البته با دشواری بسیار برگزار می‌شوند. به این دلیل می‌گویم دشواری بسیار، چون این جای یک مجموعه آموزشی و فرهنگی است و برای برپایی بازارچه باید قسمت‌هایی از آن موقتاً به حال تعطیل درآید. ولی برگزاری این بازارها از لحاظ مالی کمک زیادی به مجتمع می‌کند." رییس گروه همیاری بانوان ادامه می‌دهد: "برنامه‌های دیگری مثل اجرای کنسرت موسیقی و برگزاری مراسم سخنرانی هم داریم که از دو جنبه برای



می‌باشد، ولی دوست داریم که بتوانیم از افراد علاقمندی که می‌دانیم مایل به همکاری هستند دعوت کنیم." خانم پروین یکی از اعضای هیات مدیره گروه همیاری بانوان رعد است که مدت ۹ سال در این مجتمع با علاقه فعالیت می‌کند. او در مورد تقسیم بندی اعضای گروه همیاری بانوان به دو گروه پیوسته و ناپیوسته اشاره می‌کند و می‌گوید: "گروه پیوسته جمعیتی حدود ۵۰ نفر از بانوان همیار هستند که به طور مستمر در جلسات هفتگی روز دوشنبه شرکت می‌کنند و در زمینه فعالیت‌های سالانه این گروه، تصمیم‌گیری می‌نمایند. اما گروه ناپیوسته بانوانی هستند که در یکسری از فعالیت‌هایی که به آن علاقمندند، مثل برگزاری بازارها، کنسرت‌ها، رستوران اول هرماه و... مشارکت می‌کنند." به گفته خانم پروین، گروه ناپیوسته چون



هیات مدیره و اعضای هیات امنای هم تامین می‌شود." به گفته خانم اکبری، بازاری هم در انگلستان توسط ایرانیان مقیم آن کشور، هر چند وقت یک بار برگزار می‌شود که از آن طریق هم کمک‌هایی به مجتمع می‌شود. خانم اکبری اظهار امیدواری کرد که چنین بازارهایی در سایر نقاط دنیا توسط ایرانیان مقیم در آن کشورها هم برگزار شود.

اعضای گروه همیاری بانوان، باور دارند که ناشناخته ماندن فعالیت‌های مجتمع رعد در سطح جامعه یکی از مشکلات مجتمع است. یکی از بانوان حاضر در جلسه، می‌گوید با فعالیت بیشتر دستداران رعد و روابط عمومی مجتمع و جلب بیشتر همکاری مطبوعات می‌توان رعد را با بهتر معرفی کرد تا هم، توانیابان بیشتری از این خدمات بهره‌برند و هم افراد داوطلبی که تمایل به کمک دارند، با مجتمع آشنا شوند. البته به گفته خانم سجادی، مسوول روابط عمومی گروه بانوان، روزنامه همشهری و به خصوص روزنامه اطلاعات به سفارش شخص آقای داعی، اخبار برگزاری بازارچه‌ها و اخبار مربوط به مجتمع را پوشش می‌دهند. اما این اطلاع‌رسانی‌ها کافی نیست و نیاز به فعالیت بیشتری وجود دارد. خانم اکبری درخاتمه این گفت‌وگو به راهکار جالبی که گروه همیاری بانوان در سطح دوستان و خانواده‌های خود انجام داده و سعی در ترویج آن دارند اشاره می‌کند و می‌گوید: "از کارهای بسیار مثبتی که گروه ما توانسته در بعضی از خانواده‌ها جا بیاندازد، دادن پول گلی که برای عیادت از بیمار، آمدن زائران از مکه، رفتن به خانه جدید ... می‌برند به حساب مجتمع رعد است. گروه بانوان به این منظور کارت زیبایی طراحی کرده و هر شخصی که بخواهد پول گل را به مجتمع بپردازد، در ازای پرداخت پول این کارت را با درج مبلغ هدایی دریافت می‌کند تا به شخص مورد نظر ارایه دهد. خانم اکبری ادامه می‌دهد این کار، کار بسیار مفید و زیبایی است و از این طریق به جای اصراف در هدر دادن پول کمک زیادی به مجتمع رعد خواهد شد.

x x x

جلسه گروه همیاری بانوان به اتمام رسیده است، فقط مانده جمع‌آوری پول از کسانی که سر ساعت مقرر به این جلسه نرسیده‌اند. باشد که دیگر برای نظم جلسه کسی به جلسه‌ای دیر نرسد!

به شکل مقطعی در مجتمع فعالیت می‌کنند، به این نام شناخته می‌شوند ولی فعالیت آنها واقعاً چشمگیر و اساسی است."

خانم اکبری در مورد شکل حقوقی اداره گروه همیاری بانوان توضیح می‌دهد که، گروه بانوان یک هیات مدیره دارد که هر دو سال یک بار با رای گیری از اعضا، رییس هیات مدیره و نایب رییس گروه انتخاب می‌شوند. او می‌گوید "ما در گروه همیاری کمیته‌های تخصصی داریم که هر کدام از بانوان گروه در یکی از این کمیته‌ها فعالیت می‌کنند. کمیته‌های تخصصی ما شامل کمیته روابط عمومی، کمیته بازار، کمیته مددکاری و ... است." خانم اکبری می‌افزاید: "گروه مددکاری همیاری بانوان یکی از فعال‌ترین گروه‌های ما هستند. این گروه ۲ بار در سال، یک بار برای عید نوروز و یک بار در آغاز ماه مبارک رمضان، به خانواده‌های توانیابان



نیازمند بسته‌های هدایی می‌دهند. گروه مددکاری سعی می‌کند مشکلاتی را که برای توانیابان مجتمع پیش می‌آید رفع نماید. اگر توانیابان مشکلات درمانی، مالی و مشاوره‌ای داشته باشند، گروه در حل آن فعالیت می‌کنند. گروه همیاری بانوان صندوق قرض الحسنه‌ای هم برای ارایه وام‌های کوچک به نیازمندان توانیاب تاسیس کرده است."

رییس هیات مدیره گروه بانوان در مورد تامین منابع مالی مجتمع رعد می‌گوید: "مجتمع رعد یک NGO و یک سازمان غیردولتی و رسمی ثبت شده در سازمان ملل است و بودجه ثابتی ندارد. گروه بانوان بخشی از هزینه‌های مجتمع را از طریق برپایی بازار و برگزاری مراسم خاصی تامین می‌کنند اما تامین منابع مادی مجتمع فقط از این طریق نیست. این بودجه از طریق افرادی که رعد را می‌شناسد، اعضای



گفت و گو با محمود عامری مدیر عامل موسسه رعد کرج

## هدف اصلی ما آشتی دادن بین مردم و توان یابان است

با آقای محمود عامری، مسوول موسسه رعد کرج را در تهران ملاقات کردیم و از این دبیر بازنشسته آموزش و پرورش که از بنیان گذاران مجتمع رعد بوده و مدتی نیز مدیر عامل این موسسه در تهران بود سوالاتی کردیم. محمود عامری با اشاره به هدف اولیه موسسان این مجتمع که آموزش به معلولین جانباز بود، ادامه می دهد، "به تدریج که جانبازان تحت پوشش نهادهای دیگر دولتی قرار گرفتند معلولین عادی را تحت پوشش قرار دادیم".

با ایشان در مورد موسسه رعد کرج که اکنون به عنوان موسسه ای با اساسنامه مستقل در خصوص ارائه آموزش های منجر به اشتغال به توان یابان فعالیت می کند، به گفت و گو نشستیم.

### رعد کرج از چه زمانی شروع به کار کرد؟

یکی از فعالیت های رعد در هر سال برپایه غرفه ای در نمایشگاه ایرانگردی، جهانگردی تهران بود. در این غرفه فعالیت های مجتمع رعد مرکز را معرفی می کردیم و بازدید کنندگان شهرستانی را تشویق به ایجاد چنین فعالیتی در شهر خود می کردیم. مشهدی ها و یزدی ها آمدند و چنین موسسه ای را در شهرهای خود راه اندازی کردند. در مشهد هم اکنون ۲ شعبه رعد وجود دارد. در سال ۱۳۸۰ شعبه جنوب غربی رعد راه اندازی شد و در سال ۱۳۸۱ هم بنده مامور راه اندازی شعبه رعد در کرج شدم. قبل از رفتن ما به کرج، در این شهر عده ای از معلولان دور هم جمع می شدند و فعالیت هایی را انجام می دادند. ما توانستیم فعالیت های این بچه ها را سامان دهیم و در ابتدا نمایشگاهی از محصولات تولیدی آن ها را در نمایشگاه هنرستان هنرهای تجسمی کرج برپا کردیم و نمونه کار آن ها را به نمایش گذاشتیم. از عده ای از خیرین شهر هم برای بازدید از نمایشگاه دعوت به عمل آوردیم و به آن ها نشان دادیم که بچه های معلول چنین توانایی هایی دارند و یک مصرف کننده صرف نیستند، آن ها مولدند.

این بچه ها در کرج تحت چه عنوانی دور هم جمع شده بودند؟

عنوان خاصی نداشتند. یک پدر که خود بچه معلولی داشت

چنین جمعی را تشکیل داده بود. هر زمانی در خانه یکی از آنها جمع می شدند و فعالیت هایی را می کردند ولی جمع انسجام یافته ای نداشتند. به هرحال پس از بررسی های فراوان در خود شهر کرج و شهرک های اقماری آن دریافتیم که کرج هم برای تامین شعبه رعد، ظرفیت مناسبی دارد. در شروع کار یک خانه ویلایی بزرگ در گلشهر کرج را اجاره کردیم و به تدریج شروع به تجهیز آن نمودیم. این شعبه در مهرماه سال ۸۱ افتتاح شد. این مرکز با ۲۲ نفر کارآموز کار خود را شروع کرد. بلافاصله پس از بازگشایی، برای گرفتن مجوز از بهزیستی و از سازمان فنی، حرفه ای اقدام کردیم تا مدرک کار آموزان قانونی باشد.

### موسسه رعد کرج مستقل از موسسه رعد در تهران است؟

بله. ما تا تابستان سال ۸۲ به عنوان شعبه ای از رعد تهران فعالیت می کردیم و بعد از آن، با تنظیم اساسنامه به ثبت رسیدیم. از آن زمان تاکنون ما توانسته ایم ۳۵۰ دختر و پسر را آموزش داده و گواهی پایان دوره را به آن ها اعطا کنیم.

### موسسه رعد کرج چه

رشته هایی را آموزش می دهد؟

نرم افزارهای کامپیوتر با گرایش های مختلف، نقشه کشی ساختمان، موتورپیچی و تعمیر لوازم خانگی، انواع و اقسام گلسازی و رشته های دیگری که

آموزش منجر به اشتغال فقط آموزش فن و تکنیک نیست آموزشی است که فرد همراه با یادگیری مهارت، چگونگی حضور در محیط کار و چگونگی کنار آمدن با مقتضیات کار را هم بیاموزد



محیط کار و چگونگی کنار آمدن با مقتضیات کار را هم بیاموزد.

اگرما بتوانیم این بچه‌ها را طوری آموزش دهیم، که بتوانند وارد بازارکار و اجتماع شوند و حرفی برای گفتن داشته باشند، آن وقت است که ما در کار خود موفق بوده‌ایم. موسسه رعد علاوه بر آموزش توان یابان باید بتواند روی اجتماع هم کار کند و باید به توان یابان یاد بدهد که کمک گرفتن از مردم عیب نیست و به مردم هم یاد بدهد که کمک کردن به افراد راه و روش دارد. راه آن کمک مادی به آنها نیست. گاه می‌شود توانیابی که منتظر وسیله نقلیه است را به مقصد رساند. بنابراین هدف اصلی موسسه رعد آشتی دادن بین مردم و توان یابان است و بهترین راه ارایه آموزشهای علمی، فرهنگی و اجتماعی به توان یابان و جامعه است.

**در موسسه رعد کرج توان یابان بیشتر از آموزشهای منجر به خود اشتغالی استقبال می‌کنند یا آموزشهایی که منجر به استخدام شود؟**

به هر حال هر فرد توان یاب مایل است که بتواند از نظر مالی به استقلال برسد و بتواند بخشی از هزینه‌های خود را تامین کند. افراد بیشتر دوست دارند که پشت میزی بنشینند و در ازای انجام خدماتی، حقوقی دریافت کنند ولی وقتی که شرایط به گونه‌ای است که چنین چیزی نشدنی است، روبه خود اشتغالی می‌آورند.

در سال گذشته ۸ نفر از کارآموزان ما که همه کلاس‌های آموزشی مثل کامپیوتر، حسابداری، نقشه کشی و... را گذرانده بودند، آمدند به کارگاه خیاطی و دوره آموزشی این کارگاه را با موفقیت کامل تمام کردند. من پس از پایان این دوره خانواده آنها را خواستم و گفتم که موسسه رعد افتخارش این است که به بچه‌های شما آموزش بدهد و توانمندی‌های آنها را بالا ببرد. بچه‌های شما امتحان فنی حرفه‌ای داده‌اند و مدرک فنی گرفته‌اند و اکنون آماده اشتغال هستند. اگر شما با ما همکاری کنید و با کمک همدیگر سه راس مثلث: رعد، کارآموز و خانواده را تشکیل دهیم، می‌توانیم بچه‌ها را به اشتغال برسانیم.

به بچه‌ها هم توصیه کردم که خانواده‌هایشان را رها نکنند. پول توجیبی از آنها نخواهید، اما کار و حمایت کاری از آنها بخواهید. پس از این گفت‌وگو با کمک والدین چند چرخ خیاطی خریدیم و چند نفر درخانه به کار مشغول شدند.



با درخواست هنرجویان گاه به صورت مقطعی برگزار می‌شود.

اتفاق دیگری که از سال ۱۳۸۴ در موسسه رعد کرج افتاد این بود که ما با بررسی‌هایی که کردیم، دریافتیم که بعضی از رشته‌هایی که ما آموزش می‌دهیم، به دلیل مازاد آن در بازار، به اشتغال منجر نمی‌شوند، بنابراین رشته‌هایی را دایر کردیم که به خود اشتغالی منجر شوند، مثل خیاطی، قالی بافی و گلیم بافی. اینها دوره‌هایی هستند که می‌توانند اشتغالزایی بیشتری داشته باشند مشروط براین که با برنامه ریزی پیش بروند.

در این مسیر یک آیین نامه جهت ضابطه مند کردن آموزش تهیه شد. چون هدف ما این نیست که کارآموزان فقط بیایند اینجا دوره‌ای ببینند و بروند. آنها باید برای حضور در بازار کار آماده شوند بنابراین یکسری از مسایل را هم آنها و هم واحد آموزش باید رعایت کنند. بنابراین موسسه باید مثل یک مدرسه اداره شود. در سالی که من مدیر آموزش موسسه بودم سختگیری‌های زیادی روی برقراری نظم و انضباط در کلاس می‌کردم که گاه مورد اعتراض کارآموزان هم قرار می‌گرفتم، ولی بعدها خودشان به اهمیت رعایت نظم و عادت به آن پی بردند.

چون کارآموز ما قرار است در جامعه مشغول به کار شود و اگر عادت‌های درستی در او شکل نگرفته باشد، قادر به انطباق با ضوابط محیط کار نخواهد بود و ممکن است کارش را از دست بدهد. آموزش منجر به اشتغال فقط آموزش فن و تکنیک نیست.

فرد باید همراه با یادگیری مهارت، چگونگی حضور در



انداخته ایم. این کار آموختگان، کارآموزان قبلی خودمان هستند. این انجمن برای ادامه کار موسسه طرح و برنامه می دهد و برنامه ها را خودشان اجرا می کنند. به این طریق آنها در جریان همه فعالیت های موسسه و همه مشکلات و موانع کار قرار می گیرند. سپردن همه کارهای موسسه به خود این بچه ها در چشم انداز آینده ما قرار دارد. همین الان زمینی در کمال شهر گرفته ایم و به دنبال اخذ مجوز از شهرداری هستیم که بتوانیم آنجا سالن هایی بسازیم و به صورت شرکت تعاونی به توان یابانی که با هم دوست و همسو هستند برای کار واگذار کنیم.

