

موسسه مادران امروز(مام)

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

تلفن و دورنگار : ۸۸۷۲۸۳۱۷ - ۸۸۹۰۱۴۳۶ - ۸۸۸۹۰۳۴۵

نشانی الکترونیکی: info@madaraneemrooz.com

نشانی سایت: www.madaraneemrooz.com

اینستاگرام: madaran_e_emrooz

کانال اطلاع رسانی: <https://telegram.me/madaraneemrooz1>

پیک مام

پیوست شماره ی سی و دو
آذر ۱۴۰۱

سلام

ما بیست و چهار ساله شدیم؛ یعنی بیست و پنجمین سال فعالیت مان را آغاز کردیم.

از آذر ماه ۱۴۰۰ تا آذرماه ۱۴۰۱ که ما بیست و چهار سالگی خود را در آن گذراندیم، سالی پر از نگرانی ها و دلشوره های گوناگون برای خانواده ها بود، از ادامه ی شرایط همه گیری کرونا گرفته تا بحران های اجتماعی و اقتصادی که همگی به نوعی خانواده ها را تحت تاثیر قرار داده و کار ما را هم که خدمات فرهنگی و تربیتی به خانواده هاست، متاثر از خود ساخته بود. یکی از موضوع هایی که از سال های گذشته، دغدغه ی خاطر ما بوده و همواره در مناسبت های گوناگون به آن اشاره کرده ایم، اطلاعات پراکنده و ضد و نقیضی است که خانواده ها در معرض آن قرار می گیرند و گاه به جای کمک به آن ها سبب ناآرامی و نگرانی های بیشتر می شود، از سوی دیگر ما هم برای یاری به خانواده ها به اطلاعات درست و مستند نیاز داریم که برای دستیابی به آن ها، زمان و تفکر بیش از هر چیز ضروری است. متأسفانه شرایط بحرانی اولین چیزی را که نشانه می گیرد، زمان و تفکر است. باید در لحظه فکر کرد و در لحظه تصمیم گرفت و تشخیص داد که چه کاری درست است و چه کاری نادرست. این خود از پیچیدگی های موقعیتی است که در آن قرار داشته و داریم.

به هر حال ما تا جایی که می دانستیم و می توانستیم، سعی کردیم هدف اصلی خود را دنبال کنیم، هر چند باید وقفه ها و کاستی های ناگزیر را بپذیریم. در این پیوست، خلاصه ای از فعالیت های موسسه مادران امروز را در سال گذشته می خوانید. با سپاس از توجه شما

مشاوران خانواده، کارشناسان و گردانندگان

گام ها و کارگاه ها

خانم ها: مریم احمدی شیرازی، شیدا اکبری، سیمین بینا، زهرا سلیمانی، ماریا ساسان نژاد، نگین شهری، مرضیه شاه کرمی، سهیلا طاهری، دکتر فاطمه قاسم زاده، فرحناز مددی، دکتر لیلا مشرفیان، فرزانه منفرد، نگین نابت و فرحناز نژادی

سپاس

از همه ی دوستداران موسسه، کارشناسان و مشاوران، همکاران اداری، گروه های فعال موسسه و هماهنگ کنندگان آن ها و هماهنگ کنندگان گروه های راه دور که با کمک های تخصصی، نقدی و غیرنقدی خود، بقای موسسه را در سالی که گذشت حفظ کردند، سپاسگزاریم.

گام‌ها و کارگاه‌های مجازی و حضوری داخل موسسه

شماره	نام گام و کارگاه	تعداد
۱	کارگاه نقش والدین پس از ازدواج فرزندان	یک نوبت مجازی و یک نوبت حضوری
۲	کارگاه تصمیم‌گیری	سه نوبت حضوری
۳	کارگاه انضباط در خانواده	یک نوبت مجازی
۴	کارگاه تک فرزندی و فرزند دوم	یک نوبت مجازی
۵	کارگاه پرورش اعتماد به نفس در کودکان	یک نوبت مجازی
۶	کارگاه تقویت اعتماد به نفس در بزرگسالان	یک نوبت مجازی
۷	کارگاه رشد و تربیت جنسی کودکان	دو نوبت مجازی
۸	کارگاه تربیت جنسی و بلوغ نوجوانان	دو نوبت مجازی
۹	کارگاه سه جلسه ای غلبه بر اهمال کاری	یک نوبت مجازی
۱۰	کارگاه مدیریت تعارض در ارتباط همسران	یک نوبت مجازی
۱۱	عصرانه‌های بازی	یک نوبت حضوری

