



تهران - ۱۵۹۵۸۳۳۱۱۱
 خ ولی عصر - ابتدای خ
 شهید مطهری - خ
 سربداران - نیش کوی
 جهانسوز - پ ۳۷ -
 تک‌زنگ زیر همکف
 تلفن و دورنگار
 ۸۸۱۹۰۳۴۵ و ۸۸۹۰۱۴۳۶
 ۸۸۷۲۸۳۱۷

گیرنده :

پیک
مام

شماره‌ی
۱۱۸

خبرنامه‌ی داخلی
 موسسه
 مادران امروز

بهار ۱۳۹۵
 ۲۰۱۶
 ۱۴۳۷

**از تابستان برای همراهی بیشتر با فرزندان استفاده کنیم
 و بکوشیم لمظه‌هایی پر بار و فوش برایشان بیافرینیم.**
 با حضور در « برنامه‌های مشترک والدین و فرزندان » و کمک به فرزندان
 برای حضور در گام « مهارت‌های زندگی ویژه‌ی نوجوانان » ، می توانیم
 تا مدی به این هدف برسیم .

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

مختصری از فعالیت‌های موسسه در بهار

برنامه‌های داخل موسسه

- کارگاه خطاهای شناختی (خانم ماریا ساسان‌نژاد)
- کارگاه روابط زناشویی (خانم فروغ بهادری)
- ۸ کارگاه بازی - رشد (۲-۱ ساله) (خانم گلناز رضوان)
- کارگاه آمادگی برای ورود به دبستان (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- کارگاه آموزش توالف‌رفتن برای کودکان زیر ۲ سال (خانم نگین نابت)
- کارگاه دور همی مادرانه (ماساژ کودک زیر ۱ سال) (خانم نگین شهری)
- کارگاه‌های شیردهی به نوزاد، پدران و آمادگی برای حضور فرزند، خواب نوزاد و ماساژ نوزاد، کار فرهنگی با نوزاد (خانم زهرا سلیمانی)

- گام رفتار با نوجوان (خانم مرضیه شاه‌کرمی)
- گام آمادگی برای فرزندپروری (خانم زهرا سلیمانی)
- گام مدیریت بر خود (خانم مریم احمدی)
- کارگاه پرورش فرزند مستقل (خانم سهیلا طاهری)

• تجربه‌ای جدید: یوگای دوران بارداری

اولین دوره‌ی یوگای مخصوص مادران باردار در موسسه مادران امروز با کارشناسی خانم مریم رضایی در تاریخ ۹۵/۳/۲۳ برگزار شد. باتوجه به استقبال مادران، به‌زودی این کارگاه تکرار خواهد شد.

برنامه‌های خارج از موسسه

- برگزاری ۲ گام ارتباط همسران با کارشناسی خانم ماریا ساسان‌نژاد در شرکت مهندسی و ساخت توربین مپنا- پرتو (کرج)
- برگزاری گام فشرده‌ی مدیریت بر خشم با کارشناسی خانم فرحناز مددی در خیریه بنیاد صالح
- برگزاری سخنرانی با موضوع نقش زن در جامعه با کارشناسی خانم ماریا ساسان‌نژاد در شرکت قدس‌نیرو
- برگزاری برنامه‌ی جمع‌آوری امضا در رابطه با مراقبت از زمین به مناسبت هفته‌ی زمین پاک و نمایش فیلم طعم شیرین خیال به مناسبت هفته‌ی محیط زیست توسط گروه محیط‌زیست موسسه مادران امروز و همکاری اعضای کانون محیط زیست همیاران سبز سرای محله‌ی جهاد در محل سرای محله‌ی جهاد
- شرکت در دیدار نروزی انجمن نویسندگان کودک و نوجوان و نکوداشت آقای دکتر مهدی مهران حجوانی به دعوت کانون نویسندگان در خانه‌ی هنرمندان همراه با برگزاری نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب‌های مناسب به خانواده‌ها
- شرکت در نمایشگاه به مناسبت نیمه‌ی شعبان و معرفی کانون محیط زیست همیاران سبز به دعوت سرای محله‌ی جهاد در میدان سلماس همراه با برگزاری نمایشگاه کتاب و معرفی کتاب‌های مناسب از انتشارات مادران امروز به خانواده‌ها
- شرکت در کارگاه ردپای اکولوژیک به دعوت شورای گسترش فرهنگ صلح در موسسه پژوهشی کودکان دنیا
- شرکت در کارگاه ردپای اکولوژیک کلی و شهری به دعوت موسسه آوای سبز داربن در کتابخانه‌ی حسینییه ارشاد
- شرکت در همایش روز جهانی محیط‌زیست به دعوت سرای محله‌ی شهرآرا در محل پارک شهرآرا

• حضور در بیست و نهمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران

از تاریخ ۹۵/۲/۱۵ تا ۹۵/۲/۲۵ با فعالیت دوستان داوطلب و مروجان، موسسه مادران امروز حضوری چشمگیر در نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران در شهر آفتاب داشت و کتاب‌های مناسب برای خانواده در اختیار آن‌ها قرار گرفت.

