

توق حضور ۹۵

(عبدالله هیری)
آسایشگاه معلولین شهید فیاض بخش مشهد
فصلنامه فرهنگی آموزشی اجتماعی خبری سه ماهه آخر سال ۱۴۰۱



شادی‌هایت را
بر صورت من بریز
و اضافه‌هایش را
بفرست
برای کسی که
بهاری ندارد...
شادا بهار
که دست مرا
گرفته نمی‌دانم
به کجا می‌برد...
خوشا به حال من
که دست بهار را
گرفته به خانه
خود می‌برم



با شما همچنان قصه مهربانی ادامه دارد...


مشهد، بزرگ راه امام علی (ع) - میدان شهید فهمیده به سمت میدان قائم جاده اختصاصی آسایشگاه


روابط عمومی ۰۵۱ - ۳۶۶۶۰۰۰ / تلفن خانه ۰۵۱ - ۳۶۶۵۷۰۳۲ - ۳

دفتر مرکزی مشارکت ۳۶۶۶۱۶۶ - ۳۶۶۶۳۳۶ - ۰۵۱

دفتر مشارکت های مردمی نیش امام رضا ۳۲ ۳۸۵۹۳۹۰۲ - ۰۵۱

کارت بانک ملی ۶۰۳۷۹۹۱۱۹۹۵۱۰۳۹۱ / کارت بانک ملت ۶۱۰۴۳۳۷۷۰۰۷۹۲۰۸

 fayyazbakhshcharity

 www.fbrc.ir



چاکلر



شرکت صنایع غذایی به آرا
BEH ARA FOOD INDUSTRY COMPANY



سوپر پف



سولتی

ماریبو



چاکلر



چرم مشهد Mashad Leather

برای آنان که به زیبایی می اندیشند

فروشگاه های تهران	پروما:	۰۵۱۳-۷۶۴۸۵۸۲	رویان:	۰۱۲۲-۶۲۴۶۵۷۵	شیراز ۲:	۰۷۱۱-۶۶۶۵۸۳۹
ونک:	احمد آباد:	۰۲۱-۸۸۷۸۴۳۸۱	زاهدان:	۰۵۴۱-۲۴۲۲۶۴۲-۳	قزوین:	۰۲۸۱-۳۳۲۵۰۰۱
ولیعصر:	آلتون:	۰۲۱-۸۸۹۰۳۹۵۸	زنجان:	۰۲۴۱-۳۲۲۹۴۲۳	کرج:	۰۲۶-۳۲۲۶۵۷۳۵
گلستان:	هتل قصر طلایی:	۰۲۱-۸۸۰۹۷۰۱۸	ایلام:	۰۸۴۱-۲۲۴۵۸۱۷	کرمان:	۰۳۴۱-۲۴۴۱۴۸۶
فردوسی:	الماس شرق:	۰۲۱-۶۶۷۱۱۹۷۴	بابلسر:	۰۵۱۳-۷۱۱۳۹۳۱	خارج از کشور	
هایپر استار:	هتل درویشی:	۰۲۱-۴۴۱۶۷۰۴۶	بجنورد:	۰۵۸۴-۲۲۳۶۴۱۸	Australia:	+61-390785181
کریم خان:	ورسیج:	۰۲۱-۸۸۳۱۰۳۸۵	بندر انزلی:	۰۵۱۳-۸۴۶۹۵۵۴	Bosnia:	+387-61149220
الماس ایران:	فروودگاه مشهد:	۰۲۱-۲۲۹۵۹۸۲۰	بندر عباس:	۰۷۶۱-۲۲۵۰۸۲۱	Erbil:	+964-7508440201
سمرقند:	فروشگاههای اصفهان	۰۲۱-۴۴۴۱۸۲۵۵	تبریز:	۰۴۱۱-۳۳۲۳۲۲۰	Malaysia:	+60-3211003423
میرداماد:	توحید:	۰۲۱-۲۲۲۲۳۰۵۴	چالوس:	۰۳۱۱-۶۲۹۰۵۲۸		
میلاد نور:	چهارباغ:	۰۲۱-۸۸۳۷۰۷۹۹	رشت:	۰۳۱۱-۶۶۷۴۶۴۷		
برج میلاد:	سیتی سنتر:	۰۲۱-۸۸۶۲۰۳۶۱	گرگان:	۰۳۱۱-۶۵۱۷۸۵۸		
تجربش:	سایر شهرستان ها	۰۲۱-۲۶۸۵۰۶۵۱	همدان:	۰۸۱۱-۸۳۱۱۰۲۵		
هفت حوض:	آمل:	۰۲۱-۷۷۴۵۴۹۶۱	یاسوج:	۰۷۴۱-۲۲۳۵۹۸۹		
فروودگاه بین المللی امام:	اراک:		یزد:	۰۳۵۱-۶۲۶۱۳۷۳		
فروشگاه های مشهد	اردبیل:		ساری:	۰۴۵۱-۵۵۱۶۸۹۹		
رضا:	اهواز ۱:	۰۵۱۳-۸۵۴۴۴۵۴	سمنان:	۰۶۱۱-۲۲۳۶۸۳۶	تهران - اداره مرکزی:	۰۲۱-۲۲۰۱۲۶۰۳
دانش:	اهواز ۲:	۰۵۱۳-۸۵۹۸۱۴۰	شیراز ۱:	۰۶۱۱-۳۳۸۰۷۶۶	مشهد - دفتر مرکزی:	۰۵۱۳-۸۴۲۶۳۲۳
سجاد:	ارومیه:	۰۵۱۳-۷۶۱۰۲۲۲	کرمانشاه:	۰۴۴۱-۳۴۴۷۵۸۲	مشهد - کارخانه:	۰۵۱۲-۲۰۰۳۲۲۲



شوق حضور

فصلنامه فرهنگی آموزشی اجتماعی خبری
مؤسسه خیریه توانبخشی و نگهداری معلولین جسمی حرکتی شهید فیاض بخش (عبد... هنری) مشهد

شورای سیاست گذاری: هیأت مدیره

مدیر مسئول: یوسف کامیار

سرمدیر: سید محمد مهدی حسینی

مدیر تولید محتوا و ایده پرداز: سیده حشمت نبوی

هیأت تحریریه: محمد طاهر بیک، فرزانه شیخ، مهدی عیدیان،

علی ناصری، هادی خوشبانی و سیده حشمت نبوی

همکاران این شماره: امید استادی، فرزانه شهامت، زهرا نقد پیشه

نام و یاد زنده یادان ایرج قدرت، جعفر تشکری و محمد بزن آبادی

اعضای فقید تحریریه شوق حضور گرامی باد.

عکس: امید استادی

ویراستار و حروف چین: روابط عمومی

نمونه خوانی: مهدی عیدیان

صفحه آرا و گرافیک: امیرعلی ارباب معروف

بسته بندی: به همت نیکوکاران گرانقدر خانواده محترم شیعه زاده
و بستگان محترم

* از نیکوکاران گرانقدر و خوانندگان محترم پوزش می‌طلبیم که به
خاطر هزینه‌های سنگین کاغذ و چاپ، شوق حضور مجدداً به
فصلنامه تبدیل گردیده است.

* نیازمند کمک‌های ارزشمند شما برای استمرار انتشار نشریه‌ی شوق
حضور هستیم. خواهشمندیم تصویر فیش واریزی را به شماره
۰۹۰۱۸۰۴۵۸۴۸ در واتساپ ارسال بفرمایید.

* تبلیغات شما در مسر معرفی برندگان به عنوان حامی معلولین
و سهیم شدن در کار خیر می‌تواند گره‌گشای بخشی از مشکلات و
هزینه‌های سنگین درمان و توانبخشی ۵۵۰ فرزند این خانه باشد.
هماهنگی ۰۵۱۳۶۶۶۰۰۰

- دست نوشته‌ها و عکس‌های خود را باموضوع معلولیت،
توانبخشی و خواندنی‌های جذاب به شماره اعلامی، در واتساپ ارسال
نمایید.

- از اینکه مسئولیت آثارتان را به عهده می‌گیرید و ویرایش نهایی را به
مامی سپارید، صمیمانه سپاسگزاریم.

- درج مقاله‌ها، دیدگاه‌ها و آگهی‌ها در شوق حضور به مثابه تایید
آنها نیست. بررسی، تحقیق و اطمینان از درستی آن بر عهده‌ی شما
بزرگواران است.

جهت اطلاع خوانندگان محترم و نیکوکاران گرانقدر، به منظور
رعایت اصول خبر نویسی و مطبوعاتی، از اینکه پیشوند خانم و آقا
قبل از نام افراد درج نگردیده است پیشاپیش پوزش می‌طلبیم.

- ۴ آسایشگاه از نگاهی نزدیکتر
- ۶ سخن مدیر مسئول
- ۷ یادداشت سردبیر
- ۸ راه‌هایی که ما را به هم رساند
- ۱۴ با زحمتکشان
- ۱۵ توانبخشی
- ۱۶ سوره سواد عید
- ۱۸ اخبار
- ۲۲ تقویم
- ۲۴ دستی که نمک داشت
- ۲۵ تکه‌های شادی
- ۲۶ ورزش معلولین
- ۲۷ میگرن
- ۲۸ ایستگاه خانه داری
- ۲۹ سلامتی
- ۳۰ معرفی فیلم و کتاب
- ۳۱ کوچه باغ





رفاه و اوقات فراغت: تشریف به حرم مطهر رضوی، اردوهای تفریحی در باغات و مناطق بیلاقی و اماکن تاریخی، فرهنگی و سفرهای تفریحی و زیارتی به نقاط مختلف کشور.

کلینیک دندانپزشکی: با حضور ۱۲ دندانپزشک افتخاری و حمایت نیکوکاران، علاوه بر درمان و رسیدگی به فرزند این‌خانه در خدمت درمان بیماری‌های دهان و دندان معلولین عزیز استان، استان‌های هم‌جوار و حتی معلولین کشورهای همسایه می‌باشد. و هم اکنون بیش از ۱۳ هزار پرونده دندانپزشکی در این کلینیک وجود دارد.

تحولات: توسعه فضای ساختمانی بخش‌های چهارگانه، ساخت و توسعه‌گاه‌های اشتغال، مجموعه ورزشی شادروان علی حمیدی، پارک به مساحت تقریبی دو هکتار، سردخانه زیر صفر و بالای صفر، رختشویخانه، آشپزخانه، حمام بهداشتی اختصاصی بخش اطفال، مردان و زنان، کارگاه صنایع سلولزی، کشتارگاه بهداشتی، آرایشگاه بخش مردان، سالن غذاخوری کارکنان و مددجویان، کتابخانه، کلینیک تخصصی دندانپزشکی، مجموعه آب درمانی و استخر سرپوشیده ویژه معلولان و مرحله پایانی فاز اول طرح جامع با چشم‌انداز خدمات دهی شبانه روزی برای ۱۵۰۰ مددجو و همچنین خدمات دهی روزانه به عموم معلولین.

بزرگ‌ترین مؤسسه توانبخشی و نگهداری معلولین جسمی حرکتی کشور با خدمات کامل سرپرستی، درمان، توانبخشی، آموزشی، ورزشی، رفاهی و فرهنگی برای ۵۵۰ مددجوی ساکن مؤسسه از شیر خوار تا سالمند در چهار بخش اطفال زنان، مردان و محصلین (دختر و پسر)

خدمات دهی روزانه به ۱۲۰۰ مددجوی خارج از مؤسسه در ماه
مخارج مؤسسه در ماه بالغ بر ۷۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد که بیش از ۸۰ درصد هزینه‌های آن توسط مردم نیکوکار تأمین می‌گردد.

امور فرهنگی: آموزش قرآن، هنرهای نمایشی، هنرهای آوایی، بازی بارنگ، پتینه، خوشنویسی، نقاشی، دوره‌های کتابخوانی و تفکر خلاق، دوره‌های تئاتر، فن بیان و میزگردهای فرهنگی، قصه خوانی، آموزش زبان انگلیسی، فعالیت چشمگیر ۲۲ تن از مددجویان کم‌توان در سوادآموزی.

تحصیل و آموزش: دو بخش مجزای دانش آموزی دختران و پسران و تحصیل در مقاطع مختلف از پیش دبستانی تا دانشگاه رسیدن به مدارج کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکترا و اشتغال به خدمت در مشاغل مختلف دولتی و خصوصی.

حرفه آموزی: نیمی از مددجویان، روزانه درحال آموختن مهارت و حرفه آموزی هستند.

کارگاه‌های توانبخشی: خیاطی، مونتاژ، چرم دوزی، بافندگی، فرش بافی، قلم زنی و منبت کاری روی چوب، معرق کاری و مشبک مسکن: توجه به ساخت مسکن برای مددجویانی که ازدواج نموده و مستقل شده اند از سیاست‌های این مؤسسه می‌باشد. ساخت مسکن در شهرک آسایشگاه شهید فیاض بخش با ۵۰ واحد و یک باب مسجد و ۱۸ واحد آپارتمان مناسب سازی شده در منطقه حجاب و اندیشه.

آنچه از این خانه باید بدانید

مددجویان: ۵۵۰ نفر با معلولیت غالباً جسمی حرکتی و ۱۲۰۰ مددجوی غیر مقیم با دریافت خدمات روزانه در ماه، سیصد و پنجاه نفر پرسنل با مجموعه‌های تابعه. پذیرش مددجویان با معرفی‌نامه از اداره بهزیستی و هماهنگی گروه‌های جامعه هدف بهزیستی خراسان رضوی.

درمانی: حضور پزشکان مقیم مرکز و ویزیت مددجویان توسط پزشکان متخصص در رشته‌های اورولوژی، پوست، ارتوپدی، داخلی، اعصاب و عمل‌های جراحی در بیمارستان‌های داخل شهر و خارج از استان. واحدهای جراحی: استقرار در هر بخش با پرونده ویژه درمانی و پزشکی برای هر مددجو.

توانبخشی: کاردرمانی، گفتاردرمانی، فیزیوتراپی، مددکاری، روانشناسی، هیدروتراپی، مهدکودک، اتاق بازی، مونتسوری و روانشناسی.

تغذیه و بهداشت: با حضور کارشناسان بهداشت محیط و تغذیه. ورزش ضامن سلامت معلولین: ورزش صبحگاهی (همگانی)، فعالیت در رشته ورزشی، حضور در مسابقات کشوری و بین المللی و کسب مدال و مقام‌های ارزنده.

