

# خبرنامه موسسه توانمندسازی مهروماه

سال ۱۴۰۲



یک سال، یک نگاه..... ۴

کودکان..... ۱۴

زنان و بستر خانواده..... ۱۷

داوطلبان..... ۲۰

گزارش‌های تصویری..... ۲۳

**نویسندگان:**

مریم ابراهیمی عراق نژاد  
شروین اشجعی  
فاطمه پوریایرام  
مهدیه حسینی  
مهتاب قنبرزاده  
یاسمن کاظمی  
سمانه گلاب  
نسیم گل محمدی افخم

**مدیر اجرایی:**

یاسمن کاظمی

**صفحه آرا:**

بهناز شعبان زاده

**عکاسان:**

صبا طاهریان  
سایر همیاران موسسه

**آینده از آن زنان و کودکانی خواهد بود که امید به  
فردا در دلشان زنده شده است.**

## یک سال دیگر و یک با هم بودن دیگر

ما در مهرماه در کنار شما یک سال دیگر را پشت سر گذاشتیم. این یک سال روزهای تلخ و شیرین بسیاری داشت. روزهای تلخی که کودکان و خانواده‌های آنها مراجعه می‌کردند و سرگردان از قوانین عجیب و غریب سالانه و ناامید از ثبت نام در مدرسه، خواهان حضور کودکانشان در موسسه بودند تا از آموزش عقب نمانند. روزهایی که مادرانی دلشکسته از هزینه‌های سرسام‌آور آموزش پیش دبستانی برای حضور کودکان در موسسه تلاش می‌کردند و ما می‌توانستیم تنها در حد ظرفیت موسسه پذیرای این کودکان و خانواده‌ها باشیم. روزهایی که تورم و بیکاری و رکود زیست حداقلی را برای بسیاری ناممکن کرد و هزینه‌های کمرشکن آموزش و درمان بسیاری از خانواده‌ها را در خطر جدی سلامت قرار داد. در کنار اینها اما روزهای شادی نیز داشتیم. روزی که خبر رسید ۳ نفر از نوجوانانمان در دانشگاه قبول شده‌اند. روزی که امیر (نام مستعار) با خوشحالی به موسسه آمد و گفت که در منطقه رتبه دوم شطرنج را به دست آورده بود. همان امیر که روزهای اول حضور در موسسه به دلیل خشونت و دعوای متعدد با همسالانش همه را خسته کرده بود. روزی که طیبه (نام مستعار) توانست عمل جراحی خود را با حمایت موسسه انجام دهد و میگفت باز هم می‌توانم کنار فرزندانم باشم. روزی که سمیر (نام مستعار) با ذوق برایمان تعریف کرد که برای پدرش توانسته شماره تلفن بخواند در حالی که در افغانستان به او گفته بودند هیچ گاه سواد یاد نخواهد گرفت. سمیر ماه بعد یک شعر برای مادرش نوشت و خواند. روزی که راحله (نام مستعار) توانست در امتحان پایه نهم پذیرفته شود. راحله هیچ گاه به مدرسه نرفته بود و با آموزش‌هایی که در موسسه داشت، توانست برای اولین بار مدرسه را تجربه کند. این اتفاقات خوش هرچند در مقیاس کوچک هستند اما گاهی نجات بخش یک زندگی بوده‌اند. این شادی‌ها با همت تک‌تک عزیزانی رقم خورد که کنار ما بودند و با حمایت‌های خود به وجود همه ما گرمی بخشیدند. به وجود شما افتخار می‌کنیم و در کنارتان گام برمی‌داریم.

