



## پیک مام ویژه‌ی راه دور

شماره‌ی بیست و هفتم - مرداد ۱۳۹۰

### درباره‌ی پیک مام ویژه‌ی راه دور

موسسه مادران امروز به منظور اطلاع رسانی به گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، ارتباط گروه‌ها با یکدیگر، تبادل تجربه، خبر دار شدن از نظرها و پیشنهادهای و رفع اشکال‌ها و ابهام‌های موجود در طول کار گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، اقدام به تهیه‌ی پیک مام ویژه‌ی راه دور کرده است.

### گزارش‌های دریافت شده

از آخر خرداد ماه ۸۹ تا آخر تیر ماه ۹۰، از گروه‌های زیر گزارش‌هایی دریافت شده است:

- سپنتا (ترانه بهاری ۲)، قائم شهر، نماینده‌ی گروه خانم فرحناز قربانی، ۲ گزارش ● شازده کوچولو، شاهرود، نماینده‌ی گروه خانم الهام ابراهیم زاده، ۱ گزارش ● بانوان فعال ادبی، دبی، نماینده‌ی گروه خانم فریده کاریانی، ۴ گزارش ● طراوت، بابل، نماینده‌ی گروه خانم معصومه عبدی، ۳ گزارش.

### خبرها

#### ● همایش گروه‌های بهره‌گیر از راه دور

اولین همایش سال ۱۳۹۰ گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، در تاریخ ۹۰/۴/۱۶، از ساعت ۹ صبح تا ۳:۳۰ بعد از ظهر در موسسه مادران امروز برگزار شد. این نشست با حضور هماهنگ کنندگان گروه‌ها، برخی از اعضای گروه‌ها، نمایندگان بخش راه دور و بخش ارتباطات موسسه تشکیل شد. گزارش برنامه‌های اجرا شده در این نشست، به صورت جداگانه برای گروه‌ها ارسال شده است. فهرست برنامه‌هایی که در همایش اجرا شد به شرح زیر است:

۹ - ۱۰

۱- ورود، صبحانه، گفت و گوهای اولیه

۱۰ - ۱۳

۲- کارگاه مشورت با دیگران، پذیرایی کوچک

۱۳-۱۴

۳- ناهار، نماز، خرید کتاب و ...

۴- جلسه‌ی مشترک در باره‌ی برنامه‌های راه دور، نظرها، پیشنهادها، تعیین روز و موضوع جلسه‌ی بعد ۱۵/۳۰ - ۱۴

## ● کارگاه بازی کتابک در خانه کتابدار کودک و نوجوان

نخستین کارگاه بازی کتابک، ۹ مرداد در خانه کتابدار کودک و نوجوان برگزار می شود. کارگاه با موضوع ایجاد ارتباط شاد با کودکان در قالب بازی مادر و کودک یا آموزگار و مربی با کودک بر اساس کارگاه بازی کتابک برگزار می شود. اعضای کتابک و همه علاقه مندان می توانند در این کارگاه شرکت کنند. هدف این برنامه، ایجاد ارتباط رو در رو با مخاطبان کتابک و جلب توجه پدر و مادرها به اهمیت بازی در رشد و پرورش کودکان است. کارگاه ویژه پدران و مادران و کودکان پیش دبستان و دبستانی است و بهتر است کودکان همراه با پدر یا مادر خود در این کارگاه شرکت کنند. گردانندگی نخستین کارگاه بازی کتابک در خانه کتابدار را مینا حبیب نژاد کارشناس بازی خانه کتابدار کودک و نوجوان برعهده دارد. در کنار کارگاه، تور آشنایی با کتابک و خانه کتابدار برای پدر و مادرهای شرکت کننده در کارگاه برگزار می شود. پدر و مادران و کودکان علاقه مند به شرکت در کارگاه بازی کتابک، می توانند تا روز ۷ مرداد با خانه کتابدار کودک و نوجوان تماس بگیرند و نام نویسی کنند. نشست های آینده کارگاه بازی کتابک هم قرار است با موضوع های کارکرد بازی در کنترل خشم و پرخاشگری، مهارت های کلامی، پرورش جسمی، برطرف کردن احساس خجالت و موضوع های دیگر برگزار شود. برای کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام می توانید با شماره تلفن ۶ ۶۶۹۶۲۹۰۵ - خانه کتابدار کودک و نوجوان و ترویج خواندن تماس بگیرید.