شهرستان‌ها

- برگزاری گام فشرده‌ی رفتار با نوجوان و کارگاه روابط زناشویی در کرمان به دعوت جمعی از مادران و به همت دوستان راه دور در کرمان با کارشناسی خانم‌ها مرضیه شاه‌کرمی و فروغ بهادری

ارتباطات و همکاری‌ها

• در بهار امسال با سازمان‌ها و نهادهای زیر ارتباط و همکاری داشته‌ایم:

پایگاه خبری وطن، جهاندیدگان شاد، دفتر توانمندسازی مشارکت‌های مردمی ستاد محیط‌زیست شهرداری تهران، سرای محله‌ی جهاد (یوسف‌آباد)، شورای کتاب کودک، کانون رشد خلاق (کرج)، کانون توسعه فرهنگی، کانون توسعه و همیاری کودک استان فارس، گروه ورزش و خانواده، موسسه‌ی باهمستان، موسسه کوشگران طبیعت دنیا، موسسه حامیان طبیعت پاک (آوند)، موسسه مهر و ماه، موسسه‌ی مهرطاه‌ها، مدرسه‌ی طبیعت وارث (بندر کیشهر)، مدرسه‌ی کودک طبیعت زمین (دماوند)، مدرسه‌ی طبیعت کاوی کنج (مشهد)، موسسه پژوهشی کودکان دنیا.

مناسبت‌ها

• دیدو بازدید نروزی

سه‌شنبه ۹۵/۱/۱۷ به دیدوبازدید نروزی در موسسه اختصاص یافت.

در این نشست هم دیدارها تازه شد هم موسسه‌های مختلف که در این جمع حضور داشتند، با فعالیت‌های یکدیگر آشنا شدند. این نشست فرصتی شد برای دوستی‌ها و همکاری‌های جدید.

• بزرگداشت روز جهانی خانواده (۲۵ اردیبهشت)

برنامه‌های موسسه مادران امروز در بزرگداشت روز جهانی خانواده :

برنامه‌ی اول: گفت‌وگوی دوستانه، گردش و بازی‌های خانوادگی در تاریخ ۹۵/۲/۲۴

برنامه‌ی دوم: نشست تخصصی با حضور کارشناسان حوزه‌های مختلف مرتبط با خانواده و مسئولان و نمایندگان نهادها و سازمان‌هایی که به نوعی به کار با خانواده‌ها می‌پردازند. این برنامه در روز شنبه ۹۵/۲/۲۵ در محل موسسه برگزار شد.

گزارش مربوط به روز جهانی خانواده را می‌توانید در پیوست شماره‌ی ۲۴ پیک مام مطالعه فرمایید.

کارشناس: خانم آناهیتا غنی‌زاده

(پژوهشگر - کارگردان تئاتر کودک و نوجوان)

موضوع: تقویت و پرورش چهار ویژگی شخصیتی

(تمرکز - خلاقیت - اعتماد به نفس و گروه‌پذیری) با

استفاده از روش نمایش خلاق

علم روانشناسی برای یافتن چگونگی شکل‌گیری شخصیت افراد جامعه، مارا به دوران کودکی آن‌ها ارجاع می‌دهد. بدین‌منظور کودکی افراد از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. همواره و در گذر زمان همه‌ی انسان‌ها تلاش می‌کنند، راه‌های مناسبی برای بهتر زندگی کردن و شناخت خویشتن بیاموزند. یکی از راه‌هایی که در حیات اجتماعی هر انسان بسیار موثر است، راه تربیت و پرورش دادن کودکان توسط خانواده‌ها و سایر افراد مسئول و آگاه در امر تعلیم و تربیت است. امروزه جهان تعلیم و تربیت، آموختن از طریق بازی را به‌عنوان راهی نگاه می‌کند که کودک بدون مقاومت و با کمال شادی و میل آن‌چه که برای زندگی آینده‌اش ضروری است را با آن می‌آموزد. با نگاه عمیق‌تر به این موضوع می‌توان از امکانات آموزشی موثر، آموزش "نمایش خلاق" در دوران کودکی بهره جست. نمایش خلاق کودکان را از درون تغذیه می‌کند. با نمایش خلاق کودکان نه تنها افکارشان را در ارتباط با خود، بلکه نسبت به محیط بیرون و اطرافشان تجربه می‌کنند. نمایش خلاق در رشد و فراگیری هر کودک موثر است. نمایش خلاق باعث طبیعی‌ترین اندیشه‌ها، احساسات و عینی‌سازی آن‌ها می‌شود و بستگی مناسبی برای کودکان آماده می‌سازد تا آن‌ها ذهنیت و افکارشان را تجربه کرده و براساس آن به دنیای گسترده‌تری دست یابند. کودکان می‌توانند با فعال شدن در نقش‌های مختلف (بازی‌های نمایشی) قوه‌ی تخیلشان را بکار گرفته و در نتیجه این ویژگی را تقویت کنند. این شکل از برنامه‌ی آموزشی، برای توسعه‌ی زبان شفاهی، ارتباط متقابل میان کودکان، برقراری ارتباط با دیگران، اعتماد به خود و ایجاد اعتماد به نفس، همچنین می‌تواند در پرورش ذهن و اندیشه‌ی کودکان، تمرکز و در کل، رشد و پرورش ویژگی‌های شخصیتی آن‌ها، بسیار موثر باشد.

