

فاطمه بیگم روح الامینی، بانوی پژوهشگر کرمانی:

با خواست زنان هرکاری امکان پذیر است





نابودی مشاغل آنلاین در سایه فیلترینگ

-مهشاد عسکری-

برقراری عدالت جنسیتی و فراهم نمودن بستر مناسب برای کسب و کار از وظایف اصلی دولت های بشمار می‌آید. به نظر می‌رسد با توجه به افزایش افسارگریخته قیمت‌ها، بسیاری از صاحبان کسب و کار به منظور صرف‌جویی در هزینه‌ها مجبور به کوچ اجباری به فضای مجازی شده‌اند. به طور کلی کاسبان فضای مجازی به سه دسته کلی تقسیم میشوند.

گروه اول مغازه‌دارانی هستند که به منظور جذب مشتریان از جغرافیای گسترده‌تری اقدام به فروش آنلاین کرده‌اند.

گروه دوم کاسبانی هستند که پرداخت هزینه‌های مربوط به اجاره و دیگر هزینه‌های جاری، آنها را مجبور به فروش بر بستر وب کرده است.

گروه سوم بیشتر شامل بانوانی می‌شود که به منظور تامین هزینه‌های فردی با سود حداقلی و برخورداری از شرایط فریلنسری (خودکارفرمایی) به ارائه خدمات و فروش بر بستر آنلاین روی آورده‌اند. به جز مورد اول که منبع درآمد مشخصی دارند؛ تامین هزینه‌های دو گروه دیگر به طور کامل وابسته به اینترنت و پلتفرم‌هایی است که سال‌ها در میان مردم مقبولیت کسب کرده‌اند. تجربه ثابت کرده است جابجایی به شبکه‌های اجتماعی ایرانی، با توجه به جامعه آماری کمی که دارند به هیچ عنوان منطقی به نظر نمی‌رسد. محدودیت شبکه‌های اجتماعی و به طور مشخص اینستاگرام که بیشترین فروش آنلاین را به خود اختصاص داده است، بسیاری از کسب و کارها را به نابودی کشانده است. با توجه به اینکه ایجاد اشتغال از دغدغه‌های اصلی هر دولت بشمار می‌آید؛ از بین بردن بسیاری از مشاغل این بستر پسندیده به نظر نمی‌رسد.

- ۲ / نابودی مشاغل آنلاین در سایه فیلترینگ
- ۳ / معرفی کتاب نوجوان / ماهی سیاه کوچولو
- ۳ / معرفی کتاب بزرگسال / سرگذشت ندیمه
- ۳ / معرفی سریال / سرگذشته ندیمه
- ۴ / آفتاب؛ امیدبخش کودکان کار کرمان
- ۵ / فرهنگ عمومی؛ نماد هویت یک جامعه است
- ۶ / جذب مواد معدنی در بدن را افزایش دهید
- ۶ / مکمل‌های خانگی برای درمان آنفلوآنزا
- ۷ / زنان ایرانی درگذر از واژه ناموس به هویت جنسیتی
- ۸ / با خواست زنان هر کاری امکان‌پذیر است
- ۱۰ / اولویت ما ایجاد اشتغال پایدار است
- ۱۱ / آمیزه‌ای از هنر و زیبایی
- ۱۲ / مردی با عینک‌های گرد
- ۱۳ / «ذره‌بین» جستجوگر ایرانی جایگزین گوگل می‌شود
- ۱۳ / تشریح پیشرفت حوزه‌های مختلف در زمینه بانوان
- ۱۴ / زن در چه شرایطی می‌تواند درخواست طلاق دهد
- ۱۵ / اشتباهات تکراری، نتیجه تفکرات تکراری
- ۱۶ / حقوق نانوشته زنان در اجتماع کدامند؟
- ۱۷ / دختران بوکسر ایرانی منتظر بمانند
- ۱۸ / زیبایی‌خانه به کمک گیاهان آرامش‌بخش
- ۱۸ / آشنایی با سبک‌های مختلف دکوراسیون داخلی
- ۱۹ / درست بنویسیم / نقطه ویرگول
- ۲۰ / درک متقابل کلید طایبی زندگی مشترک
- ۲۰ / بچه‌ها را به غذاهای دریای علاقه‌مند کنیم
- ۲۱ / گسترش فرهنگ کتابخوانی از کودکی
- ۲۲ / استارت‌آپ‌های افسانه‌ای زنان
- ۲۳ / مدیریت منابع انسانی و اهمیت آن در کسب‌وکار
- ۲۴ / عربستان سعودی از اعزام فضانورد زن به فضا خبر داد
- ۲۴ / هیچ ممنوعیتی برای پذیرش دختران در هتل‌ها وجود ندارد

معرفی سریال

سرگذشته ندیمه



سریال Handmaid's Tale بر اساس داستانی با همین نام از «مارگارت اتوود» ساخته شده است. کتاب مارگارت اتوود در ایران با نام «سرگذشت ندیمه» ترجمه شده است. سرگذشت ندیمه در سال ۱۹۸۵ منتشر شد و پس از آن با استقبال زیادی روبرو شد و به اغلب زبان‌ها برگردان شد. اولین اقتباس از این اثر فیلم سینمایی‌ای بود که در سال ۱۹۹۰ به نمایش درآمد. معمولاً سریال‌هایی که بر اساس یک رمان ساخته می‌شوند از داستان و پایه قوی‌تری برخوردارند. کارگردان به داستان اتوود وفادار است و جز تغییرات جزئی، تفاوت چندانی میان دو قصه نمی‌بینیم. عمده این تفاوت به پایان‌بندی داستان برمی‌گردد. هوشمندی اتوود در قابل باور ساختن ایجاد ذره ذره این شکاف با وجود قدرت مطلق سران و سرکوب حداکثری ندیمه‌ها و زنان ستودنی است. اتوود در مصاحبه‌هایش درباره خلق چنین دنیایی گفته که جوامع سیاست‌زده با افکار تمامیت‌خواه که اغلب زنان را در حاشیه می‌گذارند الهام‌بخش و الگوی او برای خلق دنیایی بوده که سرگذشت ندیمه را در آن روایت می‌کند. سرگذشت ندیمه یک جامعه تئوریک زده و ضد آرمانی را برای مخاطبش ترسیم می‌کند زمان داستان چندین سال بعد را متصور شده است زمانی که فرزندآوری بسیار سخت و نوع بشر در حال نابودی است. یک دنیای آخرالزمانی نه‌چندان دور.

الیزابت ماس برای بازی در سریال سرگذشت ندیمه موفق به دریافت عنوان بهترین بازیگر زن سریال درام در مراسم امی ۲۰۱۷ شد.

این کتاب آشنا می‌شدم. در این صفحه سعی می‌کنم تا کتاب‌های که خواندم و فیلم‌هایی که دیدم و ارزش محتوایی خاصی دارند با شما به اشتراک بذارم. نظرات و پیشنهاد کتاب خودتان را از طریق پیج نشریه با من به اشتراک بگذارید، بی‌صبرانه منتظرم.

من فاطمه کاظمی هستم، کتاب و کتابخوانی و البته فیلم دیدن را خیلی دوست دارم. بسیار پیش آمده که راجع به موضوعی نیاز به کمک تخصصی داشته‌م و همیشه اولین انتخابم مطالعه کتاب بوده است. بارها کتابی مطالعه کردم که افسوس خوردم کاش زودتر با



در ایتالیا شد و در سال ۱۹۶۹ دیپلم افتخار جایزه‌ی دوسالانه براتیسلاوا چک اسلواکی برای تصویرگری را دریافت کرد. این کتاب به بسیاری از زبان‌های دنیا ترجمه شده است. صمد بهرنگی در این کتاب به ما نشان می‌دهد که هرگز نباید کسی که موجب آگاهی و دانش ما شده را فراموش کنیم. او در این کتاب قدرت عشق به هم‌نوع و نوع‌دوستی را در قالب یک داستان کودکانه ولی عمیق نشان می‌دهد.

مهم و سرنوشت ساز صحبت می‌کند. خواندن این کتاب برای نوجوانان می‌تواند بسیار ثمربخش و تاثیرگذار باشد. ماهی سیاه کوچولو از مجموعه داستان‌های کودکان نوشته‌ی صمد بهرنگی است. او این کتاب را در زمستان سال ۱۳۴۶ نوشت و انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان برای اولین بار آن را در سال ۱۳۴۷ با تصویرگری آقای فرشید مثقالی منتشر کرد. قصه ماهی سیاه کوچولو سفری دور و دراز را با برای به دست آوردن تجربه‌های متفاوت و برای رسیدن به رهایی شروع می‌کند. کتاب ماهی سیاه کوچولو در سال ۱۳۴۷ کتاب برگزیده سال شد. این کتاب هم‌چنین برنده‌ی جایزه‌ی ششمین نمایشگاه کتاب کودک

کتاب نوجوان

ماهی سیاه کوچولو اثر صمد بهرنگی را می‌توان یکی از تاثیرگذارترین کتاب‌های انگیزشی ایران تلقی کرد. البته این کتاب جایگاه ویژه‌ای هم در بهترین رمان‌های فارسی دارد. ماهی سیاه کوچولو کتاب کم حجمی درباره‌ی ماهی است که همراه با خانواده و دیگر ماهی‌ها در جویباری زندگی می‌کنند. و در راه رسیدن به دریا هم شجاعت دارد و هم فداکاری. او هم می‌آموزد و هم به دیگران یاد می‌دهد. اما این ماهی سیاه کوچولو در ذهنش روایای دیدن اقیانوس را می‌پروراند. او روزی تصمیم می‌گیرد به دنبال رویایش پا به مسیری ناشناخته و سخت بگذارد. صمد بهرنگی با نثری ساده و جذاب از تصمیم‌های



تتها به باروری آن‌هاست. افراد سال‌های پیش را به خاطر دارد آن روزها که شغلی داشت و درآمدی، و از حق آموختن بهره‌مند بود. ولی حالا همه چیز بر باد رفته. همان‌طور که می‌دانید براساس این کتاب فیلم و سریال نیز ساخته شده است. سریال سرگذشت ندیمه از جمله بهترین سریال‌هایی است که براساس این کتاب ساخته شده است. البته پیشنهاد ما این است اول کتاب سرگذشته ندیمه را بخوانید و سپس به سراغ سریال آن بروید.

ندیمه از زبان «افرد» - شخصیت اصلی - روایت می‌شود. ندیمه‌ای که تلاش دارد علی‌رغم همه سختی‌ها خودش را، خاطراتش را و مهمتر از همه هویتش را از دست ندهد. «افرد» خاطراتش را که کار راحتی نیست می‌نویسد و در این میان درباره زندگی گذشته و خانواده‌اش هم می‌نویسد. هم‌چنین درباره زمانی که حکومت جلید شکل گرفت. در پشت جلد کتاب نیز خلاصه‌ای از داستان رمان سرگذشت ندیمه آمده است که چنین است: افرد ندیمه‌ای است در حکومت تئوکراتیک جلید. او اجازه دارد روزی یک بار برای خرید در بازار از خانه فرمانده و همسرش خارج شود، بازاری که در آن تصاویر جای کلمات را گرفته‌اند، زیرازنان دیگر حق خواندن ندارند. در عصری که زاد و ولد کاهش پیدا کرده، ارزش افراد و سایر ندیمه‌ها

معرفی کتاب بزرگسال سرگذشت ندیمه

نام نویسنده: مارگارت اتوود
مترجم: سعید شمی

کتاب سرگذشت ندیمه اثر مارگارت اتوود نویسنده کانادایی است که در سال ۱۹۸۵ منتشر شد. این کتاب جایزه «من بوکر» را برای نویسنده به همراه داشت. این کتاب یک ویران‌شهر، یک جامعه پاد - آرمانی به تصویر میکشد. در جامعه پاد - آرمانی کتاب که روی زنان تمرکز دارد، آن‌ها هیچ حق و حقوقی ندارند. البته نه همه زن‌ها، سخت‌گیری غیرقابل تصور فقط برای ندیمه‌هاست. ندیمه‌هایی که چیزی به نام آزادی فردی برای آنان تعریف نشده است. مدام تحت نظر هستند، نوشتن و یا خواندن قذغ است، حق مالکیت و یا حرف زدن برای آن‌ها وجود ندارد. داستان رمان سرگذشت

آفتاب؛ امیدبخش کودکان کار کرمان



دستورکار موسسه قرارداد.

این موسسه با شعار "تبعیض در آموزش فقر را برای کودکان همیشگی میکند، برای آنها امکان آموزش فراهم آوریم" همواره در تلاش بوده تا با بسط و گسترش خدمات خود تعداد بیشتری کودک را از خدمات آموزشی بهره مند سازد و زمینه را برای کشف و پرورش استعداد آنها فراهم آورد چرا که آموزش و رشد حق همه ی کودکان است. موسسه بچه‌های آفتاب همواره با آموزش و مهارت آموزی به افراد تحت پوشش خود سعی در بالا بردن کیفیت زندگی این افراد دارد. کم شدن دغدغه های زندگی باعث میشود کودکان مجبور به کار به منظور تامین بخشی از هزینه‌های زندگی نباشند. تحقق بخشیدن به این اهداف نیازمند توجه و کمک همه اقشار جامعه میباشد، علاوه بر اینکه تمام افراد در قبال هم مسول میباشند، همیاری و کمک به هم‌نوع، باعث ایجاد حس ارزشمندی را در افراد میشود.

تبعیض در آموزش فقر را برای کودکان همیشگی میکند، برای آنها امکان آموزش فراهم آوریم

امکان تحصیل در محیط مشابه مدرسه به منظور رسیدن به سطح آموزشی مشابه با دیگر همسالان خود، یا امکان تحصیل در مدارس عادی میباشد که این وظیفه به عهده تیم آموزش موسسه میباشد. گرچه آموزش و سوادآموزی الویت اول موسسه خیریه آفتاب محسوب میشود اما انجام اقدامات موثری در حوزه سلامت جسم و روان کودکان از جمله اجرای طرح غربالگری دهان و دندان، شنوایی و بینایی سنجی، انجام آزمایش های ایدز و هپاتیت، انجام آزمونهای شخصیت و هوش و استعداد یابی و برگزاری جلسات مشاوره برای کودکان و خانواده های آنها به صورت سالانه در

-طاهره حسین قلی زاده/ فعال در حوزه کودک-

موسسه خیریه بچه‌های آفتاب از سال ۱۳۹۲ با مجوز رسمی از نیرو انتظامی، در راستای حمایت از کودکان کار و بازمانده از تحصیل، با هدف ارتقا سطح کیفیت زندگی کودکان فعالیت خود را آغاز نمود. این موسسه به عنوان اولین مرکز سازماندهی کودکان کار و خیابان شهر کرمان با تایید سازمان بهزیستی در حوزه های پنج‌گانه آموزشی، بهداشتی-درمانی، حمایتی-مددکاری، اشتغال‌زایی و روانشناسی اقدام به ارائه خدمات به کودکان و خانواده‌های این کودکان نموده است.

بعد از شناسایی و تشکیل پرونده برای کودکان کار و بازمانده از تحصیل که به عهده تیم مددکاری می‌باشد، با نیازسنجی انجام شده اقدامات حمایتی آموزشی برای این کودکان فراهم می‌شود. این اقدامات شامل فراهم نمودن بستر آموزشی مناسب، برای دریافت خدماتی همچون

فرهنگ عمومی؛ نماد هویت یک جامعه است



-زهرا قاسم‌زاده / جامعه‌شناس-

زمانی که صحبت از فرهنگ به میان می‌آید به جنبه‌هایی از جوامع بشری اشاره دارد که آموخته می‌شود. همه اعضای جامعه در عناصر فرهنگی سهیم بوده و امکان تعامل و همکاری بین افراد به وجود می‌آید. به طور کلی می‌توان فرهنگ را شامل جنبه‌های محسوس و نامحسوس دانست. منظور از جنبه‌های محسوس و ملموس اشیاء، نمادها، دستاوردها و فناوریهاست. اما جنبه‌های نامحسوس فرهنگ شامل عقاید، ارزشها و اندیشه‌هایی است که سازنده محتوای فرهنگ می‌باشد.