گروه خبر کتابک

## ● کودکان امروزی خانه نشین شده اند!

یک پژوهش جدید در استرالیا نشان می دهد کودکان امروزی، میل کمتری به بازی در فضای آزاد دارند. بر اساس پژوهش گروه محیط زیستی Planet Ark، در استرالیا، تنها یک پنجم کودکان از درختی در محل زندگی خود بالا می رفته یا می روند. کاری که دو سوم کودکان یک نسل پیش از آن ها انجام می داده اند. بر اساس نتیجه این بررسی، تنها یک سوم کودکان روزانه زمانی را به بازی کردن در بیرون خانه می پردازند. از هر ۱۰ کودک یک نفر، یکبار در هفته و یا کمتر از آن، بیرون از خانه بازی می کند. کودکان یک نسل پیش، در این مقایسه هم جلوتر هستند، به طوری که دو سوم کودکان نسل پیش، بازی کردن در فضای بیرون از خانه را ترجیح می دادند. پژوهش همچنین نشان می دهد کودکان امروز، علاقه به بازی های سنتی مانند لی لی، طناب بازی، گرگم به هوا و بازی های خیابانی و کنجکاو در طبیعت را از دست داده اند. مدیر این گروه محیط زیستی نگرانی خانواده ها درباره امنیت کودکان و مورد سوء استفاده غیرقانونی قرار گرفتن آن ها را علت کمتر شدن بازی در فضای آزاد می داند. ۸۷ درصد پدر و مادرهایی که در این بررسی شرکت کرده اند گفته اند از این که کودکان شان را برای بازی به خیابان بفرستند نگران هستند. هم زمان با کاهش بازی در بیرون از خانه، زمانی که

کودکان به تماشای تلویزیون یا انجام بازی های کامپیوتری در خانه می گذرانند بیشتر شده است. این پژوهش نشان می دهد تقریباً همه پدر و مادرها درباره اهمیت و سود بازی در بیرون از خانه آگاهند. آن ها می دانند که بازی در فضای آزاد و طبیعت، تخیل و خلاقیت کودکان را تقویت می کند و به سلامت جسمی و بیشتر شدن مهارت های آن ها کمک می کند. آن ها هم چنین به تاثیر بازی در طبیعت در کم شدن تنش و استرس آگاهی دارند. کودکانی که بیشتر وقت خود را در فضاهای بسته می گذرانند منزوی می شوند، ممکن است به چاقی مضر مبتلا شوند و از به دست آوردن مهارت های برقرار ارتباط و مهارت های اجتماعی و مهارت های زندگی دور بمانند. دست اندرکاران این پژوهش، از پدر و مادرها خواسته اند تا برای بازی کودکان در طبیعت یا فضای باز به طور مرتب برنامه ریزی و به آن بیشتر توجه کنند.

## گزارش های شما

● گروه بانوان فعال ادبی در گزارش تاریخ ۹۰/۳/۳۰ خود، از کتاب "چگونه والدینی قاطع باشیم"، نوشته بودند که در جلسه درباره ی کودک مودب صحبت شد. در این گزارش نوشته نشد که چه صحبت هایی شد و نظر افراد گروه درباره ی مودب بودن و کودک مودب چه بود. اگر در گزارش های خود درباره ی نکته ای که می نویسید توضیح کافی بدهید به شکلی که ما متوجه شویم به چه نکته هایی اشاره شد و نظر گروه چه بود، ما می توانیم از روند مطالعاتی گروه بیشتر مطلع شویم و بتوانیم بهتر به گروه کمک کنیم. در گزارش تاریخ ۹۰/۴/۲۵ این گروه و از کتاب "رشد ذهنی در دوره ی نوجوانی"، به این نکته اشاره شده بود که ضعف در کم خونی و بینایی یا هر مورد دیگر می تواند در رشد ذهنی موثر باشد. علاوه بر تایید این نکته یاد آور می شویم که قبل از هر کاری و در هر موردی، ابتدا باید از سلامت جسمی فرزند خود مطمئن شویم. برای مثال اگر کودک ما دچار شب ادراری است، ابتدا به پزشک مراجعه می کنیم تا از سلامت او مطمئن شویم. این امر در تمام موارد دیگر حتی اگر رفتارهای عصبی و پرخاشگرانه از فرزند خود می بینیم نیز صادق است. گاهی کمبود ویتامین ها و مواد موجود در بدن نیز باعث می شود که کودک عصبی و پرخاشگر شود. به همین دلیل باید ابتدا سلامت جسمانی کودک را چک کنیم.

