

زن و اجتماع

ماهنامه فرهنگی و اجتماعی ■ دوره جدید ■ شماره ۶ ■ ۸ صفحه ■ اسفندماه ۱۴۰۰ ■ قیمت ۲۰۰۰ تومان

نظر به تصویب قوانینی از سوی

مجلس برای محدود کردن فضای مجازی؛

کارآفرینان خانه‌دار را بیکار نکنید

سه‌م زنان از پست‌های مدیریتی

بانوی مستند ساز کرمانی:

فمنیسیم نیستیم؛

حقوق مساوی جزء دغدغه‌هایم است



«ایشی» بلاگر گردشگری کرمانی:

مهم باهم بودن ماست



اشتغال زنان به صورت تعاونی برگزار کردیم. وی ابراز امیدواری کرد: این توافقنامه موجبات اشتغال زنان سرپرست خانوار را فراهم سازد. موافقتنامه همکاری‌های مشترک وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی با معاونت زنان و امور خانواده ریاست جمهوری و با حضور «حجت الله عبدالملکی» وزیر کار امضا شد.

مشاغل خانگی را دنبال می‌کنیم. وی بیان داشت: بحث ضمانت‌ها را با هماهنگی این وزارتخانه در صندوق تعاون مرتفع می‌کنیم. «مهدی مسکنی» معاون امور تعاون وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در آیین امضای این موافقتنامه اظهار داشت: جلساتی را با دفتر معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری حوزه

همکاری‌های مشترک با وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی اظهار داشت: مطالب مختلف و متعددی را با این وزارتخانه در حوزه زنان سرپرست، کودکان، زوجین و سایر اقشار در سنین‌های مختلف تعریف کرده‌ایم.

معاون امور زنان و خانواده ریاست جمهوری افزود: حذف قوانین دست و پاگیر و تسریع در مجوزهای

معاون امور زنان
نهاد ریاست جمهوری:

طرح اشتغال زنان آماده است

به گزارش ایرنا، «انسیه خزعلی» در آیین روز سه‌شنبه ۱۷ اسفند در مراسم امضای موافقتنامه

ویژه

استقبال کم نظیر زنان عربستانی برای راندگی قطارهای تندرو

با استقبال گسترده زنان سعودی از اطلاعیه‌ای که برای استخدام ۳۰ راننده قطار زن به منظور هدایت قطارهای تندرو حرمین در مسیر مکه و مدینه منتشر شد، ۲۸ هزار متقاضی برای این کار ثبت‌نام کردند.

مرکز آموزش‌های فنی راه‌آهن عربستان سعودی از آغاز ثبت‌نام زنان سعودی برای آموزش در برنامه «زنان راهبر قطار تندرو حرمین» خبر داد. براساس این آگهی، زنانی که دوره آموزشی یک‌ساله در این برنامه را با موفقیت بگذرانند، از امکان شغلی تضمین شده برای شرکت «رینفی-سعودی» برخوردار خواهند بود.

شرکت اسپانیایی رینفی که اپراتور قطارهای تندرو در عربستان سعودی است، اعلام کرده که ارزیابی آنلاین سوابق تحصیلی و مهارت‌های زبان انگلیسی به آن‌ها کمک کرده است تا تعداد داوطلبان حائز شرایط را تقریباً به نصف کاهش دهد.

دوره آموزشی راندگی قطارهای تندرو برای زنان قرار بود از ۲۶ بهمن‌ماه (۱۵ فوریه) آغاز شود، اما با استقبال زیاد داوطلبان، شرکت رینفی اعلام کرده است که تا اواسط ماه مارس گزینش نهایی داوطلبان را انجام خواهد داد. ۳۰ زن داوطلب برگزیده، پس از یک سال آموزش با حقوق، هدایت قطارهای تندرو را در مسیر شهرهای مکه و مدینه برعهده خواهند گرفت.

بنابر آگهی اولیه، به کارآموزان در طول دوره آموزشی ماهانه چهارهزار ریال سعودی (۱۰۶۵ دلار) پرداخت خواهد شد و آن‌ها به‌عنوان کارمند در حال آموزش، تحت پوشش بیمه اجتماعی قرار می‌گیرند. زنانی هم که پس از فارغ‌التحصیلی، کار خود را در این شغل آغاز کنند، ماهیانه تا سقف هشت‌هزار ریال سعودی حقوق دریافت خواهند کرد.

قطار تندرو حرمین، سرویس پرسرعتی است که در مسیری به طول ۴۵۰ کیلومتر، شهرهای مکه و مدینه را از طریق شهر جده (واقع در کرانه دریای سرخ) به یکدیگر وصل می‌کند. این خط ریلی که قطارهای آن با سرعتی نزدیک به ۳۰۰ کیلومتر در ساعت حرکت می‌کنند، از اواخر سال ۲۰۱۸ راه‌اندازی شده است و قابلیت جابه‌جایی سالانه بیش از ۶۰ میلیون مسافر را دارد.

شرکت رینفی اعلام کرده که مشتاق ایجاد فرصت‌های شغلی برای زنان محلی در این حوزه است.

به دلیل قوانین سخت‌گیرانه جداسازی جنسیتی، تا سال‌های اخیر فرصت‌های شغلی برای زنان سعودی به نقش‌هایی مانند معلمی و کار در حوزه درمانی و پزشکی محدود می‌شد. زنان سعودی تا سال ۲۰۱۸ میلادی اجازه راندگی در این کشور را هم نداشتند.

نظر به تصویب قوانینی از سوی مجلس برای محدود کردن فضای مجازی؛

کار آفرینان خانه‌دار را بیکار نکنید

این شوک بعید به نظر می‌رسد چرا که هزینه فرصت‌های از دست رفته بسیار زیاد خواهد بود. این بحران شغلی و آسیب اقتصادی نیز می‌تواند در نهایت افزایش خشم عمومی، افزایش جرم و بزه، از هم پاشیدگی نظام خانواده به دلیل از دست رفتن بخشی از درآمد خانوار را به دنبال داشته باشد.

چند سال کمرکسب و کارهای کوچک و متوسط را خواهد شکست و بزرگترین بازندگان این طرح، کسب و کارهای کوچک و متوسط خواهند بود که در این مدت ارتباط خود را با مشتریان از دست خواهند داد. در این میان میلیاردها ساعت محتوا تولید شده است و میلیاردها تومان دارایی دیجیتال در این فضا وجود دارد و جبران کردن

تمام این کسب و کارها اینترنت و بستر فضای مجازی می‌باشد، حال با توجه به زرمه‌های شکل گرفته در رابطه با محدود نمودن فضای مجازی، این نگرانی وجود دارد که این کسب و کارها دچار آسیب گردد زیرا اگر این طرح اجرایی شود تا بخواهند برنامه‌های جدیدی برای استفاده طراحی و اجرایی شود چندسال طول خواهد کشید و این

معیاحمدی

روانشناس و مدرس دانشگاه

یکی از چالش‌های اساسی جامعه امروز ایران بحث اشتغال و مباحث اقتصادی می‌باشد، خصوصاً اشتغال بانوان که به علت پاره‌ای محدودیت‌ها همواره با چالش‌های بیشماری مواجهه بوده است، اما کارکردن زنان در خارج از خانه همانند پدیده‌های دیگر اجتماعی از زمانی به زمان دیگر متحول می‌گردد در جهان امروز علی‌رغم تمام محدودیت‌ها بخش بزرگی از مشاغل موجود در جامعه در تصدی بانوان می‌باشد، و همچنین با توجه به شرایط اقتصادی یک بال اساسی تامین مخارج خانواده‌ها بر عهده بانوان است، از طرفی به دلایل متعددی اعم از مرگ، طلاق، اعتیاد و... بسیاری از زنان سرپرست و اصطلاحاً نان‌آور خانواده محسوب میشوند.

در این شرایط بسیاری از کسب و کارهای خانگی جهت تسهیل کار خانواده ایجاد شده است، کسب و کارهایی نظیر: خدمات پرستاری کودک و نظافت منزل، تهیه مواد غذایی اولیه به صورت آماده، شیرینی و غذای خانگی، و تولید انواع دست‌سازها و آثار هنری و... در کنار شغل‌های همیشگی بانوان نظیر آرایشگری و خیاطی نیز توسعه بیشتری یافته، بازار فروش و تبلیغ

پس از سال‌ها آیالایحه صیانت و امنیت و تکریم بانوان در برابر خشنونت تصویب خواهد شد؟!!

طبق گزارش خبرگزاری ایسنا: سرپرست امور بانوان و خانواده گفت: لایحه صیانت، امنیت و تکریم بانوان در برابر خشنونت تصویب و اجرایی می‌شود. نیر الهامی ۹ اسفند در جلسه بررسی خلاء‌های قانونی در حوزه زن و خانواده که در سالن جلسات استانداری آذربایجان غربی برگزار

شد، اعلام داشت: لایحه صیانت، امنیت و تکریم خانواده که از سال‌های قبل مورد بررسی، تدوین قرار گرفته بود در دولت سیزدهم تصویب و اجرایی می‌شود و همه دستگاه‌ها ملزم به اجرای آن هستند. وی با اشاره به اینکه با احصاء خلاءهای قانونی در این حوزه می‌توان مثمر ثمر بود، تصریح کرد: وجود قوانین صریح در خصوص توجه به زنان در قانون اساسی نشان از این است که جمهوری اسلامی به زن و رشد زنان، تامین امنیت غذایی عادلانه، ایجاد دادگاه‌های خانواده، ایجاد بیمه زنان سرپرست خانواده، حمایت از مادران در دوران بارداری و حضانت توجه جدی دارد.

الهامی با تاکید به اینکه مکتب اسلام از قوانین وحی سرچشمه گرفته و با در نظر گرفتن حقوق و ویژگی‌های زن کرامت و منزلت بالایی برای این قشر در نظر گرفته است، خاطر نشان کرد: اسلام بین تکالیف و حقوق زن و مرد تعادل ایجاد کرده چنانچه طبق قوانین اصیل ایرانی اسلامی زنان در کنار مردان هردو دارای کرامت انسانی هستند و هیچ گروه و جنسیتی بر دیگری برتری ندارد. سرپرست امور بانوان و خانواده استاندار آذربایجان غربی با اشاره به اینکه مسئله و حقوق زنان در کنوانسیون‌های بین‌المللی در جهت تعادل سازی بین زن و مرد نیز مورد توجه است، اظهار کرد: در اسلام و قرآن بر تعادل حقوق سیاسی،

رویداد

اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی و همه بخش‌های زندگی زن و مرد تاکید شده اما در غرب تنها به بخش برابری جنسی توجه می‌شود. وی یاد آور شد: جمهوری اسلامی خانواده را به عنوان واحد بنیادی در نظر گرفته و این مسئله در قانون اساسی نیز آمده اما در برخی موارد خلاءهای وجود دارد که باید با بررسی این خلاءها در حوزه زن و خانواده آنها را احصاء کنیم. الهامی ادامه داد: در سال گذشته در راستای پیگیری حقوق زن و خانواده با کانون وکلا تفاهم‌نامه‌ای امضا شد و طی آن کلینیک حقوق زنان و خانواده در مرکز کانون وکلا استان در جهت احصاء برخی خلاءها افتتاح شد.