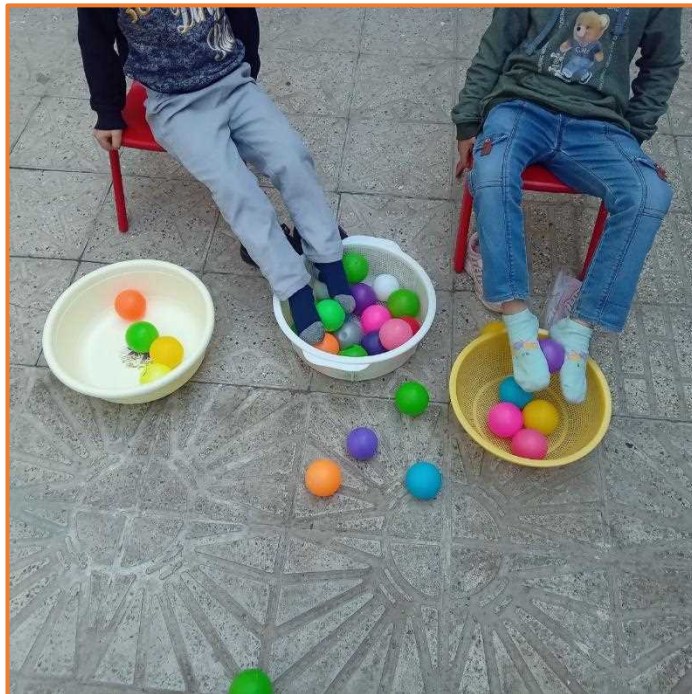
مهروماه یک سال دیگر در کنار شما به فعالیت‌های خود ادامه داد. در این یک سال در کنار هم در مسیری که با یکدیگر عهد بسته بودیم به فعالیت خود ادامه دادیم و تلاش کردیم به سهم خود و در محدوده امکاناتمان همراه هم باشیم تا هرکدام به سهم خود باری از روی دوش یکدیگر برداریم.

فعالیت‌های موسسه مهروماه در سال ۱۴۰۲ نیز در سه محور اصلی آموزش، مددکاری اجتماعی و حرفه‌آموزی پیش برده شد و در این مدت توانستیم به ۴۰۰ کودک و خانواده آنها ارائه خدمت داشته باشیم. در این سال به دلیل ادامه روند مهاجرت از کشور افغانستان و افزایش پیچیدگی‌ها و موانع قانونی برای ثبت‌نام کودکان در مدارس، شاهد افزایش بازماندگی از تحصیل کودکان بودیم که نتیجه آن کار کودک و ازدواج زود هنگام کودکان بوده است. در همین راستا موسسه همچون سال‌های گذشته تلاش داشت در کنار فعالیت‌های میدانی خود صدای زنان و کودکان در سطح کلان نیز باشد تا این آسیب‌های اجتماعی در پستوها پنهان نمانند. آنچه در ادامه می‌خوانید خلاصه‌ای از فعالیت‌های موسسه در بخش‌های اصلی فعالیت ماست.

### آموزش

فعالیت‌های آموزش محور مهروماه در سال ۱۴۰۲ در چهار کمیته پیش‌دبستانی، آموزش به کودکان بازمانده از تحصیل، حمایت تحصیلی و سوادآموزی زنان ادامه پیدا کرد. در خرداد ماه برنامه‌های سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ به پایان رسید و در مهروماه فعالیت‌های آموزشی برای سال جدید تحصیلی آغاز شد.