پایه و اساس تمامی فرهنگ‌ها، تصورات و اندیشه‌هایی است که مشخص می‌کنند چه چیزی مهم، ارزشمند، مطلوب و مورد پسند است. این ارزشها به تعامل انسانها با دنیای اجتماعی معنا داده و آنها را در بستر اجتماع هدایت می‌نماید؛ از سوی دیگر هنجارها قواعد رفتاری هستند

که ارزشهای یک فرهنگ را منعکس کرده و یا تجسم می‌بخشند. ارزشها و هنجارها در کنار یکدیگر باعث شکل دادن به رفتار اعضای یک فرهنگ در محیط اجتماعی‌شان می‌شود. بنابراین می‌توان گفت که فرهنگ چگونگی تفکر، احساس و رفتار اعضای یک جامعه را مشخص می‌نماید.

بر این اساس، فرهنگ عمومی آن فرهنگ غالب و گسترده‌ای است که در سطح جامعه رواج داشته و عقاید، ارزشها، احساسات و رفتار اعضای جامعه را تعیین می‌نماید. در واقع می‌توان گفت اجبار اجتماعی غیررسمی از فرهنگ عمومی حمایت نموده و به نوعی افراد را ملزم به پیروی از آن می‌نماید.

به دلیل تنوع فرهنگی که در جوامع گوناگون وجود دارد فرهنگ عمومی هر جامعه از جامعه دیگر متفاوت بوده و افراد هر جامعه ارزشها و هنجارهای متنوع و متفاوتی را در جامعه خود دارند که تعیین‌کننده رفتار آنان است.

به عنوان مثال در برخی فرهنگ‌ها کار گروهی و جمعی ارزش بالاتری نسبت به کار فردی دارد و در جامعه و فرهنگی دیگر این امر برعکس می‌باشد. همچنین ممکن است یک رفتار خاص در جامعه‌ای ارزش و همین رفتار در جامعه‌ای دیگر ضدارزش به محسوب شود. البته این نکته را هم باید مدنظر داشت که ارزشها و هنجارها مطرح در فرهنگ عمومی یک جامعه ممکن است به مرور زمان و بر حسب شرایط و نیازهای خاص آن جامعه تغییر یابد و چه بسا این تغییر در برخی اوقات در جهت پیشرفت آن جامعه باشد.

بنابراین می‌توان گفت به دلیل حمایت اجتماعی از فرهنگ عمومی که پشتوانه آن ارزشها و هنجارهای هر جامعه است، هر گاه این فرهنگ عمومی در معرض تهدید از سوی برخی افراد یا گروه‌ها قرار گیرد، با اعتراض و واکنش تند افراد جامعه قرار می‌گیرد چرا که این فرهنگ در عمق باورها و اعتقادات مردم نهادینه گردیده است.



جذب مواد معدنی در بدن را افزایش دهید

-الهام محمدی / جواهرساز-

در ادامه بررسی تاثیر فلزات بر بدن این شماره به کاربرد آهن در بدن می پردازیم.

آهن یکی از مواد معدنی حیاتی برای سلامت انسان هاست. این ماده که بیشتر در گلبول های قرمز خون وجود دارد؛ نقش مهمی در عملکرد سیستم ایمنی بدن، درمان کم خونی، افزایش هموگلوبین و... ایفا میکند.

افراد اغلب آهن مورد نیاز بدن را از منابع غذایی دریافت می کنند اما یون آهن موجود در ظروف و یا برخی آلیاژها نیز توان جذب در بدن را دارند. سنگ حدید یکی از سنگهای مفید

در زمینه جذب آهن و اکسیژن در خون است. تاثیر این سنگ در جذب آهن به قدری میباشد که از آن به عنوان "سنگ خون" نیز یاد می شود. در طب

باستان به همراه داشتن آن برای بالا بردن جذب آهن توصیه شده است. همچنین به منظور کمک به جذب بیشتر آهن میتوان از ظروف استیل کمک گرفت زیرا ظروف استیل هم به دلیل وجود مقداری آهن در آلیاژ بکاررفته در آن، میتواند کمک دهنده باشد.

کاربرد منیزیم در بدن: منیزیم چهارمین ماده معدنی فراوان در بدن انسان است که نقش مهمی در سلامت بدن و مغز دارد. منیزیم بصورت عمدتاً ۶۰ درصد در استخوان و ۲۶ درصد در عضلات وجود دارد، یکی از نقش های منیزیم این است که به عنوان یک کوفاکتور یا مولکول کمکی در واکنش های بیوشیمیایی که توسط آنزیم ها انجام می شود، عمل می کند.

منیزیم از طریق دانه ها، غلات و مغزجات و شیر به بدن می رسد اما در برخی موارد مصرف دارویی آن و استفاده از ظروف یا زیورالات برنجی، در جذب این ماده معدنی مهم، موثر هستند.

@jelvehgalery

مکمل های خانگی برای درمان آنفلوانزا

زن و اجتماع- با شروع فصل پاییز و شیوع آنفلوانزا و سرما خوردگی مصرف آنتی بیوتیک ها نیز افزایش یافته است. با توجه به تاکید پزشکان مبنی بر عدم مصرف خودسرانه این دسته از داروها که باعث ایجاد مقاومت دارویی در بیمار میشود. توصیه شده است در کنار مصرف دارو از مکمل های گیاهی جهت تسریع روند بهبود استفاده شود.

آنفلوانزا، سرماخوردگی و سایر بیماری های دستگاه تنفسی فوقانی توسط ویروس ها ایجاد می شوند، بنابراین شما نمی توانید آن ها را با زردچوبه یا کزک که با کاهش تورم کمک کند. زردچوبه نیز از خانواده زنجبیل بشمار می آید و برای مدتی طولانی در هند مورد استفاده درمانی قرار می گرفت،

در کاهش التهاب بسیار موثر است. اما ترکیب اصلی موجود در زردچوبه، به راحتی در بدن جذب نمی شود. خوردن زردچوبه با یک ماده چرب، مانند روغن پخت و پز یا شیر گرم، ممکن است به شما در جذب بیشتر فواید کورکومین (جزو فعال ادویه زردچوبه است و خواص ضد التهابی دارد. کورکومین یک آنتی اکسیدان قوی است.) کمک کند.

زنجبیل از فرهنگ ها، زنجبیل یکی از اولین موادی است که مردم هنگام مواجهه با گلودرد آن را مصرف می کنند؛ چه به عنوان دمنوش و چه به عنوان ادویه در سوپ. شماری از مطالعات نشان داده که زنجبیل دارای خواص ضد التهابی می باشد

که می تواند به کاهش تورم کمک کند. زردچوبه نیز از خانواده زنجبیل بشمار می آید و برای مدتی طولانی در هند مورد استفاده درمانی قرار می گرفت،

زردچوبه نیز از خانواده زنجبیل بشمار می آید و برای مدتی طولانی در هند مورد استفاده درمانی قرار می گرفت،





اثرگذاری زنان ایرانی در عرصه اقتصاد؛

زنان ایرانی در گذر از واژه ناموس به هویت جنسیتی



**نابرابری جنسیتی،
در حقیقت فقدان
دسترسی برابر زنان
و مردان به امکانات
و موقعیت‌های
اجتماعی است.**

زنان است.

در واقع این تغییر نقش محسوس زنان و دستیابی به هویت جنسیتی که در طول تاریخ مخدوش شده است، زن را به عنوان یکی از دوجنس ارزشمند می‌شناسد، فارغ از اینکه مایملک کسی باشند، در واقع ناموس شکلی از نظام سلطه است، همان چیزی که "بوردیو" با عنوان سلطه مردانه از آن یاد می‌کند؛ در این نظام زن مشروعیت لازم را ندارد و به همین دلیل در موقعیت فرودستی قرار می‌گیرد و به همین امر باعث میشود تا خشونت‌های زیادی بر او اعمال شود. ناموس شکلی از نظام مبادله نیز هست؛ زنان مایملک جمعی مردان مذکر خانواده و اجتماع و همچنین موضوع مبادله محسوب میشوند و هرگونه سرکشی و تعدی آنها از عرف و سنت‌های پدرسالارانه ی موجود، مجازات‌هایی برایشان در پی خواهد داشت ضمن اینکه در این نظام، "آبرو و شرف مردانگی" که "عفت و پاکدامنی" زنان حافظ آن است، بخشی اساسی از موضوع مبادله به شمار میرود. در این نظام هویت زنان نه همچون فرد، بلکه به واسطه ی نقش‌هایشان تعریف می‌شود.

اما آنچه امروز تغییر یافته است به واسطه تحولات عالیه، قرارگیری زنان در موقعیت نان آوری خانواده، مواجهه در موقعیت‌های اجتماعی، و تعاملات در فضای سوشیال مدیا که به واسطه تکنولوژی افزایش یافته است، زنان را در موقعیت متفاوتی قرار داده است که فرای تغییر نقش است. آنچه شکل می‌گیرد، دستیابی زنان به هویت جنسیتی

این جهت که فعالیت اقتصادی زنان با فقر و رفاه اجتماعی رابطه مستقیم دارد، روشن است که شرط راه اندازی فعالیت‌های کارآفرینانه توسط زنان، نیازمند بررسی دقیق ابعاد مؤثر بر آمادگی جامعه و قبول بانوان به عنوان کارآفرین است.

میزان بهره‌گیری منابع انسانی از فرصت‌های مناسب توسعه همواره به عنوان یکی از شاخص‌های بنیادی توسعه انسانی مطرح می‌باشد، فرصت‌هایی که می‌بایست زمینه مشارکت عادلانه همه اقشار و گروه‌های جامعه را فراهم ساخته و از مزایای اجتماعی و اقتصادی آن بهره‌مند سازد.

نابرابری جنسیتی، در حقیقت فقدان دسترسی برابر زنان و مردان به امکانات و موقعیت‌های اجتماعی است. خانواده، نظام تعلیم و تربیت، باورهای کلیشه‌ای، رسانه‌های جمعی، هنجارهای اجتماعی رسمی و غیررسمی، شیوه تقسیم کار و توزیع منابع ارزشمند در انتقال نگرش‌های جنسیتی و ساختن خود انسان نقش مؤثری دارند.

بنابراین کنشگری امروز زنان ایران را باید در نابرابری جنسیتی بر ساختارهای روانی و شخصیتی زنان جستجو نمود. آنچه امروز در زنان ایران تغییر یافته است، گذر از واژه ناموس به هویت جنسیتی است. همانطور که در سالهای اخیر بارها مفهوم ناموس و تعصبات حول آن جنایات بزرگی را رقم‌زده که جامعه و افکار عمومی را جریحه دار نمود.

-فرنوش حمیدپور/

دکتری جامعه‌شناسی-

فرهنگ اقتدارگرا و مردسالارانه همواره رواج دهنده باورهای سنتی و کلیشه‌های تفاوت دوجنس بوده و از ابتدا تربیت و اجتماعی شدن در دختران، با در نظر گرفتن خویش به عنوان جنس دوم و کاهش اعتماد به نفس، احساس حقارت و کم‌بینی توانایی‌های خویش همراه بوده است. همچنین کمبود آگاهی زنان در ابعاد حقوق فردی، خانوادگی و اجتماعی، حرفه‌ای و عدم شرکت در تشکلهای صنعتی/حرفه‌ای و فعالیت‌های اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، به استمرار این نابرابری کمک می‌کند. به دلیل نگاه متفاوت بین دوجنس، فرصت‌های اجتماعی و شغلی، کمتر با توجه به شایستگی‌های افراد و فارغ از جنسیتشان اعطا شده و همچنان شاهد تبعیض‌های جنسیتی در اشتغال هستیم.

با گسترش فرصت‌های شغلی برای زنان سطح فرهنگ و آموزش جامعه ارتقاء می‌یابد. زنان درآمد مستقل کسب می‌کنند و وضعیت بهداشت، سلامت و تغذیه خانواده بهبود می‌یابد. پس موفقیت زنان در جوامع سبب ایجاد رشد اقتصادی می‌شود و به دنبال آن منافع اجتماعی و فرهنگی نیز ایجاد می‌کند. حتی امروزه میزان حضور زنان در بازار کسب‌وکار و مشارکت آن‌ها در فعالیت‌های اجتماعی و اقتصادی به یکی از فاکتورهای مهم رشد و توسعه جوامع انسانی تبدیل شده است. از



فاطمه بیگم روح الامینی، بانوی پژوهشگر کرمانی:

با خواست زنان هر کاری امکان پذیر است

هرچند در ابتدا علاقه چندانی به تاریخ نداشتیم اما هرچه بیشتر با آن آشنا شدم به آن علاقه مندتر شدم و اوج ایجاد علاقه، بواسطه درس روش تحقیق با استاد حسین میرجعفری در من ایجاد شد. بعدها همین درس در تحقیق، پژوهش و جمع آوری اسناد به من کمک شایانی کرد.

■ چرا بیشتر اسناد مستند شده توسط شما مربوط به آموزش و پرورش است؟

دی ماه ۵۷ دانشگاه ها تعطیل شده بود. من به کرمان آمده بودم و تصمیم داشتم برای تجدید خاطرات به دبیرستان بهمنیار سری بزنم؛ چون دبیرستان بهمنیار جز اداره کل آموزش و پرورش و محل تحصن فرهنگیان قرار داشت آنجا شاهد صحنه ای بودم که در من تلنگر اهمیت ثبت آثار کهن را زد و مرا مصمم به تحقیق و پژوهش و ثبت اسناد ملی نمود. من شاهد به آتش کشیدن اسناد آموزش و پرورش بودم. دیدن این صحنه برای من بسیار دردناک بود، همه نظارگر این صحنه بودند و هیچ کس کاری برای حفظ این آثار انجام نمیداد. من چون تاریخ خوانده بودم به ارزش معنوی این آثار آگاه بودم. تاثیر این کار در من چنان بود که بعدها تصاویر این سند سوزی را در کتابم چاپ کردم. همانجا احساس

گذراندم. بعد از ایشان نیز سرکار خانم فاطمه جهانگرد شاعره بزرگ شهرمان مدیریت دبیرستان را به عهده داشتند. تحصیل در دبیرستان بهمنیار و در کنار مریبان شاخص، باسواد و شیک پوش به من درس زندگی و اخلاق آموخت.

■ چرا رشته تاریخ را برای تحصیل انتخاب کردید؟

درکنکور سال ۱۳۵۴ رتبه ۲۱ در رشته ادبیات را بدست آوردم. متأسفانه کرمان دانشگاه نداشت. در آن زمان برای پذیرش در هرکدام از دانشگاه ها می بایست، برای هر واحد آموزشی به صورت جداگانه درخواست ارسال میکردیم. من در هشت دانشگاه در هشت شهر مختلف پذیرفته شدم اما به صلاح دید خانواده نزدیکترین دانشگاه به کرمان را انتخاب کردم و آن رشته تاریخ دانشگاه اصفهان بود.

■ اگر حق انتخاب داشتید کدام دانشگاه انتخاب شما بود؟

به رشته روانشناسی بسیار علاقه داشتم و در رشته روانشناسی دانشگاه تبریز هم پذیرفته شدم اگر مسئله دوری راه نبود حتما در رشته روانشناسی ادامه تحصیل میدادم. تحصیل در رشته تاریخ چطور شما را به جمع آوری اسناد سوق داد؟

-مهشاد عسکری-

فاطمه بیگم روح الامینی که برای معرفی خود تنها به عنوان "معلم بازنشسته" بسنده می کند، نامی است که در ثبت تاریخ کرمان نقش موثر و بسزایی داشته است و یکی از نام های ماندگار در فرهنگ این استان خواهد بود. این معلم نمونه کشوری با جمع آوری اسناد مربوط به آموزش و پرورش استان کرمان بانی تاسیس موزه آگیرا شده است. موزه ای که به گواهی بسیاری از اهل تاریخ با در اختیار قرار داشتن بیش از دو ازنه هزار سند تاریخی مربوط به آموزش و پرورش یکی از مراجع اصلی تحقیق و پژوهش محسوب می شود.