ضرورت احیاء مشاوران امور بانوان در مناطق و سازمان های شهرداری

نگس معدنی پور رئیس کمیسیون فرهنگی و اجتماعی شورای اسلامی شهر تهران در گفتگو با خبرنگار فارس با اشاره به لایحه «اصلاح ساختار معاونت برنامه ریزی، توسعه

سرمایه انسانی و امور شورای شهرداری تهران» ضمن مخالفت با جایابی اداره کل امور بانوان از معاونت اجتماعی و فرهنگی شهرداری تهران و قرار گرفتن آن در ذیل حوزه شهردار گفت: ما از کمیسیون برنامه و بودجه درخواست داریم که در بررسی لوابیجی که مربوط به دیگر کمیسیون های تخصصی است مراتب را با کمیسیون ها در میان گذاشته و نظر کمیسیون ها را در چنین موضوعاتی دریافت کنند.

وی ادامه داد: موضوع اداره کل امور بانوان

به کمیسیون فرهنگی و اجتماعی مربوط است لذا اگر اتفاقی در این زمینه می خواهد صورت گیرد، باید نظرات کمیسیون در مورد آن نظر گرفته شود.

رئیس کمیسیون فرهنگی و اجتماعی شورای اسلامی خاطر نشان کرد: شهرداری تهران طی لایحه ای پیشنهاد داده تا اداره کل امور بانوان به منظور ارتقاء جایگاه در ذیل حوزه شهردار قرار گیرد اما با توجه به تجربه و نگاه کارشناسی موجود صرفا قرار گرفتن این اداره کل در ذیل حوزه شهردار

کمکی به ارتقاء جایگاه آن نخواهد کرد. وی خاطر نشان کرد: اگر قرار است اداره کل بانوان همچنان در سطح اداره کل باقی بماند بهترین جایگاه برای آن ماندن در ساختار معاونت فرهنگی و اجتماعی است. چراکه توسعه اجتماعی جامعه مستلزم طراحی و اجرای برنامه های فرهنگی و اجتماعی توسط زنان، برای زنان است که طبعا دختران، کودکان، سالمندان و خانواده را متأثر از خود می کنند.

عضو شورای اسلامی شهر تهران اظهار داشت: با توجه به ضرورت امر، پیشنهاد من این است که اداره کل امور بانوان همچنان ذیل معاونت فرهنگی و اجتماعی شهرداری به فعالیت خود ادامه دهد و برای بهبود شرایط موجود ساختار حوزه زنان در شهرداری تهران، مشاوران امور بانوان در مناطق و بعد از آن در سازمان ها و شرکت ها احیا شود تا بدین ترتیب موضوع زنان و خانواده نیز در تمام ماموریت های مدیریت شهری مدنظر قرار گیرند.

مرضیه محمدی؛ نخبه فرهنگی هنری کشور:

اگر می خواهید تاریخ تکرار نشود کتاب بخوانید

مهشاد عسکری

در حالی که عده ای به دنبال سهم خواهی بر اساس دهه تولد هستند، انسان های توانمند برای رسیدن به رویاهای خود می جنگند. خانم مرضیه محمدی یکی از بانوان هنرمند استان کرمان هستند که با وجود سن کم در رشته های نویسندگی، قصه گویی و تئاتر و استندآپ کمدی در سطح کشوری و بین المللی صاحب مقام شده اند. در کارنامه هنری ایشان عنوانی چون داور سی و دومین جشنواره بین المللی فیلم های کودکان و نوجوانان، راه یابی به بیستین دوره جشنواره کشوری و بین المللی قصه گویی، کسب رتبه برگزیده استان جشنواره داستان کودک و نوجوان، کسب رتبه برگزیده کشور در سی و هفتمین جشنواره فرهنگی و هنری، کسب رتبه اول استان در سی و هفتمین جشنواره فرهنگی و هنری در رشته استندآپ کمدی، کسب گواهی بین المللی نخبگان تحول آفرین، کسب رتبه سوم بازیگری زن در جشنواره تئاتر استان، کسب رتبه برگزیده در مهرواره داستان نویسی دنیای ما زیباست، به چشم می خورد. شما را به خواندن مصاحبه اختصاصی نشریه زن و اجتماع با ایشان دعوت می کنیم.

لطفا خودتان معرفی کنید

مرضیه محمدی هستم، متولد ۱۶ مرداد ۱۳۸۰ در رفسنجان زندگی می کنم.

در چه زمینه هایی به فعالیت مشغول هستید؟

در حال حاضر، مربی مهدکودک هستم و قصه گویی و داستان نویسی را به صورت جداگانه آموزش می دهم. از طرفی طنزپرداز هم هستم و داستان های رئال و اجتماعی می نویسم. نمایشنامه و فیلمنامه هم کار کرده ام اما وقت و تخصص اصلی ام را روی داستان نویسی گذاشته ام. و با مجله سرمشق، هفته نامه سمن، و شایورد همکاری داشته ام. در حال حاضر سردبیر ادبی انجمن شایورد هستم.

چطور وارد حیطه نویسندگی شدید؟

من به ورزش دوچرخه سواری علاقه بسیاری داشتم اما حدود سال ۹۰ آخرین دوره مسابقات برگزار شد و من مدال برنز گرفتم و همانجا مشخص شد که برگزاری مسابقات دوچرخه سواری برای بانوان

لغو شده است و من با قلبی شکسته و گریه فراوان سالن را ترک کردم این اتفاق چنان تاثیری در من داشت که در خلوت خود درباره آن داستان و شعر می گفتم همان سال در جشنواره شعر شهید ارسلان رتبه دوم شهرستان را کسب کردم و به انجمن های شعر و داستان رفسنجان معرفی شدم و بی وقفه تلاش کردم و کتاب خواندم و نوشتم و آموزش دیدم. در زمینه قصه گویی هم مربیان دوست داشتنی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به من کمک کردند، دستشان را می بوسم.

چه مقاماتی در سطح ملی یا بین المللی دارید؟

در سال ۹۸/۹۷ نویسنده برگزیده کشور شدم و داستان «قهوه ای روشن» (اثری که خیلی دوستش دارم)، در کتاب نخبه های فرهنگی و هنری چاپ شد. در دوره های مختلف داستان نویسی، چندین دوره نویسنده اول و برتر استان شدم. همچنین در بیستین جشنواره بین المللی قصه گویی به مرحله کشوری راه پیدا کردم و در این جشنواره نیز قصه گوی برتر استان بودم.

با توجه به اینکه شما در زمینه نویسندگی و قصه گویی فعالیت میکنید، تفاوت قصه گویی با کتاب خواندن در چیست؟

کتاب را در خلوت خودتان می خوانید، اما قصه گویی را روایت می کنید. در حقیقت قصه گویی چه برای یک نفر چه هزار نفر، بردن انسان ها در دنیای دیگر است. قصه گویی حس قهرمان بودن را به ادم منتقل میکند.

کمی از رشته استندآپ کمدی و مسیری در آن طی کرده اید برای ما بگویید؟

من شخصیت شوخ طبعی دارم و در بدترین شرایط سعی در حفظ روحیه خود و اطرافیانم دارم و به تشویق اطرافیان به سمت استندآپ کمدی رفتم اما استندآپ کمدی در کنار اینکه خنده به لب جمعیت می آورد، غصه به دل من می انداخت. بعد از هر اجرا باید جواب تعداد زیادی از ارگان ها را می دادم که چرا توهین یا بی ادبی کرده ام و خیلی برایم اعصاب خردی درست می کردند. در صورتی که من در اجراهایم به هیچ عنوان اسم نمی آوردم. بگذریم! برای استندآپ به صورت خودجوش فعالیت می کردم و نه



در استان، نه در شهرستان فردی را پیدا نکردم که پیش او آموزش ببینم در نهایت به دلیل حاشیه ها از استندآپ کمدی دست کشیدم.

در مسیری که تا امروز پیموده اید به عنوان یک خانم با چه چالش هایی روبرو بوده اید؟

من همیشه سعی داشته ام که دیدگاه تعصبی و کورکورانه نسبت به جنسیت نداشته باشم، اما در طی ۹ سال فعالیتیم در این زمینه، واقعا شرایط سختی را از سر گذراندم. خیلی وقت ها با دیدن بعضی مسائل به شدت ناراحت می شدم اما حق اعتراض نداشتم. چون کاری از دست کسی بر نمی آمد. انسان اگر رویایی داشته باشد، سختی های مسیر را به جان می خورد. اما خوشحالم که حتی لحظه ای از خلقتم و جنسیتم ناراضی نبودم و مثل یک زن جسور و بی پروا در ادامه راهم ثابت قدم ماندم.

برای افرادی که به قصه گویی علاقه دارند چه توصیه ای دارید؟

جایگاه ویژه ای در قصه گویی ندارم که بخواهم توصیه ای داشته باشم. فکر

خبر

آماده باش ۲۰ تیم گشت و مراقبت از منابع طبیعی جنوب کرمان در چهارشنبه سوری

هرساله با نزدیک شدن به آخرین چهارشنبه سال که به چهارشنبه سوری معروف است، شاهد صدمه دیدن عده هستیم اما آنچه در این میان کمتر به آن توجه شده است آسیبی است که برخی از این اعمال به محیط زیست وارد می کنند. گرچه ۱۵ اسفند ماه روز درختکاری نامگذاری شده اما این مناسبت خیلی زود فراموش می شود و با اعمالی که در چهارشنبه سوری روی می دهد درختان بسیاری صدمه می بینند.

اما امسال به منظور جلوگیری از آسیب به درختان و مراتع اقدامات ویژه ای صورت گرفته است. خانباز امیرافضلی فرمانده یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیز داری جنوب استان کرمان به بیان برخی از این فعالیت ها پرداخت.

وی گفت: با توجه به نزدیک شدن به چهارشنبه آخر سال ۲۰ اکیپ گشت و مراقبت یگان حفاظت از منابع طبیعی جنوب کرمان آمادگی لازم به منظور جلوگیری از هرگونه آتش سوزی و تخریب جنگل ها و مراتع را در این منطقه دارد.

خانباز امیرافضلی در گفت و گو با ایسنا با بیان این مطلب که با متخلفین و متجاوزین به عرصه های ملی قاطعانه برخورد قانونی خواهد شد افزود: تیم های گشتی و تخصصی اطفاء حریق عرصه های منابع طبیعی در مناطق حساس هفت شهرستان جنوب استان کرمان مستقر هستند تا ضمن جلوگیری از آتش سوزی جنگل ها و مراتع، سریعا نسبت به اطفای حریق های احتمالی اقدام کنند.

فرمانده یگان حفاظت اداره کل منابع طبیعی و آبخیزداری جنوب کرمان اظهار کرد: این فرماندهی از طریق شماره تماس ۱۳۹ و ۱۵۰۴ (کد امداد جنگل و مرتع) همواره آماده دریافت گزارش ها و اخبار مردم در زمینه آتش سوزی، تخریب و تصرف اراضی ملی، قاچاق چوب، گیاهان دارویی زغال و ... است.

وی با بیان اینکه اتفاق خاصی در آیین چهارشنبه سوری سال گذشته منطقه جنوب کرمان رخ نداده است، تصریح کرد: در چهارشنبه سوری امسال هم امیدواریم با مشارکت همه شهروندان به ویژه هیاترسان طبیعت، همچون سال گذشته شاهد هیچگونه آتش سوزی در مراتع و جنگل ها نباشیم.