### موسسه رعد کرج هنوز در گلشهر واقع است؟

خیر. ساختمان اولیه را به دلیل بالا بودن قیمت اجاره محل تخلیه کردیم و اکنون در خانه ای که یک خیر در اختیار ما قرار داده ساکن هستیم. با وجود این که سعی در بهینه سازی این خانه کرده ایم، اما با استانداردهای مطلوب جهت استفاده توان یابان فاصله دارد. به همین دلیل قطعه زمینی را در خود کرج در اختیار گرفته ایم و مشغول ساختن آن با رعایت استانداردهای لازم هستیم و بنا داریم کارگاه های آموزشی و کارورزی خود را به آن مکان منتقل کنیم. امیدواریم که این

**اعتبار و شخصیتی که خود اشتغالی به توان یابان می دهد، به مراتب بالاتر از کار به عنوان یک کارمند در اداره است**

ساختمان تا اوایل سال جدید به بهره برداری برسد.

### و سخن آخر:

شهر کرج از نظر سوق الجیشی در یک چهارراه قرار دارد و موفقیت مناسبی برای ارتباط با سایر شهرها دارد. به همین دلیل به این فکر افتاده ایم که همان طور که موسسه رعد مشهد هر سال اردوی زیارتی برگزار می کند و توان یابان از شهرهای دیگر یک بار در سال به آنجا می روند، ما هم بتوانیم در کرج مرکزی برای برپایی اردوهای سیاحتی توان یابان از سراسر کشور تاسیس کنیم. این طرح ارایه شده و به دنبال قطعه زمینی به این منظور هستیم.

امیدواریم که با توجه خیرین نسبت به این موضوع و با لطف خدا بتوانیم در کرج فرهنگسرای با همه امکانات ایجاد کنیم تا توان یابان از سراسر کشور بتوانند به آن مراجعه کنند.

تولیدات آنها را در نمایشگاه های خود به فروش می رسانیم و درآمدها را به خودشان برمی گردانیم. ۲ نفر از آنها هم مغازه ای با کمک خانواده خود دایر کرده اند که بسیار در کار خود موفقند و مشتری زیادی دارند.

خود اشتغالی برای این بچه ها بسیار مفید است چون خودشان رییس خودشان هستند و کار در اختیار خودشان است. اعتبار و شخصیتی که خود اشتغالی به توان یابان می دهد، به مراتب بالاتر از کار به عنوان یک کارمند در اداره است. درست است که این بچه ها محدودیت هایی دارند اما بسیار غیرتمند و مسوول هستند و همیشه سعی دارند، بهترین عملکرد را داشته باشند. در کارگاه گلیم بافی، بچه ها کیف هایی با گلیم درست می کنند که بازار خیلی خوبی دارد.

یکی از توان یابان ما که گلسازی را در کارگاه گلسازی یاد گرفته، همین الان در خانه انواع و اقسام گل را درست می کند و بنابر سفارش مغازه هایی در کرج، به آنها گل تحویل می دهد.

بچه ها در معرق خیلی موفق هستند و تابلوهای بسیار خوبی می سازند که یکی از مشتریان همیشه این تابلوها خود ما هستیم. ما این تابلوها را از آنها می خریم و در مواقعی خاص به خیرین اهدا می کنیم. در رعد کرج دو نفر از کارآموزان

استخدام موسسه شده و مشغول به کارند. چند نفر از توان یابان که در موسسه رعد کرج آموزش دیده اند، خودشان به عنوان مربی در کلاس های آموزشی آموزش می دهند.

معلم زبان ما خانمی است که در کودکی مبتلا به فلج اطفال شده و معلم بسیار خوبی است.

### برنامه آینده شما در موسسه رعد کرج چیست؟

اساس و بنیان برنامه های آینده ما به گسترش دوره های خود اشتغالی برمی گردد. ما پس از آموزش، برای آنها دوره های کارورزی می گذاریم. بعد از انجام دوره کارورزی همان طور که گفتیم با کمک خانواده سعی می کنیم مکانی برای آنها مشخص کنیم تا مشغول به کار شوند و تولیدات خود را به بازار آزاد ارایه کنند. یکی از برنامه های بلند مدت ما این است که زمینی به منظور ایجاد کارگاه های تولیدی حمایتی تهیه کنیم. در حال حاضر ما انجمن کارآموختگان را راه





محمود نژاد، مدیرعامل انجمن دفاع از حقوق معلولان

## امیدوارم که روزی فرا برسد که یک معلول مانند یک فرد سالم با راحتی زندگی کند

انجمن دفاع از حقوق معلولان یک انجمن حقوقی است که پیگیری مسایل و مشکلات معلولان را در سطح کلان با هیات دولت، مجلس و قوه قضاییه و .. را بر عهده دارد. عمده تلاش انجمن، فعالیت در جهت رفع موانع و تدوین قانون به نفع معلولان است. در این خصوص با دکتر محمود نژاد مدیرعامل این انجمن گفت و گویی داشتیم:

آقای محمود نژاد! لطفاً به تاریخچه انجمن اشاره ای کنید: انجمن دفاع از حقوق معلولان به طور غیر رسمی از سال ۱۳۸۰ و به طور رسمی از سال ۱۳۸۲ آغاز به کار کرد. اولین اقدام انجمن پیگیری های مستمر با مجلس ششم و تصویب قانون ۱۶ ماده ای معلولان در آن بود. این قانون، ۱۴ روز مانده به پایان مجلس ششم به تصویب نمایندگان رسید.

البته هنوز همه مواد این قانون به اجرا نرسیده است اما همین که معلولان برای اولین بار در ایران قانونی به نام قانون جامع معلولان دارند، یعنی یک قدم به جلو حرکت کرده ایم.

**انجمن دفاع از حقوق معلولان در اجرای قوانین مصوب هم فعالینی می کند یا نه؟**

در حال حاضر رییس سازمان بهزیستی من را به عنوان دبیر حقوقی جامعه معلولان ایران منصوب کرده است. در این سمت و با کمک انجمن دفاع از حقوق معلولان سعی داریم که پیگیر اجرای مواد قانون ۱۶ ماده ای باشیم. به همین منظور هر ماه یک جلسه

در وزارت رفاه با حضور وزیر در این خصوص برگزار می شود. در تمام استان ها دبیرخانه حقوق جامعه معلولان ایران را تشکیل داده و در تمام استان ها حتماً یک معلول به عنوان دبیر جامعه معلولان همان استان مشغول به فعالیت و پیگیری امور است. این دبیران با شهرداران مناطق مختلف، فرمانداران و استانداران در مورد مناسب سازی معابر، مسکن، بیمه، اشتغال معلولان رایزنی و فعالیت می نمایند. در جلسه ای هم که با آقای رییس جمهور داشتیم بنده به عنوان دبیر حقوقی جامعه معلولان و مدیرعامل انجمن دفاع گزارشی به ایشان تقدیم کردم که الحمدالله با همه درخواست های مندرج در نامه موافقت شد و امیدوارم که به وعده های داده شده عمل شود.

**بعد از تصویب قانون ۱۶ ماده ای چه اتفاقات عملی افتاده است؟**

بعد از تصویب این قانون همه دانشجویان معلول دانشگاه آزاد در سراسر کشور، به طور رایگان ثبت نام می شوند. حدود



هر دیدار، تاکنون حتی با یک نامه هم مخالفت نشده است. چون ما آن قدر روی هر نامه کارکارشناسی کرده‌ایم و آن قدر این نامه‌ها دقیق نوشته شده است که هیچ گاه مورد مخالفت قرار نگرفته است. و این نشان می‌دهد که اگر سازمان‌های غیر دولتی یک حرکت و یا یک جنبش نرم افزاری خوب در مورد ارایه نیازهای خود داشته باشند می‌توانند مسوولان امور را به رفع مشکلات خود وادار کنند.

**به هر حال به طور کلی آمار معلولان در کشور چه میزان است؟**

در کشور حدوداً دو میلیون و هفتصد هزار معلول وجود دارد که از این تعداد ۱۲۰ هزار نابینای مطلق، ۱۲۰ هزار ناشنوای مطلق، حدود ۴۰۰ هزار نیمه بینا و ۴۰۰ هزار ناشنوا و یک میلیون و سیصد هزار هم معلول جسمی، حرکتی به علاوه ۴۰۰ هزار نفر معلول ذهنی داریم. اما آمار جهانی می‌گوید که در دنیا بین ۴ تا ۱۰ درصد معلول وجود دارد که با این حساب ما حدود سه میلیون معلول در ایران داریم. البته متأسفانه از این تعداد فقط حدود یک میلیون نفر در بهزیستی پرونده دارند و شناسایی شده‌اند. بعضی از افراد مایل به داشتن پرونده در بهزیستی نیستند و بعضی از افراد هم اصلاً از وجود چنین سازمانی اطلاع ندارند. این

نشان می‌دهد که سازمان بهزیستی در جهت تبلیغ و شناسایی خودش باید حرکت جدیدی را شروع کند. امیدواریم که با اعلام نتایج سرشماری امسال، به آمار دقیق تری از تعداد معلولان در کشور برسیم.

یکی از بزرگ‌ترین مشکلات معلولان، فرهنگ پایین جامعه در برخورد با معلولان است.

معلولان حرکتی از برخوردهای ترحم آمیز مردم با خود گله دارند و خیلی وقت‌ها معلولان ذهنی، مورد آزار و اذیت فیزیکی قرار می‌گیرند. رفع این مشکلات نیازمند فرهنگسازی در سطح عموم است. در قانون ۱۶ ماده‌ای به این نکته توجه شده که صدا و سیما باید ساعاتی را به معلولان در جهت فرهنگ سازی اختصاص دهد.

**در این زمینه انجمن شما چه اقداماتی کرده است؟**  
متأسفانه ما با داشتن غنی‌ترین سابقه تاریخی، فرهنگی و دینی، از نظر فرهنگی خیلی عقب هستیم. در کشورهای پیشرفته

دو ماه است که قانون اختصاص سه درصد ظرفیت استخدام در سطح کشور به معلولان به اجرا درآمده و در این مدت حدود ۵۴ نفر معلول در ادارات دولتی استخدام شده‌اند. در حال حاضر همه معلولانی که به انجمن دفاع از حقوق معلولان مراجعه می‌کنند، از بلیط نیم بهای هواپیما استفاده می‌کنند، یارانه‌های مراکزی که معلولان ذهنی را نگهداری می‌کنند، از طرف سازمان بهزیستی پرداخت می‌شود، همه معلولان کشور تا پایان سال ۱۳۸۵ دفترچه بیمه دریافت خواهند کرد. یعنی در پایان امسال هیچ معلولی بدون دفترچه بیمه نخواهد بود. در ۲۵ تیر ماه ۸۵ با همکاری وزیر رفاه، توانستیم ۵۰۰ هزار دفترچه بیمه خارج از سهمیه بهزیستی از این وزارتخانه دریافت کنیم و در اختیار سازمان بهزیستی قرار دهیم. این‌ها همه نشان دهنده این است که فعالیت‌های مدنی اگر از بطن خود معلولان باشد، بیشتر به ثمر می‌نشیند.

در تاریخ ۸۵/۵/۱۰ در دیداری که با رییس جمهور داشتیم، ایشان دستور تشکیل شورای عالی معلولان را دادند. و بعد از آن

هم ۱۲۷۹ خانه را به مناسبت هزارو دویست و هفتاد و نهمین میلاد امام رضاع (از آقای رییس جمهور طلب کردیم که شنیده‌ایم ایشان با این درخواست موافقت کرده‌اند و آن را به وزارت مسکن برای اقدام عملی، عودت دادند. البته دیدگاه ما این نیست که این

منازل حتماً در تهران باشد، این خانه‌ها باید به کلیه معلولان در سراسر کشور تعلق بگیرد.

وظیفه انجمن دفاع از معلولان دفاع از منافع تمام معلولان کشور است؛ نه منافع گروه خاصی از معلولان منطقه خاصی از کشور.

**این اقدامات مستلزم این است که انجمن شما یک بانک اطلاعاتی از آمار کلیه معلولان با معلولیت‌هایشان داشته باشد. چنین اطلاعاتی موجود است؟**

انجمن ما متأسفانه هنوز چنین اطلاعاتی را به صورت دقیق ندارد البته همان طور که قبلاً هم گفتم ما کار سخت افزاری نمی‌کنیم، کار نرم افزاری می‌کنیم. ما فقط فکر می‌دهیم، فقط انتقاد می‌کنیم، فقط ایده می‌دهیم و مشکلات را شناسایی می‌کنیم و آن‌ها را با ارقام و اسناد در اختیار مسوولان کشور قرار می‌دهیم. با افتخار باید بگویم که تا به حال با وجود ده‌ها دیداری که با رییس سازمان بهزیستی کشور داشته‌ام و با وجود ارایه چندین نامه در





آسیب پذیر در برنامه‌های تلویزیونی جایی وجود دارد تنها معلولان هستند که هیچ جایی در تلویزیون ندارند.

**در کشور ما وقوع جنگ و به جا ماندن عده بی شماری معلول، نگاه جامعه را نسبت به معلولان بهبود بخشید، اما هنوز تا رسیدن به نقطه مطلوب راه درازی داریم درست است؟**  
بله در هر جای دنیا که جنگی رخ داده، فرهنگ همزیستی با معلولیت در آن جامعه رشد کرده است. چرا اروپا نسبت به ایران بهتر با معلولان کنار می‌آید؟ به دلیل جنگ



جهانی دوم.

در اروپا، جنگ جهانی دوم که معلولان بسیاری از خود به جا گذاشت، باعث شد که معلول و معلولیت به عنوان یک واقعیت در جامعه پذیرفته شود و در حال حاضر همه معابر عمومی، گذرگاه‌ها، وسایل نقلیه عمومی و... با فرض وجود معلولان بهینه سازی شده‌اند. به این دلیل است که در آنجا سطح زندگی معلولان عالی و بالاست. من امیدوارم که ساخت و ساز سنتی در ایران به طرف ساخت و ساز علمی و آکادمیک پیش برود و روزی فرا برسد که یک معلول همانند یک فرد سالم با راحتی زندگی کنند. همانطور که یک فرد سالم به راحتی می‌تواند به پارک، کتابخانه، مسجد و سینما و... برود، یک فرد معلول هم بتواند از این فضاها استفاده کند.

**این در صورتی است که همه دست اندرکاران باور کنند که ممکن است سلامتی فعلیشان موقتی باشد، و هر سانحه، تصادف و یا یک بیماری لاعلاج می‌تواند به معلولیت در آن‌ها نیز ختم شود، یعنی سلامت هیچ وقت همیشگی نیست:**

اگر در جامعه ما پذیرفته شود که یک انسان چه حقی برای زیستن دارد، این امر محقق خواهد شد.

متاسفانه ما تا رسیدن به وضعیت مطلوب راه درازی در پیش داریم. امیدوارم شاهد روزی باشیم که یک معلول در ویلچر مناسب خود نشسته و به راحتی در هر خیابان و پارکی که دوست دارد، برود.

امیدوارم روزی برسد که تمام دنیا این حق مساوی و برابر را برای هموعان خود قایل باشند. هموعانی که مثل بقیه احساس دارند، گریه می‌کنند، عاشق می‌شوند و... و هیچ تفاوتی به جز محدودیت فیزیکی با بقیه ندارند.

