



پیک مام

ویژه‌ی راه دور

شماره‌ی ۱۳۴، بهمن ۱۳۹۹

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، خبردار شدن از نظرها و پیشنهادها و رفع اشکال‌ها و ابهام‌های موجود در طول کار گروه‌های بهره‌گیر از راه دور، پیک مام ویژه‌ی راه دور را تهیه کرده است. از سال گذشته پیک مام ویژه‌ی راه دور مسئولیت اطلاع‌رسانی داخلی مؤسسه را نیز بر عهده گرفته است. جمع‌بندی کل فعالیت‌های مؤسسه در پایان هر سال در «پیوست پیک مام» به علاقه‌مندان ارائه می‌شود.

فهرست مطالب

گزارش‌های کتابخوانی	۳	این پیک با هماهنگی بهار عابدینی و صفحه‌آرایی شیدا اکبری،
مناسبت‌ها: روز جهانی تالاب‌ها	۴	زیر نظر گروه اجرایی راه دور
مناسبت‌ها: زادروز پروین دولت‌آبادی	۵	در مؤسسه مادران امروز منتشر شده است.
خواندنی‌ها: کودکان و اجرای قوانین	۶	نشانی مؤسسه مادران امروز (مام):
خواندنی‌ها: هیچانه چیست؟	۹	خیابان ولیعصر، ابتدای خیابان شهید مطهری، خیابان
پاسخ به پرسش‌های گروه‌های کتابخوانی	۱۰	سربداران، نبش جهانسوز، شماره‌ی ۳۷، واحد یکم (زیر
ما و محیط زیست	۱۳	همکف)، کد پستی: ۱۵۹۵۸۳۳۱۱۱
کارگاه و جلسه‌های مجازی	۱۵	تلفن و دورنگار: ۰۲۱-۸۸۸۹۰۳۴۵، ۰۲۱-۸۸۹۰۱۴۳۶
معرفی کتاب بزرگسال	۱۶	سایت: www.madaraneemrooz.com
معرفی کتاب کودک و نوجوان	۱۷	پست الکترونیکی: info@madaraneemrooz.com
		کانال اطلاع‌رسانی: https://telegram.me/madaraneemrooz1
		صفحه‌ی اینستاگرام: @madaran_e_emrooz

گزارش‌های کتابخوانی گروه‌های راه‌دور (از تاریخ ۹۹/۱۰/۲۰ تا ۹۹/۱۱/۲۰)

گروه: آیین تربیت
هماهنگ کننده: نرگس ترشیزی، قائمشهر

گروه: دوستان هم سو

هماهنگ کننده: فریبا سامان، تهران

گروه: بوعلی ۲

هماهنگ کننده: آسیه شریعتی، قائمشهر

گروه: نوجوان من

هماهنگ کننده: منیژه چهره نگار، تهران

گروه: شهاب

هماهنگ کننده: آسیه شریعتی، قائمشهر

گروه: بانوان پویا

هماهنگ کننده: منیژه چهره نگار، تهران

گروه: زیتون

هماهنگ کننده: آسیه شریعتی، قائمشهر

گروه: همیاران خانه سبز

هماهنگ کننده: فرزانه منفرد، تهران

گروه: مانا

هماهنگ کننده: بهار عابدینی، تهران

نام گروه: سپنتا ۲

هماهنگ کننده: فرحناز قربانی، قائمشهر

گروه: زیتون ۳

هماهنگ کننده: هاله تیا و مرجان یوسفی، قائمشهر

گروه: مادر و کتاب

هماهنگ کننده: فرزانه منفرد، تهران

گروه: دوستان

هماهنگ کننده: زهرا محسنی، تهران

مناسبت‌ها

روز جهانی تالاب‌ها

۱۳ بهمن ماه، برابر با دوم فوریه، روز جهانی تالاب‌ها نام‌گذاری شده است. سال ۱۹۷۱ میلادی و در شهر رامسر ایران، معاهده‌ای جهانی برای حفاظت از تالاب‌ها به تصویب رسید که به کنوانسیون رامسر مشهور شد. در این روز درباره‌ی اهمیت تالاب‌ها، خطراتی که آن‌ها را تهدید می‌کند و راه‌های محافظت از تالاب‌ها اطلاع‌رسانی می‌شود.