چطور کمترین آسیب را در خانه تکانی داشته باشیم

خانه تکانی یکی از سنت‌های دیرین ایرانیان است که اکثر بانوان ایرانی با نزدیک شدن به نوروز با عجله و وسواس خاص به آن می‌پردازند. اما

آنچه در این میان از اهمیت خاصی برخوردار است حفظ امنیت و سلامت در این دوران است؛ چنانچه شاهد هستیم در این دوران بیشترین مراجعه به مراکز اورژانس مربوط به حوادث مربوط به خانه تکانی است. البته گاهی عوارض این صدمات در ماه‌های بعدی خود را نشان می‌دهند. در این مقاله سعی داریم با رعایت نکاتی آسیب‌های ناشی از خانه تکانی را به حداقل برسانیم.

برنامه ریزی داشته باشید زیرا با برنامه ریزی از تجمع کارها در روزهای پایانی و عجله و استرس کار کاسته می‌شود - دستورالعمل استفاده از محصولات شوینده را بخوانید در غیر این صورت به بدن خود و سایل خانه صدمه خواهید زد - از ابزار مناسب هر کار استفاده کنید مثلاً برای دسترسی به پرده‌ها از نردبان با ارتفاع مناسب استفاده کنید تا کاره را

به راحتی انجام دهید و زمان انجام هر کار را با این شیوه به حداقل برسانید - کفش مناسب بپوشید بله درست است که همه ما موقع تمیزکاری‌های خانه لباس راحت می‌پوشیم اما پاپوش‌ها و صندل‌های راحتی که معمولاً در خانه به پا می‌کنید برای زمان خانه‌تکانی مناسب نیستند. حتماً کفش‌های راحت و سبکی بپوشید که تعادل‌تان را حفظ کنند و اصطکاک مناسبی با زمین داشته باشند.

هروقت لازم است از دیگران کمک بخواهید شاید فکر کنید نیازی نیست کاری را متوقف کرده و از یک نفر دیگر هم کمک بخواهید یا صبر کنید کسی پیدا شود که کمکتان کند، اما این کار خیلی بهتر است از اینکه عضله‌ای را به شدت بکشید و آسیب به آن بریزید، مثلاً کمردرد و گردن درد بگیرید و مجبور شوید کلاً دست از کار بکشید.

مادران همراه و توانمند؛ فرزندان توانمندتر برای حال و آینده

زهرا قاسم زاده

مرکز دوستدار کودک مشتاق تحت نظارت انجمن دوستداران کودک کرمان، پانزدهمین سال فعالیت خود را پشت سر می‌گذارد و در طول این سالها برای سوادآموزی و آموزش مهارت‌های زندگی به کودکان کار و بازمانده از تحصیل تلاش بسیاری نموده است. اما در سالهای اخیر فعالیت‌های جدیدی را هم انجام می‌دهد که خانواده‌ها به خصوص مادران را درگیر در آموزش فرزندان نموده است. گرچه در طول این سالها والدین و به خصوص مادران در جلسات آموزشی مرکز شرکت می‌کردند اما در حال حاضر مادران به طور منظم و جدی حداقل هر دو هفته یکبار در مرکز حضور دارند. علاوه بر آن کودکانی که سال ششم تحصیلی خود را به اتمام می‌رسانند و امکان ادامه تحصیل در مقاطع بعدی برایشان فراهم نیست در کارگاه‌های آموزشی مرکز شرکت نموده و همراه با سایر معلمان، معلمی را تمرین می‌کنند. «سوادآموزی عاطفی اجتماعی مادر - کودک» و «دنیازاد» دو طرحی است که این مرکز در حال حاضر به طور ویژه دنبال می‌کند. گفتگویی با رویا اخلاص پور مدیر مرکز دوستدار کودک مشتاق داشته ایم که این روزها با همکارانشان دو طرح مذکور را پیش می‌برند؛ داشته ایم و از زبان ایشان با طرح‌های مذکور بیشتر آشنا می‌شویم:

طرح سوادآموزی عاطفی اجتماعی مادر - کودک

ما در حال حاضر دو طرح در مرکز در حال اجرا داریم. یک طرحی است از سال ۹۵ پیش شروع کردیم به نام طرح سوادآموزی اجتماعی مادران، هدفی که آن زمان داشتیم این بود که مادران زیادی را علاقمند کنیم به این که با سواد باشند و ماکمک کنیم و توانایی داشته باشیم گروه‌های مختلف را در سطوح مختلف با سواد کنیم و کلاس فوق برنامه برایشان گذاشتیم استقبال چندانی نبود شاید چون هیچ مسئولی در این پروژه نبود، جلسات والدین یک روز در هفته بود، یک روز پنج نفر بودیم یک روز ۱۵ نفر بودیم و بعد از آن ما به کرونا خوردیم و همان سال ما الگویی برقرار کردیم که ما دیگر کسی را ثبت نام نمی‌کنیم ما فقط طرح مادر و کودک داریم مادر باید اینجا در برنامه‌ها شرکت کند و ثبت نام کند و این اتفاق خوبی بود و امسال بچه‌هایی که برای ثبت نام آمدند حدود ده درصد آنها پدرانشان برای ثبت نام آمدند و ۹۰ درصد مادران شان برای ثبت نام آمدند. و امسال ما طرح را برای کودکان پایه اول اجرا کردیم و سعی کردیم به مادر در کنار کودک سواد بیاموزیم، این که مادر سواد بیاموزد یا نه، مهم نیست بلکه این که در کنار کودکش باشد و این برای رشد کودک بسیار مهم است. مادرانی که حداقل دو هفته یکبار اینجا هستند و با کمک فرزندان‌شان شروع میکنند به آموزش حروف الفبا یا عروسک سازی و کتاب درست می‌کنند روزنامه دیواری درست می‌کنند و فعالیت‌های دیگری انجام می‌دهند. این همراهی مادر و کودک به چه معنی است؟ در دنیای امروز دسته بندی‌های متفاوتی از سواد انجام شد؛ یکی این بود که سواد یعنی خواندن و نوشتن و حساب کردن، بعد این بود که باید کامپیوتر بلد باشید، زبان بلد باشید اما در حال حاضر سواد دسته بندی‌های زیادی دارد که یکی از مهمترین آنها سواد عاطفی اجتماعی است. عاطفی یعنی اینکه فرد همدلی خوبی پیدا کند، به دیگران کمک کند، بتواند ارتباط برقرار کند، در واقع احساسات و عواطف مثل خواندن و نوشتن را بتوان از چهره‌ها، رفتارها و احساسات افراد تشخیص داد و این برای مادر و فرزند خیلی مهم است و باعث می‌شود



این که بچه‌ها در روز در هفته به مدرسه می‌آیند و البته احتمال دارد ۳۰ درصد بقیه هم بتوانند کامل پایه اول را تمام کنند چون مدرسه ما تا اواخر تیرماه برقرار است. آموزش‌های ما به صورت ترکیبی است مثلاً یکی از معلمها یک کودک پایه اولی دارد، دو نفر کلاس ششمی، و یک نفر اول پایه دوم دارد، این باعث می‌شود که کودکان در کنار هم بیاموزند و از همدیگر کمک بگیرند و این باعث شده که تعداد معلمان ما زیاد باشد.

طرح دنیازاد

ده سال پیش اولین گروه بچه‌های کلاس ششم که درس شان تمام شد خیلی مشتاق بودند که به ما کمک کنند اما ما برنامه خاصی نداشتیم و باعث شد در این پروژه شکست بخوریم. ما اینجا یک سری از دختران را داشتیم که سال ششم تمام شده بود و توانایی تحصیل به مدارس رسمی را نداشتند ولی اینجا حضور داشته‌اند در فعالیت‌های ما و فعالیت‌های هنری شرکت داشتند و در کتابخانه کمک می‌کردند این گروه که تعدادشان زیاد شد به خصوص دخترانی که سال ششم تمام شد با استفاده از تجربیات سالهای قبل، که از یکدیگر یاد می‌گرفتیم این سد ذهنی شکسته شد و ما آموزش سوادآموزی را به این دختران آغاز کردیم و همراه با سایر معلمان روزهای چهارشنبه در کلاس‌های آموزشی شرکت می‌کنند و در روزهای دیگر هم در کنار معلمان در کلاسها قرار گرفته و آموزش کودکان را پیش می‌برند. ابتدا معلمان پایه اول به این دختران آموزش دادند که ۱۵ نفر هستند و چند پسر هم به این جمع اضافه شده‌اند؛ و با کمک خودشان سواد را دسته بندی کردیم که سواد شامل: سواد اجتماعی، سواد عاطفی، سواد مالی، سواد اقتصادی، سواد بهداشتی، سواد اکولوژیک؛ و هر کدام از این موارد را با کمک مدرسان انجمن دوستداران کودک و فعالان اجتماعی به آنها آموزش می‌دهیم. این آموزش‌ها در قالب کارگاه است. ما به این گروه گفتیم که شما باید بتوانید هر کجا هر کسی را که دیدید می‌خواهد سواد یاد بگیرد با عشق به او سواد یاد بدهید. و این اصلاً برای شما شغل محسوب می‌شود و می‌توانید برای آموزش دستمزد بگیرید. این مساله در شرایط حاضر جامعه ما دارای اهمیت است به خصوص در دوران کرونا که دسترسی به آموزش برای بسیاری از کودکان محدود شده است. پایه این ایده در حقیقت ایده‌های آقای بهمن بیگی است که برای عشایر از شهر معلم می‌آورد و می‌دید که همه این افراد عاشقانه و داوطلبانه کار نمی‌کنند و می‌خواهند از آن محیط به نوعی فرار کنند. بنابراین آقای بهمن بیگی تصمیم می‌گیرد که با دانش آموزان کلاس ششمی خودش دانشسرای تربیت معلم عشایری را شروع کند و هنوز هم بهترین و دلسوزترین معلمان عشایری کسانی هستند که از عشایر هستند. ما هم امیدواریم این دختران از درون جامعه خودشان بتوانند این حالت را داشته باشند. به نظر من اگر قرار باشد دنیا درست شود، خاورمیانه درست شود، تنها از مسیر زنان و دختران انجام خواهد شد زنان و دخترانی که سواد دارند، انتظار دارند و انتظاراتشان را بیان می‌کنند.

گرفت. در برخی در نقاط دنیا که مدارس آزاد و دولتی دارند مثل آمریکا، کانادا و استرالیا برای اینکه همواره هزینه‌ها را کاهش دهند و هم برای اینکه خانواده‌ها را درگیر روابط بچه‌ها کنند بخشی از فعالیت‌های مدرسه را به خانواده‌ها واگذار می‌کنند مثلاً کتابداری مدرسه به پدران و مادران واگذار می‌شود یا مثلاً برنامه اردوهای مدرسه را چند نفر از پدرها و مادرها اداره می‌کنند یا نظافت مدرسه را تعدادی از مادران به عهده می‌گیرند و همیشه تعدادی از مادران در فضای مدرسه دارن حضور دارند و بچه‌ها فضای خانه و مدرسه را از هم جدا نمی‌کنند و در ترکیب با خانواده بزرگ می‌شوند، انگار که برگشتیم به دنیای قدیمی ما که همه چیز در کنار هم بود کار، آموزش، مذهب و همه چیز درهم تنیده میشد.