با معلول به عنوان یک انسان دارای حق برخورد می‌شود و معلولیت او هیچ اثری بر روابط انسانی او با سایرین نمی‌گذارد. اما در کشور ما به معلول به جای رحم؛ ترحم می‌شود. رحم کردن یعنی دادن حق خودش به او ولی ترحم یعنی یک نگاه از بالا به پایین داشتن. درگفت و گویی که با آقای رییس جمهور داشتم گفتم که من در کتاب‌های مدرسه‌ای در مورد تصمیم کبری، دهقان فداکار، باغی که سوخت و... مطلب دیدم ولی حتی یک مطلب در مورد معلول ندیدم. این در حالی است که ریشه

واقعی شناخت اغلب انسان‌ها در دوره کودکی شکل می‌گیرد. بنابراین من از ایشان به عنوان رییس شورای انقلاب فرهنگی خواستم که بخواهند در کتب دبستان، راهنمایی و دبیرستان مطالبی در این خصوص گنجانده شود. طرحی با این موضوع تهیه و به آقای فقیهی (رییس سازمان بهزیستی) ارایه شده تا در هیات دولت مطرح شود.

این یکی از اقداماتی است که انجمن دفاع در مورد معلولین انجام داده است. در هفته جهانی معلولین نزدیک به یک ساعت مناظره تلویزیونی و نزدیک به ۱۵ ساعت مناظره رادیویی با وزیر، معاون وزیر، مسوولان توان بخشی و مسوولان سازمان بهزیستی و حدود ۱۶۰ مصاحبه مطبوعاتی داشته‌ام. با این کارها سعی شده به جامعه اطلاع‌رسانی شود و بگویم که درد معلول چیست و جایگاه واقعی معلولین در جامعه فعلی ما چیست و چشم انداز ما کدام است و می‌خواهیم در آینده کجا باشیم.

من خدمت جناب آقای آیت الله هاشمی رفسنجانی نیز رسیدم و دستور تدوین چشم انداز ۲۰ ساله معلولان را از ایشان گرفتم. امیدوارم که دبیرخانه مجمع تشخیص نظام با همکاری وزارت رفاه و سازمان بهزیستی و آموزش و پرورش استثنایی و کسانی که با جامعه معلولان در ارتباطند بتوانند یک چشم انداز مناسب ۲۰ ساله برای معلولان تدوین کنند.

ضمناً پیشنهاد تاسیس سیمای معلولان هم از طرف انجمن داده شده است ولی بهزیستی پیشنهاد سیمای بهزیستی را دارد که ما با آن مخالفیم.

البته ما تلاش خود را خواهیم کرد که سیمای معلولان باشد چون قانون جامع معلولین است و ما باید در این برنامه فقط در مورد معلولان برنامه داشته باشیم، برای سایر اقشار



گفت و گو با مهندس برجیان

## وقتی شرایط جدید خود را پذیرفتم دیگر انگار نه انگار که روزی روی دو پا راه می‌رفتم

پروانه حاجی‌لو



مهندس منصور برجیان، مهندس مکانیک است او که مدرک مهندسی پزشکی را نیز دارد، ۳۰ سال است که در زمینه تولید وسایل توانبخشی و کمک پزشکی فعالیت می‌کند. مهندس برجیان ۳۳ سال است که به علت حادثه‌ای که برایش پیش آمده روی ویلچر نشسته است. او کتاب‌های زیادی در زمینه مسایل مربوط به معلولان تالیف، جمع‌آوری و ترجمه کرده است. ایشان یکی از موسسان انجمن علمی، فرهنگی، هنری معلولان نیز هست. با او که اکنون مدیر عامل شرکت توان همگام است به گفت و گو نشستیم.



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۲۰

در چه مقطع تحصیلی بودید که دچار سانحه شدید و در

زندگیتان چه تاثیری داشت؟

لیسانس خود را گرفته بودم و وارد بازار کار شده بودم و برای بازدید به قصر شیرین می‌رفتم که در آن سفر این حادثه برایم پیش آمد. شاید هم تقدیر این چنین می‌بود که این مشکل برای من پیش بیاید تا مسیر زندگی تغییر کند و توانایی خود را در زمینه مسایل اجتماعی و آشنایی با معلول معلولیت بسنجم و ضمناً در این زمینه به عنوان حرفه فعالیت بکنم.

عمده فعالیت‌های شما در چه زمینه‌ای است؟

در ارتباط با طراحی و تولید وسایل توانبخشی و وسایل کمکی معلولان مثل ویلچر و تشک‌های موج فعالیت می‌کنیم و بخشی از اقلام و ظروف یکبار مصرف مورد استفاده در حرفه پزشکی را نیز تولید می‌کنیم در ارتباط با تشک‌های موج حرف اول را در ایران می‌زنیم.

خریداران و مصرف‌کنندگان تولیدات شما چه کسانی

هستند؟

خریداران عمده ما سازمان بهزیستی، هلال احمر و مراکز درمانی و آسایشگاه‌های کشور هستند و مصرف‌کننده‌های عمده ما نیز عزیزان معلول هستند. که به صورت انفرادی از ما سرویس می‌گیرند گاهی هم به صورت گروهی و تیمی از طرف سازمان بهزیستی معرفی می‌شوند و از ما سرویس می‌گیرند.

ضمناً آموزش استفاده از وسایل را هم ما در این مرکز هنگام فروش وسیله ارایه می‌کنیم. زیرا تشک موج و ویلچر هم مثل عینک و سمعک باید بر اساس شرایط جسمی هر فرد تهیه شود، نه این که بدون دقت و بدون در نظر گرفتن شرایط خاص فرد از مغازه تهیه و استفاده شود. زیرا اگر ویلچر بزرگ باشد، بر ستون فقرات تاثیر می‌گذارد و اگر جای پایش تنظیم نباشد ممکن است روی مفاصل فرد اثر بگذارد. در همین زمینه کتابی با استفاده از تجربه ۳۰ ساله خودم در ارتباط با افراد ضایعات نخاعی که چه کارهایی را چگونه انجام دهند و چگونه از جسم خودشان نگهداری کنند، چگونه از

می‌خواهد مثل آن‌ها از امکانات زندگی برخوردار باشد. باید این امکانات برایش ایجاد شود باید برایش فرصت ایجاد کنند. او حق دارد در سرنوشت اجتماعی، سیاسی و اقتصادی خود در جامعه مشارکت داشته باشد. چند تا از حوزه‌های رای‌گیری برای حضور معلولان مناسب‌سازی شده است، تا او بتواند برود و رای بدهد. مسجد که برای عبادت است کدامش پله ندارد. کدام تئاتر و سینما یا فرهنگسرای داریم که این مشکلات را نداشته باشد. این حق مسلم ماست که از وسایل نقلیه عمومی به راحتی استفاده کنیم، حق مسلم ماست که به سینما، تئاتر و فرهنگسرا برویم ولی امکانات کافی برای این حضور وجود ندارد.

**اگر اجازه بفرمایید سوالی خصوصی‌تر از شما بپرسم، بعضی‌ها با معلولیت به دنیا می‌آیند بعضی‌ها هم مثل شما بعداً دچار ضایعه می‌شوند کنار آمدن شما با این قضیه چگونه بود؟**

این برمی‌گردد به شخصیت افراد و تفکر و تربیت آن‌ها. بعد از

این‌که دچار این مشکل شدم و

دکترم با من صحبت کرد که

امیدوار است با پیشرفت طب این

وضعیت تغییر کند ولی فعلاً باید با

این مشکل سر کنم، نشستم، فکر

کردم، دیدم دوراه بیش‌تر نیست یا

مطلب را لمس کنم و با آن کنار بیایم

یا مبارزه با دشمنی ناشناخته را

شروع کنم. تصمیم گرفتم که کنار بیایم و خیلی سریع مطلب را

پذیرفتم و به خود گفتم تا الان سرپا بودی ولی از حالا به بعد باید

روی ویلچر بنشینم. خاطریم هست که در یک ماهی که در

بیمارستان بستری بودم کار توانبخشی را شروع کردم. این کار دو

خاصیت داشت اول این‌که من خود را فراموش می‌کردم، دوم

این‌که وقتی می‌خواستم با دیگر معلولان در این زمینه صحبت کنم

باید شرایط خودم را باور می‌داشتم و می‌پذیرفتم تا بتوانم روی

آنها اثرگذار باشم. در نتیجه من پذیرفتم و دیگر اصلاً انگار نه انگار

که روزی روی دو پاراه می‌رفتم. یک دفعه که به تالار رودکی برای

یک کنسرت رفته بودم و خیلی شلوغ بود آقایی به من گفت: شما

برای چه آمدید این‌جا؟ گفتم: شما برای چه آمدید؟ گفت: خوب من

سرپا هستم، گفتم: خوب من هم نشسته‌ام. شما هجوم می‌آوردید من

که سر جایم هستم و خوشبختانه دو سه نفر حلقه زدند و کمک

کردند و نگذاشتند ما زیر دست و پا بمانیم. می‌توانم بگویم که با

تطبیق دادن با شرایط بسیاری مشکلات را می‌توان حل کرد.

مشکلات ادرازی، زخم بستر و... پیشگیری کنند نوشته‌ام که به چاپ دوم رسیده است.

**پس کار شما صرفاً فروش کالا نیست و یک ارتباط اختصاصی هم با مشتری برقرار می‌کنید؟**

سعی می‌کنیم این طور باشد خصوصاً که ۷۰ درصد پرسنلی که ما داریم خودشان دچار معلولیت هستند و درد آشنا بودن آنها، به ارایه محصول با کیفیت بهتر کمک کرده است.

وقتی این رابطه تنگاتنگ با معلولان ایجاد شد و از بعد اقتصادی فراتر رفت، یک انجمن تاسیس کردیم به نام انجمن علمی، فرهنگی، هنری معلولان که ابعاد اجتماعی فرهنگی مشکلات معلولان را در آن پاسخ بگوئیم.

زیرا معلول انسان ضعیفی نیست. خیلی از معلولان دکتر هستند، پروفیسور هستند و در زمینه‌های مختلف علمی، فرهنگی، هنری، فنی فعالیت دارند. در این زمینه هم من کتاب نوابغ و مشاهیر معلول جهان را جمع‌آوری کرده‌ام و شما وقتی کتاب را مطالعه می‌کنید می‌بینید که افرادی مثل

ادیسون، بتهوون، انیشتین با

وجود مشکلات فیزیکی خود دنیا

را تحت تاثیر توانایی خود قرار

داده‌اند.

خواندن این کتاب و این

سرگذشت‌ها این تفکر را جا

می‌اندازد که معلولیت به جز

محدودیت چیز دیگری نیست و این محدودیت را می‌شود با فرهنگسازی، با مناسب‌سازی اماکن شهری، با ایجاد امکانات مناسب و در خور شأن، این افراد را تبدیل کنیم به نیروهای بسیار فعال در جامعه.

این توانایی‌های نهفته در این بچه‌ها وجود دارد.

**به نظر شما در این ارتباط چه کارهایی باید انجام شود؟**

متأسفانه حرف و شعار در این زمینه زیاد است و بهره‌برداری

سوء از امکانات در ارتباط با این عزیزان نیز زیاد صورت می‌گیرد.

در صورتی که اگر توانایی‌های آنان را بشناسند و آن را به رخ

جامعه بکشند انگیزه فعالیت در جامعه نیز صد چندان می‌شود.

زیرا وقتی ببینند که فردی با چنین محدودیت‌هایی با هزار مشکل

سرکار می‌آید و این طور خوب کار می‌کند بقیه هم تشویق

می‌شوند تا بهتر کار کنند. خلاصه کلام این که همه تلاشمان این

است که در جامعه جایبندازیم که معلول هم حقی دارد و شهروندی

از این جامعه است، مالیاتش را مثل افراد سالم می‌پردازد و



# نیمه شب

شادی به رایگان دهند و غصه می خرنند  
بازار و عرصه سوداست نیمه شب

هشدار، گویمت دو جز که بهترین کالا است  
سوزودل واشك و دعاست نیمه شب

نگو که بنده صالح نیم در این درگه  
که قاضی و مالک، آن خداست نیمه شب

کوله بارت نماز و دعا، خوشا به عاقبت  
که نماز و دعا چون طلاست نیمه شب

مس وجود بیاور بشو به آب دعا  
زرشوی از اثرش که کیمیاست نیمه شب

حامد اوری

ما را دل است گوهر و دریاست نیمه شب  
راهی میاز بنده و مولاست نیمه شب

خوابت بنه به گاه دیگر و آن دم الصلوه  
تا بنگری که چشمه خیر است نیمه شب

این راه بی ضلال باز است تا به صبح  
راهی برای خاکی آشناست نیمه شب

برخیز و چنگ ز بر این جبل بر فراز  
و اصل به عالم بالا است نیمه شب

بگو تو راز مگویت به گوش این صابر  
امین خاندان طاهاست نیمه شب

به شب چه گفته علی کر هم از زمان  
سنگ صبور و مونس مولاست نیمه شب



## دستور شیرینی از آشپزخانه رعد

### نان زنجبیلی

#### مواد لازم:

آرد ۲۵۰ گرم، روغن ۲۰۰ گرم، پودر قند ۱۱۰ گرم، تخم مرغ ۱ عدد، زنجبیل ۱ قاشق مربا خوری پر، شیر یا ماست شیرین ۲ قاشق غذاخوری، کنجد یا خشخاش برای تزیین

**طرز تهیه:** تخم مرغ (زرده و به اندازه یک فندق سفیده را با همزن خوب زده) سپس پودر قند را اضافه کرده و خوب می‌زنیم و بعد روغن جامد را افزوده و آنقدر می‌زنیم تا به شکل کرم شود سپس ماست شیرین یا شیر را با زنجبیل مخلوط کرده به مخلوط شکر و روغن اضافه می‌کنیم بعد و با همزن خوب هم می‌زنیم. بعد آرد را افزوده و با دست کمی ورز می‌دهیم. خمیر به دست آمده را در یک نایلون به مدت سه تا

خمیری در آمد که حالت چسبندگی نداشت آن را به شکل گلوله درمی‌آوریم و بعد داخل کیسه گذاشته و می‌گذاریم دو ساعت بماند بعد از دو ساعت خمیر را روی سطح صاف پهن کرده و با وردنه روی آن را صاف و به قطر دو تا سه میل می‌رسانیم و در فر با درجه حرارت ۲۵۰ درجه به مدت ۲۰ دقیقه می‌گذاریم بماند.

**نکته:** خمیرهای قالب زده شده را قبل از این که در فر بگذاریم ابتدا روی خمیر را با برس شیره می‌مالیم بعد آن را داخل کنجد می‌زنیم به طوری که تمام روی خمیر آغشته به کنجد شود و بعد درون فر می‌گذاریم.

### نان میکادو

#### مواد لازم: آرد گندم:

یک پیمانه، روغن جامد: یک پیمانه و یک چهارم فنجان. پودر قند: یک پیمانه. پودر نارگیل: یک دوم فنجان. دارچین: یک دوم فنجان. دارچین: یک دوم قاشق چایخوری. کاکائو: یک قاشق غذاخوری.

#### طرز تهیه: با آتش

ملایم آرد را تفت می‌دهیم تا حدی که بوی آن بلند شود بعد روغن را آب کرده و با پودر قند همراه با آرد اضافه می‌کنیم و به هم می‌زنیم در آخر پودر کاکائو و دارچین را اضافه نموده و خوب به هم می‌زنیم تا یکنواخت شود. برای این مواد ۶ ورق نان میکادو باید استفاده کرد. یک ورق نان میکادو گذاشته و با قاشق کمی از مواد را روی آن می‌ریزیم، سطح آن را صاف می‌کنیم همه سطح روی نان باید آغشته به مواد شوند. ورقه دوم را روی مواد گذاشته و باز روی آن مواد را ریخته و رویش را صاف می‌کنیم. این کار را چند بار تکرار می‌کنیم تا لایه آخر، لایه آخر را کمی شیره رقیق (شکر و آب را مخلوط می‌کنیم و به صورت شیره در می‌آوریم) روی آن مالیده و سپس پودر نارگیل می‌پاشیم و بعد به شکل قطعات مستطیل درمی‌آوریم و بعد یک ساعت درون یخچال گذاشته و بعد بیرون می‌آوریم.