## پرسش و پاسخ

س- آیا گرداندگی جلسه های مطالعاتی باید ثابت باشد یا هر یک از اعضا در هر جلسه می تواند این مسئولیت را بپذیرد؟  
و طیفه ی گرداننده ی جلسه چیست و چه نقشی دارد؟

پ- گرداندگی در جلسه ها چرخشی است. هر یک از اعضا می تواند در هر جلسه گرداننده باشد. نقش و وظایف گرداندگی جلسه در برگه ی شماره ی ۸ "دفترچه ی راهنمای بهره گیری از برنامه ی راه دور" کاملاً توضیح داده شده است. این دفترچه در اختیار همه ی گروه ها قرار گرفته است. لطفاً در گروه و با تمام اعضا، این دفترچه و مخصوصاً قسمت گرداندگی را مطالعه نمایید. باز هم اگر در این مورد سوالی پیش آمد، با ما در میان بگذارید.

س- آیا لازم است فرزندان از مسایل مالی والدین آگاه باشند؟ آیا باید فرزندان را در همه مسایل زندگی دفاالت دهیم؟

پ- در مورد قسمت اول سوال باید گفت بله . فرزندان می توانند متناسب با سن و میزان درک خود از مسایل مالی خانواده با خبر باشند. البته این مورد باید به نحوی باشد که سبب ایجاد نگرانی در فرزندان نشود. فرزندان ما باید از امکانات و محدودیت های مالی خانواده ی خود با خبر شوند . در سنین مناسب ( سنی که فرزندان با اعداد و مفاهیم ریاضی آشنا شده اند و پول توجیبی دریافت می کنند) می توان از میزان در آمد ، مخارج و تقسیم بندی های مالی برای آن ها صحبت کرد تا علاوه بر این که مفاهیمی مانند پس انداز ، خرج های ضروری و خرج های جانبی را یاد بگیرند ، بتوانند خواسته های خود را با وضعیت مالی خانواده تطبیق دهند. البته این کار به تدریج و با کمک والدین انجام می گیرد و آگاهی از مسایل مالی خانواده کمک خوبی به یادگیری این مهارت است. فقط باید مراقب باشیم که اطلاع از وضعیت مالی موجب نگرانی و فکر های بیهوده و نادرست نشود . پس هدف از مطرح کردن وضعیت مالی باید روشن باشد و درک ، همکاری و مشارکت را بیشتر کند .

درمورد قسمت دوم سوال باید مشخص کنیم منظور از مسایل زندگی چیست؟ مسایلی را که به فرزند ما مربوط شود و متناسب با سن و توانایی درک او باشد و هم چنین مربوط به او و همه ی اعضای خانواده باشد ، می توان با او در میان گذاشت ؛ ولی مسایلی که شخصی است و فقط به پدر و مادر مربوط می شود یا گفتن آن ها به فرزندان سودی ندارد و یا موجب نگرانی آن ها می شود ، لزومی ندارد که به آن ها گفته شود.

س- در مورد آموزش برای مقابله با انحرافهای جنسی در نوجوانان چه راه هایی را پیشنهاد می کنید ؟ خانواده ها چگونه می توانند این مسایل را آموزش دهند؟

پ- آموزش مسایل جنسی به کودک و نوجوان مهم و حساس است. والدین نه تنها خود باید در این زمینه اطلاعات درست ، علمی و کافی داشته باشند ، بلکه باید بدانند که این اطلاعات را چگونه باید به فرزندان خود انتقال دهند. اگر این آموزش ها از سنین کودکی (زمانی که سوال های جنسی او شروع می شود و متناسب با سن و درک کودک ) داده شود بهتر است ولی اگر تا سنین نوجوانی اقدامی در این مورد نکردیم ، دیر نیست و باز هم می توانیم رفتار درست داشته باشیم. بیشتر مواقع کنجکاوی نوجوان در زمینه ی مسایل جنسی و نداشتن رابطه ی خوب و نزدیک با والدین سبب می شود که نوجوانان به همسالان یا منابع غیر معتبر رو بیاورند و اطلاعات نادرست کسب کنند. به خصوص در شرایطی که دسترسی به این مطالب از طریق کتاب ها، فیلم ها و... راحت تر باشد و فرزندان ما در معرض اطلاعات و تبلیغات نادرست زیادی قرار گیرند ، به دلیل نداشتن تجربه و اطلاعات کافی ، از این منابع برداشت غلط می کنند و ممکن است به انحراف کشیده شوند. بنابر این دادن اطلاعات درست و به موقع و به تدریج ، به نوجوان می تواند به بهداشت روانی و جسمانی نوجوان ما کمک کند . والدین می توانند با مراجعه به متخصصان در این زمینه ، مطالعه ی منابع معتبر و شرکت در برنامه های آموزشی ( برای مثال گام رشد جنسی کودک و نوجوان موسسه و ... ) آگاهی های لازم را به دست بیاورند و نیز تلاش کنند تا روابطشان را با نوجوان خود بهبود بخشند. علاوه بر این مطالعه ی مجموعه ی کتاب