به هر حال ما هم در این جا با یک گروه مهاجر طرفیم، گرچه کودکان ایرانی هم در این مرکز حضور دارند اما یخزدگی روابط بین خانواده و مدرسه باعث می‌شود نتیجه مطلوب نداشته باشیم. در طول همه این سالها تجربیات ما نشان می‌دهد که خانواده‌هایی که در مدرسه می‌آمدند و اینجا می‌نشستند بچه‌هایشان نتایج بهتری کسب می‌کردند تا کسانی که این ارتباط را نداشتند، ما دوست داریم اینجا نه یک مدرسه بلکه یک خانه - مدرسه باشد.

در حال حاضر اولویت ما سوادآموزی به کودکان پایه اول است اما مادرانی هم هستند که مشتاق سوادآموزی هستند و برای اینکه بتوانیم برای آنها کلاس جداگانه بگذاریم فعالیت‌هایی‌اش را نداریم به دلیل کمبود فضای آموزشی، تعداد معلمان و همیاران معلم زیاد است متأسفانه کمبود فضای آموزشی داریم.

این طرح تا به حال موفقیت آمیز بوده است من هر سال در دی ماه کودکان پایه اول را ارزیابی می‌کنم در سال‌های گذشته حداکثر ۵۰ درصد کودکان به اصطلاح کمر الفبا را شکسته بودند و ترکیب و ... را یاد گرفته بودند اما امسال با این که ما تنها یک معلم با سابقه آموزش پایه اول داشتیم و سایر معلمان همزمان آموزش کلاس اول را یاد می‌گرفتند این یادگیری به ۷۰ درصد رسیده، با وجود

که یک دوستی و رفاقتی شکل گرفته و کودک مسئول بار بیاید. سواد اجتماعی یعنی این که فرد بداند کجای دنیا قرار دارد و چه کسی است.

تمام تلاش ما این است که این ارتباط برای همه بچه‌هایی که این جا هستند برقرار شود و ما به آنها کمک می‌کنیم و به مادران بیاموزیم که سواد خواندن و نوشتن مهم نیست مهم این است که با عشق کنار فرزندت بنشین و این همان پایه یادگیری است و همه انواع یادگیری از طریق شنیداری و دیداری اتفاق نمی‌افتد بلکه حواس دیگر هم باید درگیر باشد و این طرح کمک می‌کند که بقیه حواس هم درگیر شود.

گاهی اوقات داشتن فرزند کوچک یا مخالفت شوهر مانعی برای حضور مادران در کنار کودکان‌شان است اما مساله‌ای که باعث می‌شود مادران به طور منظم حضور پیدا کنند تأثیر معلم و سماجت او برای حضور مادران است، معلمانی که اصرار بیشتری بر حضور مادران دارند و پیگیرترند مادران بیشتری در کلاسها شرکت می‌کنند. یکی از اصولی که در کلاسهای سوادآموزی به مادران آموزش می‌دهیم این است که بچه فقط غذا دادن نیست و این که در یادگیری در کنارش باشی و به او کمک کنی باعث می‌شود که روحیه فرزند قوی تر شود، اوایی یکی غمگینی را می‌شد در مادران دید اما به مرور از آن حالت غمگینی و بی‌حوصلگی درآمدند و حس مادر همراه با کارهای هنری لذت بخش تر می‌شود. مادر چهار ساعت اینجا حضور دارد همزمان از نوزاداش مراقبت می‌کند، به کودک کلاس اولی اش کمک می‌کند که کاردستی را انجام دهد و این ارتباط بین مادر و فرزند به طور قوی شکل می‌گیرد.

الگوهایی از این نوع در دنیا وجود دارد مثلاً در موزه‌ها و نمایشگاه‌ها مادران در کنار فرزندان‌شان یک کار هنری انجام می‌دهند و یک مورد خیلی جالب که در نیویورک وجود دارد برای مادران مهاجر که سواد کمی دارند و بچه‌هایشان هم زبان انگلیسی یاد نداشتند، کلاس زبان آموزشی گذاشته بودند و خیلی از فعالیتها مشترک بودند و گروه‌های مختلفی بودند که هماهنگ بودند و فعالیت را انجام می‌دادند و این رابطه بین فرزند و مادر شکل می‌

مناسبت

چوبک، ابراهیم گلستان، جلال آل احمد، بزرگ علوی، هم عصر بود اما به زودی توانست توانست جایگاه خود را در عرصه داستان نویسی تثبیت کند.

زویا پیرزاد

نویسند ارمنی تبار اهل ایران که سال ۱۳۸۰ با رمان "چراغ‌ها را من خاموش می‌کنم" جوایز متعددی به دست آورد. او تمام آثارش را به زبان فرانسوی ترجمه کرده است. "عادت می‌کنیم" از دیگر آثار وی است.

ماندگار به نام "این خانه سیاه است" که ۵ دفتر شعر وی در قالب نیمایی به زبان های انگلیسی، ترکی، عربی، چینی، فرانسوی، اسپانیایی، ژاپنی، آلمانیو عبری ترجمه شده است.

مهشید امیرشاهی

نویسنده، طنزپرداز، مترجم و روزنامه نگار ایرانی که بسیاری از آثار وی در خارج از ایران به چاپ رسیده است. وی گرچه با نویسندگانی چون صادق

ادبی خود را از دهه چهل و با انتشار داستان‌های کوتاه در مشهد آغاز کرد.

گلی ترقی

نویسنده ایرانی ساکن فرانسه است. او یکی از بهترین خاتره نویس‌های ایران است. از داستان‌های او میتوان به "بزرگ بانوی روح من" "اتفاق" "توبوس شمیران" و "دو دنیا" اشاره کرد.

فروغ فرخزاد

شاعر نامدار و کارگردان تک اثری

رمان نویس‌های معاصر می‌دانند. سووشون اثر ماندگار او همچنین پرفروش‌ترین و پرخواننده‌ترین رمان وی است.

فاطمه علیزاده

مشهور به غزاله علیزاده داستان نویسی و خالق رمان ماندگار «خانه ادیسی‌ها» که برای همین رمان جایزه بیست سال داستان نویسی را از وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی دریافت کرد. وی کار

به مناسبت روز جهانی زن زنان شاخص نویسنده ایرانی که باید آثارشان را بخوانید

سیمین دانشور

نخستین زن داستان نویسی ایران و نیز منتقد، مترجم و مدرس دانشگاه بود. منتقدان دانشور را یکی از بهترین

خبر

به مناسبت تولد پروین اعتصامی زنی که سیاست را زنانه سرود

رخشنده اعتصامی مشهور به پروین اعتصامی از شاعران بسیار نامی معاصر در روز ۲۵ اسفند سال ۱۲۸۵ شمسی در تبریز تولد یافت. مادرش بانو اختر فتوحی فرزند میرزا عبدالحسین ملقب به مُقَدَّم العِداله و متخلص به «شوری» از واپسین شاعران دوره قاجار، اهل تبریز و آذربایجان بودند. پروین اعتصامی بانوی معاصر شعر فارسی است که در نظر برخی از بزرگان فرهنگ و ادب، در زمره بزرگ‌ترین شاعران ایران زمین قرار دارد. اندیشه نو و نگاه انتقادی پروین به وقایع اجتماع و طبقه ضعیف جامعه، یکی از برجسته‌ترین نکات اشعار او محسوب می‌شود. در تاریخ ادبیات فارسی، پروین اعتصامی تنها بانوی شاعری معرفی می‌شود که زیباترین اشعار سیاسی انتقادی را با نگرشی زنانه و با اتکا به اخلاق و خرد و اندیشه به رشته تحریر درآورده است. پروین را استاد سبک مناظره در شعر فارسی می‌دانند. روحیه ظلم‌ستیزی و مخالفت با ستم و ستمگران و حمایت و ابراز همدلی و همدردی با محرومان و ستم‌دیدگان است. اشعار پروین اغلب از حوادث و اتفاقات شخصی و اجتماعی خالی‌اند.

در میان اشعار او، شعری وجود ندارد که با کمک آن بتوان صراحتاً شخص شاعر را شناخت. پروین تحت تاثیر شخصیت علمی و ادبی پدرش اعتصام‌الملک رشد کرد و اولین شعرش را در هفت‌سالگی سرود. پروین، نشان درجه سوم علمی رضاشاه را نپذیرفت و درخواست وی برای تدریس به ملکه را رد کرد.

او در شب ۱۵ فروردین سال ۱۳۲۰ خورشیدی به بیماری حصبه در تهران زندگی را بدرود گفت اما پس از وفات او مراسم دولتی برای وفات و بزرگداشت‌اش برگزار نشد.

جالب است بدانید که شعر نقش بسته بر مزار پروین یکی از سروده‌های خود اوست اینکه خاک سپهش بالین است اختر چرخ ادب پروین است گر چه جز تلخی ز. ایام ندید

هر چه خواهی سخنش شیرین است صاحب آنهمه گفتار امروز سائل فاتحه و یاسین است دوستان به که ز، وی یادکنند دل بی دوست دلی غمگین است خاک در دیده بسی جان فرساست سنگ بر سینه بسی سنگین است بیند این بستر و عبرت گیرد

عرض هر دو نفر ما لیدر رسمی هستیم به همین واسطه برنامه های تور برگزار میکنیم. از طرفی تبلیغات هم قبول میکنیم اما برای قبول تبلیغ ملاک‌هایی داریم. مهمترین ملاک ما برای قبول تبلیغ همخوانی داشتن با محتوای صفحه «الیسی» هست.

بعد با توجه به موضوع سناریو تعریف میکنیم و بر اساس سناریو محتوای تولید میکنیم.

■ در حین انجام کار خاطره جالبی هم بوده که برامون تعریف کنید

خاطره که خیلی داریم بالاخره کار ضبط بدون توپوق زدن نمیشه. کل «الیسی» برای ما خاطره است، مهم با هم بودن نمونه

■ سخن آخر
تمام تلاش ما این هست که کار بزرگی در خور نام کرمان انجام دهیم، اما لازم داریم که مورد حمایت قرار بگیریم. خیلی وقت‌ها در تهیه یک پست، مسئولین آن مکان با ما همکاری نکردند، در صورتی که مطمئناً آگه شهر دیگه ای بودیم جور دیگه ای با ما رفتار میشد و بیشتر مورد حمایت قرار میگرفتیم چون در راستای معرفی کرمان قدم برمی‌داریم و این مورد در رشد صنعت گردشگری در کرمان قطعاً تاثیرگذار خواهد بود. ما حتی بناهایی که تا الان پست کردیم، بابت هیچکدوم هزینه ای دریافت نکردیم.

می‌گیرید؟

الویت ما معرفی مکان های تاریخی هست. با توجه به این مسئله مکان انتخاب و محتوای مناسب با اون تولید میکنیم.

■ به جز شما دونفر چه افرادی را در تیم حضور دارند؟

خیلی از دوستان هستند که برای فیلمبرداری به ما لطف می‌کنند، همینطور بعضی پست‌ها نیازمند معرفی توسط شخص خبره هست که از افراد دعوت می‌کنیم در کنار ما باشند اما این افراد موقتی هستند و همینجا از همگی سپاسگزاریم.

■ فعالیت خودتون از چه زمانی و با چه میزان سرمایه اولیه شروع کردید؟

تقریباً از عید ۱۴۰۰ بدون هیچ سرمایه و حمایتی این فعالیت را شروع کردیم. سرمایه ما، علاقه و ایمان به مهارتهایی بود که داشتیم.

■ آیا تا الان تاثیر گذار بوده‌اید؟

قطعاً بدون تاثیر نبودیم، خیلی وقتاً، رستوران، کافه، بازار رفقیم، دوستانی بودن که اظهار آشنایی کردن و آمدند و با هم عکس گرفتیم؛ اینها همه نشان میدهد که ما دیده و شنیده شده‌ایم و کرمانی‌ها ما را می‌شناسند.