چهار ساعت می‌گذاریم تا بماند حال آن را باز کرده و به قطر سه میلیمتر و با قالب دلخواه می‌زنیم و در یک سینی چیده و کمی زعفران را در آب حل کرده و با برس روی آن می‌مالیم تا روی شیرینی یک دست زعفرانی شود. سپس از خشخاش یا کنجد برای تزیین روی آن

استفاده می‌کنیم. درجه فر ۲۵۰ درجه فارنهایت (حرارت متوسط) به مدت ۲۰ دقیقه در فر می‌گذاریم.

### نان کنجدی اصفهانی

آرد ۳۷۵ گرم، روغن ۱۹۰ گرم، زرده تخم مرغ ۲ عدد، پودر قند ۱۰۰ گرم، بکینگ پودر یک چهارم قاشق چایخوری، هل نصف قاشق چایخوری، ماست یک چهارم استکان انگشتی، کنجد به مقدار لازم، شیره نصف استکان

**طرز تهیه:** زرده تخم مرغ را از سفیده جدا می‌کنیم و زرده‌ها را با شکر مخلوط کرده و در حدود ۴ دقیقه می‌زنیم. بعد روغن را اضافه می‌کنیم با همزن آنقدر می‌زنیم تا سفیدرنگ شود بعد ماست را اضافه کرده و آرد را با بکینگ پودر و هل مخلوط کرده و کمی ورز می‌دهیم، بعد که به شکل



# نگاهی جدید به اجرای توانبخشی مبتنی بر جامعه در جمهوری اسلامی ایران

دکتر علیرضا احمدیه

رئیس ستاد توانبخشی مبتنی بر جامعه سازمان بهزیستی کشور



کمی و کیفی توانبخشی در اختیار معلولان قرار دهد. نظر به این که این راهبرد تمام جوانب زندگی معلولین را مورد توجه قرار داده و از نظر اقتصادی (با توجه به وسعت خدمات قابل ارائه) مقرون به صرفه است و با توجه به عزم جامعه جهانی در تحقق شعار توانبخشی برای همه، اکثر کشورها این رویکرد را در سیستم خدمات توانبخشی کشور خود مورد استفاده قرار داده‌اند. به طوری که قریب به اتفاق کشورهای اروپایی، آمریکای جنوبی و شمالی، آسیایی و آفریقایی هم اکنون مجری برنامه CBR می‌باشند.

در حال حاضر تمام کشورهای عضو ESCAP (یکی از نهادهای سازمان ملل متحد در منطقه آسیا و اقیانوسیه که حدود هفتاد درصد جمعیت جهان را در برمی‌گیرد) راهبرد CBR را با روش اجرایی خاص خویش به کار می‌برند. لازم به یادآوری است CBR برنامه‌ای است با قابلیت انعطاف و انطباق با شرایط خاص فرهنگی، اجتماعی، ساختاری و اقتصادی هر کشور که توانایی تطبیق با هرگونه شرایطی را برای به کار بردن آن دارد. به طور مثال در اندونزی برنامه CBR با استفاده از رویکرد توسعه اجتماعی جهت ارتقاء مشارکت جامعه به طور موفق انجام می‌شود. در بنگلادش فعالیت‌های اشتغال‌زایی برنامه CBR به بهبود زندگی معلولین منتهی شده است. در سوئد، انگلستان و

در جهان چند صد میلیون نفر بر اثر نقص‌های حرکتی، شنوایی، بینایی و ذهنی دارای معلولیت هستند. اگرچه تعداد این افراد به طور دقیق مشخص نیست ولی بدون هیچ تردیدی روشن است که خدمات موجود پزشکی و توانبخشی برای برطرف کردن نیاز آن‌ها کافی نمی‌باشد. اگرچه کشورهای توسعه یافته توانسته‌اند بخشی از نیازهای معلولین را در زمینه پزشکی و توانبخشی تامین نمایند اما به ادعای آن‌ها فراهم کردن فرصت کافی برای اشتغال، پیوستن معلولین به زندگی اجتماعی، بهره‌مندی از حقوق شهروندی یکسان و رفع نگرش‌های منفی در خصوص معلولیت با تمام توسعه یافتگی آن کشورها همچنان گریبان‌گیر معلولین می‌باشد. در کشورهای در حال توسعه در پاره‌ای از موارد، معلولین به کمترین امکانات و خدمات نیز دسترسی ندارند و تنها دولت‌ها در شهرها خدماتی را در زمینه پزشکی و توانبخشی برای معلولین فراهم نموده‌اند. در سال ۱۹۹۴ میلادی سازمان جهانی بهداشت (WHO)، سازمان جهانی کار (ILO) و سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی ملل متحد (UNESCO) به منظور توسعه کمی و کیفی خدمات توانبخشی مبتنی بر جامعه (CBR) را طراحی و پیشنهاد کردند.

توانبخشی مبتنی بر جامعه دولت‌ها را ملزم می‌داند تا جوامع را از مسئولیت خود آگاه ساخته و منابع ضروری را برای توسعه



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۲۸

افتاده که تا کنون خدمتی دریافت نمی‌کردند، طراحی خدمات ارجاع مناسب، برقراری هماهنگی بین بخشی، حضور گروه‌های غیر دولتی در ارایه خدمات توانبخشی و ایجاد تحول در آموزش دانشگاهی در رشته‌های مربوط و آموزش کارکنان در حین خدمت.

در حال حاضر دستاورد کمی پس از یک دهه اجرای برنامه CBR توسط سازمان بهزیستی در کشور جمهوری اسلامی ایران شامل موارد ذیل است: تعداد ۶۷۳۱۴ نفر معلول ساکن در مناطق روستایی (حدود ۱۶ درصد کل معلولین تحت پوشش سازمان بهزیستی کشور) در ۳۰ استان کشور و بیش از ۱۱۰ شهرستان مجری را مورد شناسایی قرار داده و تحت پوشش خدمات چندگانه بوده است. نتایج آماری حاصل شده نشان می‌دهد که فعالیت CBR از آغاز تا کنون توانسته ۱۵ درصد از جمعیت معلولان مناطق روستایی کشور را تحت پوشش خدمات ببرد که قطعاً برای ادامه کار نیازمند توجه بیشتر، تهیه و تأمین ساز و کارهای لازم و برنامه‌ریزی

اصولی در سطح ملی می‌باشد. اکنون در دهه دوم اجرای توانبخشی مبتنی بر جامعه باید به سه اصل ذیل توجه خاص نمود. اولین اصل CBR این است که CBR برنامه‌ای است متعلق به جامعه که توسط افراد جامعه،

نهادهای و ادارات یا مقام‌های محلی عرضه می‌گردد و این اصل بایستی در تمام سیاست‌های اجتماعی، آموزشی و سلامتی در کلیه سطوح جامعه مورد توجه قرار گیرد. در سطح ملی، CBR بخشی از عملکرد کشور برای پشتیبانی از افرادی است که در هر سنی به شکلی دچار معلولیت می‌باشند و در سطوح استانی و منطقه‌ای، CBR با ارایه خدمات ارجاعی و اطلاع‌رسانی به جوامع تحقق پیدا می‌کند. در سطح جامعه محلی، پیوستن معلولین به جامعه با حمایت جامعه محلی که صاحب برنامه CBR است، به اجرا در می‌آید. در این جامعه محلی، پیوستن معلولین به جامعه با حمایت جامعه محلی که صاحب برنامه CBR است، به اجرا در می‌آید. در این جامعه مسئولیت اصلی بر عهده معلولین و خانواده آن‌ها می‌باشد. بنابراین تنظیم و اجرا سیاست‌های پشتیبانی از CBR در کنار تشویق و حمایت جامعه جهت قبول مسئولیت در قبال توانبخشی معلولین و تقویت خدمات ارجاعی توانبخشی با

آرژانتین با بکارگیری نیروی انسانی متخصص و کارآمد به تعداد کافی در سطح خانه و جامعه CBR چهره‌ای دیگر از توانبخشی نمایان می‌سازد. موریتانی و ویتنام با اجرای برنامه ملی توانبخشی توانسته‌اند با همکاری CBR و PHC در تمام سطوح، خدمات توانبخشی را در جامعه جاری نمایند. کشور چین CBR را در برنامه آموزش دانشگاهی پزشکان گنجانده است و در خدمات پزشکی به معلولین ارایه می‌دهد. در لبنان و فلسطین با ویژگی‌های خاص آن مناطق این خدمات با تقویت گروه‌های داوطلب از طریق گروه‌های غیردولتی و مشارکت جامعه توانسته همه افراد را در امر توانبخشی مشارکت دهد. در کشور جمهوری اسلامی ایران نیز CBR توسط سازمان بهزیستی کشور (متولی توانبخشی معلولین) از سال ۱۳۷۰ در سطح کشور به اجرا درآمده است.

توانبخشی مبتنی بر جامعه (CBR) در جهت ایجاد رویکردهایی همچون افزایش آگاهی اجتماعی و تغییر دیدگاه منفی به سمت دیدگاه مثبت، آموزش در خانواده (با استفاده از جزوات سازمان بهداشت جهانی)، آموزش خارج از خانواده، ایجاد شورای توانبخشی مبتنی بر جامعه روستایی بمنظور برخورداری از مشارکت اجتماعی، تهیه وسایل کمک

توانبخشی با امکانات ساده موجود در جوامع محلی و یا تحویل وسایل کمک توانبخشی با دسترسی بیشتر برای معلولین گسترش پیدا کرد.

خدمات توانبخشی مبتنی بر جامعه (CBR) شامل آموزش در خانواده، آموزش خارج از خانواده، وسایل کمک توانبخشی، ارجاع مناسب، اشتغال و حمایت‌های توانبخشی است که پس از شناسایی به معلولین ارایه می‌شود. البته خدمات مربوط براساس نیازسنجی و ارزیابی آن‌ها توسط توانیاران و کارشناسان مربوط توسط توانیاران (داوطلبان محلی آموزش دیده) به معلولین ارایه می‌گردد. دستاوردهای کیفی توانبخشی مبتنی بر جامعه موارد زیادی را شامل می‌شود که می‌توان از این جمله موارد ذیل را نام برد: مشارکت جامعه در فرایند توانبخشی، فعالیت شبکه خدمات سلامت در خدمات توانبخشی، آموزش خانواده، گسترش خدمات توانبخشی در روستاها و مناطق دور

**توانبخشی مبتنی بر جامعه دولت‌ها را ملزم می‌داند تا جوامع را از مسئولیت خود آگاه ساخته و منابع ضروری را برای توسعه کمی و کیفی توانبخشی در اختیار آن‌ها قرار دهد**



کار در سطوح منطقه‌ای، استانی و ملی می‌تواند نقش موثری در گسترش سریع و پایدار خدمات CBR (در منظر خاص) و توانبخشی (بصورت عام) در سطح کشور داشته باشد. البته نباید فراموش کرد که استقرار نظام معینی برای مدیریت، ارزشیابی و مشارکت معلولین در تمام فعالیت‌ها، سطح کمی و کیفی خدمات را ارتقاء خواهد داد.

دومین اصل در توانبخشی مبتنی بر جامعه آموختن از مردم است. اساس رویکرد CBR یافتن تکنولوژی موفق محلی و پایه‌گذاری آن بر اساس سیستم خدمات و مدیریت هر کشور است. تازمانی که رویکرد محلی اساس خدمات است، شکست‌ها ایده‌های مهمی را آموزش می‌دهد. این برنامه‌ها ممکن است مربوط به آب، کشاورزی، خدمات سلامتی و مدارس جامعه باشد.

بنابراین ما باید والدین خلاق (که بچه نابینایش را آموزش داده و در روستا به تحرک درآورده است و یا با کودک عقب مانده

ذهنی‌اش در مزارع کار می‌کند) و معلم (که در مدرسه به دانش آموز معلولش آموزش می‌دهد) و صنعتگر (که عصاره یا پای مصنوعی می‌سازد یا آموزش شغلی به معلول در روستا می‌دهد) جست‌وجو نمائیم. در این مسیر بهتر است نمونه‌ای از

مدیریت را از رهبران جامعه محلی و اصول همکاری‌های اجتماعی را از تعاونی‌ها و شوراهای اسلامی در روستاها بیاموزیم و باید یاد بگیریم که به توانایی‌ها و تجربه مردم احترام گذاشته و به دقت به نظرات آن‌ها گوش فرا دهیم. از این رو جستجوی آن چیزی که قبلاً وجود داشته و همچنین آموختن از مردم یک اصل است و این باید نقطه آغاز و حرکت هر تلاش برای توسعه (از جمله توسعه خدمات توانبخشی) باشد.

سومین اصل در CBR توجه به توسعه از پایین و تشویق به تاسیس تشکلهای اجتماعی (گروه‌های غیر دولتی و تشکلهای معلولین) است و در ادامه پیوند آن‌ها به سیستم ارجاع می‌باشد. بعد از شناسایی نیازهای جامعه ترجیحاً بعد از یک دوره اجرا، باید تشکلهای ایجاد شود. اهداف آموزشی در سیستم ساخته شده از پایین برای پاسخ به تقاضای محلی ضمن توجه به نحوه سازمان‌بندی و تمرکز زدایی منابع موجود، باید برای کارکنان

متخصص تنظیم شود. در طول زمان باید شایستگی توانیاران توانبخشی جامعه را از طریق برنامه‌های آموزش ضمن خدمت بهبود بخشید و سیستم را از سطوح پایین ارتقاء داد و والدین یا سایر اعضای خانواده که به عنوان مربیان معلولین فعالیت می‌کنند، توانایی خویش را با کسب تجربه افزایش دهند. معلمین مدارس می‌توانند درباره نحوه تلفیق کودکان در کلاس‌ها (احتمالاً با کمک یک معلم بسیار) اطلاعات بیشتری کسب کنند. رهبران جامعه (معلمین محل) می‌توانند طرح‌ها را برای حرفه‌آموزی تلفیق یافته و غیر رسمی آغاز نمایند و به مربیان در انجام فعالیت‌های درآمدزا کمک کنند. حقوق معلولین را می‌توان با همراهی و کمک‌های جامعه تامین نمود و معلولین می‌توانند دیدگاه خویش را بیشتر و بهتر بیان کنند. به همین دلیل است که برنامه CBR اکثر موفقیت خود را مدیون ساختن و ارتقاء سیستم از سطوح پایین می‌داند. در این بین مداخله دولت ضروری است زیرا هیچ راه دیگری برای ایجاد شبکه منسجم خدمات با عملکرد مطلوب وجود ندارد اما از سوی دیگر، دولت با توجه به

این‌که محدودیت مالی دارد نباید هر چیزی را متعهد شود. هیچ کشوری سرمایه‌ای بهتر و مناسب‌تر از مردم خویش ندارد و برای ارایه بهتر خدمات توانبخشی، رویکرد مشارکتی (مشارکت مردم) نیاز است.

بنابراین دولت باید با توجه ویژه به سرمایه‌های اجتماعی در اجرای برنامه‌های توسعه جامعه تنها به عنوان تسهیل کننده در کنار مردم قرار گیرد و مردم با اولویت‌بندی نیازها، به ارایه خدمات اثربخش برای رفع نیازهای جامعه بر اساس مقتضیات محلی و تجارب بومی و منطقه‌ای بپردازند.

شورای توانبخشی مبتنی بر جامعه در روستاها (واحد پشتیبانی CBR در روستاها) به منزله یک سازمان غیر دولتی محلی شکل می‌گیرد تا با ظرفیت‌سازی در روستا و جلب اعتماد مردم با برنامه‌ریزی و تخصیص اعتبار از طریق واحدهای مردمی اقدام نماید. توانمندسازی به زمان نیاز دارد و باید با اطلاع رسانی و آموزش، تغییر مثبت در نگرش، اصلاح و بهبود رفتار مسئولین و جامعه آغاز گردد. در صورت گسترش CBR در سطح جوامع محلی و انتقال مدیریت این فعالیت‌ها به مردم، نیازی به ایجاد واحدهای محلی دولتی و حمایتی از بین می‌رود.

