

جامعه‌ی سالم خانواده‌ی سالم

موسسه مادران امروز (مام) موسسه‌ای غیردولتی و غیرتجاری است که در سال ۱۳۷۷ به‌طور رسمی شروع به کار کرده است.

هدف اصلی موسسه فراهم‌کردن امکانات و موقعیت‌هایی برای خانواده‌ها است که آنها بتوانند آگاهی‌ها و توانایی‌های خود را افزایش دهند و برای رشد و بهبود زندگی خانواده‌ها و جامعه تلاش کنند.

مراکز ارایه‌ی خدمات

موسسه مادران امروز شعبه ندارد؛ اما خدمات خود را بجز محل موسسه، در مدرسه‌ها، مهدهای کودک، مراکز تفریحی و فرهنگی، اداره‌ها، سازمان‌ها و نهادهای دولتی و غیردولتی، محل کار و زندگی اعضای خانواده ارایه می‌دهد.

مخاطبان موسسه مادران امروز (مام)

مادران، پدران، نوجوانان، جوانان، مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها، معلمان، مربیان، مدیران و برنامه‌ریزان امور خانواده و کودک و سایر علاقه‌مندان به کودک و خانواده، مخاطبان موسسه هستند.

همه‌ی برنامه‌های موسسه بر اساس کار گروهی و فعالیت‌های گوناگون زیر نظر کارشناسان با تجربه، طراحی و اجرا می‌شود.

برنامه‌های ویژه‌ی خانواده‌های در انتظار فرزند، خانواده‌های کودک‌دار،

مربیان، معلمان و عموم علاقه‌مندان

- ♦ آمادگی برای فرزندپروری
- ♦ ماساژ نوزادان
- ♦ خواب نوزادان
- ♦ شیردهی به نوزاد
- ♦ بازی با نوزاد
- ♦ فعالیت‌های فرهنگی برای نوزادان
- ♦ پدران و آمادگی برای حضور فرزند
- ♦ چگونگی آموزش توالد رفتن به کودکان زیر سه سال
- ♦ آشنایی با تغذیه‌ی کودکان زیر دو سال و از شیر گرفتن کودک
- ♦ جدا کردن محل خواب کودک
- ♦ آشنایی با ویژگی‌های کودکان و رفتار مناسب با آنان
- ♦ رشد و تربیت جنسی کودکان و نوجوانان
- ♦ بازی و پرورش کودک
- ♦ تشویق و تنبیه
- ♦ کتاب‌خوانی و قصه‌گویی
- ♦ آمادگی برای ورود به دبستان و کلاس اول
- ♦ آمادگی برای ورود به مهدکودک
- ♦ گذراندن اوقات خوش با فرزند
- ♦ قاطعیت با فرزند
- ♦ نظم‌آموزی و انضباط
- ♦ پرورش اعتماد به نفس در کودکان

پرورش مسئولیت‌پذیری در کودکان

- ♦ پرورش فرزند مستقل
- ♦ آشنایی با ویژگی‌های کودکان دبستانی و چگونگی رفتار مناسب با آنان
- ♦ خانواده و مسایل مدرسه‌ای
- ♦ ارتباط کلامی با کودک دبستانی
- ♦ بازی‌های آموزشی با کودک دبستانی

برنامه‌های ویژه‌ی خانواده‌های نوجواندار، معلمان و عموم

علاقه‌مندان

- ♦ آشنایی با ویژگی‌های نوجوانان و چگونگی رفتار مناسب با آنان
- ♦ آشنایی با بلوغ و رشد جنسی نوجوانان
- ♦ جلسه‌های پرسش و پاسخ درباره‌ی نوجوانان

برنامه‌های ویژه‌ی بزرگسالان و عموم علاقه‌مندان

- ♦ مدیریت بر خود
- ♦ ارتباط مناسب با همسر
- ♦ روابط زناشویی
- ♦ شیوه‌های تفکر و حل مسئله
- ♦ ارتباط کلامی موثر
- ♦ مدیریت بر خشم
- ♦ مدیریت بر استرس
- ♦ کامپیوتر برای مادران
- ♦ تصمیم‌گیری موثر

مشورت با دیگران

- ♦ هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی
- ♦ مدیریت بر زمان
- ♦ “نه” گفتن آگاهانه و رفتار جرات‌مندانه
- ♦ پرورش نظم و انضباط در خانواده
- ♦ تقویت اعتماد به نفس
- ♦ خطاهای شناختی
- ♦ خانواده‌ی متعادل
- ♦ چرابه کارهایمان نمی‌رسیم
- ♦ تک‌فرزندی و فرزند دوم
- ♦ خانواده و حفظ محیط زیست
- ♦ اکوتیم خانوادگی

برنامه‌های ویژه‌ی نوجوانان و جوانان

- ♦ مهارت‌های زندگی برای نوجوانان و جوانان
- ♦ آشنایی با چگونگی حفظ محیط زیست برای دانش‌آموزان

برنامه‌های ویژه‌ی پدران

- ♦ جلسه‌های ویژه‌ی پدران نوزاددار و دارای کودک و نوجوان
- ♦ جلسه‌های ویژه‌ی پدران در انتظار فرزند
- ♦ جلسه‌های کتاب‌خوانی پدران
- ♦ جلسه‌های مشترک پدران و مادران

برنامه‌های عمومی ماهانه

اولین سه‌شنبه‌ی هر ماه، به یک برنامه‌ی عمومی برای خانواده‌ها اختصاص دارد. حضور در این برنامه‌ها برای عموم آزاد و رایگان است.