بیش از پنجاه سال پیش زنده یادان دکتر محمد ارسطوپور، محمد بهادری، دکتر خدیوی، قدس نهری، بلال لشکری و عبدا... هنری صفحاتی از زندگی‌شان را به گونه‌ای نوشتند که امروز نامشان در این خانه ماندگار شده است. این قصه از اندیشه در مورد زندگی افراد بی سر و سامان آغاز شد. فکر سامان‌دهی افرادی بی پناه، معلولانی که برای زنده ماندن جز تکیه‌گری راهی نداشتند و مطرود جامعه بودند، کاری بسیار بزرگ و سنگین بود و جز در پرتو اندیشه‌های پر بار و گام‌های بلند امکان پذیر نبود. سرانجام اولین تشکل معلولان به همت آن‌ها پدید آمد و هنری که در اثر سانحه رانندگی دچار معلولیت شده بود و با معلولان درد مشترک داشت، به پیشنهاد دکتر محمد ارسطوپور، مدیریت کار را به عهده گرفت. با برنامه‌ریزی ارسطوپور و تلاش وصف ناپذیر هنری، زمینی دریافت کردند و آسایشگاهی را با چند خوابگاه و یک بخش کوچک اداری به بهره‌برداری رساندند، اما عبدا... هنری قبل از افتتاح آسایشگاه در هشتم اردیبهشت ۱۳۵۰، دارفانی را وداع گفت و آسایشگاه با نام عبدا... هنری به بهره‌برداری رسید.

سخن مدیر مسئول

● یوسف کامیار

برگ‌های تقویم یکی یکی باطل می‌شوند به سرعت کوتاهی عمر و قصه‌های شیرین و البته گاه پرغصه سال کهنه، جای خود را به روز شمار سال نو می‌سپارند اما قصه انسانیت و مهربانی هیچ‌گاه کهنه نمی‌شود.

امیدواریم در سال پیش رو حسرت‌ای کاشی بردل هیچ انسانی باقی نماند و در خاطرات سالی که گذشت رنگی از پشیمانی و غفلت‌های خواسته و ناخواسته‌ای نباشد و وقتی بهار می‌پرسد: باغ و بوستان را، این همه زیبایی چهار فصل را با کدام چشم تماشا کردی؟! زمین و زمان را چگونه درنوردیدی؟! از سلامت جسم و جان چگونه بهره‌گرفتی؟! به درگاه آن یگانه، شرمند و وجدان خود نباشیم و کارنامه‌ای پر بار از مهرورزی به هم‌نوعان را در آغاز سال نوبه همراه داشته باشیم. خوشابه سعادت نیکوکاران نیک اندیش که پرونده‌ماه‌هایی را که گذشت، این‌چنین بسته‌اند و سال یک هزار و چهارصد و دو را با آغوشی مهربان‌تر و قلبی سرشار از آرامش تحویل می‌نمایند. آنان همچون بهار همواره به جان دیگران می‌بارند و زیبایی و سرسبزی حاصل قدم‌های پر خیر و برکتشان است.

تقارن بهار طبیعت با بهار قرآن، لحظات و روزهای ما را صد چندان بهاری و دل‌انگیز می‌نماید. امیدواریم سال ۱۴۰۲ که آغازش با ماه مبارک رمضان و پایانش نیز با آن می‌باشد سالی سراسر برکت، هدایت و روشنی برای همه و به ویژه مددجویان عزیز، خیرین‌گرانقدر و همکاران محترم باشد.

در جوار بارگاه ملکوتی هشتمین اختر تابناک آسمان امامت و ولایت با دعا به جان آنان که همواره حامی پانصد و پنجاه فرزند قدرشناس بهشت کوچک فیاض‌بخش هستند، با نوازش عطر شفابخش بهار و رایحه دل‌انگیز ضیافت آسمانی، با جان طبیعت و با دل‌های آماده برای یک ماه بندگی، به درگاه حق هم‌آوا می‌شویم:

ای دگرگون‌کننده دل‌ها

ای تدبیرکننده روزها و شب‌ها
ای گرداننده سال‌ها و سرگذشت‌ها
حال ما را به نیکوترین حال بگردان

جایگزین یادداشت سردبیر

تقارن بهار طبیعت و بهار قرآن؛

یک شروع تازه، فرصتی شبیه صبح که خداوند به انسان می‌بخشد... فرصتی برای مهمانی و مهمان‌نوازی.

بسیار شنیده‌ایم که ماه رمضان دزدها بیکارند و چاقوکشان، چاقو در غلاف می‌کنند. بازار خلایف و بی‌مهری کساد است. حتماً شما هم شنیده‌اید که در این ماه نیازمندان محبت، بیش از همیشه شادمانند. آدم‌ها مهربان‌تر بیدار می‌شوند و مهربان‌تر روز را شب می‌کنند. بوی خوش دوستی در هر کوی و برزن می‌پیچد... مردم سفره می‌گسترانند، شده به نان و پنیر و سبزی... بی‌تکلف، ساده و صمیمی. بی‌خود نیست که رمضان را بهار می‌نامند. مگر بهار چیزی جز رویش دوباره، تازگی و بارش عشق و شور زندگی است؟؟؟!

فروردین خبر از تجدید و تحویل می‌دهد... خبر از شور و شغف طبیعت... خبر از مهربانی آسمان و زایش و رویش دوباره زمین. بهار امسال زیباتر از همیشه است؛ بهار در بهار، مهر طبیعت و مهربانی آدم‌ها بسیار زیبا و دیدنی است. اوج شکوه و عظمت. سوم فروردین همه دعوتید به تماشای نقطه عطف مهربانی، تلاقی زندگی و سرزندگی... گرمی و پیوستگی دل‌ها... اوج انسانیت.

در این لحظات با شکوه به یاد شما هستیم

به یادمان باشید
ما به هم محتاجیم

● سیده حشمت نبوی
مسئول روابط عمومی و امور فرهنگی مؤسسه

راه‌های که ما را به هم رسانده

خرده روایت‌هایی از ساکنان و خادمان
بزرگترین آسایشگاه معلولان کشور

اینجا شبیه تصوراتمان نیست؛
نه بزرگی‌اش، نه تنوع پانصد و پنجاه مددجوییش
نه قصه‌هایی که زبان‌ها و چشم‌هایشان،
برایمان تعریف کردند؛ قصه‌هایی دیدنی و شنیدنی،
آن قدر که کاستی‌های جسمی و ذهنی کسانی را که
معلول می‌خوانیمشان از یادمان می‌برد. روایت‌های
زیر برش‌هایی کوتاه از زندگی مددجویان و مددکاران
این مرکز است. لطفاً تا انتها بخوانید. شاید با تصور
شما از ساکنان و خادمان مؤسسه خیریه توانبخشی
و نگهداری معلولان جسمی حرکتی شهید فیاض
بخش نیز تفاوت داشته باشد.

دعای مادر و شفای آقا

می‌دانست که در روستا پشت سرش چه حرف‌ها می‌زنند. دل می‌سوزانند برای او که از نگاه دیگران یک دختر اسیر صندلی چرخ‌دار و خانه‌نشین بود. مادرم هر وقت از نیشابور به مشهد می‌آمد، می‌رفت حرم تاشفای من را از آقا بگیرد. در روستا حس تبعیض داشتم و از مقایسه بین خودم و بقیه بدم می‌آمد. سوم دی‌ریستان رابه‌شیوه آموزش از راه دور خوانده بودم. آن قدر پرس و جو کردم برای جایی که امکان تحصیل داشته باشم. آسایشگاه شهید فیاض بخش را پیدا کردم و از آن روستای بی‌امکانات وارد اینجا شدم. حس ورود به بهشتی بدون تبعیض و پر از امکانات را داشتم.

نجمه در دانشگاه رشته روان‌شناسی قبول شد. به کارشناسی اکتفا نکرد و کارشناسی ارشدش را هم گرفت. ازدواج کرد، بچه‌دار شد و در فیاض بخش به عنوان روان‌شناس بخش اطفال مشغول به کار است.

او رادر اتاق کارش که پر از اسباب‌بازی است روی صندلی چرخ‌دار و پشت میز کار می‌بنییم. گرم و خودمانی برایمان تعریف می‌کند، از تعجب تمام‌نشدن اهالی روستا؛ اینکه چطور ممکن است دختری با این وضعیت درس بخواند، ازدواج کند، بچه‌دار شود، سرکار برود. دیدگاه روستا درباره معلولیت عوض شده است. مادرم می‌گوید: نجمه! از بس که رفتم حرم و از آقا خواستم تو راشفا بدهد، انگار با پیدا کردن آسایشگاه شهید فیاض بخش شفای تو را گرفتیم.

او با این پیشینه سراغ کاری رفت که در بخش اطفال انجام می‌شود؛ بخشی متشکل از نوزادان شیرخوار تا چهارده ساله‌ها، از ابتدا که بچه‌ها به این بخش وارد می‌شوند، بر اساس توانایی‌هایشان، غربالگری می‌شوند تا بفهمیم میزان معلولیت ذهنی، یا جسمی‌شان چقدر است. بر اساس این ارزیابی، روی بچه‌ها به صورت فردی یا گروهی کار می‌کنیم. برای بچه‌هایی که مشکل ذهنی نداشته باشند مدرسه ثبت‌نام و به بخش دانش‌آموزی مؤسسه منتقل می‌شوند. آن‌هایی هم که در سطح پایین‌تری از هوش و فقط تربیت‌پذیر هستند ذیل برنامه‌هایی قرار می‌گیرند که بسته به توانایی‌ها، نیازشان به دیگران حداقل باشد.



نجمه درویشی / روانشناس بخش اطفال



داود عبدالمی / مسئول گفتار درمانی

با من حرف بزن

یک او یا دوتا؟ سؤالمان رابا خندهای از ته دل جواب می دهد، من که یک او دارم. با این پاسخ، اسمش را در دفترچه یادداشتان این طور ثبت می کنیم داود عبدالمی مسئول واحد گفتاردرمانی فیاض بخش. او ۲۵ سال را در همین مرکز سپری کرده است. با این سابقه، شمار مددجویانی که با تلاش و حوصله، زیر دستش زبان باز کرده اند از دستش خارج شده است. رده سنی مددجویانی که با مهربانی تمام، بچه من خطابشان می کند بین یک تا هفت سال است. همگی به درجاتی از تأخیر در رشد گفتار روبه رو هستند و اگر با همین وضع به حال خود رها بشوند به معلولیت هایشان یک گره جدید اضافه می شود؛ گرهی که بر سر راه ارتباط با دیگران مانعی جدی ایجاد می کند. در واحد گفتاردرمانی با هر کودک سه بار در هفته و هر بار به مدت سی دقیقه کار می کند. دیدن نتیجه این تمرین ها و تلاش ها، بستگی دارد به میزان تخصص مخاطب در زمینه گفتاردرمانی. کسی مثل آقای عبدالمی ظرف دوسه ماه متوجه رشد گفتاری طفل می شود، اما ما و شمایی که در این علم اطلاعات نداریم، احتمالاً یک سالی باید صبر کنیم تا متوجه ثمرات گفتاردرمانی شویم. بخشی از طولانی شدن این فرایند به محیط فیاض بخش بر می گردد که هر قدر هم خوب باشد، به اندازه محیط خانواده از گفت و گو و کلمات غنی نیست. بخش دیگر هم از نارسایی های ذهنی برخی مددجویان ناشی می شود.

آقای عبدالمی برای گفتن از ثمرات گفتاردرمانی نیازی به کاویدن گذشته های دور ندارد. مسعود پنج ساله را مثال می زند که اکنون در مهدکودک است و گفتارش در حد صفر بود. همین طور مددجوی دیگری که بهتر است اسم نبریم. همین قدر بدانید که دچار معلولیت جسمی است و جزو بچه های رهاسده از سوی والدینشان. درسی که باید حرف می زد هیچ نمی گفت. گفتاردرمانی شد و اکنون هنرمند است، یک بازیگر.



عشرت کاویان / مددکار بخش اطفال



بهاره نیک پور شهری / فیزیوتراپیست

والدین خیالی

۹۰ درصدشان مجهول الهویه اند و در بیمارستان یا گوشه خیابان رها شده اند. آنهایی هم که کس و کارشان معلوم است، بد سرپرست اند و سلب حضانت شده اند یا اینکه دارای سرپرست موثر به شمار نمی روند. مثلاً والدینی که در زندان به سر می برند. گوشمان صحبت های پر از دغدغه عشرت کاویان را می شنود و ذهنمان تصاویر بخش اطفال شیرخوارگان آسایشگاه شهید فیاض بخش را مرور می کند؛ همین طور تصویر مارال، شهریار، مسعود و طویی را که چند دقیقه پیش در مهدکودک شهید فیاض بخش دیده بودیم و با معصومیتی بی نهایت، از بلوقیمه ای که با ماست مخلوط کرده بودند به ما تعارف می کردند.

تصور ماجرابی که بسیاری از این کودکان پشت سر گذاشتند تا به فیاض بخش برسند، سخت نیست، اینکه والدینشان تا وضع جسمی بچه را دیده اند یا پس کشیده اند و بی خیالی پاره تنشانشان شده اند و او را با سرنوشتی نامعلوم به دست تقدیر سپرده اند. کارهایی که در واحد مددکاری بخش اطفال با ۱۴۰ نوزاد و کودک انجام می شود زیاد است. تریخیص یا خدای نکرده فوت طفلی بر اثر انواع نارسایی، پذیرش بچه جدید، ارتباط با دادستانی، بهزیستی و بیمارستانها، پیگیری صدور بیمه و شناسنامه، پیگیری ثبت نام در مدرسه برای کودکانی که ذهن سالم دارند و جابه جایی بچه ها بین اتاقها بخشی از فهرست بلندی است که خانم کاویان به آن اشاره می کند. کار او از آن کارهایی نیست که بشود کارمندی و اداری با آن برخورد کرد. مثلاً وقتی سرخی از والدین یک بچه به دست می آورد، همه تلاشش را می کند تا خانواده را به پذیرش فرزند معلولشان مجاب کند. امیرعلی یک نمونه اش؛ نوزادی که با نداشتن والدینش او را پس از تولد در بیمارستان رها کرده بودند. خانم کاویان عکس صورت زیبای بچه را آن قدر، برای مادرش فرستاد که در یک و نیم سالگی کودک، دل مادر به رحم آمد و با مجاب کردن شوهرش، بچه را به خانه برد.

انبوه شناسنامه های کودکانی با اسم های خیالی انتخاب شده در دست خانم کاویان است که می گوید همه بچه های بی هویت برای پیدا کردن پدر و مادر واقعی شان به اندازه امیرعلی خوش شانس نیستند.

معجزه ایستادن روی پا

بعضی ها خیلی خوشبخت اند. قبول دارید؟ مثلاً کسانی که در این دنیای پر از نگرانی می خواهند و می توانند در آرامش زندگی کنند یا مثلاً کسانی که در رقابت ناتمام آدمها بر سر داشتن زندگی پرطمطراق، خودشان را از این بازی پوچ بیرون می کشند و معمول و معقول زندگی می کنند. بهاره یکی از این آدمهای خوشبخت است. قصه سعادتش گره خورده است به زمانی که به آسایشگاه معلولان شهید فیاض بخش آمد و جزو تیم شش نفره فیزیوتراپی زنان این مرکز شد. از دیگرتی می گوید که برای کار آمدند، مدتی ماندند دوام نیاوردند و رفتند اما بهاره آمد و ماندنش شش سالگی را سپری می کند.