**سومین اصل در CBR توجه به توسعه از پایین و تشویق به تاسیس تشکلهای اجتماعی، گروه‌های غیر دولتی و تشکلهای معلولین است**





## برای آخرین بار

رادا روحی

دام و گفتم پدر و مادرم پنجشنبه همین هفته منتظر شما هستند. وقتی این را به امیر گفتم، مریم ناراحت و گریان از پیشم رفت. فردای اون روز رقوم سراغ مریم و به او سلام کردم، که مریم جوابم را نداد فقط گفت: خوشبخت بشی و بعد هم رفت. دو روز بعد که قرار بود امیر با مادر و پدرش بیایند خونه ما از خوشحالی در پوست خود نمی گنجیدم بالاخره انتظارم سر آمد و آنها آمدند پدر امیر سریع رفت سر اصل مطلب و گفت که ما برای امر خیر مزاحم شما شده ایم، امیر به زودی مدرک پزشکی را می گیرد و همه امکانات رفاهی را هم برای شروع زندگی مشترک دارد و حالا هم اگه اجازه بدید او را به غلامی خودتون قبول کنید. پدرم گفت: مادیات زیاد مهم نیست، مهم اینه که یه جوان اخلاق خوبی داشته باشد و این دو جوان همدیگر را ببسندند. مراسم معارفه با آوردن شیرینی و چای تمام شد و قرار بله برون برای یک هفته بعد گذاشته شد. همزمان پدرم و برادرم محسن به تحقیق از امیر بر آمدند که نتیجه مثبت بود. پس قرار نامزدی و عروسی را نیز گذاشتیم خیلی زود دوران نامزدی به پایان رسید و روز موعود عروسی نزدیک شد. امیر گفت خیلی خوشحالم که تو را برای زندگیم انتخاب کردم من هم می گفتم من هم همین طور و جمله دوست داشتنم را بارها به هم می گفتیم. بالاخره روز عروسی فرارسید و بعد از گفتن بله و هلهله و شادی پدر و مادرم، من و امیر راهی سفر برای گذارندن ماه عسل شدیم. در راه شادی کردیم و می خندیدیم چند ساعتی از آغاز سفرمان نگذشته بود که ناگهان کامیون از روبه رو به ماشین ما برخورد کرد. دیگر هیچ چیز نفهمیدم. روز بعد وقتی در بیمارستان به هوش آمدم پدر و مادر را دیدم که بالای سرم گریه می کردند. پس از چند روز فهمیدم که از کمر به پایین فلج شده ام و دیگر نمی توانم راه بروم. اولین بار که پس از این اتفاق امیر را دیدم، با این که او خیلی ناراحت بود اما از نگاهش خواندم که او نمی تواند مرا با این وضعیت تحمل کند. حدسم درست بود یک هفته بعد از امیر جدا شدم.

xx x

صدای هلهله و شادی را از خانه مریم می شنوم و برای آخرین بار از خاطرات نه چندان خوش سال قبل بیرون می آیم. پدر، مادر و برادرم پشت سرم ایستاده و گریه می کنند ولی من در دل برای عروس و داماد آرزوی خوشبختی می کنم. و آرزو می کنم که شرایطی بوجود آید که مانند گذشته شور و شوق زندگی کردن در من هم بوجود آید و ناکامی های پیش آمده فراموش شود و من هم بتوانم خود را با زندگی جدیدم وفق دهم و از سایر توانایی هایم به بهترین وجه استفاده کنم.

امشب شب عروسی شوهر من امیره، کسی که قرار بود همدم و شریک زندگی من باشه، روی تراس خانه نشسته ام و صدای هلهله و شادی مراسم عروسی اش را می شنوم. دردم می گویم، چرا نامرد؟ چرا؟ مگه قرار نبود تمام سختی ها رو باهم تحمل کنیم. اما باز به خودم می گویم مردها همشون همینند. بی اختیار به یاد یه سال قبل می افتم. اون روزها من دانشجوی سال آخر پزشکی بودم و برای خودم یک دختر پر شور و پر انرژی و پر تحرکی بودم دختر که نه، بچه شیطان دانشگاه پزشکی محسوب می شدم. امیر هم یکی از همکلاسی های من بود که همه نگاه ها را مجذوب خود می کرد.

اون روز خسته و کوفته به منزل رسیدم مادر طبق معمول مشغول آب دادن به گلها و باغچه و جارو کردن حیاط بود سلام کردم و داخل خانه شدم که مادر گفت: شیوا جان لباسهایت را سریع عوض کن که قرار است مهمان بیایید. پرسیدم چه کسی قراره بیاد اونم توی این موقع که من امتحان دارم و باید درس بخونم؟ مادر گفت: غریبه نیست، آشناست. خانم حسینی و پسرش علی چند روز پیش اجازه خواستند که بیان برای یک امر خیر. در حالی که عصبانی بودم گفتم مادر من که به او علاقه ای ندارم. مادرم گفت: حالا کی گفته تو بگی بله. بذار بیان تا بعد ببینم چی می شه.

علی پسر خانم حسینی همسایه دیوار به دیوار ما بود و در یک سوپر مارکت کار می کرد و دیپلمه بود. اما من علاقه ای به او در خودم حس نمی کردم زیرا هم از لحاظ فرهنگی و هم از لحاظ سنی به هم نمی خوردیم خلاصه شب فرا رسید و آنها آمدند و رفتند قرار شد سه روز بعد به آنها جواب بدهیم که به مادرم گفتم به آنها بگو که جواب من منفی است. فردا که به دانشگاه رفتم خبری از مریم، دوست صمیمی ام نبود با خودم گفتم یا داخل کلاس است یا باز دیر کرده آخر همیشه از این عادتها داشت. عصر وقتی کلاس ها تعطیل شد می خواستم تاکسی بگیرم و به خونه برم. باران تندی ام می آمد و من هم خیس خیس شده بودم که امیر با ماشینش جلوی پایم ایستاد و گفت: سوارشید شیوا خانم و گرنه موش آبکشیده می شدید، چاره ای نداشتیم و سوار شدم در راه امیر از خودش و خانواده اش حرف زد. وقتی خواستم پیاده شوم گفت: اگر اجازه بدهید به همراه خانواده برای خواستگاری از شما مزاحمتون بشم. وقتی خدا حافظی کردم خیلی خوشحال بودم. شب که پدر به منزل آمد مادر جریان را به او گفت و قرار شد پنجشنبه همین هفته بیان خونه ما. فردا که به دانشگاه رفتم به امیر شماره تلفن منزل را





پریسا افتخار، مسوول ارتباط با رسانه‌ها در گروه باور:

## خوشبختی و بدبختی انسان‌ها را باورشان می‌سازد نه وضعیت جسمانی‌شان

هانیه مهاجری

پریسا افتخار، متولد ۱۳۶۱ است که تحصیلات خود را تا دوره کارشناسی مترجمی زبان ادامه داده است. او هم‌اکنون مدرس مجتمع آموزش نیکوکاری رعد نیز هست و مسوول ارتباط با رسانه‌های انجمن باور هم می‌باشد. پریسا افتخار همراه با همسرش آقای مقدم زوج فعال در گروه باور هستند.

لطفاً در ابتدا خود را معرفی کنید.

من پریسا افتخار، ۲۴ سال دارم، لیسانس مترجمی زبان هستم.

از چه زمانی دچار معلولیت شدید؟

حدود سه سال پیش بر اثر یک سانحه رانندگی قطع نخاع شدم و دیگر نتوانستم راه بروم.

بعد از این که دچار چنین عارضه‌ای شدید، چه عکس‌العملی نشان دادید؟

در ابتدا، بسیار سخت و باورنکردنی بود. مثل یک کابوس وحشتناک که دوست داری زودتر بیدار شوی و از آن رها گردی. یک سال اول منتظر و امیدوار به تغییراتی بودم، چون تقریباً افرادی که دچار ضایعه قطع نخاع هستند، امکان ترمیم تا یک سال برایشان محتمل است، اما زمانی که فهمیدم معالجه و بهبود قطعی نیست، تلاش کردم تا تصمیم جدیدی برای زندگی بگیرم تا بتوانم با این مساله کنار بیایم. برای این که با شرایط جدید خود به گونه‌ای کنار بیایم دو راه پیش رویم بود یا این که باید مثل بعضی افراد معلول خانه‌نشین بشوم یا این که تلاش کنم به زندگی خود با نگرشی جدید ادامه بدهم، مثل قبل البته با کمی تغییرات در زندگی. اما بعد از مدتی که چندان هم طولانی نبود، راه دوم را برگزیدم، می‌خواستم هیچ تفاوتی با دیگران در خود احساس نکنم.

چه عواملی باعث شد تا با این مساله کنار بیایید و آن را به راحتی بپذیرید؟

به طور کلی خانواده و خویشاوندان با محبت کامل تمام وقت خود را صرف من کرده بودند، بخصوص مادر مهربانم که

خود را وقف من نمود و از هیچ‌گونه ایثار و از خودگذشتی دریغ نکرد. با وجود این که خودش داغدار خواهرم بود که در همان سانحه درگذشت. اما خارج از خانه، در ابتدا به مجتمع رعد برای فیزیوتراپی مراجعه کردم، در آن جا خانم‌ها فقیهی و حقیقی تلاش‌های بسیار زیادی نمودند تا این که من را به شرایطی عادی بازگردانند و تغییرات مثبت در روحیه‌ام ایجاد کنند. این خانم‌ها به من پیشنهاد کردند که در مجتمع رعد به تدریس زبان مشغول شوم. بعد هم در انجمن باور - که با تلاش‌های جمعی از بچه‌های رعد و در کنار دوستان غیرمعلول تشکیل شده بود، به فعالیت پرداختم.

هم‌اکنون مشغول چه فعالیت‌هایی هستید؟

هم‌اکنون به کار تدریس و ترجمه مشغول هستم. در مجتمع رعد، به آموزش زبان می‌پردازم و به عنوان عضوی از گروه باور مسولیت قسمت ارتباط با رسانه‌ها را دارم. یکسال پیش ازدواج کردم و علاوه بر کارهای ذکر شده مسولیت زندگی را هم برعهده دارم.

همانطور که گفتید در گروه باور عضو هستید و فعالیت می‌کنید، لطفاً مختصری درباره تاریخچه گروه باور بفرمایید؟

گروه باور در بهمن ۱۳۸۲، به همت و پیشنهاد آقای مقدم، (همسر من)، که سال‌ها قبل در مجتمع رعد فعالیت می‌کرد و با دعوت از جمعی از معلولین در کنار افراد غیرمعلول شروع به کار کرد. هدف این گروه تغییر باورها و نگرش‌های جامعه نسبت به این قشر و با امید به ساختن شهری بدون پله برای همه بود. شهری که در آن همه شهروندان فرصتی یکسان برای زندگی و



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۳۲

رشد و پیشرفت داشته باشند.

باوری‌ها، باور داشتند که ایجاد معلولیت یک شانس ۵۰ درصدی برای هر کسی است و ممکن است برای هر فردی در جامعه پیش آید. همچنین معتقد بودند که خوشبختی و بدبختی انسان‌ها به شرایط جسمانی‌شان بستگی ندارد بلکه محصول طرز نگرش و باورهای آنهاست. با تغییر نگرش می‌توانیم زندگی متفاوتی را برای خود رقم بزنیم.

### حوزه فعالیت‌های باور شامل چه چیزهایی می‌شود؟

باور در ابتدا قصد داشت کلاس‌هایی مثل مهارت زندگی برای معلولان ایجاد کند، اما به مرور دریافت که مشکل معلولین ریشه‌ای تر و عمیق تر است. به دلیل وجود فرهنگ غلط در جامعه، شخص معلول، ناتوان پنداشته می‌شود و باید جدا از جامعه باشد. از طرفی معلولان حتی اگر بخواهند از خانه بیرون هم بیایند، نگاه‌ها و رفتارهای مردم آن‌ها را اذیت می‌کند. بنابراین گروه باور تصمیم گرفت درکنار توانمندسازی معلولان

به دو موضوع بسیار مهم یعنی فرهنگ سازی در جامعه و آموزش حقوق شهروندی نیز بپردازند. در واقع توانمند سازی، فرهنگ سازی آموزش حقوق شهروندی باید در کنار هم باشند و با هم پیش بروند. به این معنی که ابتدا باید با فرهنگ سازی

محیط جامعه را آماده کنیم تا به راحتی پذیرای افراد معلول باشند و از طرفی خود فردی را که دچار معلولیت است را قانع کنیم و به او این باور را بدهیم که در ابتدا او باید خودش، خود را بپذیرد. زمانی که فرد خود را باور کرد، می‌تواند محیط را برای حضورش آماده کند و این باور را در جامعه جا بیاندازد.

به همین دلیل فرهنگ سازی، توانمند سازی و حقوق شهروندی سه محور اصلی فعالیت گروه باور است.

**فعالیت‌هایی که در طول این سه محور انجام می‌گیرد، چیست؟**

در حوزه فرهنگ سازی بیش تر متوجه تغییر نگرش جامعه است. تلاش می‌کنیم تا دید و نگرش مردم را از طریق مطبوعات و رسانه‌ها نسبت به معلولان تغییر دهیم. امروزه صحبت بیش تری که دنیا در حوزه و مقوله معلولان بیان می‌کند در اصل "عادی سازی محیط و تلفیق معلولین" با افراد غیر معلول است. گروه باور خودش هم تلفیقی از افراد معلول و غیر معلول است.

در واقع باور یک NGO منحصر به افراد معلول نیست. در این گروه افرادی که معلولیت ندارند، این موضوع را باور کرده‌اند که "معلولیت، یک شانس برابر برای همه است." یعنی تصورشان این است که ممکن است هر لحظه حادثه، بیماری یا سانحه‌ای رخ دهد و آن‌ها هم به این مشکل دچار شوند.

در این حوزه کار ما همان‌طور که گفته شد، تاثیرگذاری بر رسانه‌هاست. زیرا رسانه اولین و تاثیرگذارترین عامل بر اذهان عمومی هستند. به عنوان مثال قبل از این که خودم دچار چنین مساله‌ای شوم، تصور می‌کردم که معلولین فقط جانبازان جنگ هستند.

پیگیری اجرای قانون مناسب سازی فضاهای شهری برای افراد دارای معلولیت هم برنامه دیگری است که در این حوزه جای می‌گیرد. یعنی افراد باید به این باور برسند که شهر متعلق به همه شهروندان است، چه معلول و چه غیرمعلول. پس باید فضای شهری برای حضور معلولین مناسب باشد. اضافه بر این، باور دارای یک سایت اینترنتی و یک گروه اینترنتی است که حدود سه هزار نفر در آن عضو هستند.

در حوزه حقوق شهروندی تلاش باور آشناسازی افراد معلول با قانونی است که دو سال پیش در مجلس شورای اسلامی

تصویب شده است. همچنین تلاش برای اجرایی شدن تمام بندهای آن نیز از دیگر فعالیت‌هایی است که در این حوزه انجام می‌شود. در واقع فعالیت‌های ما در این حوزه شامل گفت‌وگو با سازمان بهزیستی، وزارت رفاه و سایر وزارتخانه‌ها و همچنین آگاهی دادن به اعضا و تکثیر قانون ۱۶ ماده‌ای و دادن به همه معلولان است.

در حوزه توانمندسازی فعالیت‌های ما شامل برگزاری کلاس‌های مهارت زندگی است. کلاس‌هایی از قبیل آموزش فن شیوه بیان و کلاس‌های حقوق شهروندی در حوزه معلولین.

### چه فعالیت‌هایی پیش روی باور است؟

فعالاً فعالیت در این سه حوزه همچنان ادامه خواهد داشت، سال بعد دومین دوره جشنواره فرهنگی - هنری معلولان هم برگزار خواهد شد، اما در برگزاری جشن به فرهنگ سازی بیش تر توجه می‌شود، چون فرهنگ سازی کار زیربنایی است و چیزی بیش از یک سال یا دو سال زمان می‌برد.