بدین ترتیب، با تقویت مهارت‌های فردی و اجتماعی باعث می‌شویم تا کودکان به مهارت‌های خوب زندگی کردن دست یابند. این خود معجزه‌ای است که در استفاده از روش آموزشی "نمایش خلاق" امکان‌پذیر است.

نمایش خلاق یک تخصص است که با حضور یک مربی آگاه و متخصص در کنار مخاطبینی که می‌توانند در گروه‌های سنی مختلف (به تفکیک مقاطع مختلف) شکل بگیرد.

امید که با شناخت بیشتر و بکار بردن این بسته‌ی جادویی "نمایش خلاق" در آموزش و پرورش کودکان و نوجوانان سرزمینمان برای دستیابی به آینده‌ای سالم و هنجار کوشا باشیم.

کارشناسان: جمعی از فعالان حوزه‌ی محیط‌زیست و

موسسان مدرسه‌های طبیعت

موضوع: آشنایی با مدرسه‌های طبیعت (چیستی، چرایی و

چگونگی مدرسه‌های طبیعت)

محور اصلی این نشست چیستی، چرایی و چگونگی مدرسه‌های طبیعت بود. در این نشست ضمن اشاره‌ای کوتاه به پیشینه‌ی این نوع آموزش در دنیا و پیدایش مدرسه‌های طبیعت در ایران پرداخته شد و با توجه به کنجکاوی والدین و نیاز خانواده‌ها به آگاهی از این مدل آموزش، از فعالان این حوزه، خواسته شد در مورد برنامه‌های خود و ویژگی‌های این نوع مدرسه‌ها سخن بگویند و به پرسش‌های شرکت‌کنندگان پاسخ دهند.

قرار بر این شد که در برنامه‌ی اولین سه‌شنبه‌ی تیرماه موسسه، این گفت‌وگوها ادامه یابد.

در پیک بعد گزارش مفصلی از این دو جلسه خدمتتان ارایه خواهد شد.

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.

• تسلیت

به دوستان عزیزمان خانم‌ها افسانه حسن‌زاده، دکتر فاطمه قاسم‌زاده، بهار عادی‌نی و مهدیس سیار و آقایان عطا عطشانی و سعید رایمند که در بهار گذشته عزیزی را از دست داده‌اند، صمیمانه تسلیت می‌گوییم.

• تشکر

سپاس و قدردانی از خانم‌ها مهندس بهدخت بهرام، نسرين مائیلی، مینو میرزاده، مریم ملک‌آبادیان و نسرين نافعی و آقای حسین قاسمی و گروه‌های راه دور ساری برای کمک‌های نقدی و حمایت از موسسه، عزیزان داوطلب در حوزه‌ی کتابخانه‌ی امانی و همراهان داوطلب و همکاران اداری که موسسه را در برگزاری نمایشگاه‌های کتاب و برنامه‌های بیرونی یاری دادند.

ساعت	گرداننده	تعداد جلسه	شروع	کارگاه‌های (صبح)
۱۱-۱۲:۳۰	گلناز رضوان	۱	۹۵/۴/۱۳	از مجموعه‌های بازی - رشد، بازی با آب در استخر (۱-۲ سال)
۱۱:۳۰-۱۳	گلناز رضوان	۵	۹۵/۴/۲۰	بازی - رشد (۱-۲ سال)
۹:۳۰-۱۱	نگین شهری	۱	۹۵/۴/۲۷	بازی - مهارت، ویژه‌ی مادر و کودک (۲-۳ سال)
۱۳:۳۰-۱۴:۳۰	نگین شهری	۱	۹۵/۴/۲۷	دوره‌ی مادرانه (ماساژ کودک زیر ۱ سال)