■ لطفا خودتان را معرفی کنید.

اینجانب فاطمه بیگم روح الامینی، متولد سال ۱۳۳۶ در شهرستان کوهبنان و دبیر بازنشسته تاریخ هستم.

■ کمی از دوران تحصیلاتان برایمان بگویید.

تا دوره دبستان در شهرستان کوهبنان زندگی کردم اما چون در کوهبنان دبیرستان وجود نداشت به همراه خانواده برای ادامه تحصیل به کرمان آمدم. دوران دبیرستانم را در دبیرستان بهمنیار و زیر نظر مدیر توانمند و مدیر آقای سید جواد توانا

در آخرین بازدیدی
که از موزه داشتیم
بسیاری از آثار را
ندیدیم

زیرا این موزه هم می‌تواند روشنی بخش افرادی باشد که به کار پژوهش علاقه دارند. این اسناد منابع بسیار ارزشمند یبیری تحقیق و پژوهش به شمار می‌آید.

■ لطفاً از روند جمع‌آوری اسناد برایمان بگویید.

پیدا کردن افرادی که ممکن بود اسناد تاریخی در اختیار داشته باشد کار آسانی نبود از طرفی با توجه به اینکه اسناد قدیمی بودند؛ بسیاری از صاحبان این اسناد تمایل چندانی به نشان دادن آنها به دیگران از خود نشان نمی‌دادند. حتی گاهی افراد به منظور تضمین بازگشت سالم اسناد چک سفید امضا از من می‌گرفتند. هر سندی که به من داده می‌شد در زمان مشخص و سالم تحویل می‌دادم و اسناد اهدایی نیز در موزه به نام اهدا کننده ثبت می‌شد. مشاهده این خصوصیات باعث شد تا افراد به مرور زمان با آسودگی خاطر اسنادشان را در اختیارمان قرار دهند. تا جایی که حتی بازدیدکنندگان از موزه آگیرا بعد از بازدید از موزه برخی از اسناد خودشان را در اختیار موزه قرار می‌دادند.

■ شما تا کتون چند جلد کتاب تالیف کرده‌اید؟

تا کتون ۱۴ اثر به چاپ رسیده است. دو جلد هم در حال انتشار است، این ۱۶ جلد شامل تاریخچه آموزش و پرورش، تاریخچه دانش‌سرای مقدماتی، نقش معلم در انقلاب، تاریخ کوهبنان، کتابی در باره موزه آگیرا، یک جلد کتاب درسی و کار روی اسناد آموزش پرورش از حدود صد سال قبل و از زمان مشروطه و بازخوانی هزار سند اصلی و مهم از جنبه‌های محتوایی و موضوعی می‌شود. سه جلد از این کتاب‌ها هم در باره تجربیات پیشکسوتان فرهنگی کرمان و جمع‌آوری تاریخ شفاهی است. حدود ۲۰ مقاله علمی و پژوهشی و ترویجی دارم که در نشریات مختلف داخلی چاپ شده است. و همچنین دو مقاله ام رتبه اول کشوری را حائز شده است.

■ شما تا کتون چند جلد کتاب تالیف کرده‌اید؟

تا کتون ۱۴ اثر به چاپ رسیده است. دو جلد هم در حال انتشار است، این ۱۶ جلد شامل تاریخچه آموزش و پرورش، تاریخچه دانش‌سرای مقدماتی، نقش معلم در انقلاب، تاریخ کوهبنان، کتابی در باره موزه آگیرا، یک جلد کتاب درسی و کار روی اسناد آموزش پرورش از حدود صد سال قبل و از زمان مشروطه و بازخوانی هزار سند اصلی و مهم از جنبه‌های محتوایی و موضوعی می‌شود. سه جلد از این کتاب‌ها هم در باره تجربیات پیشکسوتان فرهنگی کرمان و جمع‌آوری تاریخ شفاهی است. حدود ۲۰ مقاله علمی و پژوهشی و ترویجی دارم که در نشریات مختلف داخلی چاپ شده است. و همچنین دو مقاله ام رتبه اول کشوری را حائز شده است.

■ شما فقط اسناد جمع‌آوری کرده‌اید؟

هدف اصلی من جمع‌آوری و نگهداری اسناد تاریخی مربوط به آموزش و پرورش کرمان بود اما در این

کردم که آموزش و پرورش، این خانه دوم من بخش عظیمی از هویت خود را از دست داده و در آن لحظه مصمم شدم هر جای این شهر، کشور و در هر خانه ای، هر سند و عکسی در مورد آموزش و پرورش باشد، جمع‌آوری کنم.

■ تا کتون چه مقدار اسناد جمع‌آوری کرده‌اید؟

حاصل این تلاش‌ها منجر به جمع‌آوری حدود ۱۵ هزار سند، نزدیک به دوهزار جلد کتاب درسی قدیمی و حدوداً دوهزار قطعه عکس شده است. این حجم از آثار باعث تاسیس "موزه آگیرا" شد.

■ کمی راجع به آن برایمان توضیح بفرمایید.

قبل از هر چیزی از جناب منهدس محمد تقی زاده مدیر کل وقت آموزش و پرورش و جناب آقای محمد حسین دعا گویی معاون پشتیبانی آموزش و پرورش تشکر می‌کنم؛ چون با همت ایشان مکان مناسب در پژوهشکده تعلیم و تربیت جهت نگهداری این اسناد در اختیار ما قرار گرفت. خوشبختانه روز به روز هم توسعه پیدا کرد تا جایی که امروز جزء یکی از موزه‌های مرجع در خاور میانه محسوب می‌شود. این موزه با استقبال مردمی هم روبرو شد و روزانه حداقل ۱۰۰ دانش‌آموز از آن بازدید می‌کردند. اما متأسفانه در حال حاضر به بهانه کرونا به مدت سه سال درب آن را بر روی افراد بسته شده و این برای من از صحنه آتش زدن اسناد هم دردناک تر است امیدوارم این مدیران به خود بیابند و در جهت ارتقا و احیا و آشنایی نسل امروز با فرهنگ گذشته کوشا تر باشند. متأسفانه در آخرین بازدیدی که از موزه داشتم بسیاری از آثار را ندیدم انشا الله که در مخزن نگهداری می‌شوند.

■ نام موزه چطور انتخاب شد؟

در گذشته به آتشی که از زیر خاکستر برای روشن کردن آتش خانه‌ها برداشته می‌شد آگیرا گفته میشد. این نام نیز توسط خانم فاطمه جهانگرد که مدیر و معلم بنده بودند و در ویرایش کتاب‌ها نیز با من همکاری کرده بودند پیشنهاد شد. این نام چون یک واژه باستانی -ملی و به معنای فروزندگی و روشنی بخشی است، بسیار مناسب موزه بود

من شاهد به آتش کشیدن اسناد آموزش و پرورش بودم. دیدن این صحنه برای من بسیار دردناک بود.

راه به کتب خطی و نیز دیگر آثار تاریخی نیز روبرو می‌شدم. و حدود ۲۱ جلد کتاب خطی به کتابخانه اسناد ملی کرمان اهدا شده است. علاوه بر آن ۵ آلبوم عکس نیز جمع‌آوری شده است. سال‌ها قبل به کوزه‌ای از آثار کشف شده از کنار صندل جیرفت برخورد کردم که صاحبش قصد فروش آنرا به قاچاقچیان خارجی داشت. خروج این اثر برایم بسیار سخت بود پس آنرا با قیمت بالایی که نسبت به حقوق معلمی من داشت خریداری کردم و به همراه چند جلد قرآن و ادعیه خطی به کتابخانه موزه نسخ خطی آستان قدس رضوی اهدا کردم.

■ چرا موزه آستان قدس را برای این کار انتخاب کردید؟

برای اهدای این آثار که شامل دو جلد قرآن خطی و کوزه ذکر شده میشد بسیار تحقیق کردم و می‌خواستم این آثار جایی نمایش داده شود که بیان‌کننده عظمت تاریخ استان کرمان به افراد زیادی باشد. بنابراین دلایل موزه آستان قدس را انتخاب کردم. با بررسی کارشناس موزه، قدمت کوزه حدود ۵۵۰۰ سال قبل تخمین زده شد. که نشان دهنده عظمت و اصالت تاریخی استان کرمان میباشد. و قدیمی‌ترین اثر سفالین موجود در موزه آستان قدس رضوی است.

■ به عنوان یک بانو که تاریخ را مطالعه کرده‌اید؛ به نظر شما زنان در تاریخ چه جایگاهی داشته‌اند؟

در طول تاریخ زنان نقش بسیار موثری داشته‌اند. در هر عرصه‌ای که زنان قدم گذاشته‌اند بی‌شک موفق بوده‌اند. از زمان هخامنشیان تا امروز زنان تاثیرگذار زیادی در عرصه‌های مختلف حضور داشته‌اند. به گواه تاریخ اگر زنان بخواهند هر کاری را می‌توانند انجام دهند. زنان در طول تاریخ با اصالت، شرافت، هنر و علمی که داشته‌اند تمام نقش‌های مادری و همسری را در کنار نقش‌های اجتماعی به خوبی ایفا کرده و آنرا به نسل بعد نیز آموزش و انتقال داده‌اند.

■ سخن پایانی

با آرزوی موفقیت روزافزون و سلامتی و سربلندی برای همه هموطنان و فرهنگیان وطنم به‌ویژه زنان توانمند و

مهین اکسیر مدیر
انجمن زنان نیکوکار مهتاب:

اولویت ما ایجاد اشتغال پایدار است



آموزش های انجام شده در بالاترین سطح قرار دارد و افراد به راحتی میتوانند جذب بازار کار شوند چنانچه در ایام کرونا به پیشنهاد دانشگاه علوم پزشکی اقدام به دایر نمودن کارگاه تولید ماسک کردیم اما اکثر هنرجویان ما جذب بازار کار شده بودند و در ایام فراغت به این کارگاه می آمدند. وی در ادامه سخنان خود از حضور در نمایشگاه های بین المللی صحبت کرد و کشورهایی چون تایلند و تاجیکستان سفارت فرانسه و شهر سانفرانسیسکو آمریکا را از جمله محل هایی نام برد که آثار هنرجویان خود را در آن به نمایش گذاشته است. و با بیان این مطلب که ارگان های دولتی با در اختیار داشتن منابع مالی، با پرداخت مستمری ماهانه (که مبلغ آن ناچیز میباشد) باعث میشوند مدد جو به منظور دریافت آن از پذیرش شغل اجتناب کنند. در صورتی که میتوان این مستمری ماهانه را صرف آموزش و فراهم نمودن بستر حرفه آموزی فرد برای ورود به بازار کار نمود و ضمن گله مندی از دستگاه های ذیربط خاطر نشان کرد: تمام تمرکز ما بر روی کمک به افراد آسیب پذیر و تامین هزینه ها ما بر اساس فعالیت های خیریه و به صورت عام المنفعه است هیچ تسهیلاتی حتی برای هزینه های جاری چون کرایه محل یا هزینه های مربوط به آب بهاء و هزینه های نگهداری محیط و برق در نظر گرفته نشده است حتی برای دریافت وام نیز نیازمند تامین وثیقه هستیم که تامین وثیقه نیز خارج از توان از موسسه خیریه و مددجو است. مسئولین ارشد استان بارها از محل بازدید کرده اند و قول هایی نیز داده اند اما هیچکدام عملی نشده است. خانم مهین اکسیر مدیر موسسه نیکوکاری مهتاب در تکمیل صحبت های همکار خود افزود: از نظر آماري بخش عظیم مراجعین ما خانم ها هستند که ابتدا به منظور دریافت کمک نقدي به ما مراجعه می کنند اما الویت مجموعه ایجاد اشتغال پایدار است. در حال حاضر موسسه در ۴۴ رشته صنایع دستی پذیرای به علاقه مندان به خصوص بانوان می باشد.

بسیاری از هنرجویان ما بعد از اتمام دوره یا حتی در زمان آموزش به درآمدزایی رسیده اند ضمن اینکه ادامه در صفحه بعد

نیکو کاری در تمام زمینه های خیر طبق نیت بانیان و حامیان در زمینه های حمایت تحصیلی، انواع آموزش، حمایت از کودکان یتیم، بی سرپرست، بدسرپرست معلول، فرزندان شبانه روزی، زنان سرپرست خانوار و دیگر اقشار آسیب پذیر؛ به عنوان مشاور ارشد در امور خیر و نیکو کاری مشغول به فعالیت میباشد. وی با بیان این مطلب که شیوع کرونا و شرایط اقتصادی باعث کاهش چشمگیر کمک های خیرین شده است اضافه کرد: (از سال ۱۳۹۰ که رسماً کار خود را آغاز کردیم، هدف خود را تبدیل مدد جو به هنرجو قرار دادیم. اهمیت این موضوع طی سالهای اخیر که از طرفی تعداد افراد نیازمند افزایش یافته است و از طرف دیگر کمک های خیرین کاهش یافته است خود را نشان داده است زیرا مدد جو نیازمند دریافت مستمری به صورت دائمی میباشد اما هنرجو بعد از طی مراحل آموزش، خود به مرحله درآمدزایی میرسد و حتی در مواردی فرد برای افراد دیگر نیز کارآفرینی انجام می دهد. کم توجهی به این مسئله طی ساله ها تبدیل به یکی از معضلات پیش رو مدیران ارشد شده است.

محمد کاربخش موسس آموزشگاه صنایع دستی دارکوب، تاکید مجموعه را آموزش و مشاوره صفر تا صد به منظور ورود مددجو به عرصه اشتغال بیان می کند و در ادامه خاطر نشان کرد:

مهشاد عسکری- گرچه در کشورمان موسسات مختلفی مسولیت حمایت از قشر آسیب پذیر را به عهده دارند اما این دست سازمان ها از جمله سازمان بهزیستی و کمیته امداد امام خمینی همیشه از کمبود بودجه سخن میگویند و از سوی دیگر بعد از به سن قانونی رسیدن افراد هرگونه حمایتی از ایشان سلب میشود. این در حالی است که ۱۸ سالگی زمانی نیست که اکثر افراد جامعه به تنهایی قادر به تامین هزینه های فردی خود باشند. در این میان حلقه مفقوده ای به نام حرفه آموزی وجود دارد. بدین معنا که اگر در طی سال ها فرد آموزش های لازم در یک حرفه را بیاموزد بعد از سلب امتیازات دولتی قادر خواهد بود از عهده تامین هزینه های خود برآید. انجمن زنان نیکوکار مهتاب، آموزشگاه صنایع دستی دارکوب و هنرکده موسیقی سیمرغ در قالب یک مجموعه رسالت خود را آموزش، حمایت و ایجاد اشتغال پایدار برای افراد جامعه و به طور مشخص قشر آسیب پذیر قرار داده است. جناب آقای محمد کاربخش که خود بازنشسته سازمان بهزیستی است به عنوان موسس و مدیر عامل این مجموعه در معرفی مجموعه تحت نظارت خود می گوید: (انجمن زنان نیکوکار مهتاب به همراه هنرکده موسیقی سیمرغ و آموزشگاه صنایع دستی دارکوب به عنوان یک موسسه

آمیزه‌ای از هنر و زیبایی



مرزیه‌های رضایی / راهنمای تور

استان کرمان بواسطه وسعت و موقعیت جغرافیایی که در آن قرار گرفته است دارای جاذبه‌های طبیعی فراوانی می‌باشد. اما در کنار مکان‌های طبیعی که معمولا مقصد سفرهای کوتاه و یک روزه هستند، مکان‌هایی نیز وجود دارد که مناسب یک عصرانه‌گردی هستند. اگر شما هم به هنر علاقه دارید موزه هنرهای معاصر صنعتی یکی از گزینه‌هایی خواهد بود که عصر یک روز پاییزی را دلپذیرتر خواهد کرد. اگر این موزه را گنجینه‌ای از هنرهای معاصر بنامیم سخن به گزاف نگفته ایم زیرا موزه صنعتی از یک سو با قرار دادن ۱۲۰۰ قطعه هنری در سبک‌هایی نظیر هنر انتزاعی، هنر پاپ و مینیمالیسم بعد از موزه هنرهای معاصر تهران غنی‌ترین موزه هنر ایران محسوب می‌شود و از سوی دیگر با برخورداری از کتابخانه تخصصی هنر، مرجع کاملی از منابع هنر در استان کرمان است.