**باوری‌ها، باور داشتند که ایجاد معلولیت یک شانس ۵۰ درصدی برای هر کسی است و ممکن است برای هر فردی در جامعه پیش آید**



# رویکرد درمانی آموزش نمونشی ( CONDUCTIVE EDUCATION )

حمید دالوندی

کارشناس ارشد کار درمانی جسمی

نشستن، ایستادن، راه رفتن، کار با دست و آموزش در حوزه‌های شناختی، گفتار و مهارت‌های شخصی شامل موارد ذیل می‌شود:

- ✓ گسترش هماهنگی بین فعالیت‌های چشم و دست
- ✓ کنترل حرکات اضافی و ناهماهنگ
- ✓ افزایش تعادل در انجام حرکات
- ✓ افزایش توجه و دقت در فعالیت‌های گروهی
- ✓ به دست آوردن وضعیت آرام عضلانی Relaxation
- ✓ آموزش والدین برای کمک به کودکان که آموزش‌هایی را که دیده‌اند در تمامی فعالیت‌های روزمره انجام دهند.
- ✓ یادگیری کشش اندام‌های تحتانی و فوقانی و نگهداری اندام در وضعیت مناسب
- ✓ تمرین تنفس صحیح و طولانی با افزایش صدا سازی و استفاده از کلمات ساده.

## اصول آموزش نمونشی CE

- ✓ آموزش نمونشی یک رویکرد درمانی به ناتوانایی‌های جسمی- حرکتی از طریق آموزش و یادگیری است نه درمان دارویی یا پزشکی.
- ✓ تاکید این روش بر یادگیری کودکان برای تطابق توانایی‌هایشان با محیط است نه آماده سازی محیط اطراف.
- ✓ این روش بر یادگیری یکپارچه و هماهنگ تمامی مهارت‌ها از نظر جسمی و حرکتی، اجتماعی، شناختی، گفتاری و مهارت‌های علمی تاکید دارد.
- ✓ کانداکتور به عنوان مربی و تسهیل کننده پروسه CE کودکان ناتوان را مطمئن می‌سازد که آموزش و یادگیری، روشی مناسب برای رسیدن به ارتقای سطح رشد حرکتی، هوشی و شخصیتی آنان است.
- ✓ داشتن انگیزه بهترین محرک برای رشد و یادگیری و پیشرفت کودکان ناتوان است.
- ✓ رشد مهارت‌های حرکتی از طریق انجام فعالیت‌های مختلف و براساس روش حل مسئله انجام می‌گیرد.
- ✓ تاکید بر یادگیری در طول تملی فعالیت‌ها و تکرار این فعالیت‌ها در کارهای مشابه روزمره برای دستیابی به یک زندگی مستقل.

سامانه عصبی انسان حاوی بیش از صد میلیون سلول عصبی است که هر کدام از آنها با ده هزار سلول دیگر رابطه (سیناپس) برقرار می‌کند و این ارتباطات یکی از زیباترین و پیچیده‌ترین مجموعه‌های بوجود آمده در جهان خلقت است. (JOHN ECCLEI) جالب است بدانیم که حدوداً ۶۰ درصد ژنوم انسانی که بیش از ۳۰۰ هزار ژن را تشکیل می‌دهد در ساختن سامانه عصبی مرکزی دخالت دارند.

(JOZEF HAMONY ۲۰۰۲)

لذا هرگونه آسیب به این سامانه عجیب و پیچیده قبل، حین و بعد از تولد صدمات جبران ناپذیری ایجاد می‌کند که سبب بروز مشکلات عدیده جسمی، ذهنی، شناختی و روانی برای افراد می‌گردد.

در سده گذشته دانشمندان تحقیقات گسترده‌ای جهت پیدا کردن روش‌های درمانی که سبب بهبود عملکرد مناطق آسیب دیده و افزایش عملکرد فرد گردد انجام داده‌اند و به موفقیت‌های زیادی هم دست یافته‌اند. یکی از روشهای درمانی مرسوم و متداول در سراسر جهان روش آموزش نمونشی است که اصول و پایه‌های علمی و آموزشی و درمانی آن توسط دکتر PETO (۱۹۴۰) بیان گردیده است.

این روش به صورت کلی بر تمامی جنبه‌های شخصیت کودکان تاکید دارد و بر یادگیری فعال توسط کودکان در محیط گروهی تکیه دارد تا از این طریق به رشد مهارت‌های فیزیکی، اجتماعی، شناختی، حرکتی و... دست یابند.

این روش با فراهم آوردن شرایطی شبیه به زندگی روزمره، کودکان را برای دستیابی به مهارت‌های حرکتی، بالا بردن اعتماد به نفس، آموزش مهارت‌های اجتماعی و گفتاری، بالا بردن کارایی حرکتی از طریق کمک به رشد عضلات و استخوان‌ها کمک می‌کند.

## اهداف آموزش نمونشی (CE)

هدف اصلی و اساسی آموزش نمونشی (CE) هدایت افراد به سمت فعال شدن، کسب تجارب مثبت حل مسئله و هماهنگی با محیط اطراف و جامعه و رسیدن به زندگی مستقل است. به طور کلی اهداف آموزش نمونشی در تمامی فعالیت‌هایی که در آموزش این سیستم به کار می‌رود مثل؛ آموزش خوابیدن،



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۳۴

گروه برای موفقیت در انجام فعالیت‌ها و تمرینات تلاش می‌کند. مجموعه تمرینات، بخش ساختاری برنامه روزانه را تشکیل می‌دهند که بر اساس نیازهای فردی کودکان توسعه می‌یابند و بیشترین تاثیر را زمانی دارد که در گروه اجرا شود. مجموعه تمرینات، کودکان را یاری می‌دهد تا به موفقیت در مهارت جدیدی دست یابند.

### قصد یا نیت ریتمیک

در این روش از گفتار بیرونی یا درونی در جهت بیان قصد و انگیزه انجام هر عمل و حرکتی هم‌زمان با اجرای حرکات به صورت آهنگین انجام می‌شود. به این معنی که هر حرکتی که انجام می‌شود، ابتدا گفته می‌شود و بعد به صورت آهنگین انجام می‌شود. از گفتار برای تصویرسازی، فهمیدن، برنامه ریزی اجرا و تکمیل حرکات استفاده به عمل می‌آید.

### گروه

یکی از مهمترین ارکان آموزش نمونشی EC گروه می‌باشد که ممکن است بر اساس توانایی و یا سن کودکان گروه بندی‌های متفاوت تشکیل شود. در گروه کودکان تنها از کانداکتور آموزش نمی‌بینند بلکه از همسالان و دیگر اعضای گروه نیز چیزهای زیادی یاد می‌گیرند و برای دستیابی به موفقیت بیشتر در بین گروه تشویق می‌شوند. کودکان در گروه تمرین زندگی اجتماعی می‌کنند و یاد می‌گیرند که چگونه مشکلات مشابه خود را مثل بقیه حل کنند. در گروه تشویق یک نفر به مثابه تشویق همگان است. کودکان در گروه این شانس را دارند که مسئولیت خودشان را بر عهده بگیرند و تعامل بین گروهی، راهی برای تعامل اجتماعی آینده آنان می‌گشاید. به طور کلی انگیزه اجتماعی شدن و تعامل با دیگران و بالا رفتن اعتماد به نفس در انجام فعالیت‌ها و... از مهمترین تاثیرات فعالیت‌های گروهی است که یکی از ارکان مهم در سیستم آموزش نمونشی EC و مشخصه بارز و متفاوت آن نسبت به دیگر رویکردهای توانبخشی می‌باشد.

### وسایل و ابزار سیستم آموزش نمونشی CE

یکی از مشخصه‌های منحصر به فرد سیستم آموزش نمونشی استفاده از ابزار و وسایل چوبی که به سادگی طراحی و به وجه موثری مورد استفاده قرار می‌گیرد است. برخلاف سایر رویکردهای توانبخشی، رویکرد آموزش نمونشی (CE) از ساده ترین وسایلی که به راحتی در محیط اطراف یافت می‌شود، استفاده می‌کند. هم اکنون این رویکرد در مرکز توانبخشی ولیعصر (عج) توسط متخصصان آموزش دیده در مجارستان جهت مددجویان مورد استفاده قرار می‌گیرد.

### عناصر آموزش نمونشی CE

عناصر اصلی تسهیل روند سیستم آموزش نمونشی، موارد ذیل می‌باشد.

- ۱- کانداکتور
- ۲- برنامه
- ۳- مجموعه فعالیت‌ها و تمرینات
- ۴- نیت و قصد ریتمیک
- ۵- گروه
- ۶- وسایل و ابزار

### کانداکتور

کانداکتور به عنوان مربی، آفریننده برنامه به عنوان یک شخص حرفه‌ای در این زمینه است.

✓ کانداکتور فردی است که در موسسه پتو در مجارستان به صورت تئوری و عملی آموزش دیده است. او محیط آموزش کودکان را سرشار از انگیزه و توام با تشویق، برای حل مسایل خودشان می‌سازد و شرایط یادگیری را بر اساس نیازهای فردی کودکان برنامه ریزی می‌کند.

✓ کانداکتور زمینه ای را فراهم می‌کند تا کودکان بر اساس اهداف شخصی که دارند این احساس را داشته باشند که وقتی به موفقیتی دست می‌یابند بر اساس تلاش و کوشش خودشان است و این راهی است برای تشویق انگیزه گرفتن آنان برای فعالیت بیشتر و رسیدن به اهداف نهایی. کانداکتور با انجام راهنمایی‌های واضح و روشن و حمایت و تشویق و جهت دهی به فعالیت کودکان نقش اصلی را بر عهده دارد کانداکتور محور اصلی سیستم آموزش نمونشی CE برای تدوین برنامه جهت دهی تمرینات تعیین اهداف و فعالیت‌های انفرادی کودکان تشویق و دادن انگیزه به کودکان بوده و نبض سیستم آموزش نمونشی CE می‌باشد.

### برنامه

برنامه معمولاً به صورت جامع تدوین می‌شود و به عنوان برنامه یادگیری از آن یاد می‌شود. شامل تمامی فعالیت‌هایی است که در طول روز انجام می‌شود. این برنامه متنوع بر اساس سن و نیاز هر کودک ترتیب داده می‌شود و شامل برنامه زندگی، برنامه‌های شناختی، توالی رفتن و... می‌شود.

### مجموعه فعالیت‌ها و تمرینات

فعالیت‌ها اساس کار هستند و کودکان را برای عملکرد بهتر آماده می‌کنند. فعالیت‌ها قابل استفاده در حوزه‌های عمومی، تمرینی، آموزشی و تفکری هستند، که برای رسیدن به اهداف مورد نظر در کودکان به عناصر کوچک‌تر تجزیه می‌شود. هر عضوی از



## توانبخشی افراد بزرگسال مبتلا به فلج مغزی

نویسنده: فرانک علی آبادی

کاردرمانگر - عضو هیات علمی دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی ایران



می‌شود، عبارتند از ارزیابی عملکرد و ناتوانی‌های وی به خصوص این مساله برای کاردرمانگر اهمیت دارد که میزان استقلال وی در حوزه‌های مختلف زندگی اش تا چه حد است. از نظر درمانی هم دقیقاً وضع بر همین منوال است. به این معنا که درمانگر سعی می‌کند توانایی‌های فرد را به حداکثر برساند تا بتواند نهایت استقلال و رضایت از زندگی که برای آن فرد ممکن است را به دست بیاورد. در یک کودک CP رسیدن به این حد از توانایی از نظر پزشکی، درمانی و آموزشی، جزو اهداف بلند مدت محسوب می‌شود اما در یک CP بزرگسال این موارد در اولویت قرار دارند. در این راستا توجه به این نکته ضروری است که تقریباً سه چهارم این افراد در بزرگسالی همچنان دچار مشکلات عضلانی-استخوانی متعدد هستند و بسیاری از آنان از مشکلات راه رفتن و کنترل تکانه رنج می‌برند. بنابراین لازم است متخصصان، مراجع و خانواده وی در پی این باشند که عوامل و مشکلات محیطی و بیرونی که باعث می‌شود فرد در غلبه بر ناتوانی‌هایش مشکل داشته باشد را به نحوی به حداقل برسانند. مثلاً در بسیاری از مواقع با تغییرات جزئی در محل زندگی مانند نصب دستگیره‌ها اضافی در راه پله، حمام و دستشویی یا تغییر مکان یا سایز فرش‌ها و با تغییراتی از این دست می‌توان کاری کرد که جابجایی و راه رفتن فرد CP تسهیل شده و امکان استفاده مستقل از حمام و دستشویی برای او فراهم گردد. معمولاً ارزیابی این که چه نوع تغییراتی باید در محل زندگی فرد صورت گیرد را کاردرمانگر با یک بازدید از منزل انجام می‌دهد. البته همچنان کاردرمانگر، یا

از یک فرد بزرگسال انتظار می‌رود چنان از نظر عملکرد مستقل و با کفایت باشد که بتواند با عنوان عضوی از اعضای جامعه نقش‌های اجتماعی و عاطفی اش را به خوبی ایفاء کند. در حالت طبیعی، افراد بزرگسال به تنهایی یا با دیگران به طور مستقل زندگی می‌کنند و جامعه از طریق استخدام و به کارگیری آنها در مشاغل مختلف، آنها را حمایت می‌کند.

این که فرد بزرگسال مبتلا به فلج مغزی تا چه حد به اهداف فوق نایل شود به عوامل متعددی بستگی دارد. مهمترین این عوامل عبارتند از: سطح توانایی‌های شناختی آنان (توانایی آنها در حافظه، توجه و تمرکز، هشیاری، اطلاعات، توانایی‌های ذهنی، توانایی یادگیری و حل مشکل و ...) میزان دستیابی و دسترسی آنها به حمایت‌های مختلف (خانوادگی، اجتماعی و ...) میزان استقلال آنان در فعالیت‌های مربوط به مراقبت از خود (لباس پوشیدن، غذا درست کردن، دستشویی رفتن، حمام رفتن، تمیز کردن منزل و ...) و در نهایت میزان توانایی آنان در حرکت و راه رفتن. بسیاری از افراد بزرگسال مبتلا به فلج مغزی همچنان در کنار خانواده خود زندگی می‌کنند، بعضی از آنان در خانه‌های گروهی یا موسسات سکنا دارند و متأسفانه فقط درصد کمی از آنان مشغول به کار می‌شوند. در سال ۱۹۸۲ تحقیقی در کشور فنلاند انجام شد که طی آن مشخص شد فقط ۳۱ درصد افراد فلج مغزی بالای ۱۹ سال مشغول به کار شده‌اند و ۲۱ درصد دیگر که با ارزیابی‌های انجام شده به نظر می‌رسید کاملاً توانایی احراز یک شغل را دارند، اما به کار گمارده نشدند. البته این یافته با توجه به این نکته که حتی برای افراد ظاهراً سالم به راحتی کاری پیدا نمی‌شود زیاد عجیب به نظر نمی‌رسد.

در صورتی که یک CP بزرگسال نیاز به ادامه و درمان‌های توانبخشی داشته باشد ارزیابی‌هایی که برای او انجام



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۳۶

منظور آن‌ها به طور مستقل یا با عضویت در باشگاه‌های ورزشی می‌توانند به فعالیت بپردازند. ورزش‌هایی نظیر شنا، ایروبیک روی ویلچر یا ورزش‌های تطابق یافته می‌توانند مناسب باشند.

بعضی تحقیقات نشان داده که ظرفیت کار فیزیکی در بزرگسالان مبتلا به CP که قادرند راه بروند بسیار پایین‌تر از حد نرمال است که باعث می‌شود حین انجام فعالیت آن‌ها سریعاً خسته شوند و نتوانند یک روز کاری را به طور کامل تحمل کنند. ولی باید دانست که این توانایی‌ها با تمرین ارتقاء می‌یابند و می‌توان توانایی فیزیکی این افراد را به میزان قابل توجهی بالا برد.