ساعت	گرداننده	تعداد جلسه	شروع	گام‌ها (صبح)
۹-۱۱	نگین نابت	۹	۹۵/۴/۱۹	رفتار با کودک
۹-۱۱	ماریا ساسان‌نژاد	۸	۹۵/۴/۱۹	ارتباط همسران
۹-۱۱	مرضیه شاه‌کرمی	۷	۹۵/۴/۱۹	ارتباط کلامی
۹-۱۱	ماریا ساسان‌نژاد	۶	۹۵/۴/۲۱	مدیریت بر خشم
۹-۱۱	مریم عاطفی	۸	۹۵/۴/۳۱	ارتباط آگاهانه ویژه‌ی جوانان ۲۰ تا ۳۰ سال مجرد
ساعت	گرداننده	تعداد جلسه	شروع	گام‌ها (بعدازظهر)
۵-۷	فرخنده صادق‌پور	۹	۹۵/۴/۱۹	رفتار با نوجوان
۵-۷	فرحناز مددی	۶	۹۵/۴/۱۹	مدیریت بر خشم
۵-۷	مرضیه شاه‌کرمی	۷	۹۵/۴/۲۰	ارتباط کلامی
۵-۷	ماریا ساسان‌نژاد	۸	۹۵/۴/۲۳	ارتباط همسران
۵-۷	فریبا مقدس‌زاده	۹	۹۵/۴/۲۴	رفتار با کودک
۵-۷	فرحناز مددی	۸	۹۵/۴/۳۰	آموزش پیش از ازدواج
ساعت	گرداننده	تعداد جلسه	شروع	کارگاه‌ها (صبح)
۹-۱۲	ماریا ساسان‌نژاد	۱	۹۵/۴/۱۵	تقویت اعتمادبه‌نفس در بزرگسالان
۸/۵-۱۱/۵	مرضیه شاه‌کرمی	۱	۹۵/۴/۲۰	نظم‌آموزی و انضباط در بزرگسال
۹-۱۲	ماریا ساسان‌نژاد	۱	۹۵/۴/۲۹	چرا دعوا می‌کنیم؟
۹-۱۱	فروغ بهادری	۲	۹۵/۵/۴	رشد جنسی کودک و نوجوان
۹-۱۲	زهرا سلیمانی	۱	۹۵/۵/۵	جداسازی محل خواب کودک
۹-۱۲	زهرا سلیمانی	۱	۹۵/۵/۱۲	چرا به کارهایمان نمی‌رسیم؟
۹-۱۲	زهرا سلیمانی	۱	۹۵/۵/۱۲	آشنایی با تغذیه‌ی کودکان زیر ۲ سال - از شیر گرفتن
۹-۱۲	زهرا سلیمانی	۱	۹۵/۵/۲۶	آموزش توالترفتن برای کودکان زیر ۲ سال
۹-۱۲	سهیلا طاهری	۱	۹۵/۵/۲۶	تک‌فرزند و فرزند دوم
۹-۱۲	نگین نابت	۱	۹۵/۶/۹	تقویت اعتمادبه‌نفس در کودکان

• برگزاری گام‌های مهارت‌های زندگی ویژه

نوجوانان

مهارت‌های زندگی مجموعه مهارت‌هایی است که توانایی اجتماعی و عاطفی فرد را افزایش می‌دهد و موجب می‌شود تا او بتواند به شکل بهتر و موثرتر با موضوع‌ها و دشواری‌های زندگی مواجه شود.

مهارت‌های زندگی، قدرت سازگاری افراد را بالا می‌برد و فرد می‌تواند مسئولیت‌های اجتماعی و شخصی زندگی را بهتر بپذیرد و توانمندی‌هایش را بروز دهد و در نهایت از آسیب‌های ناشی از ناتوانی در حل مسائل در امان بماند.

تاریخ جلسه‌ی توجیهی ویژه‌ی والدین:

پنج‌شنبه ۹۵/۴/۱۰ ساعت ۱۲:۳۰ - ۱۰:۴۵ صبح

تاریخ برگزاری جلسه‌ها:

گروه سنی ۱۷-۱۵ سال، شروع دوشنبه ۹۵/۴/۲۱ ساعت ۱۷-۱۹ بعدازظهر (۶ جلسه) کارشناس: خانم‌ها نگین شهری و شیدا اکبری

گروه سنی ۱۴-۱۲ سال، شروع سه‌شنبه ۹۵/۴/۲۲ ساعت ۱۷-۱۹ بعدازظهر (۶ جلسه) کارشناس: خانم‌ها سیمین بینا و شیدا اکبری

اینستاگرام: valedeyn_va_farzandan

کانال اطلاع‌رسانی:

<https://telegram.me/madaraneemrooz1>

سایت: www.madaraneemrooz.com

ایمیل: info@madaraneemrooz.com

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

تعطیلات تابستانی موسسه مادران امروز

از تاریخ ۹۵/۵/۱۶ تا ۹۵/۵/۲۲