

شماره‌ی ۹۳ - شهریور ۱۳۹۶

پیک مام ویژه‌ی راه دور

درباره‌ی پیک مام ویژه‌ی راه دور

موسسه مادران امروز (مام) به منظور اطلاع‌رسانی 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.

سخن روز:

سال تحصیلی جدید هم از راه رسید:

خانواده به دلیل اهمیت و جایگاهش در پرورش فرزند نقش مهمی در ایجاد آمادگی و نحوه‌ی برخورد فرزند با مدرسه و تحصیل دارد، خوشایند کردن مدرسه و درس خواندن و همراهی با فرزند در برخورد با مسایل مدرسه‌ای از عواملی است که می‌تواند به اشتیاق بیشتر فرزند ما برای درس خواندن کمک کند. لازم است به این نکته توجه داشته باشیم که داشتن رفتارهای افراطی برای درس خواندن فرزند، مانند وسواس، سخت‌گیری و کمال‌طلبی والدین می‌تواند بر عملکرد مستقیم فرزندشان در مدرسه تاثیر منفی داشته باشد.

گزارش‌های دریافت شده در این ماه

● گزارش‌های دریافت شده از گروه‌های زیر:

- بوعلی ۱، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: خانم پریسا صمدی فر، ۲ گزارش ● سپنتا ۵، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: خانم مرضیه نجفی، ۲ گزارش ● شهاب، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: خانم آسیه شریعتی، ۲ گزارش ● بوعلی ۲، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: خانم آسیه شریعتی، ۴ گزارش ● گروه زیتون، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: خانم آسیه شریعتی، ۲ گزارش ● سلامت، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: خانم بی‌همال، ۱ گزارش ● کافه کتاب مادرانه، شهرری، نماینده‌ی گروه: نرگس طاهری نژاد، ۱ گزارش ● سپنتا ۶، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: خانم توکلی‌نیا، ۳ گزارش ● آیین تربیت، قائم‌شهر، نماینده‌ی گروه: نسرین زندی، ۲ گزارش ● کتاب و رهایی، کرج، نماینده‌ی گروه: خانم فاطمه امیرشکاری، ۵ گزارش ● فردای بهتر، کرج، نماینده‌ی گروه: خانم فاطمه امیرشکاری، ۵ گزارش ● کتاب و رهایی ۲، کرج، نماینده‌ی گروه: خانم فاطمه امیرشکاری، ۳ گزارش

خبرها

● به یاد استاد توران میرهادی دو برنامه‌ی ویژه برگزار شد:

نخستین نشست از
سلسله سخنرانی‌هایی به یاد توران میرهادی



گزارشی از تجربیات یک مدرس درس ادبیات کودکان
و برخی تأملات

دکتر مرتضی کوحی
استاد بازنشسته دانشگاه شهید چمران اهواز

دوشنبه ۲۷ شهریور ۱۳۹۶ / ساعت ۱۷ تا ۱۹
کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، خیابان خجاییه
سالن غدیر، هر گونه اطلاعات:
۶۶۴۰۸۰۷۴



اجرای کنسرت گروه ارف ۱۹ و ۲۰ شهریور در تالار وحدت با همراهی خانم سیمین قدیری

۱۹ و ۲۰ شهریور ۱۳۹۶ تالار وحدت
ارکستر بزرگ ارف
به سرپرستی و رهبری
مسعود نظر
با یاد توران میرهادی
همگام با فرهنگنامه کودکان و نوجوانان
با همراهی
سیمین قدیری
کلیه ی‌های حاصل از این اجرا به فرهنگنامه اختصاصی خواهد یافت
ساعت اجرا : ۱۹:۳۰
فروش بلیط از ۱۱ شهریور ایران کنسرت



iranconcert.com

● برگزاری هفته‌ی صلح از طرف شورای گسترش فرهنگ صلح



● موسسه مادران امروز به عنوان عضوی از شورای گسترش فرهنگ صلح، کارگاه "مهارت‌های ارتباطی" در خدمت صلح و مدارا را برگزار می‌کند.