از وقتی آمدم به این آسایشگاه به زندگی یک جور دیگر نگاه می کنم. به تجمعاتی که بیرون از اینجا در جریان است بی تفاوت شده ام. در عوض متوجه ارزش چیزهایی شدم که شاید آن بیرون کمتر برایشان ارزشی قائل شوند؛ مثل سلامتی. باید اینجا باشی و ببینی کسانی را که آرزو دارند یک لیوان آب را با دست خودشان به دهان ببرند. بهاره پیش و پس از حضور در آسایشگاه معلولان شهید فیاض بخش یک تفاوت دیگر هم کرده است؛ اینکه با معلولان مهربان است، اما ترحم ندارد و باتوانی ها و ناتوانی های این قبیل افراد منطقی رفتار می کند. او از شصت مراجعی می گوید که روزانه طبق برنامه برای فیزیوتراپی می آیند و برخی هم وضعیتشان طوری است که تیم فیزیوتراپی بر بالینشان حاضر می شود. افراد زیادی مثل مهدی ربه یاد می آورد که هنگام پذیرش در این بخش، به علت ناتوانی در راه رفتن، لنگه های دمپایی را در دست هایشان می کردند و چهار دست و پا خودشان را روی زمین می کشیدند. تلاش های بهاره و همکارانش با چاشنی امید وانگیزه مددجو، ماهها بعد نتایج معجزه وارش را نشان داد و در نهایت منجر به این شد که امثال مهدی باوکر روی پا بایستند. شیرینی از این بالاتر؟



هنوز دوستم دارد

شهرآرا اینجا هم هست، در کتابخانه روشن و غرق در آرامش فیاض‌بخش. نگاهمان را از روزنامه‌ای که در ورودی کتابخانه جانمایی شده است می‌گیریم و به سمت ده دوازده نفری که دور میز مطالعه نشسته‌اند سر برمی‌گردانیم. نوجوانی در انتهای میز مطالعه با لیخندش خوشامد می‌گوید. سیدهادی است. اوایل که آمده بود آسایشگاه، ملاقه را می‌کشید و سرش را با کسی حرف نمی‌زد، چه کسانی و چطور روحیه او را به علت معلولیتش خراب کرده بودند، بماند. او اعتماد به نفسش را با حضور در کلاس فن بیان بازیابی کرده است و از یادآوری رفتارهای در روزهای نخست ورود به فیاض‌بخش لیخند می‌زند. با کمی فاصله تکتم روی صندلی چرخدار نشسته است. یکی از مسئولان آسایشگاه دارد به او تبریک می‌گوید تبریک به تکتم‌خانم که به تازگی... «انتظار شنیدن هر چیزی را داشتیم جز اینکه به تازگی مادرشوهر شده باشد. پشت این چهره آرام، غمی عمیق جا خوش کرده است که انگار جز کنار آمدن با آن چاره دیگری نیست. ماجرای ویلچرنشینی‌اش را به خواست خودش تلخ و کوتاه، این‌طور می‌شنویم: تازه پراید خریده بودیم، در جاده کلات شوهرم پشت فرمان بود. سرعتش زیاد بود. فرمان برید. ماشین چپ کرد. نخاعم آسیب دید.

سانحه‌ای که روی دیگر زندگی را به تکتم نشان داد، به سال ۱۳۸۳ مربوط می‌شود. شش‌سال زندگی کردن با هووو و در نهایت او را به این نتیجه رساند که خانه شوهر و دو پسرش راترک کند و به فیاض‌بخش بیاید. یکی از پسرهایش به تازگی راهی خانه بخت شده و دیگری محصل است. هرکدام گاه‌گاهی به دیدن مادر می‌آیند و دیدار تازه می‌کنند. از تلخی روزهای ناگزیر به انتخاب امیدوارانه‌اش برای اتمام مقطع متوسطه گریز می‌زنیم؛ همین‌طور به فعالیتش در کتابخانه فیاض‌بخش. اما غم نشسته در نگاه او و تلاش برای بازگشت به خانه، می‌گوید که تلاشمان چندان موفقیت‌آمیز نبوده است. شوهرم هنوز دوستم دارد اگر می‌توانست پرستار می‌گرفت و دیگر لازم نبود خانه‌ها ترک کنم.

در پناه امام رئوف

تریسی که آن روز تجربه کرد، بزرگتر از گنجایش قلب کوچکش بود. دخترک زیر سایه درخت کنار گندم زاری خوابش برده بود، که مادرش در آن به درو مشغول بود. یک موش خرما بزرگ دید و همه وجودش پر از ترس شد. سکنینه هفت ساله تا توانست جیغ کشید. همان روز ظهر تب شدید کرد بعد حس کرد دست‌وپایش بی‌حس و چشمش تاریک شده است. در مدت چند ماه توان به دست و پایش برگشت اما نور برای همیشه با چشم‌هایش خداحافظی کرد. دخترک آن سال‌ها شده است کامل‌زنی با نگاه‌هایی مبهم به سمت‌وسوی نامعلوم. ماجرای نابینایی‌اش را با تله‌جه ترکی برایمان تعریف می‌کند. اهل مرند است، مادرش که از دنیا رفت به مشهد آمد تا با برادر و زن برادرش زندگی کند. اما سر بسته می‌گوید که اوضاع برای زندگی خوب نبود. حرم که می‌رفتم به امام هشتم (ع) می‌گفتم آقا تو خودت غریبی و غریب را می‌فهمی. هوایم را داشته باش. سکنینه همان‌طور که لایه‌های پلاستیک مشمع را بالامسه و دقت هرچه تمام‌تر روی هم می‌گذارد، ابایی ندارد از اینکه دیگر مددجویان مشغول در کارگاه خیاطی فیاض‌بخش قصه زندگی‌اش را بشنوند. همگی مثل خواهر و برادرند؛ شاید هم نزدیکتر. او چند سال پیش بایکی از مددجویان آقا آشنا شد و مسئولان آسایشگاه وقتی دیدند که آن‌ها می‌توانند مستقل شوند زمینه ازدواجشان را فراهم کردند، شوهرم ویلچرنشین است. او چشم من است و من دست‌وپای او. کارآماده کردن پلاستیک‌های مشمی رو به پایان است، برش که بخورند، برای پوشک‌های یکبار مصرف مددجویان بی‌اختیار در اجابت مزاج، استفاده خواهند شد. کار کارگاه خیاطی به همین مورد محدود نمی‌شود. به جز تأمین نیازهای آسایشگاه مثل دوردوزی ملاقه‌ها، برخی واحدهای تولیدی نیز دوخت، لباس کار نیروهایشان را به هنر دست مددجویان فیاض‌بخش می‌سپارند. نمونه‌هایش را آن روبه‌رو می‌شود دید؛ همان بلوز و شلواری‌های سپید و آبی که به دیوار آویزان شده‌اند.

منبع: روزنامه شهرآرا/فرزانه شهامت

رمز و راز بخش اطفال

مادر نیستم ولی حس مادرانه را الان خوب درک می‌کنم



● امید استادی

با اینکه شب قبل شفقت بود و خستگی توی چهره‌اش دیده می‌شد، ولی وقتی که برای مصاحبه از او دعوت کردم با روی باز پذیرفت. کتابخانه آسایشگاه که در انتهای بخش اطفال قرار دارد بهترین مکانی بود تا با او گفت و گو کنم. می‌خواهم اوصحبت‌کنندومن فقط شنونده باشم.

می‌گویند فرشته روحانی هشتم سال ۱۳۹۵ به واسطه یکی از دوستانم با آسایشگاه آشنا شدم و پس از طی کردن مراحل اداری و استخدای در بخش اطفال مشغول به کار شدم. روزهای اولی که آمده بودم خیلی اذیت شدم مخصوصا به لحاظ روحی. دیدن بچه‌های معلولی که هیچ کسی غیر از خدا در این دنیا ندارند واقعا برام سخت بود ولی بعد از مدتی توانستم این ارتباط را برقرار کنم. من هنوز ازدواج نکردم و مادر نیستم ولی سعی کردم به غیر از وظیفه کاری بتوانم وظیفه مادری را هم انجام دهم. هرچند این کار قلب بزرگی می‌خواهد که فکر کنم من ندارم ولی همکاران عزیزم با تمام وجود این کار را انجام می‌دهند. حس و حال خیلی خوبی در بخش اطفال دارم به خصوص وقتی بچه‌ها به اسم صدایم می‌زنند. بعضی از بچه‌ها به من می‌گویند مامان، بعضی می‌گویند فرشته جون... وقتی با آن لحن معصومانه می‌گویند خیلی لذت می‌برم. در مورد سختی‌های کار هم با لبخند می‌گویند: خیلی از مواقع، خستگی کار و شیفتهای فراوان، من و همکارانم را اذیت می‌کند ولی باز وقتی کنار بچه‌ها هستیم، حس خوب و انرژی آن‌ها، خستگی را از تنمان بیرون می‌کند و با یک نیروی مضاعف دوباره کارمان را شروع می‌کنیم. شاید باوررتون نشه اگر یک روز بیرون از اینجا، ناراحتی یا مشکلی برایمان پیش بیاید همون پشت در آسایشگاه فراموش می‌کنیم تا خدای نکرده این ناراحتی را به بچه‌ها منتقل نکنیم. یک جورایی همیشه به خاطر بچه‌ها شاد و شنگولیم.

اینجا معنویت خاصی داره، نمیدونم بگم یانه... این بچه‌ها گره‌های زیادی را باز می‌کنند. این رامن و همکارانم بارها و بارها که برایمان مشکلی به وجود آمده تجربه کردیم. مثلا یک بچه‌ای تو بخش هست که مانند بقیه مددجویان بی‌سرپرسته. هروقت ما این مددجو را حمام می‌بریم اگر مشکلی داشته باشیم، مشکلمون حل میشه... اینها یک رمزهایی بین بچه‌ها و همکاران هست که سعی می‌کنند رمزگشایی نکنند و این رمز بین خودشان، خدا و اون طفل معصوم باشه.

ازخانم روحانی می‌خواهم، از خاطراتش بگویند. می‌گویند یک روز خبر فوت یکی از بستگان همکارم را در بخش داده بودند. همکارم از ناراحتی گریه می‌کرد، همه بچه‌های داخل اتاق وقتی این صحنه را دیدند آن قدر اشک می‌ریختند که آرام کردن آن‌ها سخت‌تر از آرام کردن همکارم بود.

حرف آخر

بچه‌ها گاهی خیلی تنها می‌شوند، دوست دارند، ملاقات کننده داشته باشند، چون از لحاظ روحی و عاطفی حالشون خیلی خوب میشه. حالا ما، مددجوها و حتی نیکوکارانی که به اینجا می‌آیند، مثل خانواده شدیم و از هم جدا نمی‌شویم. بدون اغراق می‌گویم، معنای واقعی دوستی و گذشت را اینجا همیشه فهمیدیم. احساسات بچه‌ها پاک و دوستی‌هاشون ساده است و به دل می‌نشیند درست مثل خودشون.

بهبود و ارتقاء وضعیت تکلم اطفال مؤسسه

● داود عبد‌اللهی

شه‌ریار از دیگر بچه‌های دوست داشتنی بخش اطفال است. شش ساله، دارای معلولیت فلج عضلات صورت و چشم است. از سه و نیم سالگی، گفتاردرمانی او با هدف افزایش توجه و تمرکز، افزایش برقراری ارتباط، افزایش واژگان بیانی، تقویت عضلات صورت و زبان شروع شده است. در حال حاضر کودک از گفتار برای برقراری ارتباط استفاده می‌کند، طول جملات کودک چهار کلمه شده و تمرین برای افزایش طول جمله در حال اجراست.

مارال دوست داشتنی چهار ساله است با معلولیت آنومالی دست و پا. درارزبانی اولیه، کودک هیچگونه تکلمی نداشت و صداسازی را خیلی ساده انجام می‌داد. گفتاردرمانی مارال از دوسالگی با هدف افزایش واژگان بیانی، افزایش درک دستورات، تقلید حرکات دهان و زبان، تقلید صداها شروع شده است. در حال حاضر کودک از تکلم برای برقراری ارتباط استفاده می‌کند، طول جملات کودک چهار کلمه اما کاربرد حروف اضافه و ربط را نمی‌داند. برنامه درمانی او جهت رفع بعضی از اختلالات در حال اجراست

کیان از دیگر نوگلان بخش اطفال است. نوع معلولیت کیان که حالا پنج سال سن دارد تاخیر تکاملی است.

در هنگام ارزبانی اولیه، کودک هیچ‌گونه کلمه‌ای بیان نمی‌کرد، صداسازی نداشت و هیچ ارتباط چشمی در او مشاهده نمی‌شد. گفتاردرمانی کیان با هدف افزایش توجه و تمرکز شنیداری و بیانی، افزایش ارتباط چشمی، افزایش صداسازی، افزایش تقلید حرکات زبان شروع شد. در حال حاضر کودک از تکلم برای برقراری ارتباط استفاده می‌کند، طول جملات کودک دو کلمه‌ای به صورت اسم به اضافه فعل است. برنامه درمانی باهدف افزایش طول جمله، افزایش واژگان بیانی در حال اجرا است.

مسعود عزیز پنج ساله است با معلولیت جسمی حرکتی و تاخیر تکاملی در ارزبانی اولیه، کودک هیچ کلمه‌ای بیان نمی‌کرد. صداسازی باحروف نداشت، ارتباط چشمی برقرار نمی‌کرد و واژگان قابل درکش بسیار محدود بود. از دو سال و نیمی گفتاردرمانی او شروع شده است. در حال حاضر کودک از گفتار برای برقراری ارتباط استفاده می‌کند. طول جملات کودک چهار کلمه‌ای است و به خوبی ارتباط برقرار می‌کند، از لحاظ گفتاری با کودکان نرمال تفاوت چندانی ندارد. صدای (ش) را خوب تلفظ نمی‌کند. گفتاردرمانی مسعود با هدف اصلاح اختلال تلفظ و افزایش طول جمله در حال انجام است.