این مجموعه همچنین شامل مجسمه‌هایی از جنس برنز، گچ و چوب میشود و نقاشی‌های سیاه‌قلم، آبرنگ و رنگ روغن در آن دیده می‌شود. بنای موزه از دوره پهلوی و آثار ملی ایران محسوب می‌شود و روزگاری محل زندگی استاد صنعتی، پدر مجسمه‌سازی ایران بوده است. خالی از لطف نیست اگر بدانید استاد علی اکبر صنعتی از کودکان پرورشگاه صنعتی بود و چون در زمان ثبت نام در کلاس ابتدایی نیاز به شناسنامه بود

صنعتی بود؛ هنرمندی که در نهایت لقب پدر مجسمه‌سازی ایران را از آن خود کرد.

پرورشگاه صنعتی در سال ۱۳۵۶، به‌منظور نگهداری و نمایش آثار استاد علی اکبر صنعتی و دیگر هنرمندان ایران و جهان به موزه تبدیل شد. در ۲۸ فروردین ۱۳۸۰، بنای موزه در فهرست آثار ملی ایران با شماره ۳۷۱۲ به ثبت رسید.

و گروهی از کودکان این پرورشگاه در آن زمان فاقد شناسنامه بودند، مرحوم حاج اکبر صنعتی از نماینده اداره آمار و ثبت احوال خواست که برای کودکان پرورشگاه که بدون شناسنامه بودند، با فامیل صنعتی زاده شناسنامه صادر کند. بدین ترتیب نام خانوادگی بیشتر کودکان پرورشگاه همانم با حاج اکبر بود. یکی از این کودکان، علی اکبر

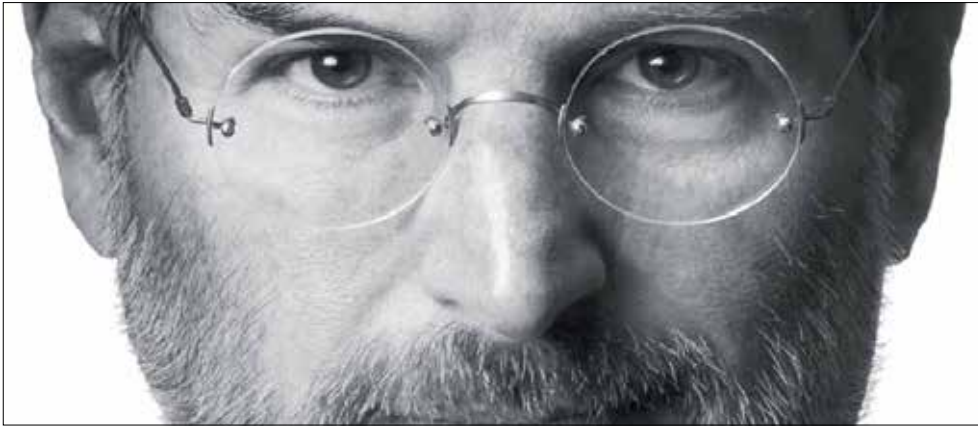
موزه صنعتی بعد از موزه هنرهای معاصر تهران غنی‌ترین موزه هنر ایران محسوب می‌شود.

به هیچ ارگانی نیستیم و حمایت دولتی یا سازمان یافته‌ای نداریم، با توجه به شرایط اقتصادی کمک خیرین هم بسیار کم شده است و این مسئله به یکی از چالش‌های ما تبدیل شده است. پیش از این در مقاطعی حتی تهیه تجهیزات و برگزاری مراسم ازدواج برایمان مقدور بود اما در شرایط کنونی فعالیت هایمان در حد تامین هزینه های درمان محدود شده است. اگر دغدغه مکان را نداشته‌ایم قطعاً قادر بودیم تا افراد بیشتری را تحت حمایت خود درآوریم.

لازم به ذکر است موسسه نیکوکاری مهتاب واقع در خیابان شهید بهشتی انتهای کوچه ۵ (کوچه صنعت نفت) پلاک ۲۹ همه روزه پذیرای خیرین و علاقه مندان به صنایع دستی می‌باشد. www.mahtab88.ir

فعالیت‌های عام‌المنفع تا پرداخت هزینه از مبالغ خرد تا کلان. طبق تجربه شخصی که مدتی مسئول خوابگاه شبانه روزی دختران بودم؛ با اطمینان عنوان می‌کنم اکثر بچه‌های ساکن در خوابگاه‌ها دغدغه تامین هزینه‌ها بعد از ۱۸ سالگی را دارند زیرا در آن سن از چتر حمایتی دولت خارج می‌شوند. اکثراً به حرفه‌آموزی رغبت نشان می‌دادند اما تامین هزینه آموزش برایشان دشوار است. اینجاست که خیرین می‌توانند برای خود باقیات‌الصالحات انجام دهند. وی با تاکید بر این مسئله که تمام هزینه‌های موسسه زنان نیکوکار مهتاب توسط خیرین انجام میشود و هیچ نهاد و ارگانی کمکی به این مرکز نمیکند اضافه کرد. هزینه‌های مربوط به مکان زیاد است و یاری خیرین را می‌طلبد. ما وابسته

ادامه از صفحه قبل
موسسه در مرحله عرضه و فروش محصولات نیز در کنار این عزیزان است. علاوه بر این، انجام کارهای هنری باعث انبساط خاطر می‌شود؛ ما هنرجویی داریم که به تجویز پزشک و برای تکمیل درمان بیماری آلزایمر به این مرکز مراجعه کرده است که خوشبختانه تأثیرات مثبتی نیز در روند درمان حاصل شده است. وی که خود دارای دو فرزند دختر است با بیان این مطلب که هر دو فرزندش در کارهای خیریه حضور دارند عنوان کرد: انجام کار خیر یکی از الویت‌های زندگی ام و به نوعی سبک زندگی من شده است و فرزندانم به اختیار خودشان این سبک زندگی را برگزیده‌اند. هر انسانی در هر جایگاهی میتواند کار خیر انجام دهد از انجام



مردی با عینک‌های گرد

-فرانک عسکری-
-مدرس جهاددانشگاهی-
استیو جابز با آن عینک گرد که تداعی کنند گاندی بود و با یک تیشرت مشکی، سبک منحصر بفرد خود را به جهان عرضه داشت. این مرد چنان اهمیتی در تاریخ آمریکا مخصوصاً کالیفرنیا دارد که ۱۶ اکتبر از سوی فرماندار کالیفرنیا به عنوان روز «استیو جابز» نام گذاری شده است. استیو جابز در سانفرانسیسکو از پدری سوریه‌ای و دانشجوی سیاسی عبدالفتاح جندلی و مادری آمریکایی-آلمانی به نام جوان کارول شیبیل، متولد شد اما هیچ کدام از والدین تمایلی به تشکیل خانواده نداشتند بنابراین استیو توسط پل راینهولد جابز و همسر ارمنی‌اش کلارا جابز به فرزندخواندگی پذیرفته شد. استیو در سن ۲۷ سالگی با پدر و مادر بیولوژیکی خود آشنا شد. او در زمان کودک به همراه پدرش در پارکینگ خانه روی قطعات الکترونیکی کار می‌کرد. پل به پسرش یاد می‌داد که چگونه قطعات الکترونیکی را از هم جدا و دوباره آنها را سرهم کند. این سرگرمی، اعتماد به نفس، سرسختی و توانایی کار با قطعات مکانیکی و الکترونیکی را به استیو می‌آموخت. چند سال بعد، زمانی که استیو در دبیرستان هومستد (Homestead) تحصیل می‌کرد، با شریک آینده‌ی خود یعنی استیو ورنیاک آشنا شد. استیو ورنیاک در آن زمان دانشجوی دانشگاه کالیفرنیا بود. رفاقتی که به گفته ورنیاک الکترونیک و کار با چیپ‌های دیجیتال فصل اشتراک آن بود. سال ۱۹۷۶، جابز و ورنیاک به همراه رونالد وین، شرکت کامپیوتری اپل را در گاراژ جابز در کالیفرنیا تأسیس کردند. اولین محصول سود ۷۷۴ هزار دلاری برای آنها به ارمغان آورد. گرچه امروزه اپل به عنوان یکی از

گران‌ترین برندها شناخته می‌شود اما جالب است بدانید اپل در ابتدا به دلیل ساخت محصولاتی کوچکتر و ارزان‌تر مورد توجه قرار گرفت. در سال ۱۹۸۴، شرکت اپل، مکینتاش را به بازار عرضه کرد. با وجود فروش خوب و عملکرد بهتر نسبت به محصولات ام‌بی‌ای اما چون مکینتاش با این محصولات سازگاری نداشت، مدیران اپل به این نتیجه رسیدند که تفکرات استیو موجب ضرر شرکت است. در نهایت تصمیم بر آن شد تا استیو جابز به تدریج کنار گذاشته شود. جابز که در شرکت پایه‌گذاری شده توسط خودش، عنوانی رسمی و جایگاهی نداشت و به حاشیه رفته بود، در سال ۱۹۸۵ این شرکت را ترک کرد و یک شرکت جدید سخت‌افزاری و نرم‌افزاری با نام نکست (NeXT) تأسیس کرد. سال بعد، جابز یک کمپانی انیمیشن را خریداری کرد که بعدها به استودیو انیمیشن پیکسار تغییر نام داد. جابز که به توانایی‌های پیکسار ایمان داشت، ۵۰ میلیون دلار از پول خود را در این شرکت سرمایه‌گذاری کرد. این شرکت، فیلم‌های محبوبی چون داستان اسباب‌بازی، در جست‌وجوی نمو و شگفت‌انگیزان را ساخت. فیلم‌های پیکسار در مجموع ۴ میلیارد دلار برای این شرکت سودآوری داشت. این شرکت در سال ۲۰۰۶ با والت دیزنی ادغام شد و جابز بزرگترین سهام‌دار شرکت دیزنی شد. از طرفی پس از استعفای جابز، سهام اپل در عرض تنها چند ساعت به میزان ۵ درصد افت کرد در نهایت استیو جابز در سال ۱۹۹۷ مجدداً به اپل بازگشت. او در اولین اقدام خود تمام برنامه‌های بشردوستانه را حذف کرد. به گفته

برخی دوستان او به نیویورک تایمز، جابز حس می‌کرد که می‌تواند توسعه اپل را انجام دهد تا این که به امور خیریه کمک مالی کند. با بازگشت جابز به اپل دوباره این شرکت احیا شد. او با یک تیم مدیریتی و تصمیمات جدید، توانست شرکت اپل را دوباره در مسیر موفقیت هدایت کند. محصولات خلاقانه‌ی او مثل آی مک (iMac)، کمپین‌های اثرگذار برندسازی و طراحی زیبای محصولات، دست به دست هم دادند و محصولات این شرکت، بار دیگر توجه مشتریان را جلب کردند. مشکلات کلیوی جابز و سنگ کلیه به شکل غیرمستقیم باعث کشف سرطان شد. هنگامی که جابز در اکتبر ۲۰۰۳ به درخواست اورولوژیست یک اسکن از کلیه‌هایش گرفت، معلوم شد که کلیه‌هایش سالم است اما سایه‌ای را بر روی لوزالمعده‌اش نمایان است. پس از بررسی‌ها معلوم شد که او به سرطان مبتلا شده‌است. استیو جابز به جای اینکه سریعاً مراحل درمان را دنبال کند، رژیم گیاه‌خواری که شامل سبزیجات و غذاهای دریایی بود را جایگزین درمان کرد و در کنار آن درمان‌های شرقی را هم دنبال می‌کرد. جابز عمل جراحی را ۹ ماه به تعویق انداخت؛ این کار وی، هیئت مدیره را نگران کرد. در واقع اعضای هیئت مدیره نگران بودند که سهامداران با شنیدن خبر بیماری مدیرعامل شرکت، سرمایه‌های خود را بیرون بکشند. در نهایت قرار شد که جابز مسئله‌ی بیماری خود را افشا نکند. در نهایت در ۵ اکتبر سال ۲۰۱۱، شرکت اپل اعلام کرد که مؤسس شرکت، چشم از جهان فرو بسته است. استیو جابز پس از یک دهه مبارزه با سرطان لوزالمعده در حالی که ۵۶ سال داشت، از دنیا رفت.

■ ■ ■
جابز که در شرکت پایه‌گذاری شده توسط خودش، عنوانی رسمی و جایگاهی نداشت و به حاشیه رفته بود، این شرکت را ترک کرد و یک شرکت جدید سخت‌افزاری و نرم‌افزاری با نام نکست (NeXT) تأسیس کرد.

«ذره‌بین» جستجوگر ایرانی جایگزین گوگل می‌شود



چراکه نطفه جنگ شناختی طوری بسته شده که اختلافات داخلی را دامن زده و دشمن را دوست بگیرند. رئیس مرکز حفاظت اطلاعات سازمان پدافند غیرعامل کشور به چند خبر خوب در خصوص دانش بنیان اشاره کرد و گفت: سامانه جلوگیری و کاهش منع سرویس (توانایی شناسایی حملات به زیرساخت‌های ملی) پلتفرم مرکز جامع عملیات برای رصد سامانه، مرورگر بومی به عنوان مرورگر ذره‌بین به جای گوگل، سامانه مراقبتی تهدیدات درون سازمانی سامانه شناسایی تهدیدات نقاط انتهایی، سامانه مدیریت اطلاعات و رخدادهای امنیتی و... از جمله اخبار خوب کشورمان است که توسط جوانان ایران زمین ساخته شده و به زودی رونمایی خواهند شد. در حال حاضر فضای مجازی ذوق و سلیقه را تحت تاثیر قرار داده است

به گزارش همشهری آنلاین؛ امیر احمدپور رئیس مرکز حفاظت اطلاعات سازمان پدافند غیرعامل کشور در سخنرانی پیش از خطبه نماز عبادی و سیاسی جمعه تبریز اظهار کرد: همان‌طور که رهبر معظم انقلاب فرموده است، پدافند غیرعامل همچون مصون‌سازی داخلی بدن است. دفاع غیرعامل برای مردم یک ماموریت بر عهده سازمان پدافند غیرعامل است و رویکرد آن در هشت محور اعم از سایبری، پرتوی، کاربردی، فنی الکترونیکی، مردم محور قرار دارد. وی در ادامه افزود: در حال حاضر فضای مجازی ذوق و سلیقه را تحت تاثیر قرار داده است چراکه نطفه جنگ شناختی طوری بسته شده که اختلافات داخلی را دامن زده و دشمن را دوست بگیرند.

رئیس مرکز حفاظت اطلاعات سازمان پدافند غیرعامل کشور به چند خبر خوب در خصوص دانش بنیان اشاره کرد و گفت: سامانه جلوگیری و کاهش منع سرویس (توانایی شناسایی حملات به زیرساخت‌های ملی) پلتفرم مرکز جامع عملیات برای رصد سامانه، مرورگر بومی به عنوان مرورگر ذره‌بین به جای گوگل، سامانه مراقبتی تهدیدات درون سازمانی سامانه شناسایی تهدیدات نقاط انتهایی، سامانه مدیریت اطلاعات و رخدادهای امنیتی و... از جمله اخبار خوب کشورمان است که توسط جوانان ایران زمین ساخته شده و به زودی رونمایی خواهند شد. در حال حاضر فضای مجازی ذوق و سلیقه را تحت تاثیر قرار داده است

در نشست وزارت خارجه رقم خورد

تشریح پیشرفت حوزه‌های مختلف در زمینه بانوان

نسبت زنان عضو هیئت علمی در دانشگاه‌های علوم پزشکی به ۳۴ درصد و نیز رسیدن این نسبت به عدد بیش از ۳۰ درصد برای زنان عضو هیات علمی در سایر دانشگاه‌های کشور از دیگر مواردی است که باید بدان اشاره کنم. مدیرکل بین الملل معاونت ریاست جمهوری در امور زنان و خانواده بیان کرد: امروز زنان ۴۰ درصد پزشکان متخصص و ۳۰ درصد پزشکان فوق تخصص در ایران را تشکیل می‌دهند. در عرصه فناوری اطلاعات در حالی که بانوان ۲۳ درصد توسعه‌دهندگان برنامه‌های نرم افزاری تلفن همراه را تشکیل می‌دهند و سهم ۵۰ درصدی موتور محرکه تحول دیجیتال یعنی خلایق متعلق به ایشان است.