موسسه
مادران امروز

به مناسبت سی و پنجمین سالروز صلح جهانی

با توجه به اعلام هفته‌ی صلح جهانی از طرف شورای گسترش فرهنگ صلح موسسه مادران امروز برگزار می‌کند:

کارگاه مهارت‌های ارتباطی در خدمت صلح و مدارا

تاریخ: سه شنبه ۹۶/۰۶/۲۸
ساعت: ۱۰ تا ۱۲ صبح
محل اجرا: موسسه مادران امروز

" حضور در این کارگاه رایگان است "

لطفاً برای کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام با موسسه تماس بگیرید.

تلفن: ۸۸۸۹۰۳۴۵ - ۸۸۹۰۱۴۳۶ - ۸۸۷۲۸۳۱۷
نشانی: تهران، خیابان ولیعصر، ابتدای خیابان شهید مطهری
خیابان سرداران، نیش جهانسوز، پلاک ۲۷، واحد ۱، زیر همکف

● نقش خانواده در تکالیف و وظایف مدرسه‌ای فرزندان کارشناس: سرکار خانم سهیلا طاهری

هنگامی که در خانواده‌ای کودکی به مدرسه پا می‌گذارد، یکی از دغدغه‌های والدین، مسأله‌ی تکالیف و وظایف درسی فرزند است.

به راستی تکلیف شب چیست؟ چه اهمیتی دارد؟ چه فوایدی دارد؟ والدین چگونه می‌توانند از تکالیف شب فرزندان پی به آموزش و پیشرفت کودک خود ببرند؟ و در انتها والدین چگونه باید در انجام تکالیف به فرزند خود یاری برسانند؟ کلیه‌ی فعالیت‌های درسی دانش‌آموزان در خارج از مدرسه و کلاس درس که توسط معلم‌ها تعیین می‌شود، تکلیف شب یا تکلیف نام دارد.

تکلیف شب اهمیت زیادی دارد. این فعالیت برای تقویت آموزش‌های داده شده در کلاس یا برای تثبیت آموزش، برای تکمیل، برای تعمیم و کاربردی آن آموزش‌های کلاسی مقرر می‌شود. گاهی معلم‌ها تکالیف را برای تقویت یک مهارت تعیین می‌کنند، از جمله‌ی این مهارت‌ها می‌توان به تقویت مسئولیت‌پذیری، عادت به مطالعه، همکاری، مشارکت، خودانضباطی و تقویت حافظه و تمرکز اشاره کرد.

تکلیف شب به ایجاد یک حلقه‌ی ارتباطی بین والدین و مدرسه کمک می‌کند و والدین با ایجاد ارتباط مناسب می‌توانند به جریان آموزشی صحیح کودک خود کمک کنند، درحالی‌که با روش‌های نوین آموزشی هم آشنا می‌شوند.

اما تکلیف نامناسب: اثرات منفی بر روند یادگیری و آموزش دارد و گاهی کودک را از درس و مدرسه زده می‌کند. تکالیف نامناسب کودک را از اوقات فراغت و فعالیت‌های موردعلاقه محروم می‌کند، اضطراب را در کودکان افزایش می‌دهد، در خانواده تنش و مشاجره ایجاد می‌کند و والدین را در امور درسی کودک درگیر می‌کند.

حال خانواده چگونه می‌تواند در انجام تکالیف فرزند نقش مثبت و صحیحی ایفا کند؟

اولین نکته در این زمینه توجه خانواده به این نکته است که تکلیف شب جزو وظایف فرزند است و باید توسط کودک انجام شود و خانواده می‌تواند در ایجاد زمینه و بستر مناسب برای انجام تکلیف به کودک خود کمک کند.

نکته‌ی دوم توجه خانواده به شناخت ویژگی‌های فردی فرزندش است. والدین لازم است که تفاوت‌های فردی کودک را بشناسند:

- تفاوت انگیزه و علاقه‌مندی کودک و همسالانش

- تفاوت‌های جسمی و ظاهری کودک

- تفاوت‌های مهارت‌ها و استعدادها

همچنین لازم است والدین تفاوت‌های یادگیری فرزند را هم شناخته باشند.