های ۱۰ جلدی و به خصوص جلد ۹ آن (اطلاعاتی درباره ی بلوغ) را برای کسب اطلاعات بیشتر در این باره ، پیشنهاد می کنیم .

### س- ارتباط عاطفی بین پدر ودفترنوجوان و نیز بین مادر وپسر نوجوان را چگونه می توان پر رنگ تر کرد؟

پ - به طور کلی رابطه ی والدین با نوجوان باید خوب و صمیمانه باشد. در فضای امن و آرام و به دور از تنش ، والدین آگاه می توانند رابطه ای مناسب با نوجوان خود داشته باشند و مسایل و بحران های سن او را درک کرده و تحمل کنند. والدین آگاه از ویژگی های این سن با خبر هستند و می دانند کدام بخش آن ها طبیعی و گذرا است. یکی از این رفتارهای طبیعی گرایش به جنس مخالف است . این گرایش هم دارای ابعاد جنسی است هم نوعی کنجکاوی نسبت به جنس مخالف و دنیای ویژه ی او . پس با ارتباط درست و سازنده بین نوجوان دختر و پدرش و نوجوان پسر و مادرش ، فرصت تجربه ی ابعاد مختلف زندگی جنس مخالف فراهم می شود . بنابر این والدین آگاه بدون این که نسبت به رابطه ی خود و فرزند جنس مخالف خود حساسیت نشان بدهند ، باید با برخورد مناسب نسبت به رفتار های فرزند کمک کنند تا نوجوان بتواند با دنیای جنس مخالف به نحو سالم و در محیطی امن و صمیمی آشنا شود . اگر والدین اطلاعات لازم را داشته باشند می توانند نقش خود را در رابطه با نوجوانشان پررنگ تر کنند و رابطه ی عاطفی محکم تری با او برقرار نمایند. بنابراین با ارتباط درست بین نوجوان پسر و مادر یا نوجوان دختر و پدر ، می توان موقعیت را برای رشد هر چه بهتر نوجوان فراهم کرد و ارتباط با جنس مخالف را از بعد شناخت از دنیای جنس مخالف و آمادگی برای ایفای نقش خود در این زمینه فراهم کرد . با مطالعه ی جلد ۷ از مجموعه ی ارتباط بین دو نسل ( رشد عاطفی در دوره ی نوجوانی) می توانید اطلاعات بیشتری در این زمینه کسب کنید.

### س- آیا عوامل ارثی و محیطی که بر تربیت اثر می گذارند قابل تغییر هستند، مخصوصا ویژگی های ارثی را می توان تغییر داد؟

داد؟

پ - همان گونه که در کتاب "عواملی که بر تربیت اثر می گذارند" ( جلد ۲ از مجموعه ی ارتباط بین دو نسل) مطالعه کردید ، عوامل محیطی به عواملی گفته می شود که مربوط به محیط زندگی ما هستند. در نتیجه این عوامل قابل تغییر هستند و با توجه به شرایط و محیط که در حال تغییر است ، آن ها نیز می توانند تغییر کنند. عوامل ارثی نیز آن هایی هستند که مربوط به ذات شخص می شود و با او به دنیا می آیند. این عوامل تحت تاثیر عوامل محیطی و تربیتی می توانند کم رنگ تر یا پر رنگ تر شوند ولی از بین نمی روند. برای مثال فردی که با مشکل قلبی به دنیا می آید همواره محدودیت های خاصی در زندگی دارد که باید رعایت کند ، در نهایت با پیشرفت علم و تکنولوژی ، ممکن است این محدودیت ها کمتر شود ولی از بین نمی رود. یا فردی که زمینه های عصبانیت یا پرخاشگری را دارد ، با یادگیری مهارت های مدیریت بر خشم و تمرین تکنیک های آن ، به نسبت خود می تواند رفتار بهتری داشته باشد .