آموزش همراه با بازی برای کودکان پیش دبستانی

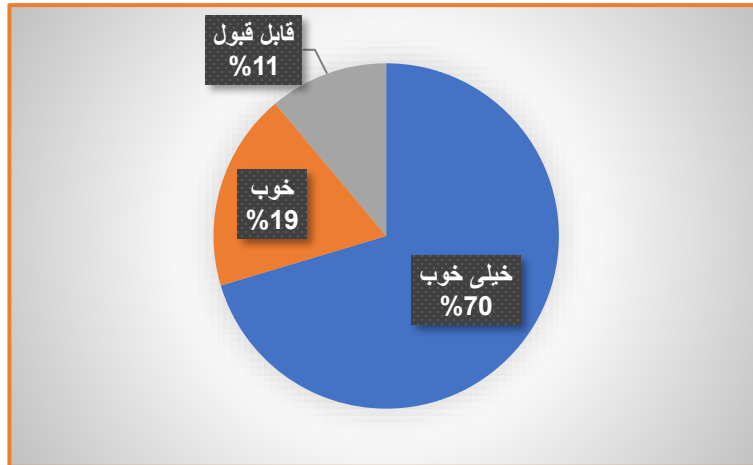


### پیش دبستانی

عملکرد کمیته پیش‌دبستانی در دو دوره شش ماهه قابل بررسی است. در شش ماه نخست تمرکز بر اتمام دوره آموزشی سال قبل بود. از طرفی به منظور تثبیت یادگیری و آماده‌سازی بهتر کودکان برای ورود به مدرسه در تابستان کلاس‌هایی برای کودکان با نیاز به آموزش تکمیلی برگزار شد و در این کلاس سعی شد کودکانی که ضعف یادگیری دارند گنجانده شوند. همچنین در تابستان پیگیری‌های لازم برای ثبت‌نام کودکان در مدارس دولتی انجام شد. در مرداد و شهریورماه نیز غربال دانش‌آموزان برای سال تحصیلی جدید انجام شد و به دنبال آن از مجموع ۱۰۰ مراجعه ۷۶ کودک توسط کمیته آموزش و مددکاری مصاحبه شدند و در مورد پذیرش و عدم پذیرش در تیم تخصصی تصمیم‌گیری شد.

تعداد کودکان تحت پوشش آموزش پیش دبستانی		
تعداد کودک	تعداد کلاس	فصل
۷۲	۵	بهار
۲۹	۳	تابستان
۵۲	۳	پاییز
۵۲	۳	زمستان

وضعیت کودکان پیش دبستانی ثبت نام شده در مدرسه بر اساس کارنامه ترم اول



دوره‌های پیش دبستانی با تقویت مهارت‌های پایه‌ای کودکان باعث می‌شود اگر کودکی در خانواده از آموزش‌های لازم کمتر برخوردار بوده است این آموزش‌ها در دوره پیش دبستانی جبران شود. برونداد تمامی موارد فوق پیشگیری از افت تحصیلی کودکان در سال‌های اول آموزش ابتدایی و جلوگیری از ترک تحصیل به دلیل سرخوردگی از آموزش در سال‌های ابتدایی است. بررسی وضعیت کودکان آموزش دیده در موسسه در سال تحصیلی بعد نشان از اثربخش بودن این آموزش‌ها دارد.

### آموزش به کودکان بازمانده از تحصیل

امتحانات پایان سال برای کودکان بازمانده از تحصیل



متأسفانه همانند سال‌های گذشته بازماندگی از تحصیل کودکان روند افزایشی داشت. یکی از مشکلاتی که کودکان مهاجر در سال ۱۴۰۲ با آن روبه‌رو بودند قاعده دریافت کد یکتا برای ثبت نام در مدارس بود. از آنجایی که این کد تنها به مهاجران دارای اوراق هویتی ارائه می‌شد، تعداد قابل توجهی از کودکان امکان ثبت نام در مدارس دولتی را از دست دادند.

مؤسسه در سال‌های فعالیتش خود را موظف دیده است تا زمان حضور این کودکان به عرصه آموزش عمومی با برگزاری کلاس‌های آموزشی در مؤسسه این کودکان را در مسیر آموزش قرار دهد.

در راستای اجرای این هدف و بر اساس تجارب گذشته کمیته آموزش کودکان بازمانده به دلیل اختلاف سن زیاد بین این کودکان و نیازهای متفاوتی که با آن مواجه هستند، این کودکان را به دو گروه تقسیم کرد:



گروه بوستان: آموزش کودکان ۷ تا ۱۰ سال در قالب آموزش‌های رسمی مدارس در کنار آموزش‌های خلاق متناسب با این گروه سنی.

گروه دانش و مهارت: آموزش نوجوانان ۱۰ تا ۱۸ سال. در این گروه به دلیل نیازهای ویژه دوران نوجوانی علاوه بر آموزش‌های سوادآموزی آموزش مهارت‌های زندگی و در مواردی حرفه‌آموزی هم پیگیری می‌شود تا هدف آموزش که همان زیستن بهتر است کامل‌تر محقق شود.