گام‌ها و کارگاه‌های مجازی و حضوری به دعوت سایر مراکز

شماره	نام مرکز	نوع برنامه و موضوع
۱	مجله اینترنتی کودک	<ul style="list-style-type: none"> • کارگاه آموزش توالیت رفتن به کودکان (خداحافظی با پوشک) همراه با دو هفته پیگیری - دو نوبت مجازی • کارگاه خداحافظی با شیشه شیر، پستانک و شیر مادر همراه با دو هفته پیگیری - دو نوبت مجازی • کارگاه جدا کردن محل خواب (من خودم می‌خوابم) - یک نوبت مجازی
۲	پیشگامان عصر پژوهش - خاطره خوش کودکی	<ul style="list-style-type: none"> • کارگاه آموزش توالیت رفتن به کودکان (خداحافظی با پوشک) - همراه با دو هفته پیگیری - یک نوبت حضوری و یک نوبت مجازی
۳	خیریه فرشتگان	<ul style="list-style-type: none"> • کارگاه آموزش توالیت رفتن به کودکان (خداحافظی با پوشک) - یک نوبت مجازی
۴	هنرکده بادبادک	<ul style="list-style-type: none"> • کارگاه رشد و تربیت جنسی کودکان - یک نوبت حضوری • کارگاه چه کنم تا کودکم لج‌بازی نکند؟ - یک نوبت حضوری
۵	دبستان پسرانه فرهنگ	<ul style="list-style-type: none"> • کارگاه رشد و تربیت جنسی کودک دبستانی - دو نوبت مجازی • گام سه جلسه ای مدیریت بر استرس - یک نوبت مجازی • گام شش جلسه‌ای رفتار مناسب با نوجوان - یک نوبت مجازی • گام چهار جلسه‌ای مدیریت بر خشم - یک نوبت مجازی
۶	دبستان پسرانه نوارت گلبنگیان	<ul style="list-style-type: none"> • کارگاه تربیت جنسی و بلوغ نوجوان - یک نوبت مجازی • کارگاه خانواده و آموزش مجازی در شرایط قرنطینه - یک نوبت مجازی

تالیف و انتشارات

- فعالیت‌های موسسه در زمینه‌ی تالیف و نشر در سال گذشته (آذر ۱۴۰۰ تا آذر ۱۴۰۱) از این قرار بود:
- تالیف و انتشار چاپ اول کتاب راهنمای یاری به بزرگسالان برای رویارویی با مرگ عزیزان؛
 - تجدید چاپ کتاب‌های زیر:
 - چاپ ۴ کتاب رشد و محیط مناسب - چه کنیم تا محیط خانواده برای پرورش فرزند بهتر شود؟
 - چاپ ۴ کتاب آگاهانه زیستن - چگونه بر خود مدیریت کنیم؟
 - چاپ ۶ کتاب رفتار قاطعانه - مفهوم قاطعیت در رفتار با فرزند چیست؟
 - چاپ ۶ کتاب مدیریت بر خشم - چگونه بر خشم خود مدیریت کنیم؟
 - چاپ ۷ کتاب زمینه‌های تربیت - خانواده چه نقشی در پرورش فرزند دارد؟
 - چاپ ۳ کتاب انتشار کتاب‌های یاری به کودک برای رویارویی با مرگ والدین؛
 - چاپ ۴ کتاب فرزند خود را برای ورود به مهد کودک آماده کنیم؟
 - چاپ ۷ کتاب نکته‌هایی در باره‌ی "نه" گفتن آگاهانه؛
 - سه کتاب در زمینه‌ی تصمیم‌گیری در خانواده، مسایل تحصیلی و ارتباط با خانواده همسر در دست تالیف و انتشار است.

راه دور و شهرستان‌ها

- برگزاری ۹ جلسه‌ی مجازی با گروه همفکری قائمشهر؛
- برنامه‌ریزی و فراهم کردن تسهیلاتی که اعضای گروه‌های راه دور بتوانند در کارگاه‌های موسسه شرکت کنند؛
- برگزاری جلسه‌های پیگیری مدیریت بر خود به شکل مجازی در فضای واتساپ با کارشناسی خانم مریم احمدی شیرازی به مناسبت آغاز بیست و چهارمین سالگرد تاسیس موسسه از آذرماه تا بهمن ۱۴۰۰؛
- تشکیل دو گروه کتاب‌خوانی جدید؛
- برگزاری دو جلسه‌ی ضرورت آموزش خانواده و معرفی موسسه و برنامه راه دور برای متقاضیان در شیراز و بوشهر (مجازی)؛
- برگزاری بزرگداشت روز جهانی خانواده به شکل دوره‌های خانوادگی وسیع در فضای باز، در قائمشهر؛
- پیگیری‌های تلفنی و همفکری با هماهنگ‌کننده‌های گروه همفکری در زمینه‌ی ادامه‌ی جلسه‌های کتاب‌خوانی (مجازی)؛
- تهیه و انتشار ۹ شماره پیک راه دور.