تالاب محیطی بین اکوسیستم‌های خشکی و آبی است که ویژگی‌های هر دوی آن‌ها را داراست. تالاب‌ها در زمین‌های پست شکل می‌گیرند و به صورت دائمی یا موقتی با آب‌های کم عمق پوشانده می‌شوند. تالاب‌ها یکی از مهم‌ترین زیستگاه‌های گونه‌های جانوری و گیاهی و حتی موجودات آبزی میکروسکوپی هستند.



مناسبت‌ها

زادروز پروین دولت‌آبادی

برگرفته از کانال شورای کتاب کودک

پروین دولت‌آبادی، شاعر کودک‌ان ایران، در سال ۱۳۰۳ در اصفهان به دنیا آمد. در شعرهای او ارزش و احترام به هویت کودک بازتاب می‌یافت. کودک را با واژه‌ها، تفسیرها و تعبیرهای تازه آشنا می‌کرد و می‌کوشید شعرهایی بگوید که کودک به راحتی بخواند و از بر کنند. بر این باور بود که شعر ابزاری دلپذیر و کارا برای رشد عاطفی و هوشمندی کودک است. در کلام لطیف او مفاهیمی همچون زندگی، گوهر هستی، عشق، دانش، آزادی، شادمانه زیستن و کار موج می‌زد و مفاهیم آموزشی، با عاطفه و احساس و زیبایی با هم گره خورده بودند.

پروین با تلفیق شعر و موسیقی، ارتباط و پیوندهای عاطفی خوبی با کودک برقرار می‌کرد. کلام او با سرشت کودک همسازی داشت و نشانگر روابط انسانی قوی ذهن او با کودک‌ان بود. دولت‌آبادی در سن هشتاد و چهار سالگی، در روز سه شنبه ۲۷ فروردین ۱۳۸۷ پس از سال‌ها تلاش سازنده برای کودک‌ان ایران، به جاودانگی پیوست.



دو دست خویش را بگشا
درون دست هایت زندگی داری
دو چشم خویش را بگشا
به چشمان نوری از جویندگی داری
دو پا را پیش نه در راه
به پایت نیروی پویندگی داری ...

خواندنی‌ها

کودکان و اجرای قوانین

نویسنده: زهرا سلیمانی

کارشناس حوزه‌ی کودک موسسه مادران امروز

کودکان در تمام سنین به قواعدی ساده، واضح و متناسب با سن نیاز دارند. وظیفه‌ی والدین نظارت بر اجرای قوانین بدون اعمال زور و خشونت، با رفتاری محکم و همراه با مهربانی است. کودکان روزانه در معرض باید و نبایدهای والدین قرار می‌گیرند. اگر این دستورها و قوانین منطبق با اصول رشدی و تربیتی صحیح باشد و به روش درست اجرا شود می‌تواند در روال روزانه‌ی خانواده نظم و آرامش ایجاد کند و موجب بهتر شدن رابطه‌ی عاطفی بین کودک و والدین شود. در غیر این صورت ممکن است فضا برای ایجاد جر و بحث بین والدین و کودک و رفتار مقابله‌ای کودک فراهم شود.



توجه به نکات زیر می‌تواند در قانون‌گذاری و رفتار قاطعانه با کودکان مفید باشد:

- قانون‌ها باید منطبق با رشد و ویژگی کودک باشد. به طور مثال اگر برای کودک ساعت خواب تعیین می‌کنیم به این دلیل نیست که ما دل‌مان می‌خواهد او سر ساعت مقرر بخوابد بلکه رشد متعادل کودک در هر مقطع سنی به میزان مناسب خواب او بستگی دارد. اگر کودک ما نیاز به ساعت خواب کم‌تری دارد نمی‌توانیم به او اجازه دهیم تا دیر وقت شب بیدار بماند که صبح دیرتر بیدار شود تا ما آسوده‌تر باشیم. قانونی که برای ساعت خواب در نظر می‌گیریم و قاطعیت ما برای اجرای این قانون کمک می‌کند تا کودک در ساعت مناسب به خواب برود، در این حالت طبیعی است که اگر کودک صبح‌ها زود بیدار شد باید خودمان را با او هماهنگ کنیم.
- تعداد قانون‌ها نباید به حدی باشد که کودک را کلافه کند. وقتی از صبح تا شب با امر و نهی زیاد و دستورها و قوانین مختلف، بدون در نظر گرفتن موضوع‌های پر اهمیت زندگی، کودک را کلافه کنیم، او را به سوی لجبازی سوق می‌دهیم.
- شرط اصلی قاطعیت مدیریت بر هیجانات است. اگر برای اجرای دستورها و قوانین مان از زور و عصبانیت و ... استفاده کنیم، دیگر یک والد قاطع نیستیم بلکه مادر یا پدری بدخلق با فرزندان خشمگین هستیم و آن‌ها فقط تا زمانی که زورشان از ما کم‌تر است از قوانین پیروی می‌کنند.
- در اجرای قاطعانه‌ی قوانین باید بین والدین هماهنگی باشد. تجربه‌ی هر کدام از والدین از دوران کودکی‌شان با هم متفاوت است و همین امر می‌تواند باعث اختلاف نظر در امر تربیت کودک شود. هماهنگی بین والدین در وضع و اجرای قوانین متناسب و منطبق با رشد به کودک حس امنیت و آرامش می‌دهد و از بسیاری از مخالفت‌ها و جر و بحث‌های روزانه بین والدین و کودک پیشگیری می‌کند. اگر یکی از والدین حرفی بزند و یا قانونی بگذارد که والد دیگر آن را قبول نداشته باشد و با حرف و عمل‌اش آن را نقض کند، کودک نه تنها از قانون پیروی نمی‌کند بلکه یاد می‌گیرد که هر موقع دلش خواست قانون را نقض کند، در بین والدین سرگردان شود و یار کشی کند.
- در رفتار قاطعانه دستورها و قوانین به اندازه‌ی شیوه‌ی رفتاری اهمیت دارند. برای این‌که بدانیم آیا قوانین ما مناسب هستند یا نه قبل از اعلام آن به کودک باید در ذهن‌مان به این پرسش پاسخ دهیم: هدف‌ام از اجرای این قانون چیست؟ برای مثال می‌خواهم کودک‌ام نظم داشته باشد، وسایل‌اش را جمع کند و فقط در اتاق خودش بازی کند. آیا این قانون منطبق با سن رشدی کودک است؟

برای پاسخ به این پرسش در مثال بالا نیاز داریم درباره‌ی شیوه‌های برقراری نظم در سنین مختلف اطلاعات لازم را به دست بیاوریم. سپس با در نظر گرفتن سن کودک مان بررسی کنیم که آیا درخواست ما از کودک قابل اجرا است؟ آیا این قانون با ویژگی‌های کودک من هماهنگ است؟

در همان مثال نظم آیا کودک من به آن میزان از توانایی رسیده است که بتواند اسباب‌بازی‌هایش را جمع کند؟ اگر کودکم اضطراب جدایی داشته باشد می‌تواند به تنهایی در اتاقش بازی کند؟

بعد از بررسی موارد فوق در صورتی که مطمئن شدیم که قانون درست و قابل اجرا است باید این سوال را از خودمان پرسیم که درجه‌ی اهمیت این قانون چقدر است و اگر این قانون نباشد چه اتفاقی خواهد افتاد؟ آیا جمع و جور بودن و مرتب بودن فضا آنقدر اهمیت دارد که رعایت آن باعث تشنج در رابطه‌ی والد و کودک به خصوص در شرایط فعلی شود؟

پس از پاسخ به موارد فوق می‌توانیم به بررسی روش‌هایی بپردازیم که بتواند ما را به هدف‌مان برساند. شیوه‌ی رفتار در اجرای قوانین باید به گونه‌ای باشد که نه تنها موجب رسیدن به هدف بشود بلکه باعث ایجاد آرامش در فضای خانواده و تحکیم ارتباط عاطفی بین والد و کودک نیز بشود. اگر قاطعیت همراه با خشم و تند خویی باشد ممکن است که کودک برای مواجهه نشدن با عصبانیت و ناراحتی والدین از قانون پیروی کند اما در طولانی مدت رابطه‌ی عاطفی مناسبی با والدین نخواهد داشت.

قاطعیت در رفتار با کودک زیر دوسال بر کنترل و ایمن سازی محیط برای رشد همه جانبه‌ی کودک استوار است نه محدود کردن او. قانون‌هایی که برای این سن تعیین می‌کنیم باید برای حفظ سلامتی کودک و اطرافیان و عدم آسیب رساندن به ابزار و وسایل زندگی باشد و مانع تجربه‌های محیطی بدون خطر نشود.

کسب مهارت رفتار قاطعانه یکی از ابزارهای مهم فرزندپروری برای والدین است که کمک می‌کند قوانین و مقررات و شیوه‌ی اجرای آن برای کودک قابل پیش‌بینی باشد. در عین حال کودکان نیاز دارند تا به والدین خود اعتماد کنند و به توانایی و قدرت آن‌ها باور داشته باشند. اگر کودک ببیند که والدین‌اش قادر به مدیریت و کنترل رفتارهای نامناسب او نیستند نه تنها بد رفتاری‌اش شدت پیدا می‌کند بلکه دچار استرس و عدم اطمینان هم خواهد شد. با انجام رفتار قاطعانه و ایجاد محیط امن می‌توانیم به کودک کمک کنیم تا رفتار مناسبی داشته باشد و چهار چوب و قوانین خانواده را به رسمیت بشناسد.

خواندنی‌ها

هیچانه چیست؟

نویسنده: لیلا کفاش‌زاده/ کارشناس کتاب‌های کودک و نوجوان

منبع: صفحه‌ی اینستاگرام شخصی ایشان



هیچانه‌ها نوشتاری موزون و آهنگین هستند که ضمن خوش‌آوایی به کودکان کمک می‌کنند هوش گفتاری و زبانی خود را تقویت کنند. بار معنایی هیچانه‌ها بالا نیست و صرفاً برای تکرار، موزون ساخته می‌شوند. هیچانه‌های هر کشوری بخشی از میراث فرهنگی ناملموس و فرهنگ شفاهی آن قوم را تشکیل می‌دهد.

اگر واژه‌ی انگلیسی nonsense verse را در موتورهای جست‌وجو وارد کنید، مطالب بسیاری درباره‌ی هیچانه‌های کشورهای دیگر پیدا می‌کنید. کودکان یک شهر یا یک کشور خاطرات مشترکی از

هیچانه‌های خود دارند که همین بخش از آن میراث مشترک و خاطراتی را تشکیل می‌دهد که بخشی از فرهنگ تلقی می‌شود. همان‌طور که در یک اسطوره، دیوی می‌تواند کوهی را جابه‌جا کند، ولی توجیه فیزیکی ندارد، در هیچانه‌ها هم نباید دنبال علت و معلول کلمات گشت. اتل متل توتوله، آن مان، نباتا، ده بیست سی چهل و... هیچانه هستند. معنای لغوی خاصی ندارد. موزون‌اند و تلفظ‌شان برای نوواژگان آسان است. همین.

قرار نیست کودکان در یک سالگی اشعار سنایی را تلفظ کنند تا حرف زدن بیاموزند. هیچانه‌ها را مسخره نکنیم و آن‌ها را بخشی از فرهنگ شفاهی خود بدانیم. هیچانه‌ها در کشورها و فرهنگ‌های دیگر هم به همین ضرورت وجود دارد. بهانه این متن، برنامه طنزی است که شوربختانه چندی است در رسانه‌ها پخش می‌شود و هیچانه‌ها را مورد تمسخر قرار می‌دهد. بیش‌تر بخوانیم، جست‌وجو کنیم و بیاموزیم.

پاسخ به پرسش‌های گروه‌های کتابخوانی

پرسش:

تمرکز روی ایرادهای ارتباطی این حس را به وجود می‌آورد که من اصلاً حرف نزلم بهتر است. درباره‌ی این موضوع توضیح دهید.

پاسخ:

پیش از هر چیز فکر کنید هدف از حرف زدن چیست؟ یا چرا حرف می‌زنیم؟

برای تبادل عقیده، بیان احساسات و عواطف، رفع نیازهای گوناگون، طرح پرسش و ابهام، هشدار دادن، جلوگیری از سوء تفاهم و با خبر شدن از باورها، افکار، نیازها، خواسته‌ها، نظرها و پیشنهادی دیگران. حالا اگر سکوت کنیم به این هدف‌ها می‌رسیم؟

افرادی که سکوت یا انفعال را در ارتباط انتخاب می‌کنند (از روی ترس یا هر دلیل دیگر) پس مدتی حرف‌های ناگفته‌ی زیادی دارند که آن‌ها را در ذهن خود نگه می‌دارند. این سبب دلخوری، خشم و عصبانیت و بغض می‌شود. این افراد همیشه از دست خود و دیگران عصبانی، ناراحت و ناراضی هستند.

اشکالات را بررسی می‌کنیم تا گوینده‌ی بهتری باشیم و بتوانیم منظورمان را به درستی بیان کنیم، جلوی سوء تفاهم‌ها را بگیریم و به هدف خودمان، که همان ارسال پیام است، برسیم. برطرف کردن ایرادها (نه به یک‌باره) کم کم ما را در ارتباط‌گیری ماهر می‌کند و از این که می‌توانیم به راحتی حرف بزنیم و نظر بدهیم احساس خوبی پیدا می‌کنیم.

پرسش:

از چه سنی می‌توان اجازه‌ی دوستی با جنس مخالف را به نوجوان داد؟ حد و حدود این ارتباط کجاست و چگونه مدیریت شود؟

پاسخ:

نوجوان نیاز به راهنمایی دارد، نه کنترل خارجی. شاید یکی از مهم‌ترین دلایل سرکشی نوجوانان همین کنترل‌ها باشد. آن‌ها برای شناسایی احساسات خود نیاز به کمک دارند. ما وظیفه داریم بستری برای آموزش و رشد مهارت‌های لازم برای حفظ سلامت‌شان و پیدا کردن مهارت‌های ارتباطی و توانایی در ایجاد ارتباط‌های سالم، حفظ حرمت، توانایی نه گفتن و تقویت اعتماد به نفس، پیدا کردن توانایی تصمیم‌گیری و درست عمل کردن، مهارت تفکر در مورد موضوع‌هایی که پیش رو دارند، فراهم کنیم.

هدف جلوگیری و پرهیز آگاهانه از خطرهای نه اجتناب از روی ترس. به نوجوانان این آگاهی را بدهیم که همان طور که جسم او در حال تغییر است، ذهن و اندیشه‌اش هم دگرگون می‌شود و باید رشد و تکامل پیدا کند. عواطف در دوران نوجوانی شدید هستند و خیلی زود تغییر می‌کند (توجه به تضادهای عاطفی و تغییر خلق آن‌ها).

اما توجه داشته باشیم گرایش به جنس مخالف یک نیاز کاملاً طبیعی است و فعالیت و کار مشترک بخش عمده‌ای از این نیاز را کم می‌کند و سبب شناخت و پیدا کردن معیار می‌شود. شاید بهترین کار فراهم کردن جمع‌ها و محیط‌های امن و روابط قابل هدایت و کنترل باشد نه جلوگیری. منع کردن آن‌ها را حریص می‌کند و سبب پنهان‌کاری بیشتر می‌شود. این نوع ارتباط‌ها و فعالیت‌ها قدرت و توانایی انتخاب، تشخیص و شناخت را بیش‌تر فراهم می‌کنند و سبب بلوغ روانی عاطفی می‌شود. یعنی فرد کم‌کم توانایی تشخیص کار درست را پیدا می‌کند. در واقع به یک ثبات رفتاری و مدیریت عواطف می‌رسد. این هم در طول زمان و تجربه به دست می‌آید. پس کم‌کم اطلاعات علمی را دوستانه در اختیار آن‌ها قرار دهیم. چون اولین سطح ارتباط اگر با اطلاعات همراه نباشد آسیب‌زننده است.

پرسش:

در زمان کودکی من، مادرم قوانین سختی در رابطه با ما داشت. اما حالا وقتی با فرزندانم ارتباط دارد بسیار سهل گیر است. مثلاً با این که می دانند ما قوانینی برای استفاده از موبایل داریم، به راحتی آن را در اختیارشان می گذارند و من مجبور می شوم با فرزندانم برخورد کنم. مانده ام در این شرایط با مادرم چه کنم؟

پاسخ:

یکی از نکات مهم در رفتار مناسب با کودک، حفظ رفتار قاطعانه والدین است. لازم است در موقعیتی مناسب و صمیمی مادر گرمی دلایل قوانینی که در استفاده از موبایل برای فرزندش در نظر گرفته است را برای مادر بزرگ توضیح دهد و انتظار خود را به روشنی بیان کند. چنانچه کودک تقاضای داشتن موبایل را از مادر بزرگ می کند می توان جانشین های مناسبی را برای سرگرم کردن کودک به مادر بزرگ پیشنهاد داد. از طرف دیگر یادمان باشد که ارتباط مادر بزرگ با نوه به گونه ای است که ایشان تمایل دارند که به خواسته های کودک پاسخ دهند تا هر چه بیش تر این رابطه حفظ شود. پس طبیعی است که از قوانین حاکم در خانه ی شما خیلی مطلع نباشند.

پرسش:

همسرم وقتی کاری دارد یا خسته هست موبایل را به فرزندم که ۴ ساله است می دهد تا سرگرم شود یا برای اش انیمیشن می گذارد که قانون ما از بین می رود. از این که برای اش عادت شود نگرانم

پاسخ:

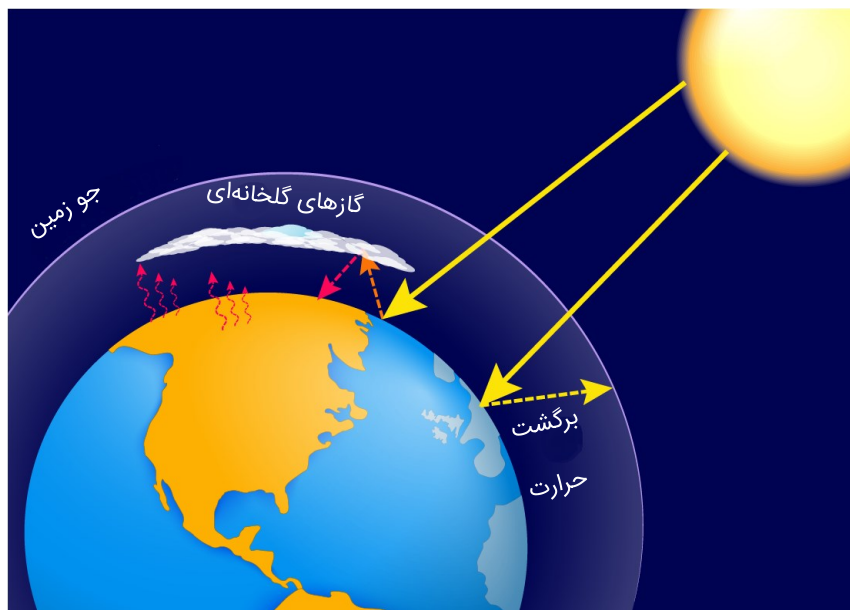
در این موقعیت لازم است که مادر کنترل و مدیریت لازم را بر محیط داشته باشد. وقتی پدر در شرایطی مناسب به سر نمی برد هر نوع ارتباط گیری کودک با پدر ممکن است تنش ایجاد کند یا بر خلاف مقررات موجود در خانواده رفتار شود. پس در این زمان مادر می تواند با درک موقعیت حاضر شرایطی را برای سرگرم کردن کودک فراهم کند و یا با انجام فعالیتی اوقاتی لذت بخش را با فرزند بگذرانند. همچنین می توان شرایط پدر را به روشنی برای کودک توضیح داد. مثلاً: الان پدر نمی تواند با شما بازی کند اما بعد از این که استراحت اش تمام شود با شما بازی می کند. نکته ی دیگر این که باید بین والدین در اجرای قوانینی که در خانه وضع می شوند، هماهنگی وجود داشته باشد. اگر شاهد تکرار ناهماهنگی هستیم، لازم است با یکدیگر گفت و گو کنیم و با علت یابی به رفع آن بپردازیم.

ما و محیط زیست

تغییرات اقلیمی و اکوسیستم‌ها

گروه محیط زیست موسسه مادران امروز

همان‌طور که در مطالب پیشین بیان شد، تغییرات آب و هوایی یا همان گرم شدن کره‌ی زمین در اثر تولید و غلظت گازهای گلخانه‌ای اتفاق می‌افتد. چگونگی این رخداد به این ترتیب است که کره‌ی زمین با این گازهای غلیظ محصور شده و مانع برگشت حرارت از سطح زمین به فضا می‌شود. یک از آثار زیان‌بار انتشار گازهای گلخانه‌ای، تغییراتی است که در سیستم آب، اکوسیستم‌های زمینی و دریایی به‌وجود آمده است. افزایش سطح آب دریاها (یک تا دو میلیمتر در سال)، از بین رفتن یخچال‌ها،



کاهش پوشش برف و ذوب شدن لایه‌های منجمد زمین، تغییر در زیستگاه‌ها و تغییر فصل جفت‌گیری حیوانات و گل‌دهی زود هنگام گیاهان از جمله پدیده‌هایی هستند که در اثر افزایش گازهای گلخانه‌ای به‌وجود آمده‌اند.

حوادث غیر قابل پیش‌بینی مختلف نیز نشان دهنده‌ی بالا رفتن دمای سطح زمین است. برای مثال افزایش روزهای گرم و کاهش روزهای سرد سال از جمله‌ی این مواردند. این پدیده تقریباً در همه جای کره‌ی زمین دیده می‌شود. همچنین در عرض‌های جغرافیایی میانه و بالا، میزان تبخیر به شدت افزایش یافته است. به همین دلیل شدت خشکسالی در قاره‌های آفریقا و آسیا در چند دهه‌ی اخیر چشمگیر بوده است. تبخیر و دوره‌ی بازگشت آب به محل اولیه (به شکل بارندگی) به شدت کاهش پیدا کرده و بروز سیلاب‌ها، رانش‌های شدید و پی در پی، خطر خشکسالی و بروز آتش‌سوزی‌های طبیعی را افزایش داده است. این اتفاق‌ها بر زندگی میلیون‌ها موجود زنده تاثیر مستقیم گذاشته و سبب مهاجرت و بی‌خانمان شدن میلیون‌ها انسان شده است.



در نوامبر سال ۲۰۱۵ کشورهای عضو کنوانسیون تغییرات اقلیم سازمان ملل متحد در پاریس با توافق‌نامه و قراردادی جهانی برای مقابله با تغییرات آب و هوایی با حضور تمام ملت‌های جهان به امضا رساندند. هدف از این توافق‌نامه تاکید بر سرعت بخشیدن در کاهش آلاینده‌های زیست محیطی، گازهای گلخانه‌ای و افزایش دمای جهانی به زیر دو درجه‌ی سلیسوس بوده است. همچنین کشورهای شرکت کننده، که ایران را هم شامل می‌شود، متعهد شده‌اند تا وابستگی به سوخت‌های فسیلی را کاهش داده و سیاست‌هایی به همراه فناوری جدیدی فراتر از تعهدات کنونی اتخاذ کرده و گام‌هایی فوری و موثر در این زمینه بردارند. کشورهای متعهد باید به‌خاطر داشته باشند تا سال ۲۰۳۰ فاصله‌ی زیادی نمانده و باید هر چه سریع‌تر به تعهداتشان عمل کنند.

کارگاه و جلسه‌های مجازی



کارگاه مجازی خداحافظی با پوشک با کارشناسی خانم
زهره سلیمانی و با همکاری موسسه خیریه فرشتگان در
تاریخ ۹۹/۱۰/۲۷ از ساعت ۱۹ تا ۲۱:۳۰ برگزار شد.

کارگاه مجازی خداحافظی با پوشک با کارشناسی خانم
زهره سلیمانی و همکاری سایت کودکت در تاریخ
۹۹/۱۱/۱۸ از ساعت ۱۷ تا ۲۰ در اینستاگرام برگزار شد.



دوره‌ی آموزشی ۶ جلسه‌ای رفتار با نوجوانان در
تاریخ‌های ۶، ۱۳ و ۹۹/۱۱/۲۰ از ساعت ۱۷ تا ۱۹ با
کارشناسی خانم نگین شهری و پشتیبانی فنی خانم فریبا
اعلانی سامان در اسکایپ برگزار شد.



کارگاه مجازی رایگان با موضوع خانواده، آموزش مجازی،
درس و تکلیف با کارشناسی خانم سهیلا طاهری در تاریخ
۹۹/۱۱/۲۴ از ساعت ۱۷ تا ۱۸ در اینستاگرام برگزار شد.

معرفی کتاب



نام کتاب: ده اصل ثابت فرزند پروری

نویسنده: لارنس اشتاینبرگ

مترجم: مهرنوش عابر

ناشر: انتشارات رشد

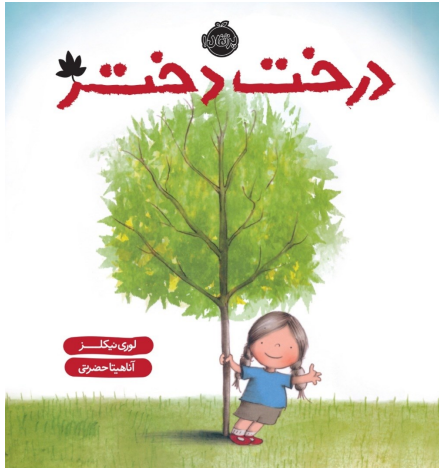
معرفی کننده: خانم فرحناز مددی، کارشناس موسسه مادران امروز

کودکان ارزشمندترین گنجینه‌های زندگی هستند. آن‌ها مهم‌ترین انگیزه‌های پدران و مادران برای تلاش در زندگی هستند. لازم است والدین علاوه بر رفع نیازهای جسمانی کودکان به سایر نیازهای آن‌ها نیز توجه کنند. والدین برای انجام این بخش از مسئولیت خود به اطلاعات و آموزش نیاز دارند. در کتاب ده اصل ثابت فرزند پروری نکته‌های به ظاهر ساده اما با اهمیت در تربیت کودکان مطرح شده است. این کتاب به والدین کمک می‌کند تا انتظارات خود از فرزندشان را معقول و بر اساس واقعیت کنند. خواندن این کتاب را به تمام کسانی که در انتظار فرزند هستند یا فرزند دارند و می‌خواهند مهارت فرزندپروری خود را بهبود بخشند، توصیه می‌کنیم.

عنوان فصل‌های این کتاب عبارت است از:

- عملکرد خودتان اهمیت دارد.
- هراندازه به فرزندتان محبت کنید، زیاد نیست.
- در حل مسائل و مشکلات فرزندتان شرکت کنید.
- شیوه‌های تربیتی خود را متناسب با وضع فرزندتان انتخاب کنید.
- مقررات وضع کنید و حد و مرز مشخص کنید.
- پرورش استقلال در فرزند.
- ثابت قدم باشید.
- از انضباط سخت و خشن پرهیزید.
- مقررات و تصمیمات خود را تشریح کنید.
- با کودک به احترام رفتار کنید.

معرفی کتاب



برای کودک دبستانی
درخت دختر
نویسنده و تصویرگر: لوری نیکلز
مترجم: آناهیتا حضرتی کیاوندانی
ناشر: پرتقال

برای کودک دبستانی
بدون تو چه کار کنم؟
نویسنده: سالی گریندلی
مترجم: منا خاطری
ناشر: بازی و اندیشه



برای نوجوان
رودخانه‌ی واژگون
نویسنده: ژان کلود مورلوا
مترجم: نوید اعطار شرقی
ناشر: محراب قلم