■ گفتید که بدون سرمایه شروع به کار کردید. پس هزینه‌ها را از چه طریق تامین میکنید؟

«الیسی» بلاگر گردشگری کرمانی:

مهم باهم بودن ماست



دو نفر به طبیعت و گردشگری داده است. "elishi.kerman" نام صفحه اینستاگرام ایشان است که در آن به طور تخصصی به معرفی جاذبه های گردشگری کرمان می‌پردازند.

■ لطفاً خودتون معرفی کنید.

الی و شیرین هستیم ، متولد اسفند و اهل کرمان

■ ایده «الیسی» از کجا آمده و چرا «بلاگری گردشگری» را انتخاب کردید ؟

ما تحصیلات دانشگاهی را تا مقطع کارشناسی ارشد عمران و حقوق ادامه دادیم اما چون هر

دو نفر از بلاگرهای کرمانی انجام داده است. "elishi.kerman" نام صفحه اینستاگرام ایشان است که در آن به طور تخصصی به معرفی جاذبه های گردشگری کرمان می‌پردازند.

■ لطفاً خودتون معرفی کنید.

الی و شیرین هستیم ، متولد اسفند و اهل کرمان

■ ایده «الیسی» از کجا آمده و چرا «بلاگری گردشگری» را انتخاب کردید ؟

ما تحصیلات دانشگاهی را تا مقطع کارشناسی ارشد عمران و حقوق ادامه دادیم اما چون هر

این روزها که به دوره تکنولوژی شهرت پیدا کرده است، اینترنت و فضای مجازی جزء جدایی ناپذیر زندگی ما محسوب میشوند. و اکثر انسان‌ها مدتی از زمان خود را در این فضا سپری میکنند. خواه‌ناخواه این عصر واژگان و اصطلاحاتی وارد ادبیات کرده است. یکی از این واژگان که امروز بسیار به گوش می‌خورد واژه "بلاگر" است. در واقع بلاگر کسی است که در زمینه خاصی دارای تخصص است و در زمینه تخصصی خود به تولید محتوا برای دیگران مشغول است. نشریه زن و اجتماع مصاحبه ای با

نان و سلامت

اسفنجی و تردی نان می‌شود، اما گاهی آرد گندم سیاه، جو، ذرت و جو دوسر هم یا به تنهایی یا مخلوط با آرد گندم در تهیه نان به کار می‌روند. نان‌ها انواع مختلفی دارند که بر اساس آداب اقوام و ملل مختلف متفاوتند و هر یک به تناسب و فراخور اقلیم مردم منطقه طبخ می‌شوند. به عنوان نمونه در مناطق سردسیر در ترکیب خمیر نان از چاشنی‌های گرم نظیر زنجبیل و یا حتی فلفل استفاده می‌شود. همچنین در مناطق استوایی در ترکیب آرد و یا خمیر نان از خرما استفاده می‌گردد. به طور کلی پنج نوع نان در کشور ما تولید می‌شود؛ نان‌های حجیم که تولیدشان بسیار محدود است، بربری که نیمه حجیم است. لواش، تافتون و سنگک که در دسته نان‌های مسطح جای می‌گیرند. تفاوت‌های چشمگیری در طرز تهیه نان در نقاط مختلف دنیا وجود دارد. در ایران، جدا از تهیه نان‌های فانتزی که طرز تهیه آنها از خارج آمده، انواع سنتی نان از جمله نان لواش، سنگک، بربری، تافتون پخت می‌شود که هر کدام طرز تهیه ویژه خود را دارند. در کشورهای خارجی معمولاً از نان‌هایی که بافت صافی داشته و به صورت برش‌های نازک بسته بندی شده اند استفاده می‌کنند. این نان‌ها به نان تست (toast) معروفند.

مرغوب محسوب می‌شد و چون گران تر بود، تنها ثروتمندان قادر به خرید آن بودند. اما از قرن بیستم، این تصور عوض شد. چون از نظر علمی مشخص گردید که نان‌های تیره حاوی مواد مغذی هستند و ارزش غذایی بیشتری دارند اما در عین حال، نان‌های سفید هنوز بیشتر مورد استفاده قرار می‌گیرند. ارزش غذایی نانی که در قدیم در ایران پخت می‌شد با بهترین نان‌های کنونی اروپایی برابری می‌کند چون آن زمان از آرد سیوس دار و ترش برای تهیه خمیر استفاده می‌شود. نان در سراسر دنیا، یک غذای اصلی محسوب می‌شود و طبق تعریف نان به آن دسته از غذاها اطلاق می‌شود که از خمیر نمودن ماده اصلی آرد و مایه خمیر و ترکیب آنها با آب یا سرخ کردن خمیری که متشکل از آرد و آب است، تهیه می‌شود. در بیشتر خمیرها نمک هم لازم است و معمولاً از یک ماده برای ور آمدن خمیر نان استفاده می‌کنند.

در تهیه نان به غیر از نمک، مخمر، روغن، آب، برخی ادویه جات و گاهی از انواع غلات استفاده می‌کنند و انواع بسیار متفاوتی نان را عرضه می‌نمایند. معمولاً از آرد گندم خمیری تهیه می‌کنند که به کمک خمیر مایه، ور می‌آید و حجمش زیاد می‌شود و در نهایت درون تنور یا فر آن را می‌پزند. میزان گلوتن آرد گندم بسیار زیاد است که سبب حالت

تغییر نگرش راجع به نان در قرن جدید

حمیدرضا رستمی

نان به عنوان یک کالای ضروری و قوت روزانه مصرفی مردم مورد توجه بسیار زیادی است که از این رو بحث تولید و توزیع آن هم از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در تاریخ اروپا، حداقل از قرن ۱۰۰۰ قبل میلاد مسیح، نان به عنوان غذای اصلی به چشم می‌خورد. از سال ۱۹۱۲ بود که نان‌های ورقه شده تهیه شد. ابتدا هیچ کس از این دسته نان‌ها استقبال نمی‌کرد چون تصور افراد این بود که نان ورقه شده، زود بیات می‌شود. اما از سال ۱۹۲۸ میلادی، نان‌ها را برش زده و سپس بسته‌بندی می‌نمودند. از آن زمان، این ابتکار مورد استقبال مردم قرار گرفت. نان‌های مسطح، فوق‌العاده ابتدایی هستند. بشر وقتی خواست نان تهیه کند به روش مسطح آن را تولید کرد.

سالیان سال، مردم ثروتمند از نان‌های سفید و مردم فقیر از نان‌های تیره استفاده می‌کردند. در قدیم نان سفید، نانی

وظایف مردان در دوران بارداری

دوران بارداری یکی از دوران خاص برای زوجین زوجین محسوب میشود. گرچه این دوران را به دلیل تغییراتی که در بدن مادر صورت میگیرد، به مادر نسبت میدهند اما نمیتوان نقش پدر را در این دوران انکار کرد. حضور مرد در کنار همسر خود علاوه بر اطمینان خاطر باعث راحتی سیری شدن این دوران خواهد بود. رفتارهای به ظاهر ساده مرد میتواند گام بلندی در این جهت باشد.

۱. در سه ماه اول بارداری بعضی از مادران حالت تهوع صبحگاهی دارند، بهتر است در این مدت مسئولیت‌های بیشتری خصوصاً آشپزی را در خانه به عهده بگیرید.
۲. همواره در کنار همسران حضور داشته باشید. همسران را در تمام مراجعات پزشکی به متخصص زنان همراهی کنید. این کار به شما اجازه می‌دهد که در جریان تمام مراحل رشد نوزاد بوده و همچنین قدرت عاطفی را برای زن به ارمغان می‌آورد.
۳. حضور در سونوگرافی و سایر اسکن‌ها در کنار همسران این امکان را به شما می‌دهد تا با یکدیگر به اولین تصویر از نوزادتان نگاه کنید.
۴. تغذیه در بارداری، از اهمیت ویژه‌ای برای

- سلامت مادر و جنین برخوردار است. بنابراین با دنبال کردن یک رژیم غذایی سالم و سرشار از ویتامین و املاح معدنی علاوه بر تأمین نیازهای همسر خود به شکل‌گیری بدن نوزاد و برآورده کردن نیازهای او هم کمک می‌کنید.
۵. ورزش کردن در دوران بارداری بسیار مفید است و شما می‌توانید با هم آن را انجام دهید. به یاد داشته باشید که قدم زدن همراه او بسیار ساده و برای او دلچسب است و تقریباً می‌توان همه جا آن را انجام داد.
۶. لیستی از نام‌های دخترانه و پسرانه را به همراه همسران تهیه کنید و در مورد انتخاب اسم به تفاهم برسید.
۷. از تغییرات ظاهری همسران حمایت کنید و به طور مثبت با این موضوع برخورد

- نمی‌تواند به راحتی انجام دهد، کمک کنید: مانند بستن بند کفش، پوشیدن چکمه و ...
- ۱۰- تا جایی که می‌توانید در مورد روش‌های زایمان به صورت طبیعی یا سزارین مطالعه و تحقیق کنید و از همسران در انتخاب گزینه‌های زایمان حمایت کنید.
- ۱۱- تغییرات سریع در احساس، نوسان در خلق و خو نامیده می‌شود و در طول بارداری رایج است. از تغییرات خلقی همسران تعجب نکنید. اگر متوجه شدید همسران بعد از دیدن یک فیلم ساده در حال گریه کردن می‌باشد، زیاد سخت نگیرید. شما و او می‌دانید که این امر به دلیل تغییرات هورمونی بدن است پس در این باره بحث و جدل نکنید.

بانوی مستند ساز کرمانی

فمنیسیم نیستیم؛ حقوق مساوی جزء دغدغه‌هایم است

خود را انجام میداد حتی شیرینی‌های که برای پذیرایی آوردند خودشان تهیه کرده بودند.

■ در حال حاضر مشغول به چه کاری هستید؟

بخاطر مسائل پیش آمده در مستند بسطامی و شرایط کرونا این روزها بیشتر به تدریس ادبیات کهن و مابانی بازیگری برای رشته ی نمایش و مابانی زیبایی شناسی و تحلیل فیلم برای رشته ی سینما مشغول هستم. و بیشتر زمانم را به نوشتن داستان در خلوت خود خواسته خود اختصاص داده ام، لذتی که هر روز بیشتر احساس میکنم. خودم هم علت مهاجرت از تصویر به کلمه رو نمی‌دانم. شاید به این دلیل که فیلم (سینما) کار جمعی و پر هزینه ای است و من توان پیدا کردن تهیه کننده در مناسبات امروز را ندارم. اما نوشتن به تنهایی در خلوتی دلپذیرتر است.

■ سخن آخر

این روزها خیلی به فروغ فکر می‌کنم. کوتاه زیست، تنها یک مستند ساخت اما با شعرها و همین یک فیلم غوغایی به پا کرد تا جایی برای فیلمش که نام "این خانه سیاه" است، نوشتند "دیگر سیاه نیست..." به نظرم در برابر بزرگان ادب و فرهنگ قطره ای هم نیستیم.



داستان‌ها حول دغدغه‌ها و تلاش‌های آنان می‌چرخد.

■ لطفاً راجع به مستند "قاصدک برو به خدا بگو" برابمان بگویید.