سایر فعالیت‌ها

- بزرگداشت روز جهانی خانواده (مجازی)

گروه اجرای آموزش

- اجرای بیش از ۳۰ گام و کارگاه آموزشی؛
- تهیه‌ی مطالب صوتی و نوشتاری به مناسبت روز جهانی خانواده؛
- پاسخ به سؤال‌های مخاطبان در فضای مجازی؛
- تهیه‌ی مطالب نوشتاری در اطلاع‌رسانی موسسه به منظور آگاه‌سازی و حمایت از خانواده‌ها؛
- برگزاری ۴ جلسه‌ی حضوری و ۱۱ جلسه‌ی مجازی برای پیشبرد کارهای جاری گروه و گفت‌وگو درباره‌ی به روز شدن طرح درس‌ها، افزودن عنوان‌ها و محتوای جدید به گام‌ها و کارگاه‌ها، چگونگی بالا بردن کیفیت گام‌ها و کارگاه‌ها، معیارهای همکاری آموزشی با سایر مراکز، روش‌های جدید آموزشی، کار مستقل کارشناسان و ...

گروه پیگیری مدیریت بر خود

- برگزاری ۴ جلسه‌ی حضوری و ۶ جلسه‌ی مجازی و پرداختن به شیوه‌های موثر خواندن کتاب‌ها، چگونگی دیدن و گوش دادن هدفمند و بینارهای مرتبط با نیازهای اعضای گروه و گام‌ها و کارگاه‌هایی که تا کنون شرکت کرده‌اند؛
- شرکت اعضای گروه در کارگاه تصمیم‌گیری.

گروه یاریگران کتاب‌خوانی

- برگزاری ۱۵ جلسه‌ی مجازی و ۴ جلسه‌ی حضوری؛
- مطالعه‌ی کتاب "سبک‌ها و مهارت‌های ارتباطی" توسط اعضاء گروه؛
- تهیه‌ی گزارش ماهیانه از فعالیت‌های گروه‌های راه دور تهران و کرج و آرایه در گروه آموزش از راه دور؛
- شروع فعالیت دوباره‌ی یک گروه در تهران که در دوره‌ی کرونا غیرفعال شده بود؛
- برگزاری نشست تعدادی از گروه‌ها و یک مورد جشن پایان کتاب به شکل حضوری در پارک؛
- پیگیری راه‌هایی برای برگزاری جلسه‌های کتاب‌خوانی با حفظ گروه‌های آنلاین فعلی؛
- تهیه‌ی محتوا برای معرفی کار یاریگران با هدف تشویق مخاطب به پیوستن به گروه‌های کتاب‌خوانی.

گروه بازی

- برگزاری ۹ جلسه‌ی مجازی و ۲ جلسه‌ی حضوری؛
- تهیه‌ی ۱۷ ویدئو کلیپ برای اطلاع‌رسانی موسسه؛
- مطالعه‌ی کتاب و مباحث نظری در گروه؛
- شرکت اعضای گروه در دو جلسه‌ی آموزشی درون گروهی آفلاین در مورد ویژگی‌ها و بازی‌های مناسب کودکان نوپا؛
- تهیه‌ی آیین‌نامه داخلی برای برگزاری جلسه‌های گروه در شش ماه اول سال.

گروه نمایشگاه کتاب

- برگزاری ۵ جلسه‌ی مجازی و ۵ جلسه‌ی حضوری؛
- معرفی ویدیویی دو کتاب "ارتباط کلامی" و "نه" گفتن آگاهانه در برنامه‌ی "یک مهارت یک کتاب"؛
- بازنگری و اصلاح چهار ویدیوی مربوط به معرفی بسته‌های کتاب موسسه (مهارت‌های زندگی برای بزرگسالان، مهارت‌های ارتباط با کودک، کتاب‌های کوچک و کتاب‌های راهنما)؛
- در دستور کار قرار گرفتن معرفی و تبلیغ مجموعه کتاب مهارت‌های ارتباط با کودک؛
- ویدیوی اول معرفی کتاب "رشد و محیط مناسب" طراحی و در موسسه، فیلمبرداری، تدوین و اجرا شد. ویدیوی دوم در دست اجرا است.