کودک شما چگونه یادگیرنده‌ای است؟ شنیداری، دیداری، عملیاتی، مخلوط و ترکیبی ... یا کودک از لحاظ اجتماعی چگونه یاد می‌گیرد؟ به تنهایی، با همکلاسی، در گروه با یک بزرگسال و چگونه شخصیتی در کودک برتری دارد؟ تنوع‌طلبی، تشویق‌طلبی، سرسختی یا خطرگریزی.

در قدم بعدی باید برای درس خواندن برنامه داشت.

برنامه‌ریزی درسی باید در دل برنامه‌ی زندگی و خانواده طراحی و اجرا شود. باید به علاقه‌مندی، تفریح، دروس محبوب و مشکل کودک در برنامه‌ریزی توجه شود. خانواده اگر بتواند محل مناسبی برای درس خواندن کودک طراحی کند کمک بزرگی در انجام تکلیف کرده است.

تهیه‌ی وسایل و لوازم‌التحریر مناسب هم می‌تواند به بهتر انجام‌شدن تکالیف کمک کند. آشنایی والدین با تکنیک‌های درس‌خواندن و آموزش و انتقال آن به کودک، یکی از مهم‌ترین کمک‌های والدین در امر درس‌خواندن کودک است. تکنیک‌های:

۱- بررسی مقدماتی درس

۲- بررسی کلی

۳- مطالعه‌ی دقیق یا مطالعه برای فهمیدن نه از برگردن

۴- دسته‌بندی و طبقه‌بندی مطالب

۵- تهیه‌ی خلاصه و یادداشت

۶- بازگو کردن

۷- مرور و کنترل

۸- یادآوری



گزارشی از فعالیت‌های غیر مطالعاتی گروه‌های راه دور

● گروه سلامت در قائم‌شهر، جلسه‌ی پایانی خود در دوره‌ی تابستان را به اتفاق بچه‌ها و همکاری و مشارکت مادران گروه، جشن گرفتند.



● برگزاری بازارچه‌ی بخشندگی، توسط مادران گروه سپنتا با همراهی فرزندان‌شان در مهدکودک، کودکان امروز در قائم‌شهر. مادران و کودکان هر آنچه که مورد نیازشان در منزل نبود را به بازارچه آوردند و به یکدیگر هدیه دادند.



خواندنی‌ها

بخش‌هایی از مقاله‌ی راه‌های آموزش نظم به کودکان



منبع: سایت نمناک

آموزش نظم به کودکان و تربیت کودک منظم برای والدین یک امر مهم است ولی اکثر آن‌ها از اینکه کودک‌شان از نظم و انضباط زیاد استقبال نمی‌کنند گله‌مندند. در این بخش ۸ اصل و راه مهم **تربیت کودک** منظم را خواهید خواند.

با وجودی که انضباط شخصی یکی از شش مهارت مهم زندگی است که باید به کودکان آموخته شود، اما اغلب نادیده گرفته می‌شود. دلایل بسیاری برای اینکه چرا کودکان باید انضباط شخصی را بیاموزند وجود دارد. این مهارت مهمی است که در طول زندگی می‌تواند خیلی به آن‌ها کمک کند. آموزش مهارت انضباط شخصی در طول زندگی کودک باید فرایندی در جریان باشد و شیوه‌های متفاوتی وجود دارد که والدین می‌توانند مهارت انضباط شخصی را ارتقا دهند و یا از آن حمایت کنند.

۱- ساختاری را در نظر بگیرید

باید گفت که کودکان به یک برنامه‌ی منظم نیاز دارند تا بتوانند مهارت خودانضباطی را کسب کنند. قوانین شفاف و مشخصی را برای خانه وضع کنید و هر زمان که قانونی شکسته شد عواقب و پیامد آن را حتماً اجرا کنید. این کار به کودکان می‌آموزد که باید انتظار چه چیزی را داشته باشند و آن‌ها بهتر مهیای اتخاذ تصمیمات سالم و صحیح می‌شوند.

هر روز برنامه‌ی زمان‌بندی مشابهی را تهیه کنید. کودکان باید یک برنامه منظم صبحگاهی داشته باشند مانند **خوردن صبحانه، شانه کردن مو، مسواک زدن و لباس پوشیدن**. یک برنامه هم برای بعد از مدرسه برای شان در نظر بگیرید. این برنامه به آن‌ها می‌آموزد تا چگونه زمانشان را بین کارها و وظایفشان، تکالیف مدرسه و فعالیت‌های سرگرم کننده و تفریحی تقسیم کنند. همچنین مهم است تا برنامه‌ی زمانی منظمی هم برای خواب داشته باشند زیرا اهمیت استراحت و آرام گرفتن را هم به آن‌ها می‌آموزد.

۲- آموزش دهید

کودکان باید بدانند که چگونه تصمیمات سالم و صحیحی برای خودشان بگیرند. زمانی که پای کمک به کودکان در فراگیری نحوه‌ی اتخاذ تصمیم صحیح به میان می‌آید، یک شیوه‌ی مقتدرانه می‌تواند یکی از بهترین انواع تربیت باشد، چرا که به کودکان کمک می‌کند تا دلایل و رای قوانین را درک کنند. به جای این که فقط به کودک بگویید، «به محض این که از مدرسه رسیدی اول تکالیف را انجام بده» دلیل زیربنایی آن را برایش توضیح دهید.

به او بگویید، «خیلی بهتر است تا اول تکالیف مدرسه‌ات را انجام دهی و بعد زمان آزاد داشته باشی، این زمان آزاد می‌تواند همانند پاداشی برای انجام تکالیف باشد.» این می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا درک کنند چرا انجام این کار بهتر است به جای اینکه فکر کنند، «من باید تکالیفم را تا قبل از شام انجام دهم چون صرفاً مادرم گفته که باید این کار را انجام دهم.» ایفای نقش یک مدل و الگو در این زمینه‌ها خودش می‌تواند شیوه‌ای عالی برای آموزش خودانضباطی به کودکان باشد. مسایل و مشکلات خاصی را که احتمالاً کودکان با آن‌ها مواجه‌اند را تعیین کنید و شیوه‌های متفاوت مواجهه و مقابله با آن مشکلات را به بحث و گفت‌وگو بگذارید.

آموزش عملی و همراه با نمایش می‌تواند به کودکان کمک کند تا احساس آمادگی بهتری داشته باشند و نیز می‌تواند مانع عکس‌العمل‌های بی‌اختیار و غریزی از سمت آن‌ها شود.

۳- پیامدها و عواقب مشخصی را در نظر بگیرید

گاهی اوقات کودکان نیاز دارند تا با عواقب و پیامدهای طبیعی اعمال و کردارشان مواجه شوند. بچه‌ای که دائماً تکالیفش را فراموش می‌کند و در خانه جا می‌گذارد، اگر مادرش هر زمان که او تکالیفش را فراموش کرد و جا گذاشت آن‌ها را به مدرسه ببرد، او هرگز نخواهد آموخت که وسایل شخصی‌اش را خودش هر روز جمع و آماده کند. در عوض شاید باید با عواقب و پیامد این کارش از طرف معلم‌اش مواجه شود تا اینگونه درس خوبی بیاموزد.

گاهی اوقات کودکان نیاز به پیامدهای منطقی دارند. بچه‌ای که خیلی خشن و بی‌ملاحظه با کامپیوتر مادرش بازی می‌کند، شاید بد نباشد که از بازی با آن محروم شود. یا بچه‌ای که صبح به سختی از خواب بیدار می‌شود شاید باید شب کمی زودتر بخوابد تا صبح راحت‌تر بیدار شود.

زمانی که والدین بر انضباط شخصی تمرکز می‌کنند، ضرورت دارد تا از جنگ قدرت‌ها اجتناب کنند. سعی نکنید تا فرزندان‌تان را وادار به انجام کاری کنید چون این‌گونه آن‌ها خود انضباطی را نخواهند آموخت. در عوض، پیامدهای منفی رفتار و کردارشان را که با آن‌ها مواجه خواهند شد متذکر شوید و انتخاب‌هایی را در اختیارشان بگذارید. آن‌ها باید بیاموزند که چگونه برای خودشان تصمیم‌های سالم و صحیح بگیرند آن هم با در نظر گرفتن ارزیابی و سبک و سنگین کردن پیامدها و عواقب.

۴- مهارت‌های حل مسئله را به فرزندتان بیاموزید

مهارت‌های حل مسئله را به کودک‌تان بیاموزید و با کمک هم بر موارد خاصی از حل مسئله که مرتبط با خودانضباطی است کار کنید. گاهی اوقات از فرزندتان بپرسید در این مورد خاص چه فکر می‌کند این کار می‌تواند چشم او را برای خلق راهکارهایی درست و خلاقانه باز کند.

گاه‌گاهی برای برخی از مشکلات راه‌حل‌های ساده وجود دارد. برای مثال بچه‌ای که حاضر شدن و **لباس پوشیدن** در صبح برای مدرسه برایش کار سخت و مشکلی است، می‌تواند از شب قبل لباس‌هایش را آماده بگذارد. یا ساعت را روی پنج دقیقه تنظیم کند تا در عرض این زمان لباس بپوشد، این کار می‌تواند او را برای انجام این وظیفه‌اش آماده کند. **نوجوانی** که تکالیفش را انجام نمی‌دهد ممکن است قبل از اینکه خودش آنقدر انگیزه بیابد تا تکالیفش را خودش انجام دهد به یک سری تغییرات نیاز داشته باشد.

تا زمانی که راه مناسبی را پیدا کنید حتماً لازم است راه‌حل‌های متفاوتی را امتحان کنید، اما مد نظر داشته باشید که در طی این مسیر فرزندان نیز باید همیشه حضور فعال داشته باشد.

۵- هر بار و هر زمان یک رفتار را شکل دهید

خودانضباطی فرآیندی است که تبحر و اصلاح آن سال‌ها زمان می‌برد. از استراتژی‌های تربیتی متناسب با سن استفاده کنید تا در هر زمان یک رفتار خاص را شکل دهید.

به جای این‌که از بچه‌ای ۶ ساله انتظار داشته باشید خودش به صورت خودکار و بدون کوچکترین تذکر و یادآوری تمام کارهای معمول صبحگاهش را انجام دهد، از یک جدول تصویری که روی دیوار نصب شده استفاده کنید که در آن شخصی را به تصویر کشیده که موهایش را شانه می‌زند، **مسواک** می‌زند و لباس می‌پوشد و حاضر می‌شود.

شما حتی می‌توانید از فرزندان که دارد این کارها را انجام می‌دهد عکس بگیرید و نمودار خودتان را درست کنید. در صورت لزوم، هر چند یک بار به فرزندان متذکر شوید که به نمودار نگاه کند تا زمانی که او بتواند بدون نگاه کردن به نمودار خودش تمام وظایفش را انجام دهد.

سرانجام روزی می‌رسد که او اصلاً به یادآوری و تذکر نیازی ندارد و برای انجام امور انضباطی‌اش اصلاً به نمودار هم نیازی نداشته باشد.

برنامه‌ای برای پاداش بچینید

۶- پاداش

یک سیستم پاداش صحیح می‌تواند روش فوق‌العاده‌ای برای حل مشکلات خاصی که مرتبط با خودانضباطی است باشد. چندین پاداش وجود دارد که اصلاً نیازی به هزینه کردن پول ندارد و والدین می‌توانند از اعطای امتیاز خاصی به فرزند، یا افزایش زمان بازی و کار با وسایل الکترونیکی بهره ببرند تا به فرزندان‌شان انگیزه دهند تا مسئولانه رفتار کنند.

۷- تشویق

هر زمان که فرزندان خودانضباطی بروز داد حتماً او را مورد تحسین و تشویق قرار دهید. اگر فرزندان به جای اینکه برادرش را کتک بزند از شما کمک خواست، بگویید، «کار فوق‌العاده‌ای انجام دادی که کمک خواستی.» گاهی اوقات کارها و رفتارهای خوب نادیده گرفته می‌شود در حالیکه تشویق و تحسین بچه‌ها برای اخذ تصمیمات درست و صحیح به احتمال زیاد باعث افزایش و تکرار چنین رفتارهایی در او خواهد شد.

حتی زمانی که بدون تذکر و یادآوری شما فرزندان کاری را انجام می‌دهد او را تشویق کنید، بگویید، «خیلی کار خوبی کردی قبل از اینکه من بگویم شروع به انجام تکالیفت کردی!» یا «خیلی بهت افتخار می‌کنم که امروز خودت به تنهایی اتاقت را تمیز کردی.» حتی بگویید، «ممنون از اینکه بعد از خوردن غذا ظرفت را داخل سینک ظرفشویی گذاشتی. کارت عالی بود.» این کار باعث تشویق در تکرار عملکرد کودک می‌شود.

۸- الگوی خودانضباطی باشید

بچه‌ها از شما و دیدن رفتار شما بیشتر می‌آموزند تا حرف‌های شما.

اگر آن‌ها ببینند که شما مدام امروز و فردا می‌کنید یا به‌جای شستن ظرف‌ها ترجیح می‌دهید **تلویزیون** تماشا کنید، آن‌ها نیز عادات شما را برمی‌گزینند. با داشتن رفتار مناسب و صحیح نقش الگوی خوبی را برای فرزندان‌تان ایفا کنید. به آن‌ها نشان دهید چگونه به وظایف‌شان عمل کنند، خشم‌شان را کنترل کنند و تصمیمات درست و صحیح بگیرند.



نام کتاب: "تنها در خانه"

نویسنده: دکتر الهام شیرازی

ناشر: قطره

گروه سنی: بزرگسال

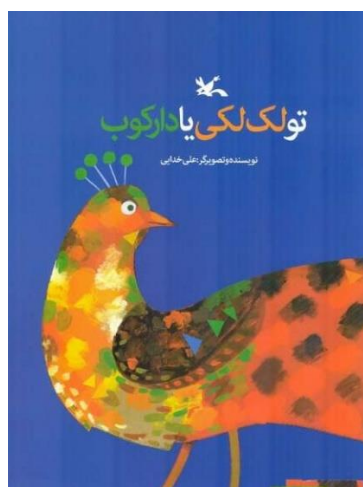
معرفی کننده: خانم نگین نابت

در ذهن والدین معمولاً این سوالات مطرح می شود که آیا می توان کودک را در خانه تنها گذاشت؟ از چه زمانی یک کودک می تواند در خانه به تنهایی از خودش مراقبت و یا خود را سرگرم کند؟ چگونه آن ها را برای مراقبت از خود آماده کنیم؟ آیا می توانیم فرزندی که از جنس مخالفان در خانه تنها بگذاریم؟ و...
تنها ماندن کودک در منزل اگر چه انتخاب ایده آلی نیست اما در شرایطی که چنین مسئله ای غیر قابل اجتناب است والدین چه اقدامات لازم و مفیدی می توانند انجام دهند؟ خواندن کتاب "تنها در خانه" که به زبانی ساده همراه با راهکارهای عملی نوشته شده، می تواند به شما والدین گرامی کمک کند که تصمیم درست و آگاهانه ای در این زمینه اتخاذ کنید.

معرفی چند کتاب مناسب

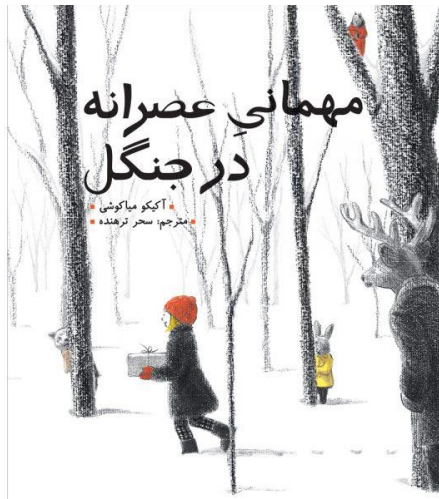
کتاب های مناسب برای کودکان:

- تو لک لکی یا دارکوب؟ نویسنده: علی خدایی / انتشارات: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان



• مهمانی عصرانه در جنگل

نویسنده: آکیکو میاکوشی / مترجم: سحر ترهنده / انتشارات:



• جورابی که دنبال پا می گشت

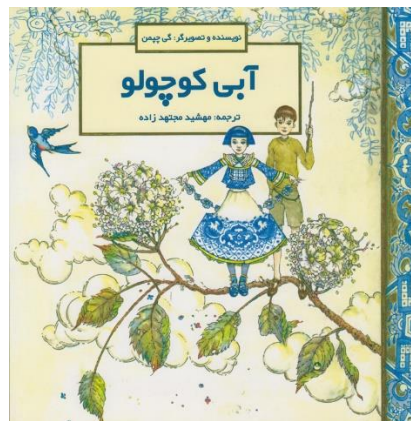
نویسنده: محمدرضا شمس, نیلوفر میرمحمدی / انتشارات: علمی و فرهنگی



کتابهای مناسب برای کودک دبستانی:

• آبی کوچولو

نویسنده: گی چپمن / مترجم: مهشید مجتهدزاده / انتشارات: امیر کبیر



• ایزی و راسو

نویسنده: ماری لوئز فیتز پاتریک / مترجم: نسرين وکیلی / انتشارات: مبتکران



• دیو دیگ به سر

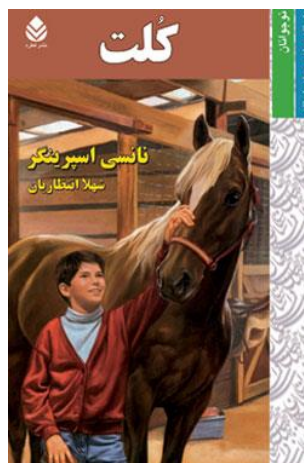
نویسنده: فرهاد حسن زاده / انتشارات: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان

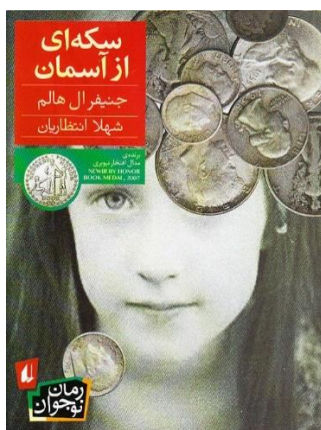


کتابهای مناسب برای نوجوانان:

• کلت

نویسنده: نانسی اسپرینگر / مترجم: شهلا انتظاریان / انتشارات: قطره





تجربه‌های زنده و ملموس

همان طور که می‌دانید از آبان ماه 95 پرسش‌های چهارشنبه‌ی گروه‌های راه دور، بر عهده‌ی خود گروه‌ها و با توجه به کتاب‌های در حال مطالعه‌ی هر گروه، طرح می‌شود. مسؤل هماهنگی این بخش خانم لیلا کمالیان هستند. ما سعی می‌کنیم در هر شماره‌ی پیک راه دور، تعدادی از پرسش‌هایی که در آن ماه مطرح شده و اعضای گروه‌ها به آن‌ها پاسخ داده‌اند، بیاوریم. مسؤل گردآوری پاسخ‌ها خانم بهار عابدینی از بخش راه دور موسسه هستند.

در شهریور ماه، طرح سوال و پاسخ برای درج در این قسمت از پیک، از دوستان راه دور دریافت نکردیم، منتظر طرح سوال گروه‌ها در مهر ماه هستیم.

دوستان عزیز

ضمن سپاس از طرح سوال و پاسخ‌های شما عزیزان که این بخش را پر بار می‌کند، از شما پاسخ‌دهندگان عزیز درخواست می‌کنیم نام و نام خانوادگی و نام گروه را کامل بنویسید تا ما بتوانیم نامتان را به طور کامل در پیک راه دور بیاوریم.

متشکریم

نشانی موسسه مادران امروز (مام): خیابان ولیعصر - ابتدای خیابان شهید مطهری - خیابان سرداران - نبش جهانسوز - شماره‌ی ۳۷ - واحد یکم (زیر همکف)

کد پستی: ۱۵۹۵۸۳۳۱۱۱

تلفن و فاکس: ۰۲۱-۸۸۸۹۰۳۴۵، ۰۲۱-۸۸۹۰۱۴۳۶، ۰۲۱-۸۸۷۲۸۳۱۷

کانال اطلاع رسانی:

<https://telegram.me/madaraneemrooz1>

اینستاگرام ۱:

valedeyn_va_farzandan

اینستاگرام ۲:

madaraneemrooz

سایت:

madaraneemrooz.com

ایمیل: info@madaraneemrooz.com

ایمیل راه دور: amoozeshrahedor@yahoo.com