

فرستنده



تهران - ۱۵۹۵۸۳۳۱۱۱  
 خ ولی عصر - ابتدای خ شهید  
 مطهری - خ سرداران - نبش  
 کوی جهانسوز - پ ۳۷ -  
 تک‌زنگ زیر همکف  
 تلفن و دورنگار  
 ۸۸۱۹۰۳۴۵ و ۸۸۱۷۲۰۵۱۹  
 ۸۸۷۲۸۳۱۷  
 info@madaraneemr  
 ooz.com  
 www.madaraneemrooz.com

گیرنده :

.....

.....

.....

پیک  
مام

شماره‌ی  
۱۱۷

خبرنامه‌ی داخلی  
موسسه  
مادران امروز

زمستان ۱۳۹۴  
۲۰۱۶  
۱۴۳۷

سالی پر از سلامتی، دوستی و مهربانی را برایتان آرزو داریم.

نوروزتان شادا

با یاد دوست  
که مدارا و مهر مادری  
ذره‌ای از کان مهر و مدارای اوست

مختصری از فعالیت‌های موسسه در زمستان

برنامه‌های داخل موسسه

- ۱۲ کارگاه بازی و رشد (۶-۱۲ ماهه) (۲-۱ ساله) (خانم گلناز رضوان)
- ۲ کارگاه بازی و مهارت (۳-۲ ساله) (خانم سیمین بیبا)
- کارگاه قصه‌گویی خلاق (۵-۲ ساله) (خانم پگاه رضوی)
- کارگاه تغذیه و از شیر گرفتن (خانم زهرا سلیمانی)

- ۲ گام ارتباط کلامی (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- گام رفتار با کودک (خانم فریبا مقدس‌زاده)
- گام ارتباط آگاهانه (ویژه‌ی جوانان) (خانم مریم عاطفی)
- گام مدیریت بر خشم (خانم فرحناز مددی)

## برنامه‌های خارج از موسسه

### مهدهای کودک و مدرسه‌ها

- برگزاری سخنرانی با موضوع **تربیت جنسی کودک و نوجوان** با کارشناسی خانم فروغ بهادری در دبستان بادبادک (منطقه ۱)

### سایر مراکز

- برگزاری گام ارتباط همسران با کارشناسی خانم ماریا ساسان‌نژاد در شرکت مهندسی و ساخت توربین مپنا- پرتو (کرج)
- برگزاری ۲ گام فشرده‌ی **مدیریت بر خشم** در خیریه بنیاد صالح با کارشناسی خانم فرحناز مددی
- برگزاری کارگاه **نظم‌آموزی و انضباط** و کارگاه **مسئولیت‌پذیری** با کارشناسی خانم زهرا سلیمانی در هنرکده‌ی بادبادک
- برگزاری کارگاه **آمادگی برای ورود به دبستان** با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی در موسسه آوند (طبیعت پاک)
- برگزاری کارگاه **آموزش توالترفتن به کودکان زیر ۲ سال** و کارگاه **خواب نوزاد** در موسسه بازی و اندیشه با کارشناسی خانم نگین نابت

- برگزاری کارگاه **کاهش استفاده از پلاستیک با نگاهی بر پسماند (به مناسبت روز هوای پاک)** با کارشناسی خانم فرزانه منفرد در سرای محله‌ی جهاد
- برگزاری ۲ سخنرانی با موضوع‌های **شیوه‌های صحیح مطالعه و تربیت جنسی** با کارشناسی خانم‌ها مرضیه شاه‌کرمی و فروغ بهادری در کتابخانه‌ی لویزان
- برگزاری سخنرانی با موضوع **خانواده‌ی سالم و بلوغ نوجوان** با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی در پژوهشکده‌ی مخابرات
- برگزاری جلسه‌ی پرسش و پاسخ با موضوع **ارتباط همسران** با کارشناسی خانم ماریا ساسان‌نژاد در کانون هموفیلی
- برگزاری سخنرانی با موضوع **ضرورت آموزش در خانواده** با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی در کارخانه کارتن ایران همراه با برگزاری **نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب‌های مناسب به خانواده‌ها**

- شرکت در جشن **آغاز پنجاه و سومین سالگی شورای کتاب کودک** در محل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان همراه با برگزاری **نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب‌های مناسب به خانواده‌ها**