شه‌ریار

مارال

کیان

مسعود





سور و سات عید

از زیبایی‌های بهار خیلی گفته‌اند. از شکوفه‌های رنگارنگش، از سبزی دشت و دمن، از رنگین کمان بعد از بارانش، از هوای تازه و جان‌بخش آن. از بهار انگار اما سهم من، آسمان آن است که یک روز، روسری آبی سر کرده و یک لکه ابر هم در آن دیده نمی‌شود و روز دیگر به سیاهی شب می‌ماند و غرش‌های دلهره‌آورش جان را به هم میریزاند. چند روز است که تنها در کوچه پس‌کوچه‌های دلم‌پرسه می‌زنم، خسته‌ام... اصلاً نمی‌دانم به کجا می‌خواهم برسم. خیلی دلم گرفته است... کاش می‌شد با کسی حرفی بزنم، از دلتنگی‌هایم بگویم.

همه از بهار می‌گویند، از آمدنش... هوا هم بهاری شده، کمی تا قسمتی ابری و گاه آفتابی... همراه با بارش باران، چشمان من هم درست مثل آسمان گریبان است و یک لحظه از باریدن خسته نمی‌شوند.

از اتاق بیرون می‌آیم. در بخش، صدای مهممه است که تکرار همیشه این موقع از سال است؛ می‌شویند، می‌سابند و در و دیوارها را تمیز می‌کنند. به خودم می‌آیم، درست سه ساعت است در یک گوشه مثل بچه‌گره‌های تو حیاط که از سرما زیر طاق جلو اتاقمان کز کرده‌اند تا از باران در امان بمانند، روی ویلچرم بی‌حرکت نشسته‌ام. از پشت پنجره، آمد و شد افراد جدیدی را می‌بینم... به بیرون سرک می‌کشم، کنار بچه‌گره‌ها می‌ایستم آن‌ها هم به دنبال گوشه‌های امنند، شاید به دنبال مادرشان که گرمشان کند. چشمم به دختران و پسران جوان می‌افتد که پر شور و انرژی، قوطی رنگ در دست دارند و بر روی دیوارها و نمادهای بهاری که با چوب و فیبر درست شده‌اند، نقاشی می‌کنند. آن‌طرفتر عده‌ای در حال آویزان کردن چیزهایی شبیه چراغ به درختانند. تا چشمشان به من می‌افتد نگاهم را می‌زدند. لحظه‌ها می‌گذرند... از خودم بدم می‌آید. با خودم می‌گویم هیچ کاری از دستت بر نمی‌آید؟! احساس می‌کنم می‌توانم به یک دردی بخورم، به سمت گریه‌ها می‌روم. به نظرم می‌رسد که ترسیدند. خیلی زود می‌فهمند که با من درد مشترک دارند و اجازه می‌دهند که نزدیکشان شوم. دست به پشتشان می‌کشم. یکی از بچه‌گره‌ها پاریز و درشت کردن چشمانش خودش را برایم لوس می‌کند. شیطنتشان دیدنی‌است. گویی یخشان باز شده، به سمت بساط دانشجویان می‌دوند و دم تکان می‌دهند. به خودم می‌گویم... از گریه که کمتر نیستم. نگاه جوانان به من می‌افتد. این بار لبخندی خجالت‌آمیز، مهمان‌شان می‌کنم. آن‌ها فرصت تصمیم نمی‌دهند، سریع به سمتم می‌آیند و سر گفت‌وگو را باز می‌کنند. نمی‌توانم حرف بزنم، بغض گلویم را گرفته. از چشمانم خوب می‌توانند دلتنگی‌ام را بخوانند. با زرنگی به کار می‌گیرم و تا غروب سر گرم می‌شوم. حالا دیگر باران؛ اشک‌های آسمان نیست، بارش زندگی است. پیام‌آور دوستی‌های نو، شور زندگی و گذر از تنهایی است... حالا دیگر بهار در دل تنهای من هم جوانه می‌زند.

سیده حشمت نبوی



بهار
در دل تنهای من
هم جوانه می‌زند



تشویق مددجویان هنرجوی کلاس نقاشی

کلاس نقاشی مددجویان بخش مردان با همه کلاس‌ها متفاوت است. هفت نفر از مددجویان در این کلاس شرکت دارند از سن ۲۰ سالگی یا مثل سعید آقا که سنش به ۵۰ میرسد. پیشرفتشان در طول هفت ماهی که از تشکیل کلاس می‌گذرد قابل ملاحظه بوده است. آنان هنر نقاشی خوشان را به زیبایی توصیف می‌کنند و از رؤیاهایشان با هم صحبت می‌کنند. به این عزیزان جوایزی در حضور سایر مددجویان فعال در حوزه فرهنگی اهدا شد.

مهمانانی از خراسان شمالی

معاون توانبخشی بهزیستی خراسان شمالی و جمعی از مسئولان و کارشناسان این حوزه مهمان، فیاض بخشی‌ها شدند تا ضمن خداقوت گوپی به دست اندرکاران، با فعالیتهای آسایشگاه در حوزههای مختلف آشنا شوند. ارائه خدمات دندانپزشکی به معلولین عزیز این استان توسط کلینیک دندانپزشکی موسسه، مهمترین خیرخوش برای مددجویان تحت پوشش سازمان بهزیستی خراسان شمالی بود.



خانه تکانی عید

باز اسفند شد و شور و هیاهوی رسیدن سال نو... نزدیک سال نو که می‌شود اهالی با صفای این خانه، از مددیاران و نیروهای خدمات گرفته تا خود مددجویان با خانه تکانی به استقبال عید نوروز می‌روند، شست‌و‌شو و نظافت اتاق‌ها، تخت‌ها، پرده‌ها و... بخشی از کارهای عید است. نیروهای داوطلب هم همانند هر سال، سنگ تمام گذاشته‌اند. و با رنگ آمیزی دیوارها، ساخت المان‌های نوروزی فضایی زیبا و دل انگیز را برای مددجویان و کارکنان فراهم می‌نمایند.



حضور سه هنرمند آسایشگاه در یک سریال

با هماهنگی‌های انجام شده سه تن از مددجویان هنرمند در سریال آسوده باش به کارگردانی علی حج‌گذار و تهیه‌کنندگی رضا رحیم‌زاده ایفای نقش خواهند کرد.



**با بودن شما
عروسک‌های
این خانه هم
می‌زنند**



در این بهشت کوچک چه می‌گذرد!؟

این صفحات تنها گوشه‌ای از مهربانی و لطف دوستان و نیکوکاران عزیز و بازتاب خدماتی است که به پشتوانه حمایت شما در این خانه انجام می‌شود. اخبار کامل را در سایت دنبال کنید.

www.fbrc.ir

خبرهای خوش

خداقوت قهرمانان



نایب قهرمانی مبارک
جمعه دوازدهم اسفند ماه دو تیم شهروند آمل و آسایشگاه شهید فیاض بخش در باشگاه پیامبر اعظم به رقابت پرداختند.
در این بازی که به صورت زنده از شبکه ورزش نیز پخش شد، تیم آسایشگاه شهید فیاض بخش مشهد، عنوان نایب قهرمانی لیگ برتر را کسب نمود. تیم هیأت یزد در رده سوم ایستاد و کاپ اخلاق نیز به تیم شهرداری زنجان رسید.



قهرمانی تیم پاراتنیس بانوان و مردان فیاض بخش

تیم پاراتنیس الف و ب آسایشگاه شهید فیاض بخش مشهد در دوره آقایان و بانوان توانست در مسابقات باشگاههای کشور در تهران که با حضور ۲۲ تیم از سراسر ایران برگزار می شد به مقام قهرمانی و مدال طلا دست پیدا نماید.
افتخار آفرینان تیم آقایان فیاض بخش،

مهداد محمدپور
علی ترابی

سعید ایران منش
سید محمود حسینی

حمیدرضا شاجعی
یحیی شیخی

کمال واحدیان

سرمری: محمدرضا کفشدار حسینی
سرپرست: حمید منظم عرفانی

افتخار آفرینان تیم بانوان فیاض بخش

زهر انصاریان،

نرگس قابلی،

مونا مسعودی

نرگس ناصریان

خدیجه عزیزی

سرمری: خانم برنا



قدردانی از زحمات پرسنل آسایشگاه

در اقدامی زیبا با به همت نیکوکار گرانقدر مهندس محمد حسینی به مناسبت نیمه شعبان و سال جدید هدایایی به کارکنان خدوم مؤسسه تقدیم گردید. از همراهی مهربانانه نیک اندیش عزیز فرشته بیات مختاری نیز سپاسگزاریم.



مهمانی از دامغان
گروهی از بانوان مؤسسه فرهنگی مهدویت از شهرستان دامغان به آسایشگاه آمدند و با مددجویان دیدار کردند. آنها فعالیت های این موسسه و روحیه مددجویان را کم نظیر دانستند و به قول خودشان از این همه اتفاقات خوب در این آسایشگاه شگفت زده شدیم.

دیدار هنرمندان با مددجویان

میرطاهر مظلومی، سعیده عرب، حسن اسدی از هنرمندان مطرح سینما و تلویزیون با حس و حال خاص و صمیمیت وصف ناپذیری با بچه ها دیدار کردند و به گفته خودشان هیچ وقت این فضا را تجربه نکرده بودند و پر انرژی برای شروع دوباره فعالیت هایشان به امید دیدار مجدد از آسایشگاه رفتند.



سالگرد همراه با آرزو و سلامت برادر شما دوستان عزیز آرزو مندیم



دی

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۳۰	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۹	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱۶	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۲۳	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲
۲۹	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹

۴- ولادت حضرت عیسی (ع) جشن کربسمس ۵- روز اربعه در برابر (لاله) ۶- سالروز وفات حضرت ام‌البنین (س)
۱۱- جشن آغاز سال ۱۳۹۴ میلادی ۱۲- ولادت حضرت فاطمه (زهراس) و روز زن - شهادت قاسم سلیمانی - روز جهانی مقاومت ۱۳- تشکیل شورای انقلاب به فرمان امام (ره) ۱۴- ولادت امام محمدباقر (ع) ۱۵- شهادت امام هادی (ع)

مهر

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴
۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱
۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸
۲۹	۳۰					

۲- شهادت امام حسن عسکری (ع) و آغاز امامت امام زمان (عج) ۳- ولادت پیامبر (ص) به روایت اهل سنت - آغاز هفته وحدت ۴- روز آتش نشانی و ایمنی ۵- روز جهانی سالمندان ۶- ولادت حضرت رسول اکرم (ص) و روز اخلاق و مهرورزی - ولادت حضرت امام جعفر صادق (ع) مؤسس مذهب جعفری ۷- روز نیروی انتظامی ۸- روز دامپزشکی ۹- روز روستا و عشایر ۱۰- روز گردشگری ۱۱- روز جهانی استادارد ۱۲- شهادت آیت‌الله شریعتی امام‌المجاهد ۱۳- روز زمین ۱۴- روز جهانی معارف ۱۵- روز جهانی نابینان ۱۶- روز ملی پارالمپیک ۱۷- روز تربیت بدنی و ورزش ۱۸- روز صادرات

تیر

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۳۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴
۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱
۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸
۲۹	۳۰					

۱- شهادت امام محمدباقر (ع) ۲- روز عرفه - روز قوه قضاییه ۳- عید قربان - آغاز حجه امامت و ولایت ۴- روز صنعت و معدن ۵- شهادت آیت‌الله مدنی شهید مهاباد ۶- ولادت حضرت امام علی (ع) الهادی (ع) ۷- روز قلم ۸- عید سعید غدیر خم ۹- ولادت حضرت امام موسی (ع) ۱۰- روز میانه ۱۱- روز خانواده و تکریم پسران ۱۲- روز ارتش جمهوری اسلامی ایران و نیروی زمینی ۱۳- آغاز سال ۱۳۹۴ هجری قمری

فروردین

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸
۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵
۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱	

۱- عید نوروز ۲- روز هنرهای نمایشی ۳- روز جمهوری اسلامی ایران / وفات حضرت فاطمه (س) ۴- روز طبیعت ۵- ولادت حضرت امام حسن مجتبی (ع) و روز اکرام ۶- شب قدر ۷- شب قدر ۸- روز سلامت ۹- شب قدر ۱۰- شب قدر ۱۱- وفات حضرت علی (ع) ۱۲- شب قدر ۱۳- شهادت حضرت علی (ع) ۱۴- شب قدر ۱۵- روز بزرگداشت عمار زینشاه ۱۶- روز ارتش جمهوری اسلامی ایران و نیروی زمینی

بهمن

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴
۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱
۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸
۲۹	۳۰					

۱- ولادت امام محمدباقر (ع) ۲- ولادت امام علی (ع) ۳- روز پدر ۴- روز جهانی زمین ۵- تغییر قیله مسلمانان ۶- آغاز دهه مبارک فجر ۷- روز فناوری فضای ۸- شهادت امام موسی کاظم (ع) ۹- میثاق رسول اکرم (ص) - روز نیروی هوایی ۱۰- سالروز پیروزی شکوهمند انقلاب اسلامی ایران ۱۱- ولادت امام حسین (ع) ۱۲- ولادت ابوالفضل العباس (ع) و روز جهانی زمام‌سپردار

آبان

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴
۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱
۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸
۲۹	۳۰					

۱- ولادت امام حسن عسکری (ع) ۲- وفات حضرت معصومه (س) ۳- شهادت محمدحسین فهمیده - روز نوجوان و بسیج دانش آموزی ۴- شهادت آیت‌الله قاضی طباطبائی (اولین شهید مصلح) ۵- روز دانش آموز ۶- روز فرهنگ عمومی ۷- روز جهانی علم در خدمت صلح و توسعه ۸- روز کتاب ۹- کتابخوانی و کتابدار ۱۰- ولادت حضرت زینب (س) و روز پرستار و بهروز ۱۱- روز حکمت و فلسفه - روز بزرگداشت فارابی

مرداد

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴
۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱
۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸
۲۹	۳۰	۳۱				

۱- تأسیس حسینیه ۲- عاشورا حسینیه ۳- شهادت امام زین‌العابدین (ع) ۴- روز اهدای خون ۵- تشکیل جهاد دانشگاهی ۶- روز خیرکار ۷- روز تشکلهای و مشاغل اجتماعی ۸- سالروز ورود آزادگان شهیدان از راهبانه اسلامی ۹- روز جهانی مسجد

اردیبهشت

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۳۰	۳۱	۱	۲	۳	۴	۵
۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹
۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶
۲۷	۲۸	۲۹				

۱- روز جهانی قفس - روز بزرگداشت سحیحی ۲- عید فطر ۳- عید فطر - روز معماری ۴- روز اربعه و حمل و نقل ۵- بزرگداشت زحمات عبدالله هنری از بنیانگذاران آسایشگاه ۶- روز شوراها ۷- روز ملی فلج فارس ۸- روز جهانی کارگر ۹- روز معلم ۱۰- روز بیمه‌ریهای معین ۱۱- روز بزرگداشت زبان پارسی و بزرگداشت فردوسی ۱۲- شهادت امام جعفر صادق (ع) ۱۳- ولادت حضرت معصومه (س) و روز دختر - آغاز حکامات - روز اهدای عضو