حضور منظم کودکان در کلاس‌های آموزشی این امکان را ایجاد می‌کند تا مؤسسه در جریان وضعیت آنها قرار گیرد و از این طریق مشکلات کودکان و خانواده‌ها زودتر شناسایی شده و در جهت بهبود آن گام برداشته می‌شود. در همین راستا موارد متعدد ارجاع به واحد مددکاری اجتماعی و روانشناسی و پیگیری وضعیت کودکان محقق شده است. از طرف دیگر دوره دانش و مهارت برای نوجوانان بازمانده از تحصیل نیز کمک کرده است تا این کودکان در عین حال که جبران سال‌های تحصیلی از دست رفته را داشته باشند با مهارت‌های زندگی متناسب با سن خود آشنا شوند. برگزاری کارگاه‌های متعدد در قالب موضوعات سبک زندگی و گفت‌وگو محور بودن کلاس‌ها باعث شده است ارتباط مناسبی میان کودک و مربی شکل گرفته و در عین حال آموزش‌های تکمیلی به نوجوانان ارائه شود.

تعداد کودکان بازمانده از تحصیل مؤسسه مهروماه در سال ۱۴۰۲		
سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱	سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲	پایه
۳۰	۳۵	اول
۱۸	۱۴	دوم
۱۱	۱۴	سوم
-	۱۳	چهارم
۳۹	۵۰	سوادآموزی و انتقال دختران
۱۸	۲۶	سوادآموزی و انتقال پسران

## تغذیه



یکی از مشکلاتی که مؤسسه در مواجهه با کودکان خود داشته است سوء تغذیه شدیدی است که بسیاری از این کودکان با آن روبه‌رو هستند. بر همین اساس مؤسسه متعهد است از کودکان با یک وعده غذایی در روز پذیرایی کند. برای این هدف جدول برنامه غذایی متناسب با نیازهای تغذیه‌ای کودکان تهیه و تغذیه روزانه زیر نظر مؤسسه مهیا شد. بازخوردها نشان می‌دهد پذیرایی از کودکان با یک وعده غذای روزانه باعث بهبود یادگیری آنها شده است و از این رو مؤسسه این برنامه را برای سال آینده با حمایت حامیان ادامه خواهد داد.

## سوادآموزی

حق آموزش در دوران کودکی از بسیاری از زنان و مردان سلب شده است اما هیچ‌گاه برای یک شروع تازه دیر نیست. زنان سوادآموز مهروماه با همین رویکرد گام در مسیری جدید گذاشته‌اند. مسیر آموختن و رشد.

کلاس‌های سوادآموزی مهروماه در دو گروه سوادآموزی عمومی و کاربردی در مؤسسه و سرای محله برگزار می‌شود. در سال ۱۴۰۲ نیز همانند سال قبل طی تفاهم‌نامه‌ای با مؤسسه پژوهشی تاریخ ادبیات کودکان دوره جدید سوادآموزی مادران ویژه مادرانی که کودکان ۱ تا ۶ ساله دارند شروع شد. شیوه تدریس این کلاس‌ها بصورت کاربردی و با مشارکت خود زنان صورت گرفته است. در آموزش به زنان نیازهای کاربردی آنها مانند ارسال صدا و پیامک، جست‌وجو کردن در اینترنت، استفاده از متری، تشخیص تاریخ تولید و تاریخ انقضای محصولات و موارد مشابه آموزش داده می‌شود. ارزیابی‌های انجام شده از پیشرفت مادرانی که مداوم در کلاس حضور داشتند حکایت دارد.

زنان با اشتیاق برای سوادآموزی تلاش می‌کنند



تعداد شرکت کنندگان		نوع طرح
شش ماه دوم	شش ماه نخست	
۱۲	۲۸	سواد آموزی عمومی
۱۴	۱۴	سواد آموزی کاربردی

## پشتیبانی تحصیلی

کودکان کارنامه‌های خود را با شوق به مسئولان طرح نشان می‌دهند



هزینه آموزش در کشور حتی در مدارس دولتی نیز سالانه افزایش می‌یابد. تبدیل شدن آموزش به یک کالا و تحمیل منطق بازاری به این رویکرد که «آموزش با کیفیت تنها با هزینه بیشتر به دست می‌آید» از جمله عواملی بوده است که کودکان در طبقات اقتصادی پایین‌تر جامعه هر روز از آموزش و در سطح بالاتر از آموزش با کیفیت دورتر می‌مانند. کمیته پشتیبانی تحصیلی مهروماه تلاش دارد تا با حمایت تحصیلی و نیز مددکاری اجتماعی این کمبودها را تا حد امکان جبران کند.