آموزش از راه دور

آموزش از راه دور در موسسه مادران امروز برنامه‌ای ابتکاری و مبتنی بر خواندن است.

“راه دور” برنامه‌ای است که محتوای آموزشی و خدمات موسسه مادران امروز را در اختیار خانواده‌هایی قرار می‌دهد که به هر دلیلی امکان حضور در موسسه را ندارند یا نمی‌توانند به سایر مراکز آموزشی و فرهنگی که موسسه در آنها برنامه اجرا میکند، به‌طور مستمر مراجعه کنند. این حرکت با کمک کتاب‌های منتشر شده توسط نشر مادران امروز شکل گرفته است.

نشر مادران امروز

موسسه مادران امروز بجز گام‌ها و کارگاه‌ها، اطلاعات مورد نیاز خانواده‌ها را به صورت کتاب‌های کار، راهنما و کتاب‌های کوچک نیز در اختیار خانواده‌ها قرار می‌دهد.

از ویژگی‌های عمده‌ی این کتاب‌ها تالیفی بودن، سادگی، علمی و کاربردی بودن، انطباق با فرهنگ ملی و قابلیت استفاده در گروه‌ها بدون نیاز به حضور کارشناس است.

عنوان برخی از کتاب‌های نشر مادران امروز

- مجموعه‌ی ده جلدی ارتباط بین دو نسل (ارتباط موثر با نوجوانان)
- آگاهانه زیستن - چگونه خود را بشناسیم و بر خود مدیریت کنیم؟
- ارتباط کلامی - چه کنیم تا حرف همدیگر را بهتر بفهمیم؟
- مدیریت بر خشم - چگونه بر خشم خود مدیریت کنیم؟
- زمینه‌های تربیت - خانواده چه نقشی در پرورش فرزند دارد؟
- رفتار مناسب - چگونه با فرزند خود رفتار کنیم؟
- رشد و محیط مناسب - چه کنیم تا محیط خانواده برای پرورش فرزند بهتر شود؟
- تنبیه - چگونه بدون تنبیه تربیت کنیم؟
- فرصت آفرینی - چگونه می‌توانیم وقت خوبی را در کنار فرزند بگذرانیم؟
- رفتار قاطعانه - مفهوم قاطعیت در رفتار با فرزند چیست؟
- زندگی با فرزند - چگونه کودکان را در زندگی مشارکت دهیم؟
- انضباط و خانواده - چگونه به یادگیری و حفظ انضباط در خانواده کمک کنیم؟
- آموزش مسئولیت‌پذیری به کودکان
- پرورش نظم‌پذیری در کودکان
- یاری به کودک برای رویارویی با مرگ والدین
- فرزند خود را برای ورود به مهدکودک آماده کنیم.
- چگونه فرزند خود را برای سال اول دبستان آماده کنیم؟
- الفبای آموزش دبستانی‌ها
- نکته‌هایی درباره‌ی رفتار با کودکان
- نکته‌هایی درباره‌ی رفتار با نوجوانان

- چگونه ذهن و جسم کودکان و نوجوانان را پرورش دهیم؟
- کتاب و قصه از تولد تا دو سالگی
- نکته‌هایی درباره‌ی “نه” گفتن آگاهانه
- نکته‌هایی درباره‌ی مدیر و مدیریت
- نکته‌هایی درباره‌ی آموزش توالی رفتن به کودکان

پایگاه اینترنتی: www.madaraneemrooz.com
پست الکترونیک: info@madaraneemrooz.com
تلگرام: <https://telegram.me/madaraneemrooz1>
اینستاگرام: [madaran_e_emrooz](https://www.instagram.com/madaran_e_emrooz)

تهران، خیابان ولیعصر، ابتدای خیابان شهید مطهری، خیابان سرداران، نبش
جهانسوز، پلاک ۳۷ - واحد یک (زیرهمکف)
کد پستی: ۱۵۹۵۸۳۳۱۱۱ | تلفن و دورنگار: ۸۸۸۹۰۳۴۵ - ۸۸۹۰۱۴۳۶

موسسه

مادران امروز

موسسه و نشر

مادران امروز (مام)

در خدمت خانواده

در زمینه‌های

فرهنگ و تربیت

برای ارتباط بهتر با

خود و جامعه