اسفند

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸
۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵
۲۶	۲۷	۲۸	۲۹			

۱- ولادت حضرت علی (ع) ۲- سالروز بزرگداشت محمد رسول‌الله (ص) از بنیانگذاران آسایشگاه ۳- روز بزرگداشت خواجه نصیرالدین طوسی و روز معلم ۴- ولادت حضرت قائم (عج) ۵- روز امان و ولایت ۶- روز درختکاری ۷- روز بزرگداشت نظامی ۸- روز بزرگداشت پروین اعتصامی ۹- روز ملی شدن صنعت نفت ایران

آذر

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷
۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴
۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	

۱- روز بسیج مستضعفان ۲- شهادت حضرت فاطمه (زهراس) به روایتی ۳- روز نیروی دریایی ۴- روز جهانی معلولان ۵- روز دانشجو ۶- شهادت آیت‌الله دستغیب سومین شهید مصلح (ع) ۷- روز پزشک ۸- شهادت حضرت فاطمه (زهراس) - شب یلدا

شهریور

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷
۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴
۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱

۱- روز بزرگداشت ابن سینا و روز پزشک ۲- شهادت امام حسن مجتبی (ع) به روایتی ۳- آغاز هفته دولت ۴- روز کارمند ۵- روز داروساز ۶- روز شهادت مظلومانه شهیدان رجایی و باهنر ۷- اربعین حسینی ۸- قیام ۱۷ شهریور ۹- شهادت آیت‌الله مدنی (دومین شهید مصلح) ۱۰- روز سپهنا ۱۱- روز وقف ۱۲- رحلت رسول اکرم (ص) ۱۳- شهادت امام حسن مجتبی (ع) ۱۴- شهادت امام رضا (ع) ۱۵- روز شعر و ادب پارسی و روز بزرگداشت استاد شهید رجایی ۱۶- آغاز جنگ تحمیلی - آغاز هفته دفاع مقدس

خرداد

شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه‌شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه
Saturday	Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹
۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶
۲۷	۲۸	۲۹	۳۰	۳۱		

۱- سالروز فتح فرم شهر ۲- ولادت امام رضا (ع) ۳- رحلت حضرت امام خمینی (ره) و آغاز ولایت آیت‌الله امام‌خامنه‌ای ۴- قیام ۱۵ خرداد - روز جهانی معین ۵- روز صلح و دوستی - روز ملی فرش ۶- روز جهاد کشاورزی ۷- شهادت حضرت امام محمدتقی (ع) - بزرگداشت حکمران شریعتی ۸- سالروز ازدواج حضرت امام علی (ع) و حضرت فاطمه (س) - روز ازدواج



علی ناصری

حاجی را کمتر می‌دیدیم، گاهی وقت‌ها، موقع پخش غذا، خودش هم می‌آمد توی بخش و در تقسیم غذا کمک می‌کرد. قدبلند و لاغر اندام بود و حالت چهره‌اش جوری بود که انگار همیشه لبخند می‌زد... به همه لبخند می‌زد به غم‌ها و شادی‌های زندگی. بیش از سی سال از عمرش را صبح تا شب توی آشپزخانه، سر دیگ‌های بزرگ، رو به آتش، صرف کرد تا صبحانه و نهار و شام بچه‌ها، سر ساعت آماده باشد. مثل کشاورزهای زحمت‌کش چهره‌ی آفتاب‌سوخته‌ای داشت. دستش نمک داشت، هر جور مواد غذایی به حاجی می‌دادی، غذایی خوشمزه تحویل می‌داد. برنج پاکستانی بی کیفیت را جور می‌کرد که فکر می‌کردی برنج اعلا شمال است. روزهایی که حاجی، کوبیده درست می‌کرد، سعی می‌کردیم اضافه کار بمانیم یا اگر برای ماموریت، بیرون رفته باشیم، حتما هر جور شده برگردیم. وقتی روابط عمومی آسایشگاه زنگ زد و گفت که حاجی صالحی، آشپز آسایشگاه از دنیا رفته و یک متن یادبود می‌خواهیم، دست زدم پشت دستم و آهی از سر حسرت کشیدم. حتی همین حالا که می‌نویسم بغض کرده‌ام. چهره‌ی مهربان حاجی آمده جلوی چشمم و صدای آرامش پیچیده توی گوشم. از شما چه پنهان، حاجی شبیه پدر بزرگ خدایا مرزم بود و مرا یاد او هم می‌انداخت. حقیقتاً آسایشگاه با همه خوشی‌ها و ناخوشی‌هایش یک خانه‌ی بزرگ است و همه، یک خانواده‌ایم. هر عزیز که از جمع ما کم می‌شود، جای خالی‌اش را در دلمان به جا می‌گذارد و تنها دلخوشی‌مان می‌شود مرور خاطراتش.

احتمالاً این مجله و مطالبش سال نو به دست شما می‌رسد و ماه رمضان هم خیلی نزدیک است. یادش بخیر! چه سحرها و افطاری‌هایی که حاجی و همکارانش با مواد غذایی اهدایی مردم عزیز، برای بچه‌ها، سحری و افطار آماده می‌کردند. برای خیلی از بچه‌ها هم که شرایط روزه نداشتند، حاجی با دهان روزه، تشنه و عرق‌ریزان، روی دیگ‌های بزرگ، ملاقه و آبگردان می‌چرخاند تا غذای‌شان به موقع آماده شود. حقیقتاً فکرش را که می‌کنم هر روز برای پانصد، ششصد نفر، صبحانه و نهار و شام آماده کردن، کار خیلی سختی ست که عشقی بزرگ می‌خواهد. حاجی همه‌ی بچه‌های آسایشگاه را مثل بچه‌خودش دوست داشت. من تازه فهمیدم که حاجی یک فرزند دارای معلولیت سی‌پی شدید داشت که از سال ۱۳۷۶ در آسایشگاه بستری شده بود. او هم متأسفانه چند وقت پیش از دنیا رفت. خانواده‌ی محترم صالحی، هزینه‌های مراسم این دو عزیز را به آسایشگاه هدیه کردند تا خرج زندگی و حیات بچه‌ها بشود. یک مراسم هم در آسایشگاه گرفتند تا دعای خیر بچه‌های آسایشگاه بدرقه‌ی راه سفر آخرت‌شان شود. خدا حاجی را رحمت کند... تا جایی که به یاد دارم، آدم بی‌حاشیه‌ای بود، من که غیر از خوبی از او ندیدم... باز هم دلم برایش تنگ خواهد شد. یاد خاطره‌ای افتادم که البته جزئیاتش را خیلی به یاد ندارم؛ با همکاران آسایشگاه، یک بار رفتیم طبیعت. فکر کنم کلا همان یکبار بود. رفته بودیم اخلمد یا همچین جایی... جای شما خالی خیلی خوش گذشت... موقع برگشتن، ماشین وسط یک رودخانه کم‌عمق نکه داشت و همکاران پیاده شدند و شروع کردند به آب‌بازی... حاجی بنده‌خدا را حسایی خیس کردند و هر کدام به سمتی فرار کردند. حاجی هم پاچه‌های شلوارش را بالا کشید و تا جایی که توانست دنبال‌شان دوید تا انتقام بگیرد، کلی خندیدیم، آخر سر، همه آب‌کشیده، سوار ماشین شدیم. حاجی با لباس خیس صندلی جلوی مینی‌بوس نشست و باد به موهای صافش می‌خورد... زل زده بود به جاده و روبرو را نگاه می‌کرد... آهی کشید و جمله‌ای گفت، که یادم نیست.

تکه‌های شادی

روایتی از حضور همدلانه جوانان نیکوکار

زهرا نقدبیشی

مادر بزرگم همیشه می‌گفت که دل آدم، دری دارد باید بازش کنی، به روی لبخندها. هر کدام از این درها یک کلید بیشتر ندارد. کلید دل آدم که دست خودش نیست، کلیدها را پخش کرده اند بین آدم‌ها و هرکس یکی برای خودش برداشته. می‌گفت بلند شو و بگرد بین کلید قلب چه کسی در دست توست و بین کلید قلب خودت کجاست؟؟ حال ما آمده‌ایم جایی که پر از آدم‌هایی است که گویی خدا خواسته کلید قلب آن‌ها در دست ما باشد و برعکس.

قبل از ورود و شروع کارمان به واکنش بعد از دیدن بچه‌های آسایشگاه فکر می‌کردم. تصور اینکه مددجویان چطور با ما برخورد خواهند کرد تمام ذهنم را درگیر کرده بود. اولین بار بود که معلولین را می‌دیدم.

با دیدن بچه‌ها و لبخند قشنگشان تمام دلهره‌های من به آرامش تبدیل شد. لبخندهایی از جنس صداقت، نگاه‌های مهربان، دل‌های سرشار از امید، پاهایی که توان حرکت نداشتند اما شوق حرکت داشتند. دیگر نگران نبودم. بیش از قبل انگیزه داشتم که به همراه دوستانم برای این فرشتگان، بر روی در و دیوار نقاشی کنم. گذر زمان را در کنارشان احساس نمی‌کردیم، فقط تنها به این می‌اندیشیدیم که حال دلشان را خوب کنیم. خنده‌هایشان به همه‌مان، امید و شور دو چندان می‌داد. فقط به خلق شادی فکر می‌کردم. هر روز را با عشق بیشتری می‌آمدیم. به نظرم می‌آمد این ماییم که در کالبدی از سلامت و تندرستی ناتوان هستیم. آدم‌هایی هستیم که لبخند زدن را فراموش کردیم. زیبایی‌های زندگی‌مان را نمی‌بینیم و مهمتر اینکه از یاد برده‌ایم لبخند هدیه بدهیم.

کاش آدم‌ها می‌دانستند که در هر دیدار یک تکه از احساس یکدیگر را با خود می‌برند. عده‌ای فقط غم‌هایشان را به یکدیگر هدیه می‌دهند و چه اندکند آدم‌های سخاوتمندی که پس از دیدار، تکه‌های شادی‌هایشان در مشت‌های دیگران جا می‌ماند. خدا را شاکرم که توفیق آمدن به این بهشت کوچک را به ما داد تا بتوانم لحظاتی را از خودمان بیرون بزنیم و بفهمیم به داشته‌هایی دل نبندیم که اگر ذره‌ای از آن، دردی از دردمندی را دوا نکند یا غمی را از قلبی نزداید به هیچ کار نخواهد خورد. حالا که کار تمام شده و به همراه دوستانم آسایشگاه را ترک می‌کنم، دلم تنگ می‌شود. دلتنگ دقایق و ساعاتی که آمدم نقش گل و سبزه بر در و دیوار بگشتم اما گل‌های زیباتری بر تمام وجودم نقش بست.

پس نیکی را بکار، بالای هر زمینی وزیر هر آسمانی. و تو نمی‌دانی کی و کجا آن را خواهی یافت... کار نیک هر جا کاشته شود به بار می‌نشیند. اثر زیبا باقی می‌ماند حتی اگر روزی صاحب اثر دیگر حضور نداشته باشد.

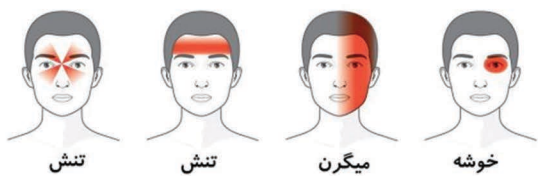




ورزش بر روی جسم و روحیه فرد بسیار تأثیر گذار است انجام ورزش صبحگاهی برای افراد زیادی کابوس است، زیرا برای آنها بیدار شدن در صبح زود و رفتن به باشگاه بسیار سخت است.



نوع سردرد



در این گزارش ۵ مورد از بهترین نوشیدنی‌ها برای تسکین درد میگرن و عدم نیاز به استفاده از داروهای مسکن بیان شده است.

- ۱ - آب ولرم
آب ولرم به بهبود جریان خون غنی از اکسیژن به تمام اندام‌های حیاتی بدن کمک می‌کند و این همان چیزی است که بیماران میگرنی به دلیل کمبود خون‌رسانی به مغز، اما به شرط خفیف بودن، به آن نیاز دارند.
- ۲ - ترکیب آب‌لیمو و عسل
آب‌لیمو علاوه بر اینکه حاوی مقدار زیادی ویتامین C است، خواص آنتی‌اکسیدانی و ضد التهابی دارد و ترکیب آن با عسل برای درمان میگرن موثر خواهد بود.
- ۳ - نوشیدنی نعناع
در معالجه میگرن می‌توان به موثر نوشیدنی نعناع اعتماد کرد، زیرا این نوشیدنی حاوی درصد بالایی از منتول است که به آرامش اعصاب و عضلات معده کمک می‌کند.
- ۴ - چای زنجبیل
چای زنجبیل به شل شدن رگ‌های خونی کمک می‌کند و جریان خون و اکسیژن به مغز را بهبود می‌بخشد. همچنین از نظر خاصیت ضد التهابی بسیار مفید است، بنابراین نوشیدنی مفیدی در درمان میگرن خواهد بود، به خصوص اگر ارزش غذایی آن با افزودن لیمو افزایش یابد.
- ۵ - شیر بادام
شیر بادام حاوی درصد بالایی از منیزیم است که کمبود آن در بدن منجر به میگرن و قرار گرفتن مداوم در معرض حملات میگرنی می‌شود. این نوع شیر حاوی مواد معدنی برابر با اثر اسپرین است که معمولاً برای تسکین میگرن استفاده می‌شود. البته خوردن چند عدد بادام خام هم در درمان میگرن موثر است.

منبع: باشگاه خبرنگاران

سر درد یکی از مشکلات شایع است که در جامعه، افراد بی‌شماری آن را تجربه می‌کنند. این بیماری ممکن است در فرد به صورت مزمن درآمده، علاوه بر آن می‌تواند به دلایل مختلفی ایجاد شود. بنابراین این مشکل می‌تواند بنا به علت خستگی‌های شدید باشد و یا در بعضی از افراد ممکن است مربوط به بیماری بزرگتری باشد.