در سال ۱۴۰۲ تعداد ۱۸۵ کودک توسط ۱۰۳ حامی تحصیلی تحت پوشش این طرح قرار داشتند که علاوه بر تأمین هزینه تحصیلی، وضعیت معیشتی، تحصیلی و سلامت کودکان نیز بررسی شد. ارائه کلاس‌های تقویتی با هدف جبران کمبود

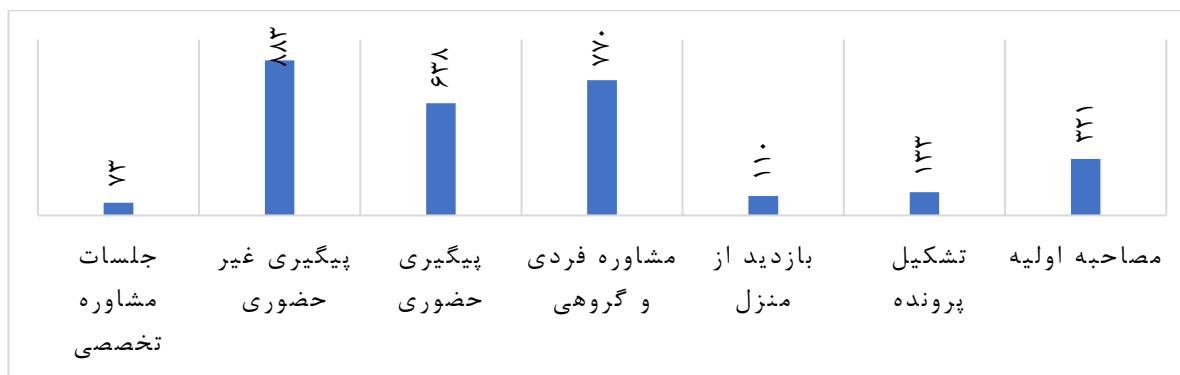
آموزشی کودکان بخش دیگر فعالیت‌های این بخش است که به طور کامل مبتنی بر خدمات داوطلبانه مؤسسه است. تعداد ۱۴۵ کودک در این کلاس‌ها و کلاس‌های فرهنگی و هنری مؤسسه شرکت داشتند.

همچنین در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ تعداد ۴ نفر از نوجوانان مؤسسه در دانشگاه پذیرفته شدند.

## مددکاری اجتماعی و روانشناسی

فعالیت‌های حوزه مددکاری اجتماعی و روانشناسی یکی از محورهای اصلی فعالیت‌های مهروماه تعریف شده است. در حوزه مددکاری اجتماعی مهروماه فعالیت‌های خود را در سه حوزه فردی، گروهی و جامعه‌ای شکل داده است. در بخش روانشناسی نیز فعالیت‌ها در سه سطح (پیشگیری اولیه، پیشگیری ثانویه و درمان) پیش برده شده‌اند. در نمودار زیر مهمترین فعالیت‌های این بخش خلاصه شده است.

خلاصه فعالیت‌های تخصصی کمیته مددکاری اجتماعی و روانشناسی





ارائه خدمات بهداشتی، سلامت و درمان یکی دیگر از وظایف کمیته است. در همین راستا ارائه خدمات سلامت و بهداشت در قالب کارگاه‌های آموزشی، غربالگری‌های منظم و ارائه خدمات درمانی در طول سال ۱۴۰۲ محقق شده است. نمودارهای زیر تعداد بهره‌مندان از این خدمات را نشان می‌دهد.

آموزش بهداشت و خودمراقبتی به زنان



تعداد بهره‌مندان از خدمات بهداشت و سلامت مؤسسه مهروماه در سال ۱۴۰۲



در مجموع تعداد ۲۶ پزشک متخصص، ۶ مرکز درمانی و ۴ آزمایشگاه و عینک سازی و ۲ روانشناس، یک پزشک عمومی و یک ماما بصورت داوطلبانه همکاری داشتند. پزشک و ماما بصورت داوطلبانه در محل مؤسسه حضور مستمر داشتند. در مجموع خدمات بهداشتی و درمانی ارائه شده در سال ۱۴۰۲ ارزشی معادل ۱۳۷ میلیون تومان داشته است.