در حال حاضر تکنولوژی امکاناتی برای افراد CP بزرگسال در اختیار گذارده که قبلاً امکان آن نمی‌رفت. آن‌ها می‌توانند از کامپیوتر به منظور برقراری ارتباط با دیگران استفاده کنند یا ابزارهای مصنوعی را برای صحبت کردن به کار گیرند. همچنین وسایل برای کنترل روی محیط یا برای جابجا شدن ابداع شده است.

امروزه جامعه درباره حقوق و نیازهای افراد دچار ناتوانی اطلاعات و آگاهی بسیاری کسب کرده و قوانین مدنی بسیاری جهت جلوگیری از جدا سازی این افراد در استخدام، تحصیل، دسترسی به منابع مختلف و قانون وجود دارد. بیش‌تر تأثیرها، رستوران‌ها، کتابخانه‌ها، موزه‌ها، ساختمان‌های دولتی، اماکن آموزشی، مراکز خرید، پارک‌ها و پارکینگ‌ها دارای دسترسی‌های ویژه افراد کم توان هستند. این دسترسی‌های ویژه شامل سطح شیبدار، دستشویی‌های ویژه، آسانسور و... می‌باشند.

همچنین مسافرت با هواپیما و قطار تا حد زیادی برای آن‌ها سهل‌تر شده است.

افراد بزرگسال مبتلا به فلج مغزی می‌توانند قبل از تقاضا برای کار، آموزش‌های پیش حرفه‌ای ببینند. در این آموزش‌ها آن‌ها علاوه بر ارتقای توانایی‌های جسمی و ذهنی مورد نیاز برای انجام یک کار، حرفه‌ای را هم می‌آموزند که می‌تواند در شانس آن‌ها برای دستیابی به شغل بهتر بسیار موثر باشد، اما قبل از هر چیز مهم این است که این افراد توانایی‌های خود را باور کرده و به این اعتقاد برسند که قادرند با تلاش بیش‌تر سطح اجتماعی، فیزیکی و... خویش را بهبود بخشند و به فرد موثر و با کفایتی در اجتماع تبدیل شوند.

فیزیوتراپیست سعی دارند که نقایص و مشکلاتی که باعث اختلال عملکرد فرد شده را تا حد امکان درمان کرده و به حداقل برسانند. در سنین بزرگسالی همچنان می‌توان روی افزایش قدرت یا افزایش انعطاف مفاصل و عضلات کار کرد. بعضی از نقایص ثانویه نظیر بد شکلی‌ها و کوتاهی‌های شدید اندام و مفاصل و عضلات ممکن است وضعیت ثابتی به خود گرفته و با درمان‌های معمول و روزمره خوب نشوند اما درمانگر می‌تواند کاری کند که این وضعیت بدتر نشود یا در صورت لزوم (در صورتی که درمانگر تشخیص دهد انجام این کار به افزایش استقلال فرد کمک موثری می‌کند یا زمانی که فرد درد شدید دارد) فرد را برای انجام اعمال جراحی به متخصص مربوطه ارجاع دهد.

بعضی از افراد وقتی نمی‌توانند از یک اندام به دلیل بیماری به خوبی استفاده کنند وضعیت‌هایی را به خود می‌گیرند که با بقیه توانایی‌شان در آن اندام یا اندام‌های سالم‌تر کار خود را پیش ببرند. گاه این روند باعث می‌شود که مشکل ثانویه‌ای به دلیل اتخاذ وضعیت‌های غلط به طور طولانی مدت، استفاده بیش از حد از اندام سالم‌تر به صورت آرتروز و... پیش بیاید. درمانگر می‌تواند با ارزیابی فرد این مشکلات را به حداقل برساند. انداختن وزن کم‌تر از حد معمول روی استخوان‌ها و کم‌ترکی نیز می‌توان باعث پوکی استخوان شود. درمانگر همچنین با ارایه تمرینات مناسب کاری می‌کند که این مشکل به صورت یک مشکل حاد پیشرفته در نیاید چرا که پوکی استخوان پیشرفته می‌تواند سبب بروز شکستگی‌های متعدد در استخوان‌های بدن شود.

گاه درمانگر لازم می‌بیند که با استفاده از وسایل کمکی (که یا خود آن را می‌سازد یا به متخصصین مربوطه ارجاع می‌دهد یا فرم پیش ساخته آن را از بازار تهیه می‌کند) سطح عملکردی فرد را بالا ببرد. مثلاً گاه ممکن است با تجویز یک عصا یا اگر یا ویلچر و یا حتی ابزار ساده‌تری نظیر بشقاب‌های مخصوص یا قاشق‌های با دسته خاص و... سطح استقلال عملکردی فرد را به مراتب بالاتر برد.

بهتر است که افراد CP بزرگسال فعالیت‌های بدنی مناسبی داشته باشند تا هم تماس‌های اجتماعی‌شان برقرار شود و هم از نظر سیستم قلبی-عروقی و استخوان عضلانی وضعیت مناسبی بیابند و هم از افزایش بی‌رویه وزن‌شان جلوگیری شود و در نهایت سطح سلامتی بالاتری را کسب نمایند به این



می‌یابد و ممکن است وقت زیادی را صرف حل یک مشکل اشتباه کند.

بدیهی است که صورت مساله‌های مختلف، ممکن است به راه‌های مختلف برای حل مساله منتهی شود. معمولاً مساله‌های کلی به شیوه‌های سازنده حل مساله نمی‌انجامد زیرا بسیار کلی بوده و شامل همه چیز می‌شوند. ولی توصیف اختصاصی مشکل این امکان را فراهم می‌آورد که با استراتژی‌های مفید به حل مشکل پرداخته شود. بنابراین، شیوه تعریف یک مشکل، نه تنها چگونگی حل آن را روشن می‌کند، بلکه احساس ما را نسبت به قابل حل بودن آن نیز تعیین می‌کند.

### مرحله سوم- در نظر گرفتن راه‌حل‌های مختلف

در این مرحله راه‌حل‌های متعددی که برای حل مشکلات وجود دارد، شناسایی می‌شوند. برای این کار، فرد باید ذهن خود را بازنگه دارد، آن را سانسور نکند و هر راه‌حلی را که به ذهنش می‌رسد، چه خوب و چه بد، در نظر بگیرد. همچنین مشورت با دیگران کمک‌کننده است. نکته مهم در این مرحله، کمیت راه‌حل‌هاست و نه کیفیت آن‌ها، زیرا در این مرحله، راه‌حل‌ها مورد قضاوت و ارزشیابی قرار نمی‌گیرند. فرض بر این است که کمیت، تولید کیفیت می‌کند و هر چه فرد راه‌حل‌های بیش‌تری در اختیار داشته باشد، امکان حل موثر مشکلات نیز بیش‌تر می‌شود.

### مرحله چهارم- ارزیابی راه‌حل‌ها

در این مرحله، تک تک راه‌حل‌هایی که در مرحله قبل شناسایی شده بود، مورد قضاوت و ارزشیابی قرار می‌گیرند. برای این کار افراد باید پیامدها و عملی بودن هر راه‌حل را قبل از استفاده از آن، پیش‌بینی کنند. چنین کاری احتمال استفاده از راه‌حل‌هایی را که پیامدی منفی و خطرناک به همراه دارد، کاهش می‌دهد. ارزیابی مثبت و منفی بودن هر راه‌حل، براساس سودمند بودن و نبودن آن برای خود و دیگران، اثربخشی آن در حل مساله و نیز همخوانی یا مغایرت آن با اصول مذهبی-اخلاقی یا قانونی صورت می‌گیرد.

### مرحله پنجم- انتخاب بهترین راه‌حل و اجرای آن

در این مرحله، براساس پیامدهای پیش‌بینی شده برای هر راه‌حل، راه‌حلی که بیش‌ترین پیامدهای مثبت و کم‌ترین پیامدهای منفی را به همراه دارد، انتخاب می‌شود. سپس راه‌حل انتخابی در عمل اجرا و پیامدهای آن مورد بررسی قرار می‌گیرد. چنانچه راه‌حل، رضایتبخش بود، فرآیند حل مساله پایان می‌یابد و اگر موثر نبود، باید از راه‌حل‌های دیگر استفاده شود و یا فرآیند حل مساله از ابتدا شروع شود. بنابراین، فرآیند حل مساله زمانی پایان می‌یابد که آن موقعیت دیگر برای فرد مساله‌ساز نباشد.

## مهارت‌های زندگی

# مهارت حل مساله

در این شماره توان یاب از سلسله بحث‌های مهارت‌های زندگی، مهارت حل مساله انتخاب شده است، خانم دکتر لواسانی در این خصوص توضیح می‌دهند:

انسان‌ها در سرتاسر زندگی خود به طور مداوم در حال حل مساله هستند. برخی از این مسایل، کوچک و ساده بوده و مستلزم یک تجزیه و تحلیل سیستماتیک و پیچیده نیستند، ولی برخی دیگر، دشوار و بگرنج بوده و فعالیت‌های فکری پیچیده‌ای را می‌طلبند. حل مساله یکی از مهم‌ترین فرآیندهای تفکر است که به افراد کمک می‌کند تا مقابله موثری با مشکلات و چالش‌های زندگی داشته باشند و در سلامت روانی و اجتماعی افراد نقش مهمی را بازی می‌کند.

### مراحل حل مساله

#### مرحله اول- نگرش کلی نسبت به مساله

در این مرحله فرد باید بپذیرد که وجود مشکل در زندگی امری عادی و طبیعی است و هر فردی خواه ناخواه با انواع مسایل و مشکلات روبه‌رو می‌شود. اگرچه، ماهیت مشکلات افراد با هم متفاوت است، ولی اصل کلی آن است که همه ما در طول زندگی خود با مشکلاتی مواجه خواهیم شد و هنر زندگی در توانایی و مهارت کنار آمدن با مشکلات و حل آن‌هاست. یکی از مهم‌ترین موضوعات در این مرحله، توجه به نقش گفتارهای درونی برای حل مشکلات است. افراد باید هنگام مواجه شدن با مشکلات، به گفتارهای درونی خود توجه کرده و به جای گفتن جملات منفی و سرزنش‌کننده (مثل هر چه بلاست، سر من نازل می‌شود یا من بی‌استعداد و بی‌عرضه‌ام) به خود که فقط تنش و آشفتگی را افزایش می‌دهد، از گفت‌وگوهای درونی مثبت و مقابله‌ای استفاده کنند. مثل، مشکل برای هر کسی پیش می‌آید برای من هم پیش آمده است استفاده از گفتار درونی مقابله‌ای و عدم وجود یک دیدگاه منفی نسبت به مشکل، باعث آرام شدن فرد هنگام مواجهه با مشکلات شده و شرایط و آمادگی ذهنی لازم جهت حل مساله را فراهم می‌آورد.

#### مرحله دوم- مشخص کردن مشکل

مرحله دوم حل مساله، تعیین دقیق مشکل و مساله است. اگر فرد دقیقاً نداند چه مشکلی وجود دارد، امکان حل آن کاهش





# نور درمانی

"چگونه نوردرمانی می‌تواند مشکلات تغذیه و افسردگی را برطرف کند."

وقتی کریستین اول بار جعبه نوردرمانی اش را روی میز کارش گذاشت باعث تعجب همکارانش شد. ولی خیلی زود ناباوری در مورد اثرات جعبه نور کریستین ۳۱ ساله که

روزی دو بار با روشن کردن این جعبه خود را در معرض آن قرار می‌داد تبدیل به باور در خصوص اثرات مثبت این نور گردید.

"قبل از نوردرمانی همیشه باید به خودم یاد آوری می‌کردم که اعصابم را متمرکز کنم و در نتیجه انجام هر کاری برای من دو برابر دیگران زمان می‌برد." کریستین ادامه می‌دهد که از اثرات جانبی داروهای ضد افسردگی رنج می‌برد ولی الان با کمک نوردرمانی بهتر می‌تواند تمرکز کند و این روش، انرژی و توانایی او را زیاد کرده است.

نکته قابل توجه اینست که کریستین نوردرمانی را برای چیز دیگری غیر از SEASONAL AFFECTIVE DISORDER (SAD) یا افسردگی زمستانی، که دلیل اصلی کاربرد نوردرمانی است، استفاده می‌کند. افسردگی فصلی در فصل زمستان به دلیل کم شدن ساعات روشن بودن بوجود می‌آید. اما داستان کریستین نشان می‌دهد، نوردرمانی علاوه بر افسردگی زمستانی می‌تواند در درمان کم خوابی، افسردگی غیر فصلی، افسردگی پس از یائسگی (PMS) یا تنش روحی فیزیکی قبل از عادت ماهیانه و حتی بیماری تغذیه‌ای مانند بولیمیا هم (پرخوری عصبی) بسیار موثر باشد.

مطالعات نشان می‌دهد که در اختلالات خواب و در بی خوابی ساعات بعد از نیمه شب نوردرمانی به مردم کمک می‌کند تا دیرتر بیدار شوند و برای مدت بیشتری بخوابند.

یک مطالعه در آمریکا نشان می‌دهد که در مریض‌هایی که از افسردگی رنج می‌برند، تلفیق نوردرمانی با داروهای ضد افسردگی درمان را سریع‌تر از زمانی می‌کند که دارو به تنهایی مصرف شود. نوردرمانی حتی احتمال وقوع اثرات جانبی داروهای ضد افسردگی را هم کاهش می‌دهد.

در درمان افسردگی فصلی مطالعه دیگری نشان می‌دهد که نوردرمانی می‌تواند به تنهایی اثری معادل با درمان دارویی داشته باشد. افرادی هم که از بولیمیا رنج می‌برند با نوردرمانی در کنار مصرف دارو می‌توانند تعداد دفعات زیاده روی در خوردن غذا را کم کنند.

دکتر ریوند لم استاد روانکاو دانشگاه بریتیش کلمبیای ونکوور می‌گوید: "علم پزشکی دقیقاً نمی‌داند که نوردرمانی چگونه

## مقاله

اثر می‌کند ولی چندین تئوری وجود دارد که اصلی‌ترین آن بر اساس کار هورمون ملاتونین در سیستم گردش خون است."

ملاتونین به بدن در تنظیم سیکل خواب به هنگام تاریکی و نزدیک شدن وقت خواب کمک می‌کند. اگر بدن کمبود ملاتونین داشته باشد

نمی‌تواند به خواب عمیقی که به آن احتیاج دارد برود و در نتیجه در فرد، افسردگی و تنش روحی ایجاد می‌شود.

نور فاکتور یا عامل مهمی در این میان است چرا که تماس نور با بدن باعث کمتر تولید شدن ملاتونین می‌گردد. دانشمندان پی برده‌اند که با استفاده از نور می‌توانند جلوی تولید ملاتونین در صبح را بگیرند تا ساعت بیولوژیک بدن بتواند به مقدار مورد نیاز خود آن را در شب تولید کند.

دکتر "لم" می‌گوید: "افرادی که افسردگی فصلی دارند ساعت بیولوژیک بدنشان نمی‌تواند خود را با تغییرات نور از تابستان به زمستان هماهنگ کند."

تئوری دیگری اینست که نور باعث تحریک یا روشن و خاموش شدن ترانسسمیترهای مغز می‌شود که مسئول کنترل روحیه، خواب و اشتها هستند.

### درمان با نور سفید

افرادی که مانند کریستین می‌خواهند نوردرمانی کنند باید هر روز در مقابل نور سفید زیاد (مانند فلورسنت) در دو نوبت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه‌ای بنشینند. البته با وجود اینکه این روش به نسخه احتیاج ندارد بهتر است قبل از استفاده از این روش با دکتر خانواده مشورت شود.