- برگزاری جلسه‌ی **بازی‌های زیست‌محیطی** با کودکان اعضای موسسه آوای ماندگار به مناسبت روز هوای پاک توسط اعضای گروه محیط‌زیست موسسه مادران در محل موسسه آوای ماندگار
- شرکت در همایش **بازی با بچه‌های مدرسه به مناسبت روز هوای پاک** به دعوت شهرداری منطقه ۱۹ در پارک بازیافت
- شرکت در همایش **گرمایش زمین و بازیافت** به دعوت موسسه دارین در کتابخانه‌ی حسینییه ارشاد
- شرکت در نمایش فیلم **کوشکی** به دعوت انجمن یوزپلنگ ایرانی (برای حفاظت از حیات وحش) در انتشارات فنی
- شرکت در کارگاه **ایجاد انگیزه‌ی تحصیلی در کودکان کار و خیابان** به دعوت شبکه یاری به کودکان کار و خیابان در دفتر شبکه یاری به کودکان کار و خیابان

- شرکت در کارگاه **تخریب محیط‌زیست به دعوت انجمن خیریه جمعیت امام علی(ع)** در دفتر انجمن
- شرکت در نشست **معضل آلودگی هوا** به دعوت موسسه تهران و با همکاری دو سازمان مردم‌نهاد نفس و امید مادران زمین در باغ‌موزه قصر
- شرکت در هشتمین نشست ماهانه **علمی و آموزشی** به دعوت سازمان حفاظت از محیط‌زیست در محل پارک پردیسان
- شرکت در نشست **بهره‌وری انرژی و فرهنگ‌سازی** به دعوت مرکز تحقیقات علمی کشور در محل نمایشگاه بین‌المللی تهران
- شرکت در همایش **نگاهی به مسئله‌ی تغییر اقلیم در ایران (مخاطرات طبیعی وابسته به تغییر اقلیم و کنوانسیون تغییر اقلیم سازمان ملل)** به دعوت مرکز تحقیقات سیاسی علمی کشور در محل مرکز تحقیقات

### شهرستان‌ها

- برگزاری کارگاه‌های **نظم‌آموزی و انضباط و فرزند مستقل** در شاهرود به دعوت انجمن دوستداران کودک با کارشناسی خانم‌ها زهرا سلیمانی و سهیلا طاهری

### راه دور

- برگزاری کارگاه‌های **مشورت با دیگران، نظم‌آموزی و انضباط و تقویت اعتماد به نفس بزرگسال** در دبی به دعوت گروه راه دور دبی با کارشناسی خانم مرضیه شاه‌کرمی
- برگزاری جلسه‌ای با موضوع **بلوغ جنسی نوجوان** به شکل آنلاین برای اعضای گروه‌های راه دور قائم‌شهر و سایر والدین و مربیان با کارشناسی خانم فروغ بهادری
- معرفی **طرح راه دور و معارفه** به منظور تشکیل یک گروه کتابخوانی در تهران در پارک بانوان با همراهی خانم فرخنده صادق‌پور

### موسسه در رسانه‌ها

- مصاحبه با پایگاه خبری وطن با موضوع **آشنایی با فعالیت‌ها و دیدگاه‌های موسسه مادران امروز درباره‌ی خانواده** (خانم مرضیه شاه‌کرمی)

### ارتباطات و همکاری‌ها

- در زمستان امسال با سازمان‌ها و نهادهای زیر ارتباط و همکاری داشته‌ایم:  
انجمن پژوهش‌های آموزشی پویا، دانش‌بنیان، سرای محله جهاد، شورای کتاب کودک، شورای گسترش فرهنگ صلح، شهرداری منطقه ۱۹، گروه‌های آموزشی اداره کل شهرستان تهران، موسسه سرطان پستان تهران.

## گام‌ها و کارگاه‌ها در بهار ۹۵

### • برنامه‌های والدین و فرزندان

برنامه‌ی جدید والدین و فرزندان در سال آینده در روزهای یکشنبه با عنوان‌های زیر برگزار می‌شود:

- بازی و رشد برای کودکان زیر دو سال
- بازی و مهارت در دو گروه سنی ۲-۳ سال و ۳-۴ سال
- قصه‌گویی خلاق برای کودکان ۳-۶ سال

### • تعداد جلسه‌های گام مدیریت بر خود

گام مدیریت بر خود برای کمتر از ۱۰ نفر، در ۸ جلسه و بین ۱۰ تا ۲۰ نفر، در ۱۰ جلسه برگزار می‌شود.