حضور پزشک داوطلب در مؤسسه و معاینه مرتب زنان و کودکان



تعداد بهره‌مندان از خدمات درمانی مؤسسه مهرماه در سال ۱۴۰۲





### کودکان کار

کودکان کار بخش مهمی از جامعه هدف موسسه هستند. در سال ۱۴۰۲ نیز تلاش شد از طریق ارتباط با خانواد کودکان، کار این کودکان کاهش یابد و نیازهای اولیه کودکان از قبیل آموزش و درمان تا حد امکان تأمین شود. در حال حاضر تعداد ۶۸ کودک کار از خدمات موسسه و به طور خاص خدمات آموزشی موسسه استفاد کردند. برای سایر کودکان با تلاش‌های موسسه ساعت کار کاهش داشته است یا به طور کلی کودکان از چرخه کار حذف شده‌اند.

کلاس‌های حرفه‌آموزی؛ محلی برای یادگیری و امید برای ایجاد تغییر مداوم در زندگی

### کارآفرینی



هدف‌گذاری برای کاهش و توقف کار کودکان ممکن نیست مگر با توانمندسازی زنان خانواده. علاوه بر این مطالعات متعدد در سطح بین‌المللی نشان داده است یکی از شروط حرکت در مسیر توسعه سرمایه‌گذاری برای آموزش و توانمند کردن زنان است. زنان توانمند در کنار آنکه می‌توانند برای بهبود وضعیت اقتصادی خانواده و در سطح بالاتر جامعه تلاش کنند، قادر خواهند بود با اعتمادی که نسبت به خود پیدا

کرده‌اند در خانواده نیز نقش پررنگ‌تر و اثرگذارتری داشته باشند. در همین راستا بخش کارآفرینی و صنایع دستی زنان، از سال ۱۳۹۲ فعالیت خود را آغاز کرد و توانست بخشی از زنان محله را با حرفه‌آموزی به مرحله کسب درآمد برساند. فعالیتهای بخش کارآفرینی مهروماه در ۴ حوزه پیش برده می‌شود:

**آموزش:** در سال ۱۴۰۲ تعداد ۶۳ نفر تحت آموزش موسسه (پته دوزی، خیاطی، چرخ دوزی و آشپزی) قرار گرفتند. این آموزش‌ها کمک می‌کند تا این زنان بتوانند به تدریج و به صورت مستقل به فعالیت اقتصادی بپردازند.



**تولید:** در سال ۱۴۰۲ در مجموع ۳۹ نفر در بخش صنایع دستی فعالیت داشتند و ۱۵ نفر با چرخ صنعتی در خانه مشغول هستند. یک نفر نیز در کارگاه مؤسسه مشغول به کار است.

**تولید غذا (مهرچین):** بخش مهرچین شامل گروهی از زنان و دختران مهروماه است که در کنار هم در بخش تولید مواد غذایی فعالیت می‌کنند. در سال ۱۴۰۲ گروه مهرچین توانست برای ۱۲ مهمانی و ایونت سفارش دریافت کند. همچنین این گروه در همایش سالانه انجمن جامعه‌شناسی مسئول تهیه غذا و پذیرایی برای همایش تعیین شد. تأمین بیش از ۱۰۰ سفارش مواد اولیه غذایی از دیگر فعالیت‌های این گروه بود.



آموزش موسیقی و ریتم به کودکان



## فرهنگ و هنر

شنیدن صدای خنده کودکان، دیدن شوق کودکان برای ساختن و کسب تجربه‌های جدید و شناخت بهتر استعدادهای آنها، اتفاقی است که در بخش فرهنگ و هنر مؤسسه رقم می‌خورد. در سال ۱۴۰۲ تلاش شد کلاس‌های خانه فرهنگ به ویژه در تابستان با رونق بیشتری پیش برده شود. برگزاری جشن‌ها و دوره‌های آموزشی و کلاس‌های فرهنگی و ورزشی بخش اصلی فعالیت‌های این بخش در سال ۱۴۰۲ بوده است. حضور ۱۱۷ نفر در کلاس‌های ورزشی و ۶۳۵ نفر در کلاس‌های فرهنگی و هنری (کودکان ممکن است در دو یا سه کلاس شرکت کرده باشند) بخشی از فعالیت‌های این کمیته بوده است.