تروزیسم را محکوم و اظهار کرد: به عنوان یک زن ایرانی که در این سرزمین به دنیا آمده، رشد کرده، تلاش و تحصیل کرده و اکنون در کسوت استادی در حال خدمت به مردم خود می‌باشد، مایلم به گوشه‌ای از واقعیات پیشرفت زنان و دختران کشورم که علیرغم فشار حاصل از اقدامات قهری یک جانبه، ظالمانه و غیر قانونی حاصل شده است، اشاره کنم. وی با تاکید بر اینکه جمهوری اسلامی ایران با محو کامل شکاف جنسیتی در امر آموزش در دو سطح ابتدائی و متوسطه بی‌سواد در میان زنان و دختران را کاملاً ریشه کن کرده است، افزود: در سال جاری زنان، ۵۶ درصد از دانشجویان دانشگاه‌های دولتی کشور را تشکیل داده‌اند. افزایش

مدیرکل بین الملل معاونت ریاست جمهوری در امور زنان و خانواده گفت: شاخص امید به زندگی در میان زنان ایرانی به ۷۸ سال رسیده است و با انجام ۹۵ درصد زایمان‌ها در کشور توسط متخصصین زنان و زایمان، میزان مرگ و میر مادران بر اثر عوارض بارداری و زایمان کاهش چشمگیری داشته و به کمتر از ۲۰ مورد در هر ۱۰۰ هزار نفر رسیده است. به گزارش ایسنا، خدیجه کریمی در نشستی در وزارت امور خارجه درباره حادثه تروریستی شاه چراغ در شیراز و روند تحولات در چند هفته اخیر که با حضور باقری کنی معاون سیاسی و نجفی معاون امور حقوقی و بین‌المللی وزارت امور خارجه برگزار شد، ضمن تشریح ابعاد این حادثه، هر نوع





زن در چه شرایطی می‌تواند درخواست طلاق دهد

به انقضای مدت یا بذل آن از طرف شوهر از زوجیت خارج می‌شود.» شرط پاکیزه بودن زن در ماده ۱۱۴۰ قانون مدنی بیان شده که می‌گوید: «طلاق زن در مدت عادت زنانگی یا در حال نفاس صحیح نیست مگر این که زن حامل باشد یا طلاق قبل از نزدیکی با زن واقع شود یا شوهر غایب باشد به طوری که اطلاع از عادت زنانگی بودن زن نتواند حاصل کند.» نفاس، حالتی است که در زمان وضع حمل و تا مدتی پس از آن در زنان ایجاد می‌شود و هدف از بطلان طلاق در حالت نفاس این است که طلاق در زمانی انجام گیرد که رغبت معاشرت بین زن و مرد وجود دارد.

هرگاه شوهر زندانی باشد یا به گونه ای جدا از زن باشد طوری که از حال زن مطلع نباشد، در این خصوص در حکم غایب بوده و پاکی زن شرط نمی‌باشد. طبق ماده ۱۱۴۱ قانون مدنی که به شرط جدایی جسمی زن و مرد پرداخته، «طلاق در طهر موقعه صحیح نیست مگر اینکه زن یائسه یا حامل باشد.» یائسه زنی است که به اقتضای سن خود، عادت زنانگی نمی‌بیند و این سن معمولاً ۵۰ سالگی است.

زن یائسه در صورتی مشمول این ماده خواهد بود که وضعیت وی ناشی از اقتضای سن و سال وی باشد، نه دلایل دیگر مثل بیماری و شیر دادن. و در آخر، ماده ۱۱۴۲ که می‌گوید: «طلاق زنی که با وجود اقتضای سن عادت زنانگی نمی‌شود وقتی صحیح است که از تاریخ آخرین نزدیکی با زن سه ماه گذشته باشد.»

در صورتی که طلاق، توافقی به درخواست زوج باشد، دادگاه به صدور «گواهی عدم امکان سازش» اقدام و اگر به درخواست زوجه باشد، حسب مورد، طبق قانون به دستور حکم الزام زوج به طلاق یا احراز شرایط اعمال وکالت در طلاق مبادرت می‌کند. دو مرد عادل باید صیغه طلاق را همزمان و با هم بشنوند، نه به صورت جداگانه. منظور از صیغه طلاق به کار بردن الفاظی است که صراحت در طلاق داشته باشد، نه لزوماً به کار بردن لفظ عربی خاص. صیغه طلاق، حتی اگر چند بار تکرار شود، تنها یک طلاق را واقع می‌سازد و شخص نمی‌تواند در یک جلسه، زن خود را دو یا سه طلاقه کند. ماده ۱۱۳۶ قانون مدنی: «طلاق دهنده باید بالغ و عاقل و قاصد و مختار باشد.» اگر شوهر از روی اکراه و بر اثر فشار و تهدید، زن را طلاق دهد، طلاق «باطل» خواهد بود.

ولی یا قیم صغیر نمی‌توانند، زن مولی علیه خود را طلاق دهند. سفیه می‌تواند مستقلاً نسبت به طلاق همسر خود اقدام کند و رشد از شرایط صحت طلاق نیست. صغیر حتی با اذن ولی یا قیم خویش نیز نمی‌تواند، همسر خود را طلاق دهد. خواه صغیر ممیز باشد یا غیر ممیز.

طبق ماده ۱۱۳۷ قانون مدنی: «ولی مجنون دائمی می‌تواند در صورت مصلحت مولی علیه، زن او را طلاق دهد.» ماده ۱۱۳۹ قانون مدنی: «طلاق مخصوص عقد دائم است و زن منقطع

قطعی شده باشد، از پرداخت فوری حقوق شرعی و قانونی زوجه معاف شده و مکلف به ایفای حقوق مزبور پس از طلاق مطابق با حکم اعسار صادره (معمولاً به صورت اقساطی) است. بر اساس ماده ۱۱۳۴ قانون مدنی: «طلاق باید به صیغه طلاق و در حضور لااقل دو نفر مرد عادل که طلاق را بشنوند واقع گردد.»

در مواردی که طلاق به حکم دادگاه و به درخواست زن صورت می‌گیرد و یا در مواردی که دسترسی به شوهر، ممکن نیست، دادگاه، طلاق را توسط نماینده قضایی شوهر (سردفتر) واقع می‌سازد ولی اگر گواهی عدم امکان سازش به علت تحقق شرط وکالت مندرج در سند ازدواج باشد زوجه می‌تواند با استفاده از آن وکالت، خود را مطلقه سازد و نیاز به حضور مرد یا نماینده قضایی در دفترخانه نیست.

در صورتی که زوجین، متقاضی «طلاق توافقی» باشند، دادگاه باید موضوع را به «مرکز مشاوره خانواده» ارجاع دهد. در این موارد طرفین می‌توانند تقاضای طلاق توافقی را از ابتدا در مراکز مذکور مطرح کنند؛ در صورت عدم انصراف متقاضی از طلاق، مرکز مشاوره خانواده موضوع را با مشخص کردن مورد توافق جهت اتخاذ تصمیم نهایی به دادگاه منعکس می‌کند در غیر از طلاق توافقی، دادگاه باید به منظور ایجاد صلح و سازش، موضوع را به داور ارجاع دهد. دادگاه در این موارد باید با توجه به نظر داوران رای صادر و چنانچه آن را نپذیرد، نظریه داوران را با ذکر دلیل رد کند.

-حانیه محمدی/ کارشناس حقوق-
قوانین طلاق در ایران بر پایه فقه اسلامی و صدور حکم دربار طلاق در چارچوب صلاحیت دادگاه خانواده است. در حقوق ایران، طلاق تنها به اراده مرد واقع می‌شود البته در هنگام عقد می‌توان این تصمیم را به زن واگذار کرد. در این شماره قصد داریم قسمتی از کلیات طلاق را بیان کنیم. طبق ماده ۱۱۳۳ قانون مدنی: «مرد می‌تواند با رعایت شرایط مقرر در این قانون با مراجعه به دادگاه تقاضای طلاق همسرش را بنماید.» تبصره- زن نیز می‌تواند با وجود شرایط مقرر در مواد (۱۱۳۹)، (۱۱۲۹) و (۱۱۳۰) این قانون، از دادگاه تقاضای طلاق نماید.

زن می‌تواند در موارد زیر از دادگاه درخواست طلاق نماید:
۱- غیبت شوهر بیش از ۴ سال «ماده ۱۰۲۹ قانون مدنی»
۲- در صورتی که زن وکالت در طلاق داشته باشد. «ماده ۱۱۱۹ قانون مدنی»
۳- خودداری یا عجز شوهر از پرداخت نفقه «ماده ۱۱۲۹ قانون مدنی»
۴- عسر و حرج زوجه «ماده ۱۱۳۰ قانون مدنی»
زن می‌تواند قبل از وقوع طلاق هم، تعیین اجرت المثل را از دادگاه درخواست کند، در این صورت، دادگاه مبلغ فوق را تعیین کرده و اجرای صیغه طلاق و ثبت آن در دفتر موکول به پرداخت حقوق زن از جمله مبلغ یاد شده می‌باشد.

چنانچه شوهر معسر باشد و نتواند حقوق شرعی و قانونی زوجه را نقداً بپردازد، و حکم اعسار از سوی دادگاه



اشتباهات تکراری، نتیجه تفکرات تکراری

-کمند کاویانی /

روانشناس و زوج درمانگر-

تا به حال به این مسئله فکر کرده اید که چرا اشتباهاتی را به طور مداوم انجام می‌دهید؟

و یا چرا یک موضوع باعث بروز رفتارهای شدید در شما می‌شود؟ با ما همراه شوید تا در سلسله مباحثی با علت بروز چنین رفتارهایی آشنا شده و سپس با انجام تمریناتی ساده، اقدام به بهبود و رفع آنها برآیم. برای درک بهتر موضوع تصور کنید عینکی به چشم دارید که رنگ آبی را به صورت مشکی نشان می‌دهد، اگر دوستان لباس آبی به تن داشته باشند شما به علت عینکی که بر چشم دارید لباس آبی او را مشکی خواهید دید و گفته اطرافیان مبنی بر آبی بودن لباس دوستان هم بر روی نظر شما تاثیر نخواهد داشت.

این دقیقاً داستان "طرحواره" ها است.

طرحواره یعنی دیدی که ما نسبت به خودمان، دنیا و دیگران داریم. لازم به ذکر است اینجا منظور طرحواره‌های سازگار نیست. برای مثال همه ما یک تصور از درخت داریم و زمانیکه راجع به درخت صحبت میکنیم، نیاز نیست کامل

توضیح دهیم که ریشه، ساقه و برگ دارد. در حقیقت در ذهن ما طرحواره درخت ساخته شده است.

وجود طرحواره‌های سازگار برای ما لازم و واجب و ضروری هست.

مشکل طرحواره‌های ناسازگار هستند، آنها به این دلیل ناسازگار هستند که دیدی که ما به خودمان، دنیا و دیگران داریم صحیح نیست و باعث می‌شود واقعیت را به شیوه‌ای دیگر ببینیم درست مثل عینکی که در بالا به آن اشاره کردیم.

حال دنیایی بدون این عینک‌ها، بدون تحریف واقعیت‌ها تصور کنید. اگر شریک عاطفی‌تان تماس شما را دیر جواب داد به این فکر نمی‌کنیم که دوستان ندارد یا خدایی نکرده کسی دیگر را جایگزین مان کرده است! و یا اینکه ممکن است دوستی در جایی از زندگی وفای ما را با جفا پاسخ داده باشد اما نباید بقیه را هم با این دید ببینیم.

به نظرتان دنیای بدون تحریف واقعیت چه طور خواهد بود؟

بدون ترس، بدون دغدغه‌های فکری که امانمان را بریده است، بدون آشوب‌های درونی که نوشمان رانیش می‌کند و گویی گریزی هم نداریم، بارها و بارها به خودمان قول داده ایم دیگر

فلان اشتباه را نمی‌کنم اما به خودمان که می‌آییم حتی با رفتار متفاوت باز هم آن اشتباه بر سرمان خراب شده است، مثل ببری که در جنگل به ما حمله می‌کند سه راه را پیش می‌گیریم یا اینکه تسلیم آن ببر میشویم و میپذیریم تقدیرمان خورده شدن توسط ببر است یا دست به انکار میزنیم، گویی ببری نیست و صدایی از پشت سرمان نمی‌آید و حواسمان را با زیبایی‌های جنگل پرت می‌کنیم اما باز هم شکار ببر گرسنه می‌شویم؛ یا اینکه دست به جبران افراطی میزنیم و با ببر به جنگ برمیخیزیم اما در برابر این ببر توانمان کم است و از همان ابتدا نتیجه جنگ نا برابر مشخص و باز هم خوراک ببر می‌شویم. مشاهده کردید با رفتارهای متفاوت باز نتیجه یکسانی حاصل شد. گویی در مسیر زندگی بارها به این جمله میرسیم که از هر آنچه که می‌ترسیم بر سرمان می‌آید ...

اما چاره چیست؟

آیا راه فراری هم وجود دارد؟

در پاسخ باید گفت: بله قطعاً وجود دارد. در شماره بعد علت بوجود آمدن این آشوب‌های درونی را بررسی کرده و به راهکار عملی برای مقابله با آن می‌پردازیم.

طرحواره یعنی دیدی که ما نسبت به خودمان، دنیا و دیگران داریم.



حقوق نانوشته زنان در اجتماع کدامند؟

از روابط اجتماعی می باشد که زن را به سمت استقلال بیش تر و اعتماد بیشتر به خود و جامعه سوق می دهد.

در نهایت با توجه به تغییرات و نوسانات جسمی زنان، شناخت و احترام به طبیعت بدن زن را می توان لازمه‌ی هر جامعه‌ای دانست. به عنوان مثال شکستن تابوی عادت ماهیانه به ویژه در برخورد با دختران جوان به آرامش ذهنی آنها کمک کرده و ترس و شرم از طبیعت خود را از آنها دور می کند. و در مرحله ی بعدی شناخت شرایط روحی و جسمی آنها در این مدت، اصلی است که باید در روابط نزدیک تر رعایت شود دردهای جسمی و تغییرات روحی و عصبی، فشار زیادی را بر زن تحمیل می کند، درک زنان و بدن آنها به ویژه در روابط زناشویی همچون مأمنی است که می توانند به آن پناه ببرند.

طبیعت جسم یک زن باید دلیلی باشد برای اهمیت و احترامی که جوامع کوچک و بزرگ اطرافش برای او قایلند، نه آنکه تبدیل به دلیلی برای شرم و فرار از جامعه شود. زنان در هر جامعه ای باید احساس کنند که همه چیز در خصوص آنها طبیعی و محترم است، و باید قادر باشند بدون هراس از جنسیت خود در اجتماع فعالیت کنند.

و قضاوت شدن و همچنین کاهش فعالیت و حضور در فضای عمومی از جمله تاثیرات بلند مدت این مورد می باشد.