### جلسه‌های ماهانه

ما در دی و اسفند ماه جلسه‌ی ماهانه نداشتیم. دی‌ماه به دلیل آلودگی هوا، جلسه تعطیل شد و اسفند ماه هم به دلیل جابه‌جایی موسسه، سخنرانی ماهانه نداشتیم.

### • نمایش فیلم مستند "این سه زن"

جلسه‌ی ماهانه‌ی بهمن اختصاص داشت به نمایش فیلم مستند "این سه زن" ساخته‌ی آقای مصطفی امامی و تهیه‌کنندگی مرکز گسترش سینمای مستند و تجربی.

در فیلم این "سه زن" ما به تماشای تلاش‌های بی‌دریغ دو خواهر همراه مادر سالمندشان برای حفظ خانه‌ی قدیمی خود نشستیم. سپس درباره‌ی چگونگی ساخت فیلم با کارگردان آن به گفت‌وگو پرداختیم و ایشان به سوال‌های شرکت‌کننده‌ها پاسخ دادند.

### • مهارت‌های زندگی نوجوانان

دوره‌ی جدید کارگاه‌های مهارت‌های زندگی ویژه‌ی گروه سنی ۱۲-۱۴ سال و ۱۵-۱۷ سال در تابستان ۹۵ برگزار خواهد شد. از نوجوانان عزیز دعوت می‌شود قبل از شروع تابستان در این گروه‌ها ثبت‌نام کنند.

گام‌ها (صبح)	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
رفتار با کودک	۹۵/۲/۴	۱۰	نگین نابت	۹-۱۱
رفتار با نوجوان	۹۵/۲/۵	۹	مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۱
ارتباط همسران	۹۵/۲/۶	۸	ماریا ساسان‌نژاد	۹-۱۱
مدیریت بر خود	۹۵/۲/۱۳	۱۰	مریم احمدی	۹-۱۱
مدیریت بر خشم	۹۵/۲/۱۴	۶	ماریا ساسان‌نژاد	۹-۱۱
ارتباط کلامی	۹۵/۲/۱۸	۷	مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۱
آمادگی برای فرزندپروری	۹۵/۲/۲۹	۹	نگین شهری	۹-۱۱
آموزش پیش از ازدواج	۹۵/۲/۳۰	۸	فرحناز مددی	۹-۱۱
ارتباط آگاهانه ویژه‌ی جوانان	۹۵/۲/۳۰	۸	مریم عاطفی	۹-۱۱
گام‌ها (بعدازظهر)	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
رفتار با نوجوان	۹۵/۲/۴	۹	فرخنده صادق‌پور	۵-۷
رفتار با کودک	۹۵/۲/۵	۱۰	فریبا مقدس‌زاده	۵-۷
ارتباط کلامی	۹۵/۲/۱۹	۷	مرضیه شاه‌کرمی	۵-۷
ارتباط همسران	۹۵/۲/۲۱	۸	ماریا ساسان‌نژاد	۵-۷
آمادگی برای فرزندپروری	۹۵/۲/۲۱	۹	زهرا سلیمانی	۵-۷
مدیریت بر خشم	۹۵/۲/۲۱	۶	فرحناز مددی	۵-۷
کارگاه‌ها (صبح)	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
تشویق و تنبیه	۹۴/۱/۲۴	۲	زهرا سلیمانی	۹-۱۲
تشویق و تنبیه	۹۵/۱/۳۱	۱	زهرا سلیمانی	۹-۱۲
نظم‌آموزی و انضباط در کودکان	۹۵/۲/۱۴	۱	زهرا سلیمانی	۹-۱۲
آمادگی برای ورود به دبستان	۹۵/۲/۱۴	۱	مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۲
نظم‌آموزی و انضباط در بزرگسال	۹۵/۲/۲۱	۱	مرضیه شاه‌کرمی	۹-۱۲
آموزش توالی‌رفتن به کودکان زیر ۲ سال	۹۵/۲/۲۸	۱	نگین نابت	۹-۱۲
تقویت اعتمادبه‌نفس در کودکان	۹۵/۳/۱۱	۱	نگین نابت	۹-۱۲
تقویت اعتمادبه‌نفس در بزرگسالان	۹۵/۳/۱۸	۱	ماریا ساسان‌نژاد	۹-۱۲
مسئولیت‌پذیری در کودکان	۹۵/۳/۲۵	۱	زهرا سلیمانی	۹-۱۲
کارگاه‌ها (بعدازظهر)	شروع	تعداد جلسه	گرداننده	ساعت
نظم‌آموزی و انضباط	۹۵/۲/۱۳	۱	فریبا مقدس‌زاده	۴-۷
نقش خانواده در موفقیت تحصیلی	۹۵/۲/۲۰	۱	سهیلا طاهری	۴-۷
خانواده و امتحانات	۹۵/۲/۲۷	۱	سهیلا طاهری	۴-۷
فرزند مستقل	۹۵/۳/۳	۱	سهیلا طاهری	۴-۷