این مستند سال ۹۰ کلید خورد. همیشه دوست داشتم کاری راجع به بیماری‌های سخت بسازم که نور امیدی برای بقیه بیماران باشد. در این مستند با سه خانم بهبود یافته از سرطان گفتگو کردم. صحبت‌ها و سبک زندگی ایشان بسیار تأثیر گذار و الهام بخش بود.

یکی از این خانم‌ها با وجودی که در اثر بیماری بینایی خود را از دست داده بود اما بسیار با انرژی و فعال تمام کارهای روزمره

"قاصدک برو به خدا بگو" کار کردم. موضوع اصلی این مستند زنان سرطانی بود به لطف خدا این مستند در جشنواره فیلم زن (پروین اعتصامی) هم پذیرفته شد و در سالن حوزه هنری به نمایش درآمد.

مستند بعدی راجع به دختران مجرد فعال در حوزه فرهنگ به نام "دختران در قاب" بود.

البته داستان کوتاه و فیلم نامه هم در باره زنان و ختران نوشته ام، گرچه فمنیسیم نیستیم اما عدالت و حقوق مساوی، آزادی و آرامش زنان جزو دغدغه‌ها و آرزوهایم هست به همین دلیل قهرمان اکثر آثارم زنان تنها و درد کشیده هستند و

علی رحیمی

۸ مارس مصادف با ۱۷ بهمن روز جهانی زن، بهانه خوبی است تا با بانوانی آشنا شویم که صدای دیگر زنان هستند.

حدیث کریمی فر یکی از بانوان کرمانی هستند که با هنر خود صدای دیگر زنان شده‌اند. ایشان در بین اهالی هنر کرمان به عنوان بانوی مستند ساز شناخته می‌شوند اما آنچه نشریه زن و اجتماع را به گفت‌وگو با ایشان ترغیب نمود مستند ایشان راجع به زنان سرطانی بود.

■ خانم کریمی فر لطفاً خودتان را معرفی کنید تا خوانندگان ما بیشتر با شما آشنا شوند.

حدیث کریمی فر هستم مدرک کارشناسی ام را در رشته فرش از دانشگاه باهنر و کارشناسی ارشد ادبیات نمایشی از دانشگاه شیراز اخذ نمودم.

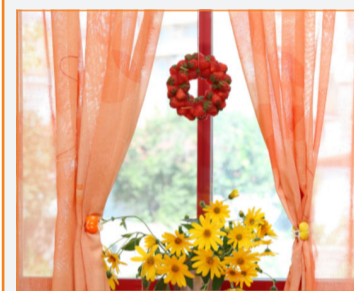
از سال ۸۵ به صورت تجربی به مستند سازی روی آوردم و از همان ابتدا به مسائل بانوان علاقه بیشتری داشتم. وقتی در اولین کارم که یک کار دانشجویی بود به نقش زنان در قالی کرمان پرداختم.

■ لطفاً از فعالیت‌هایی که در حوزه زنان انجام داده‌اید بگویید

بعد از آن مستندی که راجع به نقش زنان در قالی کرمان بود، مستندی به نام

ویژه

عید دیدنی در دوران کرونا



گرچه کویید ۱۹ حدود دو سال است که زندگی را از چرخه طبیعی خارج کرده و زندگی روزانه دستخوش تغییراتی شده است اما با نزدیک شدن به اعیام نوروز و با توجه به اینکه بسیاری از خانواده‌ها سال قبل از دیدوبازدیدهای عید صرف نظر کرده بودند به نظر میرسد امسال با توجه به واکسیناسون اکثر افراد، بازدیدهای نوروزی از سرگرفته شود اما آنچه در این میان از پایبندی به سنت‌ها ضروری‌تر به نظر میرسد، حفظ سلامت است.

با رعایت نکاتی ساده ای که در ادامه به آنها خواهیم پرداخت ضریب اطمینان عدم انتقال بیماری در دید و بازدیدهای عید را به حداقل برسانید.

- تا جای ممکن از هر نوع تماس فیزیکی غیرضروری پرهیز کنیم.
- با تمام افراد، حتی افراد خانواده‌مان فاصله دو متری را حفظ کنیم.
- از دست دادن با دیگران و روبوسی کردن پرهیز کنیم.
- از سر زدن غیرضروری به سالمندان یا افرادی با بیماری‌های زمینه‌ای خودداری کنیم.
- از وسیله نقلیه شخصی و در صورت ضرورت استفاده کنید
- استرس سیستم ایمنی را ضعیف می‌کند، پس کارهایی را انجام دهیم که به آرامشمان کمک می‌کند.
- بچه‌ها را در خانه نگه داریم.
- مراقب سالمندان باشیم.
- عیدمان را هشیارتر برگزار کنیم، چون ویروس کرونا عید نوروز ما را نمی‌شناسد! بی‌خیال نباشیم ولی قرار هم نیست آن قدر اضطراب داشته باشیم که فلج شویم و خودمان و دیگران را آزار دهیم.

نکته

به بیماری‌های قلبی را در مراحل بعدی زندگی افزایش دهند.

۳- خطر ابتلا به بیماری قلبی را در خود کاهش دهید. برای کمک به پیشگیری از بیماری قلبی، فاکتورهایی چون فشار خون، کلسترول و قند خون را کنترل کنید. همچنین فعالیت بدنی روزانه، رژیم غذایی سالم، کاهش وزن و ترک سیگار از دیگر عوامل مهم در کاهش خطر ابتلا به بیماری قلبی هستند.

به گزارش ایسنا به نقل از هلث دی، متخصصان تأکید دارند: پایدارترین تغییرات اغلب از کارهای کوچک شروع می‌شود. تنها ۱۰ دقیقه پیاده روی یا فعالیت روزانه می‌تواند خلق و خورا تقویت و عادت سالمی را ایجاد کند. همچنین جایگزینی غذاهای فرآوری شده با غلات کامل، میوه یا سبزی و انتخاب روغن زیتون به جای روغن‌های هیدروژنه، همگی در حفظ سلامت قلب تأثیر گذارند.

و سکنه مغزی مطلع باشید. این موارد عبارتند از سن، فشار خون بالا، دیابت، کلسترول بالا و استعمال دخانیات. بالا بودن کلسترول بد خون و تری‌گلیسیرید، خطر بیماری قلبی را در زنان و مردان افزایش می‌دهد.

- کلسیم برای سلامت قلب ضروری است
- افزایش ابتلا به "سندرم قلب شکسته" در دوران کرونا

زنان بیشتر از مردان با افزایش سن در معرض فشار خون بالا هستند، بنابراین باید مراقب این تغییرات باشند زیرا فشار خون بالا می‌تواند فشار بیشتری بر قلب، عروق و کلیه‌ها وارد کند. همچنین خطر سکنه مغزی را افزایش می‌دهد. زنانی که به دیابت مبتلا هستند یا سیگار می‌کشند، بیشتر از مردان در معرض خطر ابتلا به بیماری قلبی هستند.

همچنین توجه به مواردی مانند دیابت بارداری، افزایش فشار خون در دوران بارداری یا زایمان زودرس نیز برای زنان مهم است زیرا ممکن است خطر ابتلا

- برای جلوگیری از بروز بیماری قلبی، تغییراتی را در سبک زندگی خود اعمال کنید

زنان با افزایش سن بیش از مردان در معرض فشارخون بالا هستند

۱- علائم حمله قلبی در مردان و زنان می‌تواند متفاوت باشد. به گفته متخصصان قلب در مرکز تخصصی "مایوکلینیک" آمریکا، درد قفسه سینه علامت اصلی در مردان و زنان است اما ممکن است در زنان تنها علامت یا علامت غالب نباشد. در زنان بروز درد در ناحیه فک و آرواره که ممکن است به گردن نیز بزند می‌تواند نشانه حمله قلبی باشد. همچنین ممکن است تنگی نفس داشته باشند، در معده خود احساس سوزش و ناراحتی کرده یا دچار تعریق شوند و یا حتی احساس خستگی شدید و ناراحتی عمومی داشته باشند. زنان اغلب این علائم را نادیده می‌گیرند زیرا شک دارند که ممکن است دچار حمله قلبی شده باشند.

۲- از عوامل خطرزا در بروز حمله قلبی

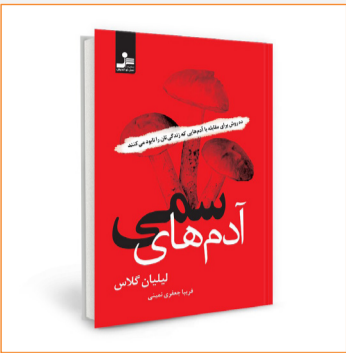
نکاتی راجع به سلامت قلب در بانوان

بنابر گزارش "انجمن قلب آمریکا" (AHA) بیماری قلبی عامل اصلی مرگ و میر در میان زنان آمریکایی است که از هر سه مورد فوتی یک مورد را شامل می‌شود.

به گزارش ایسنا، متخصصان می‌گویند: در حالیکه طی ۲۰ سال گذشته پیشرفت‌هایی در جهت کاهش پیامدهای بیماری قلبی حاصل شده اما کاهش عوامل خطرزا و نرخ مرگ و میر در زنان زیر ۵۰ سال، همچنان روند کندی داشته است. بر همین اساس "انجمن قلب آمریکا" زنان را به در نظر گرفتن سه نکته مهم در این خصوص توصیه می‌کند از جمله اینکه:

- علائم حمله قلبی را بشناسید
- از عوامل خطرزا در بروز بیماری قلبی آگاه باشید

می‌کنند. این افراد همه جا وجود دارند و ما باید بتوانیم آن‌ها را شناسایی کنیم.



و گفتار ناروا و ناپسند افراد نادان یا سمی در زندگی افراد بوده‌ام و دیده‌ام زمانی که مورد هدف تیرهای زهرآگین این آدم‌ها قرار می‌گیریم تا چه حد می‌توانیم شکننده و آسیب‌پذیر باشیم. «لیلیان گلاس روش‌های مختلفی در کتاب آدم‌های سمی ارائه می‌دهد که با کمک آن‌ها بتوانیم در برابر این افراد و تاثیراتشان مقابله کنیم؛ یکی از روش‌های بسیار معمول در مواجهه با این افراد، دوری و جلوگیری از معاشرت با آن‌هاست. معمولاً این افراد با حسادت و زوری خود، آرامش و آسایش را از زندگی می‌گیرند و آن را به جهنم تبدیل

زدن حرفایی گستاخانه و رفتاری دو رو رو ما را خدشه‌دار می‌کنند و به زندگی ما به طور مستقیم یا غیرمستقیم آسیب می‌زنند. گاهی این افراد با تاثیر منفی خود در زندگی نزدیکانشان سبب شده‌اند افراد به انواع بیماری‌های روحی و جسمی دچار شوند. لیلیان گلاس در این باره می‌گوید: «من در طی سال‌ها کار حرفه‌ای به عنوان متخصص گفتاردرمانی، مشاور روابط بین فردی و رفتار درمانگر، به وضوح تاثیر شگرف کلمات را در انسان دیده و تجربه کرده‌ام. من از نزدیک شاهد پیامدهای مخرب رفتارهای زشت

به آرزوهای مان دور می‌کنند. کتاب آدم‌های سمی مجموعه روش‌ها و توصیه‌هایی است که کمک می‌کند این افراد را شناسایی و خود را در مقابل تاثیرات آن‌ها قوی‌تر کنیم. کتاب آدم‌های سمی به حضور آدم‌هایی در زندگی می‌پردازد که در نبود آن‌ها شرایط بهتر رقم می‌خورد ولی بنا به شرایطی این افراد در سراسر زندگی همه‌ی ما حضور دارند. او به این آدم‌ها، سمی (toxic) می‌گوید زیرا از دیدن پیشرفت و موفقیت در زندگی سایرین خوشحال نمی‌شوند و تلاش می‌کنند تا بقیه را از رسیدن به موفقیت بازدارند. این افراد با

نام کتاب:
آدم‌های سمی
نویسنده: لیلیان گلاس
مترجم: نهضت صالحیان
انتشارات: درسا

بیشتر ما در زندگی با افرادی مواجه می‌شویم که با رفتارشان باعث می‌شوند نظم زندگی مان به هم بریزد. این افراد در زندگی ما حضور دارند و با افکار منفی‌شان به زندگی ما جهت می‌دهند و ما را از رسیدن

زنان قدرتمند دنیای دیجیتال



مسعود بازیان

گرچه طبق باور غلط بسیاری دنیای دیجیتال را دنیای مردانه تصور می‌کنند، اما زنان قدرتمند در دنیای دیجیتال کم نیستند. زنانی که به جایگاهی دست یافته‌اند که رویای خیلی از مردان است. شمار را با تکی چند از این زنان آشنا می‌کنیم.