گروه محیط زیست

- برگزاری ۲۳ جلسه‌ی حضوری و مجازی؛
- بحث و تبادل نظر پیرامون اجلاس گلاسکو، محصولات کشاورزی و استفاده از سموم و آفت‌کش‌ها و عدالت محیط زیستی؛
- تهیه‌ی مطالبی برای پیک راه دور و نکته‌هایی برای اطلاع‌رسانی موسسه با توجه به مناسبت‌های محیط زیستی در هر ماه؛
- مطالعه‌ی کتاب "انسان و محیط زیست" توسط اعضای گروه، ارایه‌ی مطالبی در ارتباط با آبخوان و آبخوانداری برای تکمیل مطلب کتاب انسان و محیط زیست؛
- شرکت در دو کارگاه با عنوان مدیریت پسماند و چگونگی تفکیک پسماندهای خطرناک در مرکز آموزش پسماند شهرداری تهران به کارشناسی دکتر مرادی کیا و همراهی تعدادی از اعضای داوطلب موسسه؛
- تشکیل یک گروه واتساپی متشکل از افراد شرکت کننده در کارگاه مدیریت پسماند به منظور تبادل نظر و به اشتراک گذاشتن تجربیات و اطلاعات افراد گروه با یکدیگر؛
- ترجمه‌ی گزارش گفتمان مناطق خاورمیانه و شمال آفریقا در نشست با SOG (شورای اهداف دست یافتنی) برای استفاده گروه و به دست آوردن اطلاعات؛
- برگزاری ۳ جلسه‌ی آموزشی با عنوان‌های: اخلاق محیط زیستی، پسماند و انرژی در سرای محله‌ی جهاد.

گروه کتابخانه‌ها

- ۴۹ نوبت حضور در موسسه برای تحویل حضوری کتاب؛
- شماره‌گذاری و نظم بخشی، تحویل حضوری کتاب و انجام سایر امور کتابداری؛
- تهیه لیست کتاب‌های نوجوان فارسی؛
- معرفی یک عنوان کتاب در اطلاع‌رسانی؛
- جلسه‌ی حضوری با گروه معرفی کتاب؛
- اصلاح آیین‌نامه، دستورالعمل و شرایط عضویت کتابخانه‌ی امانی؛ مشخص کردن چگونگی تهیه‌ی کتاب‌های جدید.

گروه معرفی کتاب

- معرفی ۱۲ رمان نوجوان و ۲ عنوان کتاب کودک در کانال اطلاع‌رسانی موسسه؛
- پیوستن اعضای جدید به گروه معرفی کتاب؛
- افزودن فعالیت معرفی کتاب کودک توسط گروه از تابستان ۱۴۰۱.

گروه تدوین و ادیت ویدئو

- تثبیت و مهارت پیدا کردن در نرم افزار اینشات و آموزش نیروهای جدید در کارگاه تکمیلی اینشات؛
- تدوین ۲۴ ویدئو برای اطلاع‌رسانی؛
- آغاز تهیه‌ی آرشیوی از عکس‌ها و ویدیوهای مناسب؛
- ادامه‌ی کار تبدیل متن‌های موسسه به فایل صوتی (پادکست) و تهیه‌ی ۵ پادکست.

بخش مشاوره و راهنمایی

در سال گذشته ۱۳۸ جلسه‌ی مشاوره و راهنمایی به شکل مجازی، تلفنی یا حضوری انجام شده است.

بخش اداری، مالی، اطلاع‌رسانی

- پشتیبانی از کل فعالیت‌های موسسه با اجرای وظایف تعیین شده برای این بخش به صورت مجازی و حضوری؛
- انجام امور ثبت نام و ارتباط با متقاضیان شرکت در برنامه‌ها؛
- انجام امور فروش کتاب؛
- انجام کارهای فنی اطلاع‌رسانی به خانواده‌ها؛
- دو روز در هفته پاسخگویی حضوری و همه روزه بجز پنج‌شنبه‌ها و جمعه‌ها به شکل مجازی.

این پیوست با همت خانم ماندانا آجودانی زیر نظر بخش انتشارات موسسه مادران امروز، تهیه و منتشر شده است.