### • دید و بازدید نوروزی

اولین سه‌شنبه‌ی بعد از تعطیلات نوروزی (۱۳۹۵/۱/۱۷) از ساعت ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰، به دیدار نوروزی با یکدیگر در موسسه اختصاص یافته است.

چشم به راه شما هستیم و مقدمتان را گرامی می‌داریم.

### • تسلیت

به دوستان عزیزمان سرکار خانم‌ها مهناز محضری، اشرف شهرزاد، زهرا سلیمانی، منصوره فرداد و فریده فرامرزی که در زمستان گذشته عزیزی را از دست داده‌اند، صمیمانه تسلیت می‌گوییم.

### دوستان عزیز

از دوستان عزیزی که شماره‌ی تلفن، نشانی منزل و ایمیلشان تغییر می‌کند، درخواست می‌کنیم تغییر را به بخش اداری موسسه مادران امروز اطلاع دهند.

### • تغییر محل موسسه

همان طور که می‌دانید موسسه در زمستان امسال مجبور به تغییر مکان شد. توجه شما را به تغییر نشانی و تلفن‌های موسسه جلب می‌کنیم:

نشانی: تهران. خ ولی عصر، ابتدای خ شهید مطهری، کوچه سربداران، نبش کوی جهانسوز، پلاک ۳۷، تک زنگ زیر همکف.

کد پستی: ۱۵۹۵۸۳۳۱۱۱

تلفن و فاکس:

۸۸۸۹۰۳۴۵-۸۸۷۲۰۵۱۹ - ۸۸۷۲۸۳۱۷

### • سپاس

از خانم‌ها: مریم ترحمی، آرزو قنبری و هاله نورصالحی به خاطر کمک در جمع کردن کتابخانه‌ی امانی.  
از خانم‌ها: فاطمه امیرشکاری، مژگان لک، شیدا اکبری، پروین فرزانی، زهرا محسنی، نگین نابت، زهرا مشایخی، بهار عابدینی و پسر عزیزشان سام و آقایان مهرداد امانی، فرهاد حسینی و مهدی مشایخی به خاطر کمک در جابه‌جایی وسایل.

از خانم‌ها: مژگان سره، معصومه دانشیان، هاله نورصالحی، بهار عابدینی، افسانه قیدی، مریم احمدی، نسرين مایلی و گروه پدران به خاطر همراهی‌های مالی برای کار انتقال موسسه به محل جدید.

از خانم نسرين مایلی برای هماهنگی امور خدمات و نیروی انسانی داوطلب.

از بخش اداری برای همه‌ی خستگی‌هایی که به جان می‌خرند تا در جای جدیدمان احساس آرامش کنیم.

### سپاس ویژه

از آقای مهندس سیامک جولایی برای آماده‌سازی خانه‌ی جدید برای موسسه.

اینستاگرام: valedeyn\_va\_farzandan

کانال اطلاع‌رسانی:

<https://telegram.me/madaraneemrooz>

سایت: [www.madaraneemrooz.com](http://www.madaraneemrooz.com)

ایمیل: [info@madaraneemrooz.com](mailto:info@madaraneemrooz.com)

پیک مام به کوشش خانم‌ها ماندانا آجودانی و نیلوفر بدیع زیر نظر بخش روابط عمومی منتشر می‌شود.