میگرن چیست؟! میگرن بیماری مزمنی است که در بسیاری از افراد جامعه دیده می‌شود. این بیماری با نشانه‌های مختلف خود را نشان می‌دهد که مهم‌ترین آن سردرد است. علاوه بر موارد فوق، میگرن می‌تواند توسط نشانه‌های دیگری مانند اختلال در صحبت کردن، گرگرفتگی، اشکال در بینایی و احساس سوزن سوزن شدن بدن، بروز کند. به طور کلی افراد سردردهای میگرن را به صورت کوبیدن‌های ممتد و یا ضربان دار توصیف می‌کنند. علاوه بر این موارد این درد می‌تواند برای فرد حالت ناتوان کننده هم داشته باشد. در بعضی از افراد میگرن صورت مزمن و کسل کننده دارد که می‌تواند مانع از تمرکز در هنگام کار شود. سردردهای میگرنی معمولاً بر روی پیشانی روی می‌دهد. اما در برخی از افراد، زمانی که سردردها شدت پیدا می‌کنند، در دو سمت سر فرد مشاهده می‌شوند. میگرن و رواج آن در میان زنان در سال‌های اخیر یکی از نکاتی که درباره میگرن مورد توجه قرار می‌گرفت، ارتباط بین مادر بودن و سردردهای میگرن بود. برخی از پزشکان سردرد را به مادرانی که با خواب ناکافی، شیردهی دائم به نوزادان، کار و فعالیت زیاد و علائم و نشانه‌های سوء تغذیه مرتبط می‌ساختند. بنابراین در آن زمان بسیاری از پزشکان تعداد بسیاری زیادی از زنانی را که به میگرن مبتلا بودند مورد آزمایش و بررسی قرار دادند. متأسفانه امری که در زمان گذشته وجود داشت، این بود که زنانی که دچار سردردهای مکرر می‌شدند به علت‌های گوناگون مورد تمسخر دیگران واقع می‌شدند و علاوه بر آن سردرد برای آن‌ها حکم تابو را داشت. تاریخچه سردرد و میگرن که احتمالاً تا کنون توجهی به آن نکرده‌اید می‌تواند برایتان جالب باشد. عموماً سردرد یکی از مشکلاتی است که تعداد زیادی از افراد جامعه به آن مبتلا هستند. به این دلیل که سردرد می‌تواند علل مختلفی داشته باشد، در صورتی که نوع سردرد شما با میگرن متفاوت است و مدت زیادی برای شما مشکل آفرین بوده است، حتماً به پزشک مربوطه مراجعه کرده و از طریق آزمایش، علت آن را جویا شوید.

نکات ساده برای انجام ورزش‌های افراد ویلچرنشین

حرکت دادن عضلات بدن علاوه بر سلامتی بدن می‌تواند تا حد زیادی بر روی سلامت روان و کاهش تنش‌ها و اضطراب‌های روزانه تأثیر بگذارد. بنابراین، اهمیت انجام روزانه حرکات ورزشی به میزان معلولیت فرد ارتباطی نداشته و هر انسانی باید ورزش را در برنامه خود داشته باشد. برای انجام ورزش روزانه توجه داشته باشید که قبل از شروع، حتماً باید ۱۰ دقیقه بدن خود را گرم کنید و پس از انجام آن، ۱۰ دقیقه بدن خود را سرد کنید. از تمرینات ساده شروع کنید و ورزش‌های سخت‌تر را در نهایت انجام دهید.

ورزش‌های قدرتی برای افراد دارای معلولیت

ورزش‌های قدرتی شامل استفاده از وزنه‌های مختلف برای تقویت بازوها، استفاده از ویلچر و پیاده‌روی به وسیله آن و... شامل دمبل‌ها و وزنه‌های آزاد از انواع وسایل مورد استفاده برای ورزش‌های قدرتی است. برای انجام ورزش‌های قدرتی حتماً از وزنه‌های سبک‌تر شروع کنید و به تدریج میزان آن را افزایش دهید. برای انتخاب وزنه مناسب خود، دقت لازم را به خرج دهید. از انواع مزیت‌های ورزش‌های قدرتی، می‌توان به تقویت ماهیچه‌های بدن اشاره کرد. این کار باعث می‌شود انواع کارهای ساده و یا سنگینی که در طول روز مجبور به انجام دادن آن‌ها هستید، ساده‌تر انجام شود. هل دادن و استفاده از صندلی چرخدار برای شما با انجام حرکات ورزشی قدرتی بسیار ساده‌تر خواهد بود.

تمرین‌های مقاومتی برای افراد دارای معلولیت

انواع ورزش‌های مقاومتی با استفاده از وسایل کششی انجام می‌شود. از انواع این وسایل، باندهای پلاستیکی هستند که می‌توانید به وسیله آن‌ها و ثابت کردن آن‌ها به کمک صندلی چرخدار، به کشش و ورزش دادن بازوهایتان بپردازید. انجام این ورزش‌ها برای افراد دارای معلولیت باعث تقویت ماهیچه‌ها و عضلات بدن شده و به تناسب اندام آن‌ها کمک می‌کند.

برخی از تمرینات خاص برای افراد دارای معلولیت و ویلچرنشین

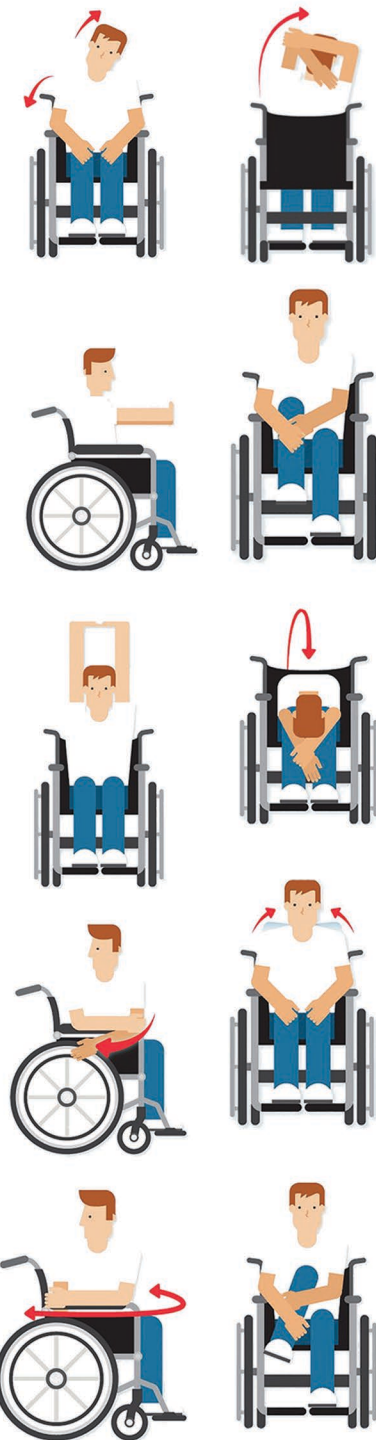
گردن خود را به سمت پایین بپرسید و به وسیله دست‌ها، ساق پایتان را محکم بگیرید. چند دقیقه در همین حالت بمانید و سپس آزاد شوید. این حرکت کششی را چند بار در طول روز انجام دهید. انجام این ورزش به تقویت عضلات کمر و گردن کمک می‌کند. کف دست‌هایتان را به هم متصل کرده و به سمت بالا سوق دهید. کمر خود را صاف بر پشت ویلچر تکیه داده و گردنتان را رو به جلو قرار دهید. چند دقیقه دست‌هایتان را در بالای سر خود به صورت کشیده نگه دارید و سپس رها کنید. این حرکت را چند بار در طول روز انجام دهید. انجام این تمرین به تقویت بازوها کمک می‌کند.

دست‌هایتان را به پشت سر بپرسید و با دست چپ آرنج دست راست را بگیرید. سعی کنید هنگام قرار گرفتن در این حالت، به کشش آرنج‌تان بپردازید و کمی کشیدگی در این ناحیه احساس کنید. چند دقیقه به این حالت بمانید و سپس رها کرده و همین حرکت را برای دست دیگر امتحان کنید. می‌توانید هنگام انجام این حرکت کمی به سمت چپ مایل شوید که در پهلو سمت راست بدن خود کشش را حس کنید. پس از انجام این حرکت، طرف مقابل بدن خود را نیز به همین صورت به سمت دیگر مایل کنید. انجام این حرکت باعث تقویت عضلات پهلو، گردن و بازوها می‌شود.

توصیه‌هایی به افراد ویلچرنشین در خصوص انجام تمرینات ورزشی

هنگام شروع برنامه ورزشی روزانه خود، بهتر است که به تغییر رژیم غذایی خود نیز بپردازید. برنامه غذایی خود را متناسب با انجام ورزش‌های خود بچینید. برای انجام ورزش‌های خود لزوماً نیازی به خرید وسایل گران‌قیمت ورزشی نیست. با استفاده از وسایلی که در خانه دارید می‌توانید ورزش‌های بسیار ساده‌ای را انجام دهید. سعی کنید از ورزش‌های سنگین برای شروع، استفاده نکنید و ورزش‌ها را به مرور بیشتر کنید. زمان استراحت کافی بین تمرینات قرار دهید. رانندگی ویلچر در طول روز می‌تواند ورزش مناسبی برای تقویت عضلات دست باشند. بنابراین حتی روزهایی که مجبور به ماندن در خانه هستید، می‌توانید با استفاده از صندلی چرخدار خود و رانندگی سریع آن به تقویت عضلات خود کمک کنید.

منبع: www.irisfd.ir





گیاه زاموفیلیا در عامیانه مشهور به گیاهی است که از بین بردن آن، به مراتب سخت‌تر از نگهداری آن است این گیاه دارای غده یا ریزوم است. و می‌تواند، آب رادر خود به مدت طولانی ذخیره کند و با نور کم نیز سازگار است پس خرید زاموفیلیا را به کسانی که دنبال گیاهان مقاوم هستند، محیط زندگی‌شان بی‌نور یا کم نور می‌باشد و یا در نگهداری گل و گیاه مبتدی هستند توصیه می‌شود در سایه و یا نور مصنوعی مانند لامپ، به خوبی دوام می‌آورد. پس بهتر است گیاه را در فاصله معین از پنجره ای قرار دهید که آفتاب اول صبح و یا آفتاب عصرگاهی که نور نسبتاً ملایمی است به گیاه بتابد بهتر است هر ۱۰ الی ۱۵ روز آن را آب دهید.

Zamofilia Flower



سبزی پلو بدون گوشت

سبزی گوشت یکی از خوشمزه‌ترین غذاهای ایرانی برای ناهار یا شام است.
مواد لازم: برنج خیس خورده : ۳ پیمانه سبزی، تره، جعفری، شوید، گشنیز، شنبلیله و سیر تازه، زعفران، به میزان دلخواه، زردچوبه، فلفل قرمز و نمک هرکدام یک قاشق چای خوری، روغن کنجد: به میزان لازم
دستور پخت:
 سه لیتر آب را با نمک کافی به جوش بیاورید و برنج را اضافه کنید تا بجوشد، پس از ۱۰ دقیقه سبزی را به آن اضافه کرده و پس از نرم شدن برنج، آن را آبکش کنید. مقداری روغن در قابلمه بریزید و مخلوط برنج و سبزی را به آن اضافه کنید، بگذارید بپزد تا دم بکشد. زعفران را در آب داغ حل کرده و بر روی سبزی پلو بریزید. (اگر زعفران را از قبل دم کنید بهتر و همچنین به صرفه‌تر است) سبزی پلوی شب عید آماده است، آن را در ظرفی بکشید و با ته دیگ تزئین کنید. برای ته دیگ می‌توانید از سیب زمینی یا نان استفاده نمایید.

اش ترش مازندرانی



مواد لازم برای تهیه آش ترش
 نخود نصف پیمانه/ لوبیا چیتی نصف پیمانه/ عدس نصف پیمانه/برنج نیم دانه ۱ پیمانه/سبزی آش ۵۰۰ گرم/ رب انار ۲ قاشق غذاخوری/شکر و پیاز داغ و سیر داغ به میزان لازم
طرز تهیه: از شب قبل نخود، لوبیا چیتی، عدس را در ظرف‌های جداگانه درون آب خیس کنیم و تا روز بعد چند بار آب آن‌ها را عوض کرده و بگذاریم خوب پخته شوند. که بتوان آن‌ها را به راحتی با دست له کرد. در این مرحله سبزی‌ها را شسته و ریز خرد می‌کنیم. برنج نیم دانه را از قبل خیس می‌کنیم و می‌جوشانیم. پس از حدود ۱۵ دقیقه حبوبات را و سپس سبزی را هم به آن اضافه می‌کنیم. سیرها را با مقداری نمک درون روغن تفت می‌دهیم تا طلایی شده و تبدیل به سیر داغ شود. وقتی آش، جا افتاد چند قاشق شکر و مقداری رب انار و نصف سیر داغ‌ها را اضافه می‌کنیم و اجازه می‌دهیم ۱۵ دقیقه دیگر بپزد. سپس آش را درون کاسه می‌کشیم و با نصف دیگ سیر داغ آن را تزئین می‌کنیم. توجه: میزان شکر و رب انار برای آش، ترش بستگی به سلیقه و طبع شما دارد و باید تا اندازه‌ای اضافه شود که آش طعم ترش و شیرینی داشته باشد.

Euphorbia Flower



روش نگهداری از کاکتوس افوربیا
 درخت مدادی افوربیا به نور خورشید علاقه دارد. پس اگر آن را دو متری یک پنجره نورگیر قرار دهید، حساسی لذت خواهد برد. بعضی از آن‌ها می‌توانند سایه جزئی را هم تحمل کنند.
 از آغاز بهار تا میانه پاییز هم می‌توانید گلدان را به بالکن و باغچه منتقل کنید، اما دقت داشته باشید که نور خورشید باعث سوختن برگ‌های افوربیا نشود. اگر احساس کردید نور خیلی تند و گرم است، مکان افوربیا را کمی تغییر دهید.

آداب هدیه دادن و هدیه گرفتن

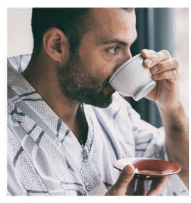
قیمت:
 در زمان هدیه دادن هیچ وقت در مورد قیمت آن صحبتی نکنید و اگر هدیه شما دارای برجسب قیمت می‌باشد از روی آن بردارید و همچنین در آن زمان درباره مشکلات مالی خود به هیچ وجه صحبت نکنید.
هدیه خود را مشخص کنید!
 اگر در جایی هستید که تعداد هدایا زیاد است می‌توانید جمله‌ای زیبا متناسب با دلیل هدیه دادن شما به همراه کاغذی که نام خود را را روی آن نوشته‌اید، روی هدیه بچسبانید. لطفاً با دو دست آن را هدیه بدهید و جملات کوتاه مثبت بگویید مثلاً تقدیم به همسر عزیز بهترین یار زندگی، تقدیم به شما پدر عزیزم که به وجودتان افتخار می‌کنم، تقدیم به بهترین همکارم، همکار عزیزم تولدت مبارک.
کاملاً کاربردی باشد!

هدیه‌ای انتخاب کنید که برای فرد کاربردی باشد و در روزمره بتواند از آن استفاده کند و اصلاً لازم هم نیست گران قیمت باشد و همین که به یادش بودید کافی است و او را خوشحال خواهد کرد مثلاً خودکار، لیوان و یا هر وسیله کاربردی دیگر... البته هدیه باید متناسب با نسبت فرد با شما باشد. قطع به یقین تهیه هدیه برای پدر، مادر، همسر، دوست و یا همکار می‌بایست با هم تفاوت‌هایی داشته باشد چه به لحاظ قیمت و چه به لحاظ نوع.
گروهی بگیرید
 اگر قرار هست برای مناسبتی برای مدیر یا کارمند خود هدیه‌ای بدهید و بودجه شما کم است و می‌خواهید کمتر خرج کنید، چه خوب است به صورت گروهی و با سایر همکاران خریداری شود که در نزد فرد هدیه گیرنده بهتر و بیشتر دیده می‌شود و در شأن وی باشد شما نیز در حد و اندازه خود برای خرید هدیه کمک کرده‌اید و خود را به زحمت نینداخته‌اید.
کمترین دغدغه را بوجود آور!
 سعی کنید هدیه‌ای را از لحاظ قیمت و کیفیت انتخاب کنید که اگر طرف مقابل خواست بعداً جبران کند، دغدغه‌ای از این لحاظ نداشته باشد و یا اگر توانایی جبران نداشت، خجالت بکشد.

لبخند و تشکر
 در زمانی که هدیه‌ای می‌گیرید لبخندی بر لب داشته باشید و همانجا و در حضور شخصی که هدیه داده است آن را باز کرده و حس خوشحالی خود را به زبان بیاورید. حتماً باید دلیل خوشحالی خود را در جملاتی بگویید و در اینجا ست که وقتی طرف مقابل حس کرد که هدیه‌اش واقعاً خوشحال کننده و مفید بوده است مثلاً اگر پیراهنی برای شما خریده است بگویید چه خوب اتفاقاً من خیلی وقت بود تصمیم گرفته بودم پیراهنی بخرم اما وقت نمی‌کردم و یا نمی‌دانستم چه پیراهنی بخرم و این دقیقاً رنگ و مدلی که می‌خواستم هست، از شما بسیار متشکرم.
 اگر کسی گل آورده باشد معمولاً آن را بلافاصله در آب قرار دهید و یا اگر هدایایی است که می‌توان در همان جلسه و یا مهمانی مثل شیرینی استفاده کرد را نیز می‌توانید بیاورید.
پرسیدن قیمت هدیه، هرگز!
 برخی ممکن است بلافاصله بعد از هدیه‌ای که گرفته‌اند در مورد قیمت آن سؤال کنند که این مورد نیز خلاف ادب می‌باشد.



میگن...



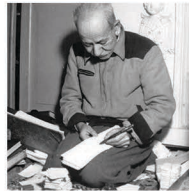
قابل توجه چای خورهای عزیز؛ زیاد چای نخورید چون خوردن چای به طور مداوم باعث خشکی روده و معده، خشکی سر و سرد شدن مغز، بیماری‌های کبدی، گرفتگی عضلات و کمبود آهن می‌شود.



میگن این غذاها برای کمردرد مفید نیست: سوپ، پاستا و لازانیا، نان، غذای خام، سیب زمینی، آش رشته، ماکارونی.



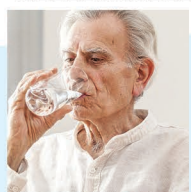
میگن اثر انگشت در رحم مادر شکل می‌گیرد! این برجستگی‌های پریپیچ و خم در اثر تماس دست جنین با دیواره رحم که اطرافش را فرا گرفته ایجاد می‌شود و به همین دلیل حتی برای دوقلوها یکسان نیست.



اواخر دوره قاجار قرار بود، علامه دهخدا اولین رئیس‌جمهور ایران شود؛ به همین دلیل مغضوب رضاشاه شد از سیاست دور شد و چهل سال از عمرش را صرف لغتنامه‌ای شصت و هفت هزار و دویست و شصت و پنج صفحه‌ای کرد.



میگن استرس اینگونه بدن را نابود می‌کند! وقتی دچار استرس می‌شوید کافی است مقداری آب خنک روی مچ دست و پشت لاله گوش بریزید؛ سرعت آرامش سراسر بدن‌تان را فرا خواهد گرفت.



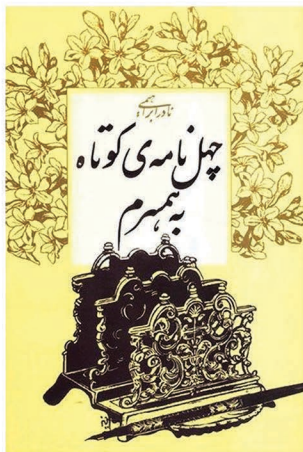
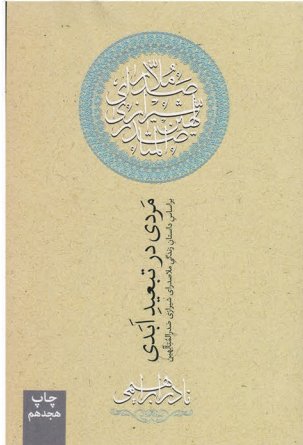
خوردن آب سرد بعد از غذا، مواد روغنی که در آن لحظه مصرف کرده‌اید را سفت و روند هضم غذا را کند می‌کند! این موضوع سبب گرفتگی رگ‌های قلب و بالا رفتن خطر سکته می‌شود.



میگن گروه خونی شما کدومه؟
 گروه O در معرض مشکلات گوارشی
 گروه A دارای سیستم بدنی حساس
 گروه B بیش از حد استرسی
 گروه AB دارای کمبود اسید معده



در روانشناسی، به دوستان بی‌معرفت اصطلاحاً "سایه" گفته می‌شود. زیرا در لحظات شاد و روشن زندگی هر فرد حضور دارند اما درست در ساعات غم انگیز و تاریک زندگی، محو و ناپدید می‌شوند!



نادر ابراهیمی

نویسنده کتاب کودک و نوجوان

نادر ابراهیمی متولد سال یک هزار و سیصد و پنجاه و دو است. وی از داستان نویسان معاصر است او تحصیلات خود را در دبیرستان دارالفنون به اتمام رساند و رشته حقوق را برای ادامه تحصیل انتخاب کرد اما این رشته چندین بار رو حیات او سازگار نبود. به همین دلیل تصمیم گرفت، حقوق را رها کند و رشته زبان و ادبیات انگلیسی را ادامه دهد.

نادر ابراهیمی به معنای واقعی کلمه، یک مرد همه فن حریف است. او آنقدر در مشاغل متعدد و متفاوت فعالیت داشته است که نمی توان همه آنها را به تفکیک توضیح داد. او که از زندگی پرماجریش لذت می برد تصمیم گرفت زندگی نامه خود را روایت کند. کتاب های "ابن مشغله و ابولمشاغل" شرح کاملی از زندگی و فعالیت های اوست. برای مثال او کارهای سخت و دشواری مانند کارگری در یک چاپخانه یا کشاورزی یا کارهای فرهنگی چون مترجمی و ویراستاری، فیلم سازی مستند، خطاطی و نقاشی را تجربه کرده است. نادر ابراهیمی کارنامه هنری پرباری دارد که می توان آن را به دسته های مختلفی تقسیم کرد. ادبیات کودک و نوجوان، ادبیات بزرگسال، فیلمنامه، ترجمه و نمایشنامه و حتی شاعری

او با سه گانه عاشقانه خود به ویژه کتاب "یک عاشقانه آرام" شناخته می شود، در حالیکه او بیش از ۳۰ جلد کتاب در زمینه های مختلف را به نگارش درآورده است. از نوشته های زیبای او "خانه ای در شب" است.

"مردی در تبعید آبدی" یکی دیگر از نوشته های شناخته شده نادر ابراهیمی است که سرگذشت ملاصدرا را به تصویر می کشد این اثر تاکنون ۱۱ بار تجدید چاپ داشته است. "یک عاشقانه آرام" با ۲۰ بار تجدید چاپ بار دیگر شهری که دوست می داشتیم "۲۵ بار تجدید چاپ و" چهل نامه کوتاه به همسر" با ۲۱ بار تجدید چاپ از برجسته ترین و پرفروش ترین آثار نادر ابراهیمی است. عشق در نوشته های نادر ابراهیمی بسیار لطیف و زیبا بیان می شود و از این جهت آثار او را متمایز می کند.

عمده فعالیت های فرهنگی نادر ابراهیمی در بخش کودک و نوجوان به چشم می خورد. او خالق بیش از ۵۰ اثر تالیفی برای کودک و نوجوانان است. او علاوه بر تالیف، دو کتاب "آدم آهی" و «از پنجره نگاه کن» را نیز ترجمه کرده است. نادر ابراهیمی یک هنرمند واقعی در خلق انواع محتوا محسوب می شود. او در کنار کار تالیف و ترجمه، به تصویرگری نیز پرداخته است و تصویرگر چندین کتاب مختلف کودک و نوجوان بوده است.

نادر ابراهیمی تنها به تالیف و ترجمه کتاب برای کودکان اکتفا نکرد. او با کمک همسرش یک موسسه همگام با کودک و نوجوان را تأسیس نمود. هدف اصلی این بنیاد، مطالعه مسائل مربوط به کودکان و پژوهش در باره رفتار و خلق و خوی کودکان روش های یادگیری آنها بود. علاوه بر آن این بنیاد فعالیت های زیادی در حیطه نگارش، چاپ و پخش کتاب، نقاشی، عکاسی داشته است.

بخشی از کتاب چهل نامه کوتاه به همسر

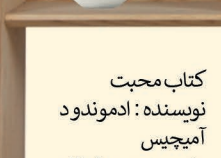
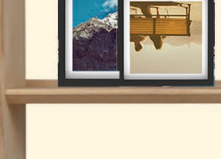
نمی شود که تو باشی من عاشق تو نباشم؛ نمی شود که تو باشی، درست همینطور که هستی، و من هزار بار بهتر از این باشم و باز هزار بار عاشق تو نباشم، نمی شود می دانم؛ نمی شود که بهار از تو سرسبزتر باشد. همسفر! در این راه طولانی که ما پی خیریم و چون باد می گذرد. بگنار خنده اختلاف همان با هم باقی بماند؛ خواهش می کنم! مخواه که یکی شویم، مطلقا. مخواه که هرچه تو دوست داری، من همان راه، به همان شلنت دوست داشته باشم. و هرچه من دوست دارم، به همان گونه مورد دوست داشتن تو نیز باشد. مخواه که هر دو یک آواز را ببندیم. یک ساز را، یک کتاب را، یک طعم را، یک رنگ را، و یک شیوه نگاه کردن را، مخواه که انتخابمان یکی باشد، سلیقه مان یکی و رویاهامان یکی. همسفر بودن و همهدف بودن، ابتدا به معنی شبیه بودن و شبیه شدن نیست، و شبیه شدن دال بر کمال نیست، بلکه دلیل توقف است.

همسر نادر ابراهیمی معتقد است زنی که نادر ابراهیمی در کتاب هایش همواره او را مورد ستایش قرار می دهد، او نیست. اگرچه ممکن است بخشی از او در شخصیت اصلی زن و بخشی از نادر در شخصیت اصلی مرد وجود داشته باشد اما آن ها تنها شخصیت داستانی هستند. همسر نادر ابراهیمی می گوید که او تنها در کتاب چهل نامه کوتاه به همسر مخاطب اصلی نادر ابراهیمی بوده است.

سرانجام زندگی پرفراز و نشیب نادر ابراهیمی در سال ۱۳۸۷ به پایان رسید. او پس از آنکه ۹ سال با بیماری لاعلاج خوددست و پنجه نرم کرد، سرانجام در سن ۷۳ سالگی دار فانی را وداع گفت



فیلم سینمایی تو میتونی پسرم:
علی یک ماهی گیر است که زندگی خود را وقف پسرش می کند. افه تنها پسر اوست پسر او با سایر بچه ها متفاوت است و نمی تواند با بقیه ارتباط برقرار کند. همانطور که علی سعی می کند با پسرش پیوند برقرار کند، او با بسیاری از موانع در ارتباط با او روبرو می شود و بزرگترین آرزوی علی این است که پسرش او را درک کند. این فیلم به کارگردانی بورا اگمن در سال ۲۰۱۸ ساخته شده است. این اثر در سایت بین المللی آی ام دی بی، امتیاز ۷ از ۱۰ را از آن خود کرده است. این فیلم محصول کشور ترکیه و در ژانر غم انگیز و بیوگرافی می باشد. در این اثر، عشق پدری دردمند به پسرش را خواهید دید که (بار خاطرات پدر، مادر و زنی که دوستش دارد را به دوش می کشد)، زندگی هر دوی آنها را رقم خواهد زد.



کتاب محبت / ادموندود آمیچیس ترجمه: بهمن فرزانه

بچه های یک مدرسه با همه مهربانی ها، تلاش ها و شیطنت هایشان گرد آمده اند تا ثابت کنند آن ها هم درست مثل آدم بزرگ ها نقش مهمی در زندگی دارند. پرداخت دقیق و آگاهی نویسنده از دنیای نوجوانان، رمان محبت را نه فقط به اثری جذاب که به رماتی جریان ساز بدل کرده است. محبت نخستین کتابی است که بهمن فرزانه، مترجم چیره دست ادبیات برای نوجوانان به فارسی برگردانده است.

سال تحصیلی با فاجعه ای آغاز شد. امروز صبح که داشتم با پدرم به طرف مدرسه می رفتم و جملات دیروز آقا معلم را برایش تعریف می کردم، ناگهان دیدیم که خیابان مملو از جمعیت است و همه دارند همدیگر را به سمت در ورودی مدرسه هل می دهند. پدرم یک مرتبه گفت: «حتما حادثه بدی رخ داده. سال تحصیلی دارد به نحو ناگواری آغاز می شود!» به زحمت موفق شدیم وارد مدرسه بشویم. سالن بزرگ طبقه همکف، مملو از والدین و شاگردانی بود که معلم ها نمی توانستند آن ها را به کلاس بکشند. همه آن ها سر خود را به طرف اتاق مدیر برگردانده بودند و می شنیدند که دارند می گویند: «بی چاره پسرک، حیوانی روباتی»، انتهای سالن شلوغ بود. از بالای سر بقیه، کلاه یک پاسبان و کله طاس آقای مدیر به چشم می خورد و بعد هم مردی وارد شد که یک کلاه بلند به سر داشت. و همگی گفتند: «آقای پزیشک است.» پدرم از یکی از معلم ها سؤال کرد: «چه اتفاقی رخ داده است؟»

او جواب داد: «چرخ از روی پای او رد شده» و یک نفر دیگر گفت: «پایش شکسته.» یکی از بچه های کلاس دوم بود که در عبور از خیابان «دوراگرسا» به طرف مدرسه می بیند که یک بچه ای که تازه به کلاس اول آمده است، یک مرتبه دست مادرش را ول می کند و می دود، وسط خیابان و درست جایی که تراموا عبور می کند به زمین می خورد. تراموا فقط چند قدم مانده بوده به او برسد و او را زیر کند که این پسرک با عجله هرچه تمام تر خودش را به بچه می رساند، چنگش می زند و به طرفی پرتش می کند و نجاتش می دهد، ولی دیگر مهلت نمی کند پای خود را عقب بکشد و چرخ تراموا پای او را زیر می گیرد. او پسر یک سروان ارتشی است. شما را دعوت می کنیم به مطالعه این کتاب. بخوانید و لذت ببرید.