شریل سندبرگ؛

مدیر اجرایی کمپانی فیسبوک

او یک مدیر، فعال و نویسنده فناوری آمریکایی است. به عنوان دانشجوی مقطع کارشناسی در مدرسه بازرگانی در هاروارد تحصیل کرد. در اوایل کار خود را به بانک جهانی و سپس به وزارت خزانه داری ایالات متحده منتقل کرد. سندبرگ پس از حضور موفق در سمت VP در زمینه فروش آنلاین و فعالیت در گوگل، از سال ۲۰۰۸ به عنوان مدیر فیس بوک فعالیت می‌کند. وی در حال حاضر به عنوان اولین عضو زن در هیئت مدیره فیس بوک حضور دارد. وی به عنوان سخنران اصلی در رویدادهای مختلف دعوت می‌شود. همچنین سخنرانی TED را با عنوان «چرا تعداد زنان رهبر بسیار کمی داریم» ارائه داد. در سال ۲۰۱۲، او در فهرست «سالانه ۱۰۰» مجله تایم جز ۱۰۰ فرد با نفوذ جهان در سال قرار گرفت. در حال حاضر در رتبه چهارم لیست قدرتمندترین زنان قرار دارد. سوزان ووچیتسکی؛ مدیر عامل یوتیوب بیش از بیست سال است که او در صنعت تکنولوژی فعالیت می‌کند. ووچیتسکی در تأسیس گوگل مشارکت داشت و اولین مدیر بازاریابی این شرکت بود. د او که

شرکت ibm بعد از ۲۱ فصل متوالی که با کاهش درآمد روبرو بود با مدیریت جینی رومتی توانست بعد از ۹ بهترین گزارش درآمدی خود را بدست آورد.

سافرا کتز؛

مدیر عامل شرکت اوراکل

او رئیس بخش اقتصادی شرکت اوراکل است. وراکل یک شرکت فعال در حوزه فناوری‌های رایانه‌ای است که با توسعه و فروش سیستم‌های سخت افزاری و نرم افزارهای شرکتی و سازمانی شهرت زیادی به هم زده است و در بیش از ۱۴۵ کشور جهان حدود ۱۰۸ هزار نفر را به استخدام خود درآورده است.

امی هود؛

مدیر مالی شرکت ماکروسافت

از او به عنوان «برگ برنده» غول نرم افزاری

جهان نام برده میشود. امی هود مسئول نظارت بر جریان درآمد ۸۶٫۸ میلیارد دلاری شرکت است و در زمان تصدی هود، درآمد ابر تجاری به نرخ سالانه ۵٫۵ میلیارد دلاری رسیده است و برای شش فصل متوالی با درصدهای سه رقمی رشد کرده است. هود قبل از تبدیل شدن به اولین مدیر مالی زن شرکت در سال ۲۰۱۳، رئیس بخش تجاری مایکروسافت بود.

پاتنه آرمزه‌ای؛

مدیر trust and safety فیسبوک

حوزه‌ای در زمینه مدیریت محصول بیش از یک دهه تجربه دارد و پیشینه قوی در مدیریت برنامه‌های مهندسی و عملیات پروژه نیز دارد. دانش او از سیستم‌های آموزشی آنلاین و همچنین تجربه زیاد او یک منبع ارزشمند برای شرکت فیسبوک محسوب می‌شود. وی مدرک کارشناسی خود را از «دانشگاه بریتیش کلمبیا» (University of British Columbia) اخذ کرده است.

اورسولا برنز؛

مدیر اجرایی شرکت veon

وی در سال ۲۰۰۸، نزدیک به نهصد هزار دلار حقوق، ۵۵۰ هزار دلار پاداش و چهار میلیون دلار سهام دریافت کرد، او خریدهای روزانه اش را شخصاً انجام می‌دهد و مانند بقیه مردم روزانه در صف فروشگاه می‌ایستد. او به عنوان یک نیویورکی کلاسیک شناخته می‌شود. زنی که از محله ای فقیر نشین رشد نموده و هم اکنون درآمدی میلیونی دارد.

درست بنویسیم

«است» به کار می‌رود. تاکید:

مورد سوم این است که اگر تکیه اصلی بر «بودن» باشد و تایید و تاکید داشته باشد باید از فعلاً «هست» استفاده شود.

برای مثال:

«من در خانه استم»

این جمله اشتباه است.

«من در خانه هستم»

یعنی مطمئن باش که من در خانه حضور دارم.

اما اگر تکیه اصلی بر «خانه» باشد، یعنی صرفاً بخواهیم موقعیت خود را بیان کنیم باید گفت:

«من خانه‌ام.» و از پسوند «ام» استفاده

می‌شود؛ یعنی مثلاً «در مغازه یا خیابان نیستم»

یعنی خدا وجود دارد؛ و این جمله کامل است.

«خدا است»

این عبارت ناقص است و در ذهن ابهام ایجاد می‌کند که خدا چه چیزی است؟ یا

در کجا است؟ و زمانی این عبارت کامل می‌شود که مثلاً بگوییم خدا کریم است.

کاربرد)

بر «وجود» چیزی دلالت می‌کند و «است» بر «چگونگی» آن. «هست» برای مثال:

«آب هست»

یعنی این جا آب وجود دارد.

«آب کم است»

در این جمله دیگر بحث از وجود آب نیست بلکه از چگونگی وجود آن است. **آب سرده: در اینجا «ه» برای جایگزینی

برسانم که در اشتباه اند. برمی‌گردیم سر اصل موضوع. برای شروع باید اول به معنا و بعد به کاربرد این دو فعل بپردازیم تا بتوانیم تفاوت آن‌ها را بشناسیم.

(معنا)

در ابتدا باید گفت که «هست» خود فعلی مستقل بوده و از مصدر «هستن» به معنای «وجود داشتن» و «بودن» می‌آید پس به تنهایی قابل استفاده است ولی «است» فقط یک رابط است و در جملات اسنادی و سند دادن چیزی به چیزی دیگر از آن استفاده می‌شود. زمانی که صفت و موصوفی را می‌خواهیم به هم وصل کنیم یا ربط دهیم از «است» استفاده می‌کنیم.

مثال:

«خدا هست»

آب هست ولی کم است!



حسنا خوشرو

به جمله‌ی بالا دقت کنید! خیلی از ما به اشتباه به جای هست از است و به جای است از هست استفاده می‌کنیم. اگر کمی به مکالمات روزمره هم دقت کنیم متوجه خواهیم شد که بعضی افراد فکر می‌کنند اگر به جای تمام فعل‌ها از هست و هستش استفاده کنند باکلاس‌ترند که خوب باید به اطلاعاتون

داستانک

سقوط

روز قبلش گفته بود اگر نمی‌توانم مراقبت باشم این کار را به کسانی بسپارم که توانایی کافی داشته باشند. روز قبلش میشد دیروز و امروز هم رفتیم کوه. شاید هم چند روز قبل رفتیم. همین‌جور برف باریده بود.

تو یادت هست کی بود؟

بعد از حضور توی آن جمع دوستانه مان بود که گفتی قلبت فشرده شده از بس نگاهت منتظر نیم نگاه من بود و هیچ واکنشی ندیدی! انگار سقوط کردی توی سیاهی مطلق! این‌ها را گفتی و من خندیدم، گفتم تو عاشق تری

و عاشق‌تر هم بودی

من گفتم برویم کوه و فقط هم همان کوه که از دور داشتیم نگاهش می‌کردیم نه هیچ جای دیگری

برنامه‌ریزی نکرده بودیم از قبل و تو گفتی کفش‌هایمان مناسب نیست، گفتم شاید کفش‌های تو نباشد

و نبود

اما اصرار کردم و اصرار بیشتر

گفتم اگر برویم چشم‌هایم از خوشحالی برق می‌زند، لبخند زدی

نقطه ضعف چشم‌هایم بود و بیشتر دیدن خوشحالی توی چشم‌هایم

عاشق‌تر بودی خوب

می‌شود گفت انگار فقط تو عاشق بودی داشتیم از کوه می‌رفتیم بالا

گفتی جلوتر باشم که اگر لیز خوردم تو بلاگردان من باشی، این می‌خواهم

بلاگردانت باشم را همیشه می‌گفتی

داشتی پشت سرم می‌آمدی

لیز می‌خوردی

مدام بی وقفه لیز می‌خوردی

گفتی دست را بگیرم

گفتم سنگینی وزن تو جوربست که اگر لیز بخوری من هم همراهت می‌فتم

و می‌ترسم اگر دستت توی دستم باشد

گفتی با این حرف‌ها انگار از روی یک بند توی ارتفاع هزارمتری هلت میدهم

وسط تاریکی مطلق

این را قبلاً هم گفته بودی

این بار لیز خوردی و سقوط کردی و من نتوانستم نگهت دارم

می‌خواستم و نشد...

وقتی دیگر چشم‌هایت را باز نکردی

قلبم از روی یک پرتگاه عمیق افتاد...

-دوباره تو این سرما اومدی بیرون با خودت حرف می‌زنی؟ بیا داخل دختر

بیا داخل باید قرص بخوری

سوز سردی توی فضای آسایشگاه پیچید و پرستار دختر را داخل ساختمان برد.