س- چگونه می توان با والدینی که اجازه نمی دهند کودکان ، قهر در بازی و کشمکش بر سر وسایل بازی را فودشان مل کنند و بدون توجه به اطرافیان وارد قضیه شده و گاهی نیز به نامق کودک ما را محکوم می کنند، برافورد کرد ؟

پ - در این مواقع می توان با رفتار مسالمت آمیز و برخورد صحیح ، پس از آرام شدن اوضاع ، شرایط و اتفاقاتی که افتاده را برای آن فرد توضیح داد و غیر مستقیم به رفتار درستی که در این شرایط باید انجام شود ، اشاره کرد. برای مثال می توان در گفت و گو و صحبت هایی که با آن والدین داریم به این نکته اشاره کنیم که والدینی که همواره مراقب و نگران کودکان هستند نه تنها کاری به نفع او انجام نمی دهند بلکه باعث این می شوند که کودک به آن ها وابسته شود و جلوی کسب تجربه و توانا تر شدن کودکان ، گرفته می شود. برای درک بهتر مطلب از ص ۵۵ تا ۹۷ "کتاب چگونه با فرزند خود رفتار کنیم " را مطالعه نمایید. از طرف دیگر باید برای کودک خود نیز که در شرایط نامناسب قرار گرفته کاری بکنیم. با دلداری دادن به کودکان و درک شرایطی که دارد ، می توانیم او را آرام کنیم و سر او را به چیز دیگری گرم کنیم. در نهایت می توانیم کودکان را از محیط دور کنیم. این رفتارها نیز باید متناسب با سن کودکان انجام گیرد. در کودکانی که سن بالاتری دارند، یادآوری ارزش ها و معیارهای خانواده نیز می تواند موثر باشد. فراموش نکنیم که اگر ما رفتار مناسب با فرزندمان داشته باشیم و همواره روی حرف های درستمان بمانیم و از انجام آن خسته نشویم، می توانیم مطمئن باشیم که عقاید و رفتار های دیگران روی فرزند ما تاثیر چندانی نمی گذارد و او را به خطر نمی اندازد. ولی اگر رفتار نامناسب داشته باشیم ، موقعیت را برای تاثیری پذیری کودکانمان از کارهای غلط دیگران، آماده می کنیم. همچنین در بلند مدت و در برنامه ی کلی زندگیمان ، بر حسب نزدیکی یا دوری نسبت به آن خانواده ، می توانیم روابط را بیشتر کنترل کنیم . یعنی اگر افرادی هستند که خیلی به ما نزدیک نیستند، می توانیم رفت و آمد را محدود کنیم. اگر این افراد به ما نزدیک باشند و چاره ای جز معاشرت نداشته باشیم ، می توانیم با دقت و هوشیاری اوضاع را کنترل کنیم. برای مثال می توانیم با دخالت به موقع از درگیری بچه ها با هم جلوگیری کنیم و با سرگرم کردن آن ها و تغییر فعالیتی که باعث اختلاف شده و یا کمک به حل اختلاف بین آن ها ... از عواقب این درگیری ها پیش گیری کنیم. اگر از قبل به شرایطی که بر اساس تجربه های قبلی به آن آگاهی داریم، فکر کنیم و با آمادگی قبلی رفت و آمد کنیم، می توانیم به موقع با مسایل پیش آمده رو به رو شویم و از دخالت بی جای دیگران جلوگیری کنیم.

س- اگر در بین کودکانی که با هم بازی می کنند، کودکی اسباب بازی گران قیمتی را به همراه داشته باشد و آن اسباب بازی را به کودکان دیگر ندهد ، چگونه باید رفتار کنیم تا فرزند ما و کودک دیگر با هم درگیر نشوند؟

پ - اگر فرزند ما در سنی باشد که بتواند توضیحات ما را درک کند ، سعی در آرام کردن او می کنیم و به او می گوئیم که هر کس امکانات خود را دارد و هر کس هر چه دارد برای خود دارد و ما نمی توانیم خود و شرایط مالی خودمان را با دیگران مقایسه کنیم. اما اگر فرزند ما در سنی باشد که نتواند این توضیحات را درک نماید، بهتر است که سر او را با چیز دیگری که قابل جایگزینی باشد گرم کنیم. مانند بازی که خیلی دوست دارد یا دادن چیزی به او که باعث خوشحالی کودک شود. اما اگر نتوانستیم

این کار را بکنیم ، آخرین راه فراهم کردن شرایطی برای ترک آن محل و پرهیز از آزار بیشتر کودکان است.