کتاب محبت
نویسنده: ادموندود
آمیچیس
مترجم: بهمن فرزانه

تسلیت واژه کوچکی است برای ابراز همدردی در غم فراق عزیزانتان / عرض تسلیت حضور

نیکوکاران ارجمند

خانواده محترم گرایلی

خانواده محترم صالحی

خانواده محترم ملک زاده

جناب آقای مهندس محمد رضا خالق پناه

همکاران گرانقدر

جناب آقای جواد بهنام رئیس اداره بهزیستی مشهد

صادق محمدی

سید علی جمالی

پروانه میرشاهی

آرش خالق پناه

سید رضا موسوی

محمدعلی صادقی

درگذشت مددجویان عزیز

حیات کلالی، زهرا غزلی و محمد صالحی را به دیگر مددجویان و اهالی فیاض بخش تسلیت می‌گوییم

با احترام؛ تحریریه شوق حضور به نمایندگی از هیأت مدیره، مدیر عامل، کارکنان و فرزندان مؤسسه

روح عزیزان آسمانی را شاد کنیم

بابرگزاری مراسم یادبود در بهشت کوچک فیاض بخش؛ ضمن یاری در تأمین هزینه های سنگین مخارج زندگی، درمان، توانبخشی، تحصیل، اشتغال و رفاه ۵۵۰ مددجوی عزیز این خانه ثواب کار نیک خود را به روح عزیزان آسمانی هدیه نمایید

نیازهای ضروری

نیازهای فعلی		مصارف ماهانه	
السه و کفش مردانه	۲۰۰ دست	صابون مایع:	۱۰۰۰ لیتر
السه و کفش زنانه	۱۳۰ دست	چسب	۵ بسته
لباس بچه	۲۰۰ دست	چسب آژیوکت	۱۵ بسته ماهانه
دمپایی (مردانه، زنانه، بچگانه)	۵۲۰ عدد	چسب مشبک جهت زخم بستر	۸ رول
بلوز ورزشی	۲۵ دست	شامپو بچه	۲۲۰ لیتر
پارچه تریکو	۵۵۰ متر	شامپو بزرگسال	۵۰ لیتر
تی شرت و شلوار	از هر کدام ۵۲۰ عدد	سفره یک بار مصرف	۷۰ رول ماهانه
پارچه برزنت	۲ رول	حواله دستی	۱۰۰ عدد
کامپیوتر	۵ دستگاه	حواله حمام	۵۰۰ عدد
کمدکنار تخت	۳۱۰ عدد	مایع ظرفشویی	۳۰۰ لیتر
رنگ آمیزی سالن ها	۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	صابون حمام	۵۰۰ عدد
بازسازی تاسیسات	۷/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	پارچه ملحفه سفید	۶۰۰ متر
لوازم پزشکی	۱۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	خاکشیر	۴ کیلو
ویلچر ورزشی	۵ دستگاه	روغن زیتون	۳۰ کیلو
مشمع بیمارستانی	۲۰ رول	قاشق کوچک	۳۰۰ عدد
پتویک نفره	۳۰۰ تخته	سر شیشه شیر	۳۰۰ عدد
متقال متخلخل حمام	۴۵ عدد	حلوایکنفره	۳۰۰۰ عدد
پوشک ایزی لایف	۳۰۰ بسته	دستکش یکبار مصرف	۱۰۰۰ بسته
گاز جهت پانسمان	۳۵ کیلو	دارو	۳۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
پارچه متقال	۱۰۰۰ متر	پیاز	۶۰۰ کیلو
		سرلاک	۲۲۰ قوطی
		برنج	۲۷۰۰ کیلو
		رب	۴۵۰ قوطی
		روغن	۶۰۰ کیلو
		چای	۱۰۰ کیلو
		مرغ	۸۵۰ کیلو
		گوشت قرمز	۳۵۰ کیلو
		گوشت ماهی	۲۵۰ کیلو
		قند	۸۵۰ کیلو
		شکر	۲۵۰ کیلو
		حبوبات	۴۵۰ کیلو
		انواع سبزیجات	۸۰۰ کیلو
		پنیر	۲۵۰ کیلو
		شیر پاکتی	۳۰۰۰ عدد
		کره ۱۵ گرمی	۳۰۰۰ عدد
		ماست تازه	۱۵۰۰ کیلو
		ماست چکیده	۴۲۰ کیلو
		تخم مرغ	۴۵۰ کیلو
		عسل	۴۰ کیلو

کمک به دیگران را دست کم نگیرید... که این نعمت و توفیق بزرگی است از سوی خداوند مهربان

راهی نو برای ابراز همدردی

شما عزیزانی که می‌خواهید با ابراز همدردی درکنار صاحبان عزا باشید، می‌توانید با سفارش استند تسلیت که روی آن درج شده است: هزینه‌ی تاج گل به خیریه شهید فیاض بخش اهداء گردیده است، هم خود، هم صاحبان عزا و هم عزیز آسمانی رادرکار نیک سهیم نمایید.



www.Pay.fbrc.ir





۱- کسی که نمی تواند وضو بگیرد وظیفه اش چیست ؟

همه مراجع به جز سیستانی : باید به کمک دیگری وضو بگیرد که او را وضو دهد.

سیستانی: باید از دیگری کمک بگیرد و هرچند شستن و مسح کشیدن با مشارکت هردو باشد.

۲- کسی که نمی تواند وضو بگیرد و اگر بخواهد نایب بگیرد که او را وضو دهد چگونه باید او را وضو دهد.

امام خمینی، بهجت، تبریزی، خوبی، زنجانی، سیستانی، صافی، فاضل، گلپایگانی، مکارم، نوری:

باید خود او نیت وضو کند و با دست خود مسح نماید و اگر نمی تواند باید نایبش دست او را بگیرد به محل مسح او بکشد و اگر این هم ممکن نیست باید از دست او رطوبت بگیرند و با آن رطوبت، سر و پای او را مسح کنند و احتیاط واجب در صورت امکان تیمم هم بکنند.

۳- در صورتی که نتواند وضو بگیرد وظیفه اش نایب گرفتن است، چه کسی باید نیت کند؟

امام خمینی، بهجت، تبریزی، خوبی، زنجانی، صافی، گلپایگانی، مکارم، نوری: خود او نیت وضو کند

سیستانی، فاضل: احتیاط واجب آن است که خود او و نایب او هردو نیت وضو کنند.

۱- توضیح المسائل مراجع، ص ۱۷۴، م ۲۸۶

۲- توضیح المسائل مراجع، ص ۱۷۴ م ۲۸۶

۳- توضیح المسائل مراجع، ج ۱، صفحه ۱۷۴ م ۲۸۶

منبع: کتاب احکام شرعی ویژه کودکان و دانش آموزان استثنایی

* جهت رعایت اختصار از آوردن القاب و عناوین مراجع معظم تقلید، خودداری شده است.

انس با قرآن

چهارشنبه شب ها، مسجد آسایشگاه حال و هوای دیگری دارد. در این شب محفل انس با قرآن با هدف آشنایی مددجویان با آموزه های قرآنی و همچنین روان خوانی و قرائت صحیح قرآن برگزار می گردد. مراسم دعای کمیل و دعای توسل نیز از دیگر برنامه های مذهبی است که در طول هفته در مسجد آسایشگاه برگزار می گردد.



نیوکاران عزیز و مهربان روز و روزگارتان بهاری

برایمان دعای کنیم؛

برای شمانی که از مهربانی آفریده شده اید...

برای شمانی که با هر قدمتان شور و شوق زندگی می آفرینید...

برای شمانی که برای بهتر شدن زندگی پانصد و پنجاه

فرشته این خانه، عاشقانه حکم می نمایید.

بارش باران و رویش هر سگوفه ای یادشماراد دلمان زنده می کند.

ممنون که سادی رابه خانه مان آوردید.

سپاس که بانی افطار و سحر روزه ایمان شدید.

قدردان مهربانی پیمان شما

در ادای فطریه، کفاره، وجوهات شرعی و هدایای ارزشمندتان، مستقیم
و آرزوی کنیم یک ماه روزه داری و عباداتتان، مورد قبول خداوند بخشنده قرار گیرد.

تحریریه شوق حضور به نمایندگی از هیأت امناء، هیأت مدیره، مدیرعامل و دیگر دست اندرکاران مؤسسه



Fayyazbakhsh

The life story of all those who have entered this resort has a common idea, called altruism. More than fifty years ago, Dr.Mohammad Arastoopour and Abdullah Honari and their friends established this shelter. The tale was about giving shelter to the derelicts; reaching that purpose needed a peerless idea and strong will. Then, they thought to provide a better life for the disabled.

Arastoopour and Honari constructed a building, including some dormitories and a tiny administrative department. While in the building was opening, Honari had,1972 passed away.

Activities, services, and a short report:

- * The management system is based on a board of trustees
 - * Donations and peoples aid provide budgets and expenses
 - * Monthly expenses of about 150,000 dollars
 - * As the construction is old rebuilding is on going
1. 24, hour services for 550 disabled
 2. daily service for 1200 disabled who don't live in the center including men and women: both infant and elder
 3. rehabilitation:
 - a. physiotherapy
 - b. occupational therapy
 - c. speech therapy
 - d. psychology
 - e. hydrotherapy
 4. educational
 5. arts and cultural activities
 6. dental services
 7. skill training
 8. sports activities



**Kindness is the light
that dissolves all
walls between
families and nations**

الَّذِينَ يُتَّقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَافِئِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

سوره آل عمران آیه ۱۳۴

- * دار لرعاية المعاقين شهيد فياض بخش (عبدا... هنرى) مشهد في لمحة
- قطعة أرض من مدينة الجنة، في بلد إيران، أرض الشمس هي مأمّن و بيت دافى للملائكة الارضية و بغير مأمّن. املمهم بعدا... و امام الرثوف، امام الرضا (عليه السلام) يكون محسنين و حبههم و حنانهم مشمول ۵۵۰ معاق في هذه المعهد.
- * ۱-تأسست هذه المؤسسة الخيرية في عام: ۱۳۵۰
- * ۲-عدد المعوقين: ۵۵۰ معاق الجسديا و خدمة شهرية لـ ۱۲۰۰ معاق خارج من هذه المؤسسة
- * ۳-الجنس: للرجال و للنساء
- * ۴-العمر: من الرضيع الى المسنين
- * ۵-الخدمات التي تقدمها هذه المؤسسة الخيرية: الخدمات الطبية / الخدمات النفسية / الخدمات الاجتماعية / الخدمات التربوية / الخدمات العلاج بالعلم / الخدمات العلاج الطبيعي / الخدمات التعليمي (من مرحلة الابتدائية الى الجامعية)
- * ۶-العمالون: المدير العام / ناظر / طبيبة / رئيس ممرضات / ممرضة مسنولة / مدرسات / أخصائية نفسية / اخصائية اجتماعية / اخصائية العلاج الطبيعي / أخصائية العلاج بالعمل / أخصائية العلاج بالنطق / أخصائية تغذية / محاسب عمال التنظيف / عمال الغسيل / فنيون / الطباقون
- * ۷-نوع الادارة المعهد و التمويل و المصروفات : مجلس الأمناء و بمساعدة الناس و المحسنين.
- * ۸-المصاريف الشهرية للمؤسسة: ۷مليارات تومان
- * ۹-تكاليف الصيانة الشهرية لكل معوق: ۷ ملايين تومان
- * ۱۰-النشاط التطوعي و المتطوعون:
- الف: النشاط الطبي / ب: النشاط التعليمي / ج: النشاط الاجتماعي / د: النشاط الترفيهي / ه: النشاط الرياضية / و: النشاط الثقافية / ز: النشاط الدينية
- وفي الختام: نظرا لحقيقة أن بناء هذه المؤسسة مستهلك، فانا نعيد بناء المبنى و نحتاج الى مساعدة اهل الخير
- رقم حساب المصرفية: ۳۳۰۰۰۳۵۰/۷۰ رقم البطاقة المصرفية: ۶۱۰۴۳۳۷۷۷۰۰۷۹۲۰۸
- عنوان: مشهد المقدسة، ساحة شهيد فهميده، دار لرعاية المعاقين شهيد فياض بخش (عبدا... هنرى)
- الهواتف: + ۹۸۵۱۳۶۵۸۲۱۸۴



MULTICAFÉ

صنایع قهوه پارت سازان اولین و تنها تولیدکننده قهوه فوری در ایران
Part Sazan Coffee company is the one and only instant coffee producer in Iran

سال نو مبارک

WWW.BEHRANFILTER.COM

خلاق

دانش بنیان

پیشرو



Behran Filter
manufacturing and
industrial company

98-9155389257



شرکت تولیدی و صنعتی بهران فیلتر

اولین تولید کننده فیلترهای نانو در کشور



بیمارستان ناظران

انجمن خیریه حمایت
از بیماران سرطانی مشهد



دارای درجه يك اعتباربخشی کشوری

خدمات بیمارستان ناظران:

- جراحی های تخصصی سرطان
- جراحی های عمومی، ارتوپدی، اورولوژی، توراکس، لاپاراتومی، لاپاراسکوپی، سنگ شکن و لیزر، عمل های زنان (به جز سزارین) و گوش و حلق و بینی و مغز و اعصاب
- بخش های بستری جراحی، داخلی، هماتولوژی، کودکان
- تصویربرداری و آزمایشگاه مجهز به:
 - ▶ دستگاه فرورن برای تشخیص بافت سرطانی
 - ▶ اسکنر اسلاید پاتولوژی برای انجام پاتولوژی دیجیتال
 - ▶ دستگاه Real Time PCR برای تشخیص تغییرات ژنتیکی سرطان ها و تعیین نوع درمان
 - ▶ سی تی اسکن 4D با دز جذبی پایین
 - ▶ ماموگرافی سه بعدی دیجیتال
 - ▶ ام آر آی باز
- رادیوتراپی و پزشکی هسته ای

☎ ۰۵۱-۳۵۰۰۶۰۰۰	📍 قاسم آباد، شریعتی ۴۷
📷 nazeran.hospital	🌐 www.noh.ir