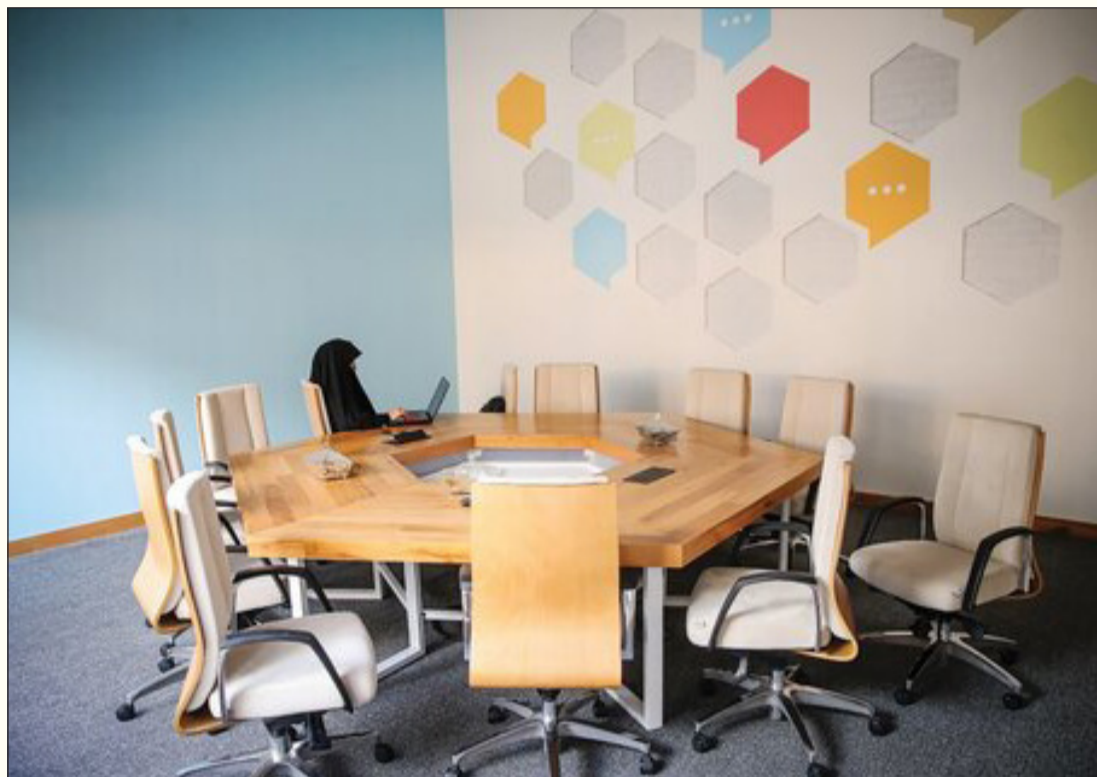
در جشنواره زن و علم عنوان شد:

سهم زنان از پست‌های مدیریتی

مدیران زن علاوه بر این که باید بر مشکلات معمول حوزه مدیریتی خود فایق آیند باید برای برداشتن موانع فرهنگی مدیریت زنان تلاش نمایند و خود را در این زمینه اثبات کنند.

گرچه معصومه ابتکار در مراسم اختتامیه چهارمین جشنواره زن و علم - جایزه مریم میرزاخانی - در تیرماه ۱۴۰۰ اظهار داشت که «در دولت دوازدهم با توسعه پایدار و سیاستگذاری های مناسب، برنامه های آموزشی و توان افزایی زنان مدیر، زمینه شکوفایی زنان در عرصه های مدیریتی و علمی و سیاسی فراهم شد به طوری که تعداد مدیران زن از حدود پنج درصد در سال ۹۲، امروز به بیش از ۲۵ درصد رسیده است و امروز دیگر مشکلی از نظر انتصاب مدیران زن در عالی ترین جایگاه ها در حد وزیر نخواهیم داشت همچنین در سطوح مختلف استاندار و رئیس دانشگاه چرا که به اندازه کافی زنان مدیر تربیت و آموزش دیده اند» اما آنچه اکنون شاهد آن هستیم سهم ناچیز زنان از پست های مدیریتی و تلاش و مبارزه با ساختارهای غلط جا افتاده در جامعه در باره نقش های جدید است که سال ها حق زنان بوده و از آنها غصب شده است و این هدف تحقق نیابد مگر با تلاش روز افزون برای شکستن «سقف های شیشه ای» که در ادارات برای زنان تعبیه شده است.

یعنی عواملی که زنان در سازمانها با آن روبرو می شوند واز پیشرفت آنان در محیط های کاری جلوگیری میشود. این سقف ها در واقع همان تسط دیرینه مردان بر ساختار سازمانی است. زنان دارای توانایی های شگرفی در زمینه مدیریتی هستند اما متأسفانه هنوز به جایگاهی که مستحق آن هستند دست نیافته اند.



می گوید: «زنان در رقابت با هم تیان مرد خود، در پذیرش و واگذاری نقش های مدیریتی، یا مورد تشویق قرار نمی گیرند و یا خود استقبال نمی کنند.» که هر دو مورد، ریشه فرهنگی دارد. حتی زمانی که زنان به مشاغل مدیریتی ارتقا می یابند، با موانع متعددی برای پیشرفت آتی خود مواجه می باشند به طوری که خانم دکتر ناهید خداکرمی، رئیس کمیته سلامت دوره پنجم شورای اسلامی شهر تهران در تبدیل شدن تبعیض علیه زنان به فرهنگ سازمانی بیان می کنند: «اعضای مرد شورا گلایه ای با این مضمون مطرح کردند که چطور یک زن به عنوان شهردار منطقه انتخاب شده است؟ مگر ما از یک زن کمتر هستیم؟ اصولاً مدیران مرد تصوری از این که ممکن است یک زن توانمند تر از همکار مرد باشد ندارند.»

به کارگرفتن زنان در پست های مهم امتناع می شود. از طرفی اکثر افراد جامعه معترفند که زنان نسبت به مردان قانون مندتر هستند (آمار نیز آنرا تایید کرده است) این امر خود باعث شده تا مردان ترجیح دهند که مدیران مرد داشته باشند. از سوی دیگر مردان سالیان طولانی سکان دار عرصه ها مدیریتی بوده اند و این امر باعث به وجود آمدن نگاه مردسالارانه بر جو مدیریتی کشور شده است. تا جایی که اصطلاح «مدیریت زنانه» در بسیاری از اداراتی که ضعف مدیریتی دارند بکار برده می شود. «مدیریت زنانه» کنایه از مدیریت احساسی و فاقد صلابت لازم است. خانم دکتر شهیندخت مولاوردی معاون سابق رئیس جمهور در امور زنان و خانواده ضمن بیان تاثیر عوامل محیطی در انتصاب مدیران زن،

سلطه طلبی است که از حضور زنان در پست های مدیریتی می ترسند و آنرا زنگ خطری برای موقعیت خود میدانند. چندین نظریه در رابطه با اشتغال زن و مرد در علم جامعه شناسی ارائه شده است. یکی از این نظریه های، نظریه تفکیک بازار کار است.

در این نظریه عنوان شده است: کارفرمایان برای گزینش نیروی کار خود علاوه بر مهارت و توانایی عوامل دیگری همچون دوام و استمرار در انجام کار را مدنظر میگیرند و از آنجا که اجازه کار زنان در قانون به همسر او سپرده شده است و از سوی دیگر عدم اشتغال در هنگام بارداری باعث شده تا سعی شود زنان به کارهایی مشغول شوند تا در صورت بروز هرگونه مسئله ای که باعث عدم حضور زنان در محل کار شود، مجموعه با کمترین مشکلی به کار خود ادامه دهد. لذا از

مهشاد عسکری

سال هاست که زنان از سهم خواهی در سیاست و اقتصاد سخن می گویند و مسئله حضور پررنگتر زنان در پست های مدیریتی و سیاسی همواره جزو یکی از محورهای اساسی وعده های انتخابی رجل سیاسی در هر انتخاباتی بوده است. وعده هایی که اکثراً فراموش می شوند و هرگز رنگ تحقق به خود نمی گیرند. طبق آخرین آمار که در شهریور امسال منتشر شده است از بین ۲۸ شهر مرکز استان اسم هیچ شهردار زن دیده نمی شود. سهم زنان از شهردار بودن، محدود به شهرستان های کوچک آن هم به ندرت و انگشت شمار است.

هرچند آمار از افزایش اشتغال زنان در دستگاه های دولتی خبر می دهد اما سهم زنان از پست های مدیریتی ناچیز است. یکی از شاخص های توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی در هر کشوری مشارکت زنان در پیشبرد امور گوناگون است اما به نظر میرسد این موضوع برای کشورمان هنوز حل نشده باقی مانده است. شاهد این موضوع عدم رشد تصاحب پست های مدیریتی، علی رغم رشد چشمگیر تحصیلات عالی و افزایش آمار اشتغال در بانوان است. آنچه مسلم است پاره ای از عوامل اجتماعی و جامعه شناختی مانع از حضور زنان در پست های سطح بالا مدیریتی شده است.

یکی از قوتیترین این عوامل نگاه مرد سالارانه حاکم بر جامعه اسلامی ایرانی است. گرچه در تاریخ تمدن اسلامی زنان به مدارج عالی دست یافته اند و در ایران باستان هم دریا سالار زن وجود داشته اما آنچه امروز شاهد آن هستیم، حضور مردان

خانواده

موقت، تفاوتی با فرزند حاصل از ازدواج دائم نداشته و از پدر و مادر خود ارث می برد.
۴- در نکاح موقت، نفقه اصولاً و ارث مطلقاً برای زوجین وجود ندارد.
۵- مقررات طلاق در نکاح منقطع راه ندارد.
۶- عده زوجه منقطع، حسب مورد، دو طهر یا ۴۵ روز است.

۷- عدم ثبت ازدواج موقت، بر خلاف ازدواج دائم جرم نیست مگر در ۳ مورد که ثبت ازدواج موقت الزامی و دارای ضمانت اجرای کیفری مشابه است:
الف) باردار شدن زوجه
ب) توافق طرفین
ج) شرط ضمن عقد

همچنین ماده ۱۰۷۶ قانون مدنی، تاکید بر لزوم تعیین مدت در نکاح منقطع دارد و در صورتی که ابتدای نکاح مشخص نشده باشد، زمان عقد نکاح، آغاز آن محسوب خواهد شد.
حال به تفاوت های اصلی ازدواج موقت با ازدواج دائم می پردازیم:

۱- طبق ماده ۱۰۹۵ قانون مدنی، تعیین مهر در ازدواج موقت لازم و ضروری است و عدم تعیین مهر، موجب بطلان است.
۲- همانطور که گفته شد، طبق ماده ۱۰۷۶ قانون مدنی، مدت حتماً باید در عقد موقت تعیین شود.
۳- طبق بند ۱ ماده ۸۶۲، زوج و زوجه موقت از یکدیگر ارث نمی برند ولی فرزند حاصل از ازدواج

مورد نظر آنها، رابطه زناشویی آن دو نیز خاتمه پیدا می کند. ویژگی های دیگری نیز در قانون مدنی و فقه، برای پیوند زناشویی موقت (نکاح منقطع) بدین گونه بیان شده است که:
طبق ماده ۱۰۷۵ قانون مدنی، نکاح منقطع یا ازدواج موقت وقتی صورت میگیرد که برای مدت معینی تعیین شده باشد و از آنجایی که اصل بر دائمی بودن نکاح است، پس در موارد تردید، نکاح، دائم تلقی می شود. به عبارت دقیق تر یعنی هر زمان که مدت در نکاح تعیین نشده باشد و معلوم باشد که مقصود طرفین، نکاح منقطع بوده، نکاح باطل است ولی اگر قصد طرفین معلوم نباشد، نکاح صحیح و دائمی محسوب می شود.

ازدواج موقت و شرایط آن

حانیه محمدی قناتگستانی

کارشناس حقوق

در این نوع عقد، زن و مرد با هم توافق می نمایند تا برای مدت معین و محدودی زن و شوهر باشند و همچنین مرد متعهد می گردد که مهری را به زن بپردازد و زن نیز در ازای آن، مکلف و متعهد می گردد که رابطه زناشویی خود را برای مدت زمانی که توافق نموده اند ادامه دهد و با سپری شدن مدت