از دیگر قوانین نانوشته می توان به لحن صحبت و خطاب زنان در موقعیتهای مختلف اجتماعی اشاره کرد. بسیاری بانوان تجربه‌ی بیان غیررسمی در فضای رسمی، و لحن دوستانه در روابط غیر دوستانه را تجربه کرده اند. تمرین در رعایت بیان مناسب و محترمانه در همه‌ی مکان ها و سازمان های عمومی برای حفظ ارزش زن، ضروری است. کنترل تن صدا، لحن، نگاه و لبخند نشان می دهد که احترام و ارزش زن بخشی جدایی ناپذیر

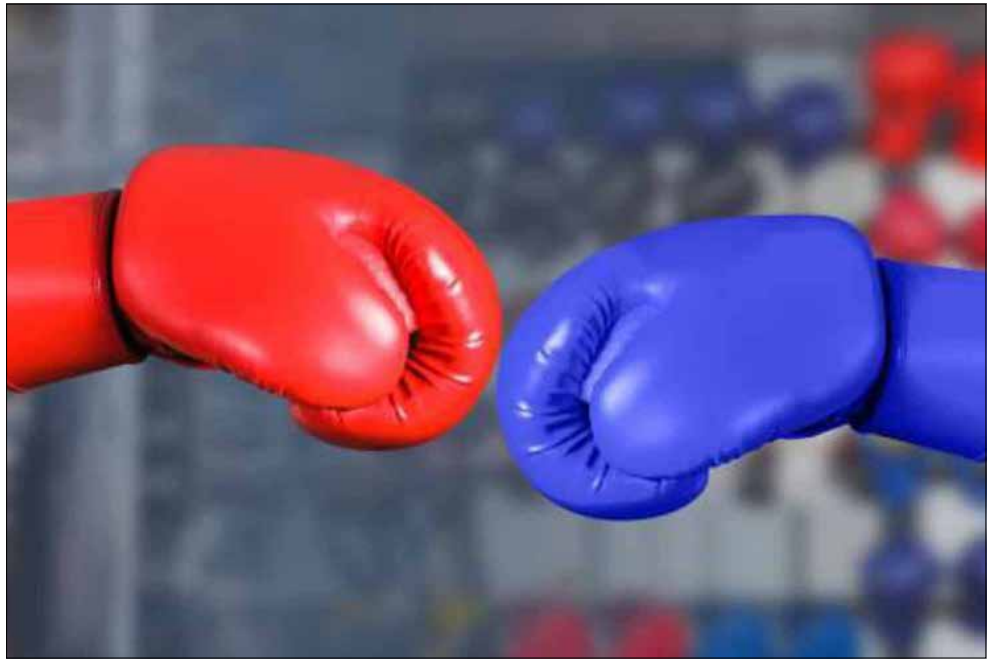


تمرین در رعایت بیان مناسب و محترمانه در همه‌ی مکان ها و سازمان های عمومی برای حفظ ارزش زن، ضروری است.

-فاطمه محمودی-

علاوه بر قوانینی که در خصوص حقوق زنان در هر جامعه وضع می شود و در صورت عدم رعایت، پیامدها و مجازات هایی به دنبال دارد، بسیاری از قوانین نانوشته بوده و انجام آن بخشی از فرهنگ حاکم بر جامعه است. این حقوق نه تنها از سمت مردان بلکه در مواردی از سمت سایر زنان نیز به طور غیر عمد نادیده گرفته می شود که در این بخش به چند مورد رایج آن خواهیم پرداخت.

به عنوان یکی از این حقوق ثبت نشده می توان به خیره شدن و نگاه کردن های پیاپی اشاره کرد. احساس عدم امنیت از سنگینی نگاه افراد غریبه در اماکن عمومی، از فاکتورهای تاثیرگذار بر حضور و فعالیت زنان در جامعه می باشد. اساسا برای اکثر افراد جامعه، مواردی که با پیش فرض ذهنی آنها فاصله دارد، به راحتی قابل پذیرش نیست و این عدم پذیرش، تنوع ها و تفاوت ها منجر به خیره شدن و در نظر گرفتن بیش از حد حرکات و ظاهر زنان می شود. در این موارد علاوه بر حس ناامنی لحظه ای که یک زن از نگاه مداوم دیگران دریافت می کند، با تاثیرات طولانی مدتی نیز همراه است کاهش اعتماد به نفس، ترس از اجتماع



دختران بوکسر ایرانی منتظر بمانند

معاونت‌های معتمد در وزات‌خانه در این خصوص تصمیم بگیرند. این صحبت‌ها در حالی بیان شده است که در دیماه سال گذشته فاطمه کاظمی در اظهاراتی بیان داشته بود: در ادوار گذشته این بحث چند بار مطرح شده است. با توجه به حساسیت‌هایی که رشته بوکس دارد، اینکه چقدر امکان راه اندازی آن وجود دارد صرفاً مربوط به تصمیم وزارت ورزش یا درخواست خود فدراسیون نیست و در واقع باید مجوز های خاص‌تری اخذ شود.

او ادامه داد: در کمیته علمی که تشکیل دادیم، چارچوب فعالیت رشته‌ها را از لحاظ آسیب‌های ورزشی، روانشناسی و ساز و کار فعالیت‌های بین‌المللی بررسی می‌کنیم. همچنین اینکه مصلحت فعالیت بانوان در این رشته‌ها چگونه است نیز ارزیابی می‌شود. در مورد بوکس هنوز درخواست رسمی از سوی فدراسیون به دست ما نرسیده اما اگر هم بیاید چارچوب و ضوابط خاص خودش را دارد.

کاظمی پور در پاسخ به این پرسش که این قول را می‌دهد که وزارت ورزش بتواند برای راه اندازی بوکس بانوان کاری انجام دهد؟ تصریح کرد: من یک نفری هیچ تصمیمی نمی‌گیرم و برای تصمیم‌گیری و سیاست‌گذاری رشته‌های جدید از خرد جمعی استفاده می‌کنم.

به نظر میرسد معاونت توسعه ورزش بانوان قصد راسخی برای تشکیل تیم بوکس بانوان از خود نشان نمیدهد.

برای فعالیت بوکس زنان برنامه داریم و از روزی که کار خود را در وزارت ورزش آغاز کردیم نیز فدراسیون بوکس درخواست خود را برای فعالیت در بخش زنان به فدراسیون آورده است. وی ادامه داد: فدراسیون بوکس نهایت آن چه که بشود این رشته در بخش زنان ظرفیت قهرمانی داشته باشد را مطرح کرده است اما من در حال حاضر نمی‌توانم نظر شخصی در این خصوص داشته باشم زیرا کارگروه تخصصی باید درباره کلیه جوانب در این رشته که ممکن است مطرح شود به نتیجه و جمع‌بندی برسد. معاون توسعه ورزش بانوان وزارت ورزش و جوانان در پاسخ به این سوال که آیا به زودی می‌توانیم شاهد فعالیت بوکس زنان در ایران باشیم؟ گفت: هیچ قولی را الان نمی‌توانم بدهم چون نمی‌توانم نظر شخصی داشته باشم و همان‌طور که گفتم باید کارگروه تخصصی با مجموعه‌ای از افراد تخصصی از

زن و اجتماع- رشته بوکس یکی از رشته‌هایی است که در باور عموم جامعه ورزشی مردانه به شمار می‌آید. اما طبق گفته معاون ورزش بانوان وزارت ورزش و جوانان، از روزی که این معاونت کار خود را در وزارت ورزش آغاز کرده است فدراسیون بوکس درخواست برای فعالیت در بخش زنان را به فدراسیون آورده است.

هرچند هنوز هم رشته‌های محبوبی مانند کشتی در ایران به دلایل مشخص، تیم بانوان ندارند اما شکل‌گیری تیم ملی وزنه‌برداری زنان و مدال‌آوری آسیایی و بین‌المللی، دختران علاقه‌مند به دیگر رشته‌های ورزشی از جمله بوکس را به فعالیت در رشته‌های محبوب خود امیدوار کرده است.

در جدیدترین اتفاق، زمزمه‌هایی مبنی بر تعریف پوشش برای بوکسورهای زن و فعالیت رسمی آنها به گوش می‌رسد. از آنجایی که زنان در دیگر رشته‌های رزمی مانند ووشو سال‌هاست به مبارزه مشغول هستند و مدال‌های رنگارنگ آسیایی و جهانی نیز دارند، به نظر می‌رسد دختران علاقه‌مند به بوکس نیز بتوانند به زودی شاهد حضور در رینگ باشند. مریم کاظمی‌پور معاون توسعه ورزش بانوان وزارت ورزش و جوانان در پاسخ به این سوال که باتوجه به آماده شدن پوشش اسلامی زنان برای رشته بوکس در ایران، فعالیت این رشته به چه صورت خواهد بود؟ اظهار کرد:

به نظر می‌رسد
دختران علاقه‌مند
به بوکس نیز
بتوانند به زودی
شاهد حضور در
رینگ باشند.

خوش شانس‌ی به خانه مشهور است. این گیاه آپارتمانی به حذف بنزن و فرمالدئید از هوا کمک می‌کند و محیطی تمیز و متعادل ایجاد می‌کند. چگونه از آن مراقبت کنیم: بامبو در خاک، سنگریزه یا یک گلدان ساده در آب رشد می‌کند. آب استفاده شده باید آب سبک بوده در واقع بهتر است از آب های معدنی یا تصفیه شده استفاده کرد. لطفاً آن را در معرض نور غیر مستقیم خورشید قرار دهید و آب آن را با تبخیر دوباره پر کنید.

سرخس بوستون

به طور کلی، سرخس ها به دلیل سطح بالای برگ هایشان برای کیفیت هوا عالی هستند. سرخس های بوستون فرمالدئید، زایلن و تولوئن را از هوا فیلتر می‌کنند. این گیاه آرام بخش به دلیل ظاهر زیبا و دلپذیر خود به اتاق های مدیتیشن افزوده می شوند. در آب و هوای گرم و خشک، آنها می توانند به جبران رطوبت موجود در هوا نیز کمک کنند. چگونه از آن مراقبت کنیم: این سرخس ها عاشق رطوبت هستند، بنابراین مطمئن شوید که خاک آنها هرگز به طور کامل خشک نمی شود. آنها نور غیر مستقیم خورشید را ترجیح می دهند. آفتاب بیش از حد مستقیم، به ویژه در بعد از ظهر، می تواند باعث سوختن شاخه های ظریف آنها شود.

منابع:

plantifulinteriors.com/healthline.com
wiselivingmagazine.co.uk

توانید جوانه های گل را در کاسه ای در کنار بالش خود قرار دهید تا اثری مشابه داشته باشد. اگرچه اسطوخودوس به عنوان یک گیاه آپارتمانی در نظر گرفته نمی شود، اما اسطوخودوس فواید زیادی است که تقریباً همه مایل به نگهداری نسخه ای از آن هستند، انواع کوچکی مانند اسطوخودوس فرانسوی را می توان در داخل خانه نگه داشت. بوی گل در کاهش اضطراب و ایجاد فضایی آرام موثر است. چگونه از آن مراقبت کنیم: اسطوخودوس گرما و نور خورشید را دوست دارد، بنابراین آن را روی طاقچه آفتابگیر قرار دهید و به مقدار کم آبیاری کنید.

بامبو

گیاه بامبو در فنگ شویی به دلیل توانایی اش در آوردن انرژی مثبت و

زهرا برخوردار / کارشناس مهندسی خاک

اسطوخودوس

اگر احساس استرس می کنید، اسطوخودوس گیاهی عالی است که می توانید آنرا در اطراف منزل خود داشته باشید. این درختچه مقاوم به خاطر گل های بنفش روشن و عطر گل های معروفش که باعث آرامش می شود شناخته شده است. مطالعه ای توسط دانشکده پزشکی میامی میسر نشان می دهد که رایحه اسطوخودوس موجود در روغن حمام باعث آرامش نوزادان می شود و آنها را به خواب عمیق تری می برد و در عین حال استرس را در مادر کاهش می دهد. اسطوخودوس گیاهی عالی برای در اتاق خواب است، اما اگر به طور طبیعی در باغچه خود آنرا بکارید، می



گیاهان آرامش بخش کمک به زیبایی خانه

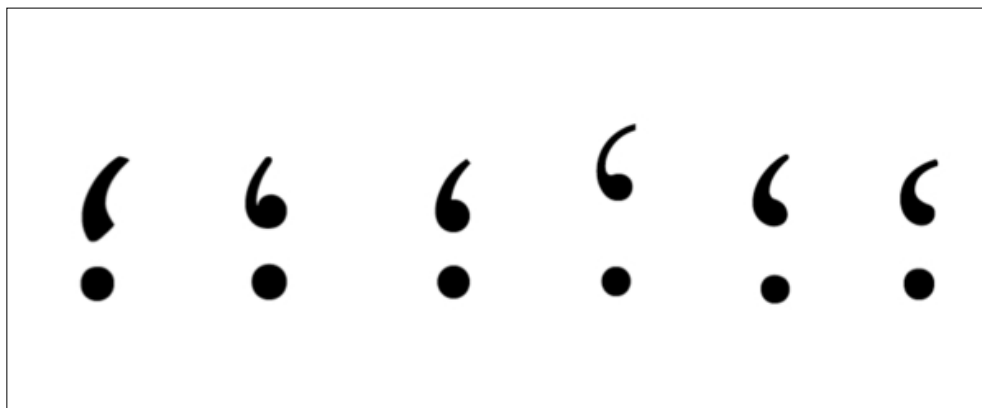
سبک های مدرن از رنگ های محدود به شکل تک رنگ بیشتر بهره می برند. البته بعضی از افراد معتقدند که سبک مدرن بیش از حد سرد و ساده است، اما برخلاف تصور آن ها سبک مدرن تماماً باعث ایجاد سادگی و احساس آرامش در فضای خانه شما می شود و با استفاده از اصول و قواعدی که در سبک مدرن پیروی می شود، نه تنها خانه شما زیباتر به نظر می رسد، بلکه اگر در خانه های کوچک و نقلی آپارتمانی زندگی کنید و از این سبک برای تزئین دکوراسیون داخلی منزل خود استفاده نمایید فضای خانه شما بزرگتر هم نشان داده می شود و به صورت کاربردی می توانید از تمامی قسمت های خانه استفاده کنید.

خنثی از ویژگی های این سبک است. ایده دکوراسیون داخلی مدرن از اوایل قرن نوزدهم مطرح شد. و به سرعت تا قرن بیستم رشد و توسعه یافت. جنبش مدرنیسم از مصالح سنتی ساختمان مانند چوب، سنگ و آجر فاصله گرفت و تمرکز خود را بر روی مصالح صنعتی از جمله شیشه، فولاد و بتن قرار داد. طراحی داخلی مدرن بر اساس خطوط، فرم هندسی، فضاهای روشن و... شکل گرفته است. در طراحی مبلمان و دکوراسیون به سبک مدرن، مواد طبیعی و رنگ های خنثی یا خاکی اجازه حضور بیش تری می یابند. جزئیات غیر ضروری از فضای مورد نظر حذف می شوند. بر خلاف طیف وسیع رنگ ها در طراحی معاصر،

حوریه صراف زاده / کارشناس معماری زیبایی محیط منزل علاوه بر القای حس آرامش، نشان دهنده علایق و حتی طرز تفکر صاحب خانه نیز می باشد. سبک های گوناگونی در طراحی داخلی بکار می رود. یکی از این سبک ها که نام آنرا بسیار شنیده ایم سبک مدرن است. این سبک بر خلاف سبک های قدیمی تر از خود، از تجمل و استفاده بیش از حد جزئیات دوری می کند و با در نظر گرفتن کارایی و کاربرد اثاثیه و وسایل خانه، فضایی ساده و به دور از در هم ریختگی ایجاد می کند. استفاده از خطوط صاف و مستقیم، استفاده از مصالح و مواد طبیعی مانند چوب، فلزات، چرم و الیاف طبیعی و استفاده از پالت رنگی

آشنایی با سبک های مختلف دکوراسیون داخلی





نقطه ویرگول

حسنا خوشرو / ویراستار

نقطه ویرگول یکی از علائم نگارش در زبان فارسی است که متشکل از یک نقطه و یک ویرگول است. کاربرد نقطه ویرگول برای نشان دادن مکثی بیشتر از ویرگول و کمتر از نقطه است. موارد استفاده از نشانه نقطه ویرگول در نگارش فارسی:

- در پایان جمله‌ای که خود کامل است، اما با جمله یا عبارت بعد جمله‌ای کامل‌تر می‌سازد. از نقطه ویرگول در پایان جمله‌ای که خود به تنهایی یک جمله کامل است اما با جمله‌ی بعد تبدیل به یک جمله‌ی کامل‌تر می‌شود استفاده می‌شود. مثال: حجم کار امروز بیشتر از دیروز بود؛ آنقدر که از خستگی قدرت ایستادن ندارم.