یک روانشناس به نام دکتر یانگ از دانشگاه ایلینوی می‌گویند: "هر چه نور، روشن‌تر و زیاد تر باشد زمان کمتری برای استفاده از آن نیاز است. در ابتدا در معرض نور قرار گرفتن به مدت کم، باعث شروع ناگهانی پروسه ذکر شده در مغز می‌شود. این پروسه، به تنظیم و کم کردن میزان تولید ملاتونین تا حدی کمک می‌کند. به این ترتیب خواب تنظیم می‌شود و منجر به تولید سروتونین شده و نهایتاً تأثیر مثبتی در روحیه و انرژی فرد می‌گذارد. با کنترل این هورمون‌ها توسط نور، بدن کمتر احساس خستگی می‌کند، انرژی بیشتری پیدا می‌کند و کمتر به طرف غذای ناسالم می‌رود.

ترجمه مقاله‌ای از آستریک وان دن بروک در یک مجله

HOMEMAKERS OCTOBER ۲۰۰۶ کانادایی

(مریم شربت ملکی کارشناس روانشناسی از دانشگاه

ویکتوریا، کانادا)



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۳۹

# معرفی کتاب



## ضایعات نخاعی

گردآورنده و مترجم: دکتر ثروت هروآبادی- مهندس منصور برجیان  
 ناشر: نشر سالمی- روبه روی درب اصلی دانشگاه تهران،  
 خیابان فخررازی- خیابان وحید نظری، کوچه فرزانه- تلفن  
 ۶۶۴۹۳۷۱۶-۶۶۴۹۴۱۸۷

کتاب ضایعات نخاعی توسط دکتر ثروت هروآبادی منصور برجیان ترجمه و گردآوری شده است. این کتاب که به چاپ دوم رسیده است، راهنمای مبتلایان به ضایعات نخاعی است. در مقدمه این کتاب آمده است: "بی تردید خود معلولان و اطرافیان آنان شایسته‌ترین افراد برای کسب آموزش‌های لازم جهت رفع مشکلات و رسیدن به رفاه بیشتر هستند. این کتاب شاید در نوع خود از این لحاظ کم نظیر بوده و می‌توان گفت که جوابگو و راهگشای مسایلی است که این عزیزان به آن احتیاج دارند." این کتاب راهنمای مناسبی برای معلولان جهت انجام کارهای روزمره چگونگی برخورد با مشکلات ناشی از معلولیت و ... می‌باشد.

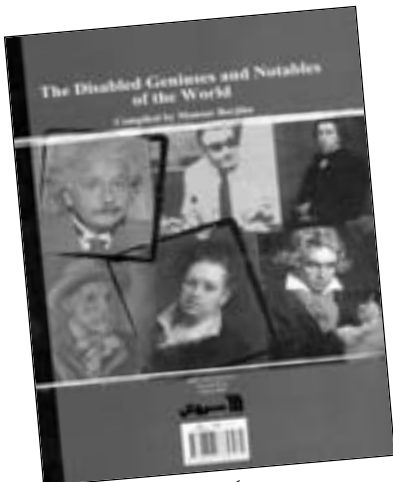
مطالعه این کتاب را به توانیابان عزیز توصیه می‌کنیم.



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۴۰

## نوابغ و مشاهیر معلول جهان



گردآورنده منصور برجیان (۱۳۲۵)

تهران انتشارات سروش (انتشارات صدا و سیما) ۱۳۷۶

قیمت: ۱۵۰۰۰ ریال

این کتاب سرگذشت افرادی است که با وجود مشکلات جسمانی آثاری را خلق کرده‌اند که دیگران با داشتن جسمی سالم از انجام این کارها عاجز بوده‌اند چون بعضی افراد به دلیل فقر فرهنگی معلولیت را با ناتوانی برابر دانسته و این گروه را کم‌تر مورد توجه قرار داده‌اند.

آن‌ها نمی‌دانستند که برای خلق آثار بدیع و زیبا روح و روان سالم و خلاق لازم است نه لزوماً سلامت فیزیکی و جسمی.

وقتی مشاهده می‌کنیم که چگونه انسانی با وجود محرومیت از قوه شنوایی بزرگ‌ترین آثار موسیقی جهان را می‌آفریند. که به دیگران لذتی دست نیافتنی می‌دهد. یا نابینایی که طبیعت را چنان توصیف می‌کند که هزاران چشم بینا از آن عاجزند و یا دانشمندانی که با وجود نقض جسمی گوی سبقت را از دیگر دانشمندان جهان در شیمی، فیزیک ربوده‌اند، متحیر می‌شویم.

خواندن کتاب نوابغ و مشاهیر معلول جهان را به همه کتابخوان‌ها توصیه می‌کنیم.

## در کنار ساحل

در کنار ساحل  
صدای لغزش آب بر روی ماسه‌ها زیباست  
در کنار ساحل  
صدای مرغ دریایی زیباست  
در کنار ساحل  
در شب، رقص شراره‌های آتش زیباست  
در سکوت و تاریکی  
شب، زمزمه‌ها و آوازه‌های عاشقانه آتش زیباست  
در سکوت و تاریکی  
عشق‌بازی آتش و چوب زیباست  
در سکوت و تاریکی  
عشق‌بازی سرخ شرم‌گوز چوب زیباست  
در کنار ساحل دریا  
رنگ آبی آسمان و آب زیباست  
در کنار ساحل جنگل  
سبزی سبز درختان دریا و پوشش زمین زیباست  
در مرگ خورشید به هنگام غروب  
به تولد آن در طلوع فردا می‌اندیشم

## احساس

شب است باز هم در سکوت شب در کوچه پس  
کوچه‌های ذهنم قدم می‌زنم آری باز هم منم شبگرد  
عاشقی که جز صدای پای قلمش فریاد دفترش و صدای  
تیک تیک ساعت که حکایت از گذر زمان دارد کسی با او  
همراه نیست  
از خدا می‌پرسم در این دیرگاه به دنبال چه  
می‌گردی  
ولی  
ولی پاسخ نمی‌یابم  
زمان همچنان می‌گذرد و دیگر نمی‌توان به عقب  
بازگشت ناگهان متوجه کلماتی که در دفترم نقش بسته  
می‌شوم. این بار هم این دو دوست به یاریم می‌شتابند  
آری حال فهمیدم که در این نیمه شب آنچه در  
کوچه‌های ذهنم به دنبالش می‌گردم چیست  
و آن چیزی نیست جز احساسم

شهناز امین



## تجهیزات کمکی

### Assistive technology

صندلی سحرآمیز نه تنها دوست و وسیله مناسبی در خدمت شما می باشد بلکه عملاً در بهبود سلامتی جسمی و روحی شما تاثیر مستقیم دارد.

صندلی چرخدار سحرآمیز کمک می کند تا گردش خون بهتر انجام شود، دستگاه گوارش و دفع ادرار بهتر کار کند و از زخم شدن بدن شما جلوگیری می کند. جریان خون در پوست بهتر می شود جلوی بیماری های استخوان درد گرفته شده و از کوتاه شدن ماهیچه ها جلوگیری می کند.

وضعیت روحی و جسمی شما بهتر می شود، و شما احساس انزوا و تنهایی نمی کنید. صندلی چرخدار نه تنها در سلامتی روحی و جسمی شما بلکه در کاهش هزینه درمانی نقش عمده دارد.

شما با صرف هزینه کمی می توانید وضعیت اطاق، محل کار و آپارتمان زندگی خود را تغییر دهید. صندلی سحرآمیز دوست و مونس شما می باشد.

صندلی چرخدار سحرآمیز طوری ساخته شده تا بتواند به آسانی نیازمندی آن دسته از افرادی را که به خاطر بیماری های استخوانی و کوتاه شدن ماهیچه ها و سایر بیماری ها قادر به راه رفتن نیستند و نمی توانند به سادگی از تخت بلند شوند را تامین کند. نوع جدید صندلی چرخدار طوری ساخته شده تا وضعیت پشتی صندلی وزیر دستی ها با خواست و نظر شما هماهنگی کامل داشته باشد و بتواند وزن شما را تحمل کند. از این گونه صندلی ها اغلب در کلینیک های پزشکی نیز استفاده می شود.

✓ گرچه تجهیزات کمکی توسط شرکت های مختلف خارج (و بعضاً داخل) تولید می شود معهداً فصلنامه توانیاب هیچگونه نظر یا توصیه ای در خصوص نوع مارک یا کشور سازنده ارایه نمی نماید. هدف صرفاً آشنایی معلولین عزیز از امکانات جدید تکنولوژیک بوده ولی قیمت و نوع، نحوه انتخاب و خرید آن ها صرفاً به شرایط متقاضی بستگی خواهد داشت.

فصلنامه توانیاب قصد دارد از این پس در هر شماره با معرفی وسایل و تجهیزات توانبخشی و کمک حرکتی، شما را با کاربرد هر یک از این وسایل کمکی آشنا نموده تا در بالابردن کیفیت زندگی روزمره عزیزان معلول گامی برداشته شود.

امید آن داریم که بزودی زمینه مساعد برای ارایه وسایل توانبخشی جدید در داخل کشور با قیمت های مناسب فراهم آید، هر چند بسیاری از این تجهیزات هم اکنون در بازارهای داخل ارایه می شود. بالا بودن قیمت ها و نبود آگاهی لازم از وسایل و تجهیزات جدید را می توان از دلایل عمده عدم استفاده توانیابان از این تجهیزات دانست.

باید به فرادهای روشن امیدوار بوده و هم سو با دانش روز دنیا دریچه های تازه ای را که علم بروی ما می گشاید به فال نیک بگیریم. در این شماره به معرفی صندلی سحرآمیز می پردازیم:\*

صندلی چرخدار سحرآمیز دوست و وسیله مناسبی در خدمت کارهای روزمره شما می باشد. شما می توانید نوع صندلی چرخدار را با موتور و یا بدون موتور در اختیار داشته باشید. صندلی چرخدار سحرآمیز سلامتی و استقلال شما را در حین کار و فعالیت تضمین می کند و به شما این امکان را می دهد تا:

✓ به حالت ایستاده قرار گرفته و کارهای روزمره خود را انجام دهید.

✓ بتوانید به شکل دلخواه و مناسب از اوقات آزاد خود استفاده نموده و فعال شوید.

✓ شما می توانید خیلی ساده وزن و حجم صندلی چرخدار را کم کنید.

✓ شما می توانید چه در حال نشسته و چه در حالت ایستاده با خیالی راحت و آرامش کامل نیازمندی هایتان را رفع کنید و کم تر به دیگران احتیاج داشته باشید.





شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۴۳

ol The experts in standing

## کارگاه تراش شیشه علاقه. پشتکار. خلاقیت

تکنیک‌های کار با دستگاه تراش آشنا شده و کسب مهارت می‌کردند که به این ترتیب جایی برای پرورش توانمندی‌های خلاقانه کارآموزان باقی نمی‌ماند. برای آشنایی بیشتر باید گفت: فرایند کار تراش به این صورت است که پس از انتخاب کار خام، به‌طور مثال یک لیوان بلور و در نظر گرفتن طرح، ابتدا تراش اولیه روی آن انجام و ترنج‌ها و ستاره‌های شفاف نقش زده می‌شود. در مرحله دوم به شفاف‌کاری، پرداخت یا پولیش به یکی از دو شیوه شیمیایی یا فیزیکی پرداخته می‌شود. روش شیمیایی نیازمند تخصص و رعایت دقیق مراحل اسیدکاری و... است. در مجتمع برای آموزش به کارآموزان از روش فیزیکی استفاده می‌کنیم که شامل پولیش کار با گل مخصوص است. در آخر نوبت به تراش دوم است که شامل ستاره‌های مات و هاشورها طبق طرح اولیه می‌شود. در تراش شیشه نیز به مانند تمامی شاخه‌های هنرها و صنایع دستی، مهارت انجام کار به کسب دانش و آشنایی با چگونگی انجام کار بستگی دارد ولیکن بسته به علاقه، پشتکار و زمانی که هر کارآموز برای تمرین اختصاص داده و میزان خلاقیتی که از خود بروز دهد هنر و هنرمندی متفاوت خواهیم داشت.

عنوان و ساعت‌های آموزشی تراش شیشه:

تراشکاری روی شیشه و کریستال درجه ۲، کد استاندارد آموزشی ۹۱-۸/۶۶/۲/۱، جمع ساعت آموزشی ۳۵۲ ساعت  
تراشکاری روی شیشه و کریستال درجه ۱، کد استاندارد آموزشی ۹۱-۸/۶۶/۱/۱، جمع ساعت آموزشی ۶۷۰ ساعت  
نقاشی شیشه و کریستال با آب طلا، کد استاندارد آموزشی ۹۵-۸/۲۱/۱/۱، جمع ساعت آموزش ۳۰۰ ساعت

خط‌های متقاطع، صاف، خمیده، هاشورها و... آشنایی سنگ و شیشه و آتش، همگی برای جلوه‌ای صدچندان. آموزش تراش شیشه سابقه‌ای قدیمی در مجموعه آموزش‌های رعد دارد. در ترم آموزشی زمستان ۸۵ با هدف تقویت مهارت کارآموزان و کسب نتیجه بهتر با جذب مربیان و نصب دستگاه‌ها و امکانات لازم تغییراتی در برنامه آموزشی کارگاه تراش صورت گرفت که در گفتگویی کوتاه با سرکار خانم بهمن‌پور، مدیریت آموزش و سرکار خانم رضایی از مربیان دوره تراش شیشه مروری بر فعالیتهای انجام شده خواهیم داشت:

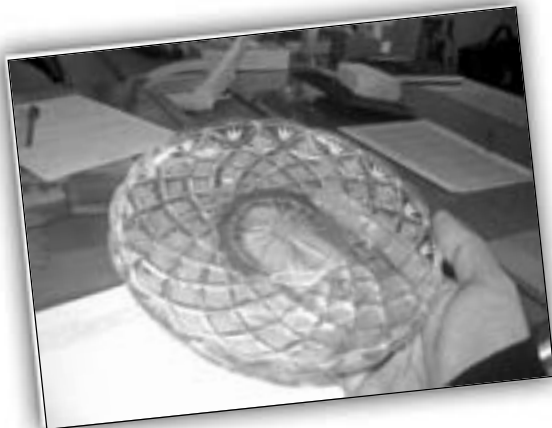
اضافه شدن بخش آب طلاکاری یا نقاشی روی شیشه، تاکید و ارایه آموزش اصولی مباحث تئوری کار تراش، طراحی و شناخت کاربردی اشکال هندسی در ارایه طرح‌های نو، افزون بر تکنیک‌های عملی کارگاهی از جمله این تغییرات است. هم اکنون کارگاه دارای هفت دستگاه فعال تراش بوده و مجهز به کوره پخت نیز می‌باشد. مربیان این دوره سرکار خانم رضایی و سرکار خانم بیابانی هستند و کار نصب و مناسب‌سازی دستگاه‌های تراش برای کارآموزان توسط آقای شهریار، انجام می‌شود. سازمان‌دهی مجدد دوره، معرفی مربیان، اخذ سفارش و نصب کوره با همکاری موثر آقای نباتی صورت می‌گیرد.

تا قبل از دوره جدید آموزشی، در کارگاه تراش مدل‌ها به صورت آماده به کارآموزان ارایه گردیده و در اکثر موارد کار خط‌کشی روی کار و الگو یا شابلون‌گذاری هم برای ایشان از قبل انجام می‌شد و کارآموزان تنها در بخش تراش با



شماره ۳۳ - زمستان ۸۵

۴۴



## عشق

نازنین رحیم زاده

عشق یعنی از من و تو ما شدن  
عشق یعنی هم‌ره رویا شدن  
عشق یعنی از پس مردابها  
رفتن چون قطره‌ای دریا شدن  
عشق یعنی در پس دیروزها  
هم‌نشین همدم فردا شدن  
عشق یعنی در سکوت سازها  
با نوای دوست هم آوا شدن  
عشق یعنی گم شدن در خویشتر  
در نسیم کوی تو پیدا شدن  
عشق یعنی با وجودی سوخته  
خواستار و طالب گرما شدن  
عشق یعنی در هجوم مردمان  
با تو و با فکر تو تنها شدن