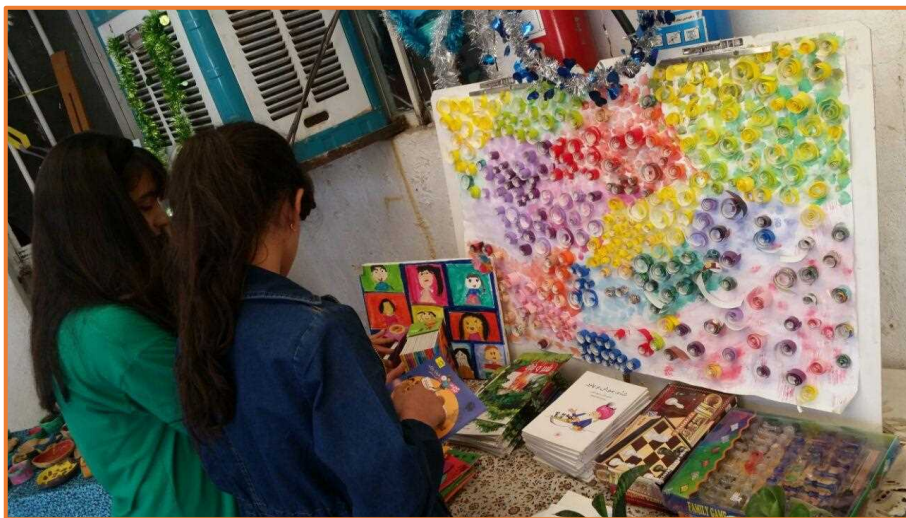
هدف مهروماه همواره این بوده است که با فعالیت‌های خود در کنار جامعه محلی شرایط زیست بهتر و شادتر را فراهم آورد. این موضوع به‌ویژه در حوزه کودکان که تفریح، برخورداری از آموزش‌های همه‌جانبه و تقویت استعدادهایشان از حقوق اولیه آنهاست اهمیت دوچندان دارد. یکی از برنامه‌های مهم فرهنگی مؤسسه، مشارکت مؤسسه در جشن مهر کتاب مؤسسه مهرطه است. این جشنواره که دهمین سال خود را پشت سر می‌گذارد هر ساله با مشارکت نوجوانان موسسات مختلف برگزار می‌شود. در این جشنواره هیئت داوران که متشکل از نوجوانانی است که طی سال کتاب‌های معرفی شده توسط دبیر جشنواره را مطالعه و در جلسات نقد موسسات خود شرکت کرده‌اند، از بین آنها بهترین کتاب و بهترین مولف را انتخاب می‌کنند. دختران نوجوان مؤسسه مهر و ماه همیشه سهم بالایی از اعضای هیئت داوران را خود اختصاص می‌دهند

تمرین سرود و هم‌خوانی شعر با کودکان



موسسه مهروماه افتخار دارد در کنار شما حامیان همیشگی‌اش این فعالیت‌ها را برای سال‌های آینده و متناسب با نیازهای جامعه هدف خود پیش ببرد. معتقدیم در کنار هم می‌توانیم فردای بهتری برای یکدیگر رقم بزنیم.

نمایشگاه هنرهای دستی کودکان موسسه بعد از یک تابستان شاد و رنگارنگ



## لذت رشد کودکان و درد وداع با مددجویان

فضایی از محله فرحزاد و همراهی کودکان برای حضور در کلاس درس



تازه از افغانستان آمده بودند. شرایط ظاهری نامناسب و نامرتب، نحوه صحبت کردن و رفتارشان نشان از یک عالمه مشکلات داشت، آسیب‌هایی که بعد از آمدن طالبان پیدا کرده بودند، مسیر مهاجرت سخت و شرایط خانوادگی. سه کلاس سواد داشت ولی حروف الفبا را نمی‌شناخت، وقتی حرف می‌زد متوجه صحبت‌هایش نمی‌شدیم. یک جا