### انتشار دو کتاب جدید !

#### • دو کتاب **نکته هایی درباره ی رفتار با کودکان** و **نکته هایی درباره ی رفتار با نوجوان**

از مجموعه **کتاب های راهنمای** نشر مادران امروز منتشر شد.

این کتاب ها به عنوان منبعی برای مطالعه ی تکمیلی گروه هایی که دوره ی رفتار با کودک و رفتار با نوجوان را گذرانده اند ، پیشنهاد می شود .

خواندن هر دو ی این کتاب ها را می توان به عنوان فشرده ای از مطالب مناسب برای رفتار با کودک یا نوجوان ، به والدین توصیه کرد کرد .

### درخواست

• از نماینده ی گروه بانوان فعال ادبی ، دبی ، خانم فریده کاریانی در خواست می کنیم ، شماره ی جلسه های مطالعاتی را در جدول شناسنامه ی برگه ی گزارش ، بنویسند. لطفا به ما اطلاع دهید که سیر مطالعاتی شما در گروه چگونه است و هر کتاب را در چند جلسه تمام می کنید؟

• از نماینده ی گروه سازده کوچولو ، شاهرود ، خانم الهام ابراهیم زاده درخواست می کنیم ، از گروه خود ما را باخبر کنند در آخرین گزارش این گروه (جلسه ی ۳ به تاریخ ۹۰/۳/۱۸) نوشته شده بود که جلسه ی بعدی در تاریخ ۹۰/۴/۱ برگزار خواهد شد. ولی گزارشی از این گروه به دست ما نرسید. لطفا در این مورد اقدام بفرمایید.

• از نماینده ی گروه طراوت ، بابل ، خانم معصومه عبدی درخواست می کنیم ، شماره ی جلسه ها را در جدول شناسنامه ی برگه ی گزارش بنویسند. ما در آن جدول شماره ی جلسه را ندیدیم. پی گیری کنید که آیا از برگه ی گزارش نویسی درست استفاده می کنید ؟ لطفا ما را در جریان بگذارید.

• از نماینده ی گروه وشکوه ، امیر کلا، خانم معصومه ی دباغیان دوباره در خواست می کنیم از گروه خود ما را با خبر سازند. از بهمن ماه تا کنون گزارشی از این گروه به دست ما نرسیده است.

• از گروه رنگین کمان ، بابل، از اسفند ماه تا کنون گزارشی نداریم. از نماینده ی این گروه ، خانم درویش ، باز هم درخواست می کنیم که در این مورد اقدام لازم را به عمل بیاورند.

• به اطلاع نماینده ی گروه آب و خاک ، خانم شبنم طاهری می رسانیم، در این ماه گزارشی از این گروه به دست ما نرسید. لطفا در این مورد اقدام لازم را انجام دهید.

## تشکر

- از نماینده ی گروه بانوان فعال ادبی (دبی) ، خانم فریده کاریانی، به خاطر گزارش های مرتب و به موقعی که برای ما فرستند ، تشکر می کنیم.
- از نماینده ی گروه طراوت ، خانم معصومه عبدی ، به خاطر گزارش های دقیق و کاملی که این ماه برای ما فرستادند ، تشکر می کنیم.
- به دنبال اطلاع رسانی نماینده ی گروه مهر ۳ ، خانم نسرین ذبیحیان ، از خانم ثمیه کرمی و همسرشان که مطب دندانپزشکی خود را به مدت شش ماه در اختیار این گروه قرار دادند، صمیمانه تشکر می کنیم.

## خوشحالی !

- از این که عمل جراحی سرکار خانم ملک آبادیان با موفقیت انجام شد و ایشان سلامتی خود را باز یافتند ، خوشحالیم . امیدواریم همچنان فعال و پر انرژی به کار خود ادامه دهند .

## تسلیت

خانم احمدی عزیز ، با نهایت تاسف درگذشت مادر گرامی همسرتان را به شما و همسر محترمتان، آقای سیامک جولایی، تسلیت عرض می نمایم.

تلفن و فاکس موسسه مادران امروز : ۸۸۷۱۵۴۲۴ – ۸۸۷۲۸۳۱۷

ایمیل راه دور : [amozeshrahedoor@yahoo.com](mailto:amozeshrahedoor@yahoo.com)