- زمانی که یک جمله کامل می‌شود و سپس با عبارت‌های توضیحی مانند یعنی، مثلاً، به عنوان مثال، زیرا و بنابراین و... تکمیل می‌شود از نقطه ویرگول استفاده می‌شود. مثال: رفتن از افعال لازم است؛ یعنی به مفعول نیاز ندارد.

- جدا کردن سازه‌ها یا جمله‌های هم‌پایه دارای ویرگول. مثال: محمد، حسن و حسین؛ رضا، علی و احمد رازدند. - ربط چندین جمله پشت سرهم.

هر وقت جمله‌ها پشت سر هم و در ادامه به هم ربط داشته باشند در میان آن‌ها می‌توان از نقطه ویرگول

استفاده کرد. برای ربط جمله پایانی از واو ربط استفاده می‌کنیم. مثال: او از خواب برخاست؛ دوش گرفت؛ صبحانه را آماده کرد؛ لباس پوشید و پس از خوردن صبحانه از خانه خارج شد.

- هنگام برشمردن و تفکیک اجزای مختلف وابسته به یک حکم کلی به شکل فهرست، دسته‌بندی و شماره‌بندی و یا بدون شماره و پشت سر هم: مثال: آثار مولانا جلال‌الدین رومی عبارت‌اند از: مثنوی معنوی؛ فیه مافیه؛ دیوان کبیر؛ مجالس سبعه. *دقت داشته باشید که در اینجا، برخلاف نشانه کاما، قبل از آخرین مورد، از «و» استفاده نمی‌شود. *توجه داشته باشید که همواره پس از آخرین مورد حتی اگر مورد به صورت جمله کامل هم نباشد نقطه گذاشته می‌شود.

- به جای نقطه پیش از جمله‌ای توضیحی و تکمیلی که به دنبال جمله قبلی آمده باشد اما معنای جمله قبلی به خودی خود نیز کامل باشد. مثال: این مذاکرات اگر به همین ترتیب ادامه یابد، به نتیجه نخواهد رسید؛ اگر هم با واکنش کشورهای حوزه خلیج فارس روبرو شود ممکن است به ایجاد تنش میان دو طرف مذاکره ختم شود.

- برای جدا کردن عبارت‌ها یا جمله‌های شرطی که درون آن‌ها ویرگول‌های متعدد به کار رفته باشد

به جای ویرگول برای تمایز، از نقطه ویرگول استفاده می‌شود. مثال: اگر دولت نتواند وظایف خود را که همان تأمین امنیت، حفظ حقوق مردم، تسهیل قوانین و مسایلی از این قبیل است، به خوبی انجام دهد؛ مردم با دیدن کمترین نارسایی، آن را به دولت نسبت می‌دهند.

- در جمله‌های مرکب و قبل از کلمه‌های توضیحی (مثل: یعنی، مانند، مثلاً، زیرا، اما، بنابراین، در نتیجه، از این رو، در این صورت، چنان‌که، با وجود این، با این حال، با این همه، برای نمونه، در مثل، به فرض و همان‌طور که)

مثال: قانون جذب «علم» نیست؛ با وجود این خیلی‌ها آن را باور دارند. دقت داشته باشید که شرط به کار بردن نقطه ویرگول قبل از کلمه‌های توضیحی این است که قبل از خود نقطه ویرگول، فعل قرار گرفته باشد؛ در غیر این صورت از ویرگول استفاده می‌کنیم.

مثال: معلم، یعنی عاشق کلاس، درس، مدرسه و دانش‌آموز. *نقطه ویرگول جزو علائم ویراستاری است که اتفاق نظر زیادی در مورد استفاده از آن وجود ندارد. اگر در جایی از متن، در یک موقعیت مشخص از نقطه ویرگول استفاده کرده‌اید، در موقعیت‌های مشابه نیز از نقطه ویرگول استفاده کنید. در استفاده از نقطه ویرگول زیاده‌روی نکنید.

کاربرد نقطه ویرگول برای نشان دادن مکثی بیشتر از ویرگول و کمتر از نقطه است.



درک متقابل

کلید طایبی زندگی مشترک

زندن ممکن است در واقع درخواست کمک باشد. شاید فرد با این رفتار می خواهد بگوید راهی برای برطرف کردن نیازهایم ندارم، تحت فشارم و دارم کنترلم را از دست می دهم پذیرفتن خصوصیات شریک زندگی یکی دیگر از عوامل داشتن زندگی توام با آرامش است. زیرا این خصوصیات همان مواردی است که شما عاشق آن شده اید و همسر را با توجه به همین خصوصیات انتخاب کرده اید. در صورتی که از موارد جزئی و ناچیز پیوسته ناراحت و آزرده خاطر می شوید، قدری با خود خلوت کنید و یا اینکه اوقاتی را با دوستانتان بگذرانید. با گذشت زمان، زوجین می توانند خود را با خصوصیات اخلاقی و رفتاری یکدیگر وفق دهند. به بیان دیگر، این زمان است که می تواند به زوجین در خودشناسی و روابط زناشویی کمک کند.

-مرکز مشاوره آویژه-
زندگی زناشویی یعنی قبول مسئولیت های جدید و همراه شدن با یک فرد دیگر که در عین داشتن نقاط مشترک با ما قطعاً در مواردی دیدگاه متفاوتی با ما دارد. گاهی درک این تفاوت ها از سوی همسران به سختی انجام می پذیرد. مهارت درک احساسات دیگران یکی از مهارت های اساسی برای شروع زندگی مشترک است. با اینکه مشکلات زندگی زناشویی دامنه گسترده ای دارند اما برخی از عوامل موثر در موفقیت رابطه زناشویی ممکن است بسیار ساده و در عین حال تاثیرگذار باشند؛ برای مثل کنار گذاشتن تلفن همراه هنگام صحبت کردن با همسر، بهره مندی از تفریحات مشترک و استفاده مداوم از واژه هایی مثل "لطفاً" و "متشکرم". از طرف دیگر، برخی عوامل موفقیت

از پیچیدگی های بیشتری برخوردارند. به عنوان مثال آگاهی از روحیات همسر مستلزم آزمون و خطا و در نظر گرفتن شرایط و عوامل مختلف است. یکی از موضوعات مهمی که در رابطه با زندگی مشترک مطرح می شود، مسئله جر و بحث زوجین است که در نوع شدید آن ممکن است جدایی زن و شوهر را در پی داشته باشد.

تفاوت های رفتاری ناشی از تربیت شما و همسران در دو خانواده متفاوت ممکن است باعث ایجاد سوء تفاهم و مختل شدن رابطه عاطفی تان شود. هریک از زوجین فکر می کنند دیگری او را دوست ندارد. وقتی یکی از آنها ناراحت شود، صدایش را بالا می برد و این داد زدن او باعث می شود که دیگری از دست وی دلخور شود.

راه حل این مشکل: برای مقابله با فریاد زدن طرف مقابل، ابراز مداوم عشق چاره کار است. فریاد

شما می توانید برای افزایش تمایل کودکان به مصرف ماهی، تکه های ماهی را به صورت فیله های بدون تیغ در بیاورید و آنها را بعد از طعم دار کردن به آرد سوخاری آغشته کنید. در نهایت، تکه های ماهی را برای سوخاری شدن روی کباب پز یا داخل فر قرار دهید. معمولاً کودکان به خوبی از این مدل غذاها استقبال می کنند. به عنوان آخرین نکته هم اینکه سعی کنید برای پیشگیری از دزدگی کودکان از ماهی، کودکان را در معرض تماس با ماهی خام یا مراحل آماده سازی ماهی قرار ندهید.

نامناسب آنهاست. با این حساب، شما می توانید یا ماهی های بسیار کم بو و بدون بو مانند سالمون، ساردین و قزل آلا را برای فرزندتان انتخاب کنید یا گوشت ماهی را حدود ۲ تا ۴ ساعت قبل از طبخ، با موادی مانند آب لیموی تازه، سرکه سفید، پیاز خام، سیر خام یا پودر سیر، فلفل سیاه، پودر زنجبیل و سایر ادویه های مورد نظرتان طعم دار کنید. طبخ ماهی با روش هایی مانند سرخ کردن ملایم، تنوری یا کبابی می تواند طعم نهایی آن را برای کودکان به سطح قابل قبول تری برساند.

منابع غذایی دریایی مانند انواع ماهی های چرب حاوی یکی از باکیفیت ترین انواع پروتئین ها هستند و می توانند مقادیر قابل توجهی از ویتامین D، ویتامین B۱۲، کولین و اسیدهای چرب امگا-۳ مورد نیاز بدن کودکان را تامین کنند تا آنها چرخه رشد سالم تری را پشت سر بگذارند.

روش طبخ ماهی برای علاقه مندسازی کودکان به مصرف آن بسیار تاثیرگذار است. یکی از بزرگ ترین مشکلات کودکان با ماهی ها یا سایر غذاهای دریایی، بوی نسبتاً

بچه ها را به غذاهای دریایی علاقه مند کنیم



به مناسبت روز کتاب و کتابخوانی مورد
بررسی قرار گرفت

گسترش فرهنگ کتابخوانی از کودکی



- مهشاد عسکری -

روز کتاب و کتابخوانی امسال در حالی برگزار می‌شود که برای کتابخانه‌های کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان هنوز تعیین تکلیفی صورت نگرفته است.

پیش از این اعلام شده بود کتابخانه‌های این نهاد باید به کتابخانه‌های عمومی کشور واگذار شود. این خبر باعث واکنش‌های بسیاری از چهره‌های فرهنگی کشور شده بود زیرا به عقیده این افراد با واگذاری کتابخانه‌های کانون از اثر گذاری آن برای ارائه خدمات به گروه سنی کودک و نوجوان کاسته خواهد شد.

برای بسیاری از کودکان دهه شصت و هفتاد، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان اولین تجربه حضور در یک کتابخانه واقعی سوا از آنچه در مدرسه دیده بودند، محسوب می‌شود. جذابیت مطالعه در محیط کتابخانه برای بسیاری از آنان برای اولین بار در کتابخانه

های کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان رقم خورد. از طرفی کتاب فصل مشترک بسیاری از دوستی‌های خارج از مدرسه آن نسل محسوب می‌شود؛ دوستی‌هایی که این بار مهربان باعث و بانی آن بود. شوق امانت گرفتن کتاب، اضطراب تمام شدن مهلت مطالعه و ناتمام ماندن کتاب و امید یافتن کتابهایی که شاید پیدا کردن آنها در جای دیگری امکان پذیر نبود را تماما در آنجا تجربه کردیم.

علاوه بر محیط کتابخانه، مجلاتی که انحصارا زیر نظر کانون و به طور اختصاصی برای کودک و نوجوان منتشر می‌شد یکی دیگر از خاطرات روشن کودکی این نسل است که کانون آنرا رقم زده است. کیهان بچه‌ها دو شنبه‌های منتشر می‌شد، اما بچه‌های شهرستانی آنرا با یک روز تاخیر دریافت می‌کردند. البته میزان این تاخیر در فصل زمستان به دلیل شرایط جوی بیشتر و حتی تا روز ۵شنبه نیز به

طول می‌انجامید و این تاخیر تب و تاب خواندن داستان دنباله‌دار هر شماره را فزونی می‌بخشید. باری تاثیر کانون در نهادینه کردن فرهنگ مطالعه را نمیتوان نادیده گرفت.

قدم مثبت دیگر کانون ایجاد فرهنگ اهدای کتاب بود. بسیاری از کودکان عضو کانون، آموخته بودند که با اهدای کتاب میتوانند کودک دیگری را حتی در شهر دیگری با لذت کتابخوانی آشنا کنند. بسیاری از کودکان دهه شصت و هفتاد با الگو برداری از کتابخانه‌های کانون، کتاب‌های موجود در خانه را شماره گذاری کرده، پاکت می‌چسباندند و کتابخانه شخصی خود را افتتاح میکردند. بنظر میرسد با توجه به نقش پررنگ و اثر گذار کتابخانه‌های کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در فرهنگ کتابخوانی، این نهاد نیازمند توجه بیشتری از سوی مسئولین میباشد.



**قدم مثبت دیگر
کانون ایجاد فرهنگ
اهدای کتاب بود.**

استارت‌آپ‌های افسانه‌ای زنان

استارت‌آپ یونیکورن،
استارت‌آپ‌هایی هستند
که خیلی زود به ارزش
بالای یک میلیارد دلار
رسیده‌اند و مانند
اسب تک‌شاخ به
یک افسانه تبدیل
شده‌اند.

- مینو رضانی پور / کارشناس روابط
عمومی و دیجیتال مارکتینگ-

در سال‌های اخیر مفهوم کار آفرینی توسط زنان یدک کشیده می‌شود و این زنان هستند که در سرتاسر جهان پایه‌ها عرصه ایجاد کسب و کارهای نوین و استارت‌آپ گذاشته‌اند و سهم خود را در عرصه اقتصاد افزایش داده‌اند.

شکل‌گیری کسب و کارهای نوپا باعث شده که زنان همپای مردان وارد دنیای تجارت شوند و از سال ۲۰۱۹ اکوسیستم استارت‌آپ جهان با موج جدیدی از زنان کارآفرینی روبرو شد که نه تنها توانستند کسب و کارهای نوین را راه‌اندازی کنند، بلکه در ردیف استارت‌آپ‌های یونیکورنی جهان نیز قرار گرفتند. طبق گزارش Crunchbase، در سال ۲۰۱۹ مسیری برای شکل‌گیری یونیکورن‌ها که توسط زنان مدیریت می‌شود، باز شد و این استارت‌آپ‌ها که معمولاً در زمینه فناوری فعال بودند درآمدی بالغ بر یک میلیارد دلار داشته‌اند. اگر بخواهیم موفقیت این استارت‌آپ‌ها را بررسی کنیم، فقط کافی است دو نمونه از این استارت‌آپ‌ها را زیر ذره بین قرار دهیم تا به پیشگامی زنان در این عرصه واقف آییم.

در معنی لغوی واژه یونیکورن به معنای اسب تک‌شاخ است. تک‌شاخ‌ها موجودات افسانه‌ای هستند که یک‌شاخ در سرشان دارند و استارت‌آپ یونیکورن، استارت‌آپ‌هایی هستند که خیلی زود به ارزش بالای یک میلیارد دلار رسیده‌اند و مانند اسب تک‌شاخ به یک افسانه تبدیل شده‌اند.

یونی کورن گردشگری Away یکی از استارت‌آپ‌هایی است که دو زن

کارآفرین با نام‌های Steph و Jen Rubio که استارت‌آپ خود را در حوزه گردشگری تجارت الکترونیک سبک زندگی و کالاهای مصرفی در سال ۲۰۱۵ در نیویورک راه‌اندازی کردند و توانستند سطح کار خود را به استارت‌آپ‌های یونیکورن برسانند. شاخصه کسب‌وکار این دو کارآفرین براساس فناوری‌های مدرن بود که توانستند استارت‌آپ Away را به یک برند گردشگری و سبک زندگی تبدیل کند. ارزش این استارت‌آپ بعد از سرمایه‌گذاری به بیش از ۱۰۰ میلیون دلار در سال ۲۰۱۹ رسید و در ردیف کمپانی‌های یونی کورن جهان فرا گرفت.

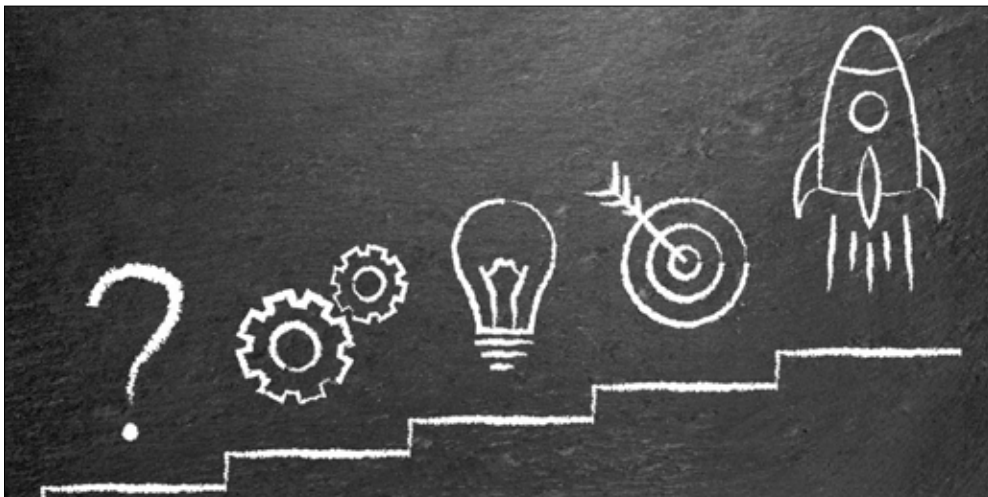
محتوایی که این تیم برند در شبکه‌های مجازی خود منتشر می‌کند، بیشتر جنبه گردشگری دارد. به این صورت که محتوای آن شامل تصویر، فیلم متن و تجارب ناب افراد گردشگر است. یکی از مهم‌ترین کارهایی که توسط این دو کارآفرین زن صورت گرفته ترویج یک سبک زندگی مدرن است که چشم‌انداز قابل‌توجهی را به کاربران خود ارائه می‌دهد.

نمونه دیگر یونیکورن‌های موفق با هدایت زنان پیشروی این عرصه، یونیکورن دانشگاهی استارت‌آپ Coursera در سان‌فرانسیسکو در سال ۲۰۱۱ راه‌اندازی شد و یکی از مهم‌ترین کسب‌وکارها در زمینه آموزش است. در حال حاضر Daphne Koller با هم بنیان‌گذاران خود هدایت و مدیریت این کمپانی بزرگ را بر عهده دارد. دافنه کلر و Andrew Ng هر دو استاد دانشگاه استنفورد هستند که این استارت‌آپ را با اهداف آموزشی راه‌اندازی کردند و توانستند خدمات نوین را به افراد

علاقمند ارائه دهند. این استارت‌آپ یک شرکت آموزش آنلاین محسوب می‌شود که با مشارکت ۱۴۰ دانشگاه و مؤسسه آموزشی معتبر جهانی مشغول فعالیت است و در حال حاضر این پلتفرم ۴۰ میلیون دانش‌آموخته دارد. این کمپانی به نحوی طراحی شده که کاربران می‌توانند زمینه یادگیری خود را از بین ۳۲۰۰ رشته و ۳۱۰ تخصص و ۱۴ رشته انتخاب نمایند.

این کمپانی در راستای اهداف بین‌المللی خود برای آماده کردن دانشجویان ۱۳۰ میلیون دلار جمع‌آوری کرده و یکی از تک‌شاخ‌های جهان محسوب می‌شود. روند آموزش آنلاین این پلتفرم از طریق دانشگاه و مؤسسات آموزشی معتبر صورت می‌گیرد و کاربران قابل‌توجهی را به سمت خود جذب کرده است.

با نگاه اجمالی به تنها دو مورد از این استارت‌آپ‌های یونیکورنی می‌بینیم که حضور زنان در عرصه استارت‌آپ هرروز در سطح جهان بیش از پیش پیشرفت دارد. با این وجود نسبت کارآفرینان زن که توانسته‌اند خود را به مرحله یونی کورن برسانند، نسبت به هم‌تایان مرد کمتر است. به گونه‌ای که از میان ۵۰ یونیکورنی که در سال ۲۰۱۸ شکل گرفته‌اند، فقط ۱۰ شرکت توسط زنان بنیان‌گذاری شده‌اند و این یعنی نسبت پانزده به یک! اما درآمد بالای کسب‌وکارهایی که توسط زنان راه‌اندازی شده و معرفی آن‌ها می‌تواند نقطه قوتی برای زنان کارآفرین در سطح دنیا به شمار آورد تا رؤیاهای خود را دنبال کنند و راه خود را برای یونیکورن شدن ادامه دهند.





مدیریت منابع انسانی و اهمیت آن در کسب و کار

و تمام فرایندهای استخدام، آموزش، حقوق و دستمزد و سایر ارتباطات را شامل می‌شود. یک مدیر منابع انسانی وظایفی چون کارمندی، آموزش، برنامه ریزی، ارزیابی، کنترل، پاداش را به عهده دارد. این وظایف در چهار چوب چهار فرایند کلی تقسیم بندی می‌شود. این فرایندها شامل موارد زیر می‌شود.

برنامه ریزی
سازماندهی
هدایت

نظارت بر انجام کار

فعالیت های واحد مدیریت منابع انسانی، باید در چهارچوب این چهار فرایند باشد. وظایف مدیر منابع انسانی ابتدا مورد برنامه ریزی قرار می‌گیرند، سپس سازماندهی شده و به نیروی انسانی ابلاغ می‌گردند. مدیریت منابع انسانی هدایت آن را در اجرا بر عهده گرفته و در نهایت بر اجرای آن نظارت می‌نماید

مدیر منابع انسانی کیست؟

فردی که مسئولیت خطیر مدیریت منابع انسانی را با هدف بهبود عملکرد نیروی انسانی و دستیابی به اهداف سازمان، بر عهده می‌گیرد مدیر منابع انسانی نام دارد. مدیر منابع انسانی بیشترین شناخت را از توان و عملکرد نیروهای خود داشته و می‌داند که چه مسئولیتی مناسب چه شخصی می‌باشد و بر فرایندهای کارگزینی، جذب و استخدام، آموزش، همکاری با پرسنل و پایان همکاری نظارت می‌نماید. برنامه ریزی منابع انسانی، جذب و استخدام، مدیریت حقوق و دستمزد، مشاوره به مدیران ارشد، ارزیابی کارکنان و ... از وظایف مدیر منابع انسانی می‌باشد.

مدیریت منابع انسانی یا همان HUMAN RESOURCE MANAGEMENT به معنی مشخص کردن وظایف و ارتباطات افراد شاغل در سازمان است. در حقیقت مدیر بخش منابع انسانی در سازمان با شناخت کامل از افراد و با در نظر گرفتن خصوصیات فردی و مهارت‌های حرفه ای، وظایف کارمندان را به طوری مشخص میکند تا اهداف مشخص شده سازمان در حالت بهینه به نتیجه برسد. مدیریت منابع انسانی در برگیرنده تمام روابط انسانی سازمان بوده و تمام فرایندهای استخدام، آموزش، حقوق و دستمزد و سایر ارتباطات را شامل می‌شود.

توجه داشته باشید منابع انسانی به تمام افراد شاغل در مجموعه اطلاق می‌شود بنابراین مدیریت منابع انسانی علم بهبود ارتباطات درون سازمانی و مدیریت هرآنچه به نیروی انسانی شاغل در مجموعه است گفته می‌شود.

مدیر منابع انسانی در حقیقت حلقه مفقود شده سازمان هایی است که با اختیار داشتن افراد متخصص و داشتن چشم انداز روشن اما بازده مناسب را ندارند عدم هماهنگی بین اعضا و قرار گرفتن افراد در جایگاهی که شایسته آن نیستند؛ از جمله مشکلات این گونه سازمان ها بشمار می‌آید. افراد شاغل در هر سازمان ثرمایه های هر سازمان محسوب میشود بنابراین تعیین چارچوب روابط سازمانی با در نظر گرفتن تخصص و خصوصیات فردی در راستای اهداف سازمان و مدیریت، یکی از ارکان تاثیرگذار در مدیریت منابع مالی نیز محسوب می‌شود.

مدیریت منابع انسانی در برگیرنده تمام روابط انسانی سازمان بوده

-مسعود بازبان-

اگر به حوزه کسب و کار علاقه داشته باشید، به طور یقین واژه «مدیریت منابع انسانی» به گوشتان خورده است. چه صاحب یک کسب و کار کوچک خانگی باشید یا صاحب بزرگترین برندها نیازمند بهره‌گیری از اصول مدیریت منابع انسانی هستید. مدیریت منابع انسانی یکی از ارکان بسیار با اهمیت در عرصه تجارت به شمار می‌آید که متأسفانه کمتر مورد توجه قرار گرفته.

اهمیت مدیریت منابع انسانی طی ۲۰ سال گذشته به میزان قابل توجهی افزایش یافته است، زیرا نقش آن از ابتدای استخدام، مصاحبه، تعیین حقوق و دستمزد و برنامه ریزی برای حفظ و نگهداری منابع انسانی غیرقابل انکار است. مدیریت منابع انسانی به طور فعال در دستیابی به اهداف استراتژیک سازمان، با کمک به توسعه فردی کارمندان، ارزیابی عملکرد آنها و توسعه فرهنگ سازمانی نقش بسزایی دارند. تیم مدیریت منابع انسانی امروزه مسئولیت کارهای بسیار بیشتری نسبت به کارمندان سنتی یا وظایف اداری بر عهده دارد و می‌تواند با انجام صحیح وظایف اصلی خود با بهره وری بالای کارکنان بسیار مفید واقع شوند. آنها بهترین نیروها را استخدام می‌کنند، سپس آموزشهای لازم را به آنها می‌دهند و آنها را آماده ورود به محیط کار می‌نمایند. همچنین با پایش عملکرد کارمندان، ارائه پیشنهادهای قدردانی به مدیران و ایجاد محیطی شاد و پویا، به بالا بردن انگیزه کارمندان کمک شایانی می‌کنند. در واقع باید گفت تیم مدیریت منابع انسانی می‌تواند برای سازمان ارزش افزینی بالایی داشته باشد.

اهمیت مدیریت منابع انسانی طی ۲۰ سال گذشته به میزان قابل توجهی افزایش یافته است.

عربستان سعودی از اعزام فضانورد زن به فضا خبر داد

در این مأموریت فضایی در راس کمیسیون فضایی عربستان قرار گرفت و تا سال گذشته میلادی که به عنوان مشاور ملک سلمان منصوب شد این سمت را حفظ کرد. امارات عربی متحده، همسایه و متحد نزدیک عربستان نیز پیش‌تر با پرتاب یک کاوشگر به مدار مریخ در فوریه ۲۰۲۱ نشان داد که از یک برنامه فضایی پیشرو در جهان عرب برخوردار است. امارات تا سال ۲۰۲۲ یک کاوشگر به

ماه می فرستد این کشور امیرنشین قصد دارد اولین ماه نورد خود را در نوامبر آینده به فضا پرتاب کند. اگر این مأموریت با موفقیت انجام شود، امارات عربی متحده به همراه ژاپن که قرار است در تهیه فرودگر فضایی مشارکت داشته باشد به جمع ایالات متحده، روسیه و چین به عنوان کشورهایی که فضاییما روی سطح ماه قرار داده‌اند، خواهند پیوست.

در بیانیه‌ای اعلام کرد: «برنامه آموزش فضانوردان سعودی که بخشی جدایی ناپذیر از چشم انداز بلندپروازانه نظام پادشاهی برای سال ۲۰۳۰ است، افراد منتخب را برای کمک به خدمت بهتر به بشریت به فضا می‌فرستد.» یکی از فضانوردانی که قرار است در این برنامه آموزش ببیند یک زن سعودی است که مأموریت او به فضا برای نخستین بار در تاریخ این کشور خواهد شد.

اولین فرد عرب‌تبار یا مسلمان که به فضا سفر کرد سلطان بن سلمان بن عبدالعزيز، فرزند سلمان بن عبدالعزيز، پادشاه عربستان سعودی بود. وی که برادر ناتنی ولیعهد و خلبان نیروی هوایی عربستان است سال ۲۰۱۸ به عنوان بخشی از خدمه هفت نفره فضاییمای دیسکاوری به فضا سفر کرد و در قالب این مأموریت به دور کره زمین چرخید. سلطان بن سلمان پس از شرکت



زنان در نیروی کار این کشور اسلامی است که پیش‌تر به محافظه‌کاری و انعطاف‌ناپذیری نسبت به مقررات مذهبی و آزادی‌های اجتماعی شهرت داشت.

عربستان سعودی در راستای حرکت در مسیری متفاوت که با طراحی یک چشم انداز بلند مدت کلید خورده است پیش از این در سال ۲۰۱۸ ممنوعیت رانندگی زنان را که از دیرباز در این کشور پادشاهی به اجرا درآمده بود، لغو کرد.

برای اولین بار در عربستان سعودی زنان راننده قطار می‌شوند دیده‌بان حقوق بشر: عربستان همزمان با اصلاحات دگراندیشان را سرکوب می‌کند کمیسیون فضایی عربستان سعودی

عربستان سعودی روز پنجشنبه از راه‌اندازی یک برنامه آموزشی با هدف اعزام فضانوردانی از این کشور از جمله یک فضانورد زن به فضا خبر داد.

بر طبق این برنامه تعدادی فضانورد عربستانی که در میان آنها یک زن نیز حضور دارد برای اعزام به فضا در سال آینده میلادی آموزش خواهند دید. ترویج و گسترش علم و فناوری بخشی از برنامه گسترده چشم‌انداز ۲۰۳۰ در عربستان سعودی است که با هدف بازنگری در ساختار اقتصادی و کاهش وابستگی این کشور به صادرات نفت راه‌اندازی شده است.

این طرح که محمد بن سلمان، ولیعهد پرنفوذ عربستان سعودی از مبتکران و مهم‌ترین حامیان آن است همچنین خواستار ادغام بیشتر

هیچ ممنوعیتی برای پذیرش دختران در هتل‌ها وجود ندارد

صورت بود و تفاوتی نداشت. اگرچه سال‌ها از این اتفاق می‌گذرد و بارها پلیس اداره امکان عمومی اعلام کرده که مشکلی برای پذیرش افراد بدون مدرک در بدو ورود نیست به شرط آنکه تلفنی احراز هویت شوند اما باز هم برخی از هتل‌ها از پذیرش دختران مجرد، دختران بدون مدرک شناسایی یا افرادی که می‌خواهند در هتل شهر محل زندگی خود اقامت داشته باشند، خودداری می‌کنند!

موافقت اداره کل نظارت بر اماکن عمومی ناجا، مقرر شد مدیران هتل‌ها به شرط اطلاع شفاهی یا کتبی اقامت این زنان به دوایر اماکن عمومی برای بررسی‌های معمول، نسبت به پذیرش آنها اقدام کنند پلیس اماکن موافقت کرده بود دختران مجرد در هتل‌ها اقامت داشته باشند و اگر مدرکی ندارند باز هم هتل آنها را پذیرش کند ولی به اطلاع پلیس اماکن برسانند. این موضوع برای مردان هم به همین



زنان وزارت کشور در این باره گفته بود: نپذیرفتن این دسته از زنان در هتل‌ها در گذشته، ناشی از اعمال سلیقه شخصی مدیران اماکن عمومی بود. به دنبال تصمیم‌گیری‌های متضاد ادارات و دوایر نظارت بر اماکن عمومی استان‌ها در این خصوص و ایجاد مشکلاتی برای زنان به جهت عدم پذیرش، با پیگیری‌های صورت گرفته از سوی دفتر امور زنان وزارت کشور، این ممنوعیت لغو شد و با

چند سال پیش دختر دانشجوی جوانی به علت دیر رسیدن، از خوابگاه محل اقامتش جا ماند و بعد هم با مراجعه به چند مهمانپذیر، به علت نداشتن شناسنامه و نامه اداره اماکن، جواب رد شنید و مجبور شد شب را در پایانه اتوبوس‌رانی بگذراند. فردای آن روز شکایتش را به پلیس و رسانه‌ها کشاند. در تیر ماه سال ۸۳ فخرالسادات محتشمی پور مدیرکل وقت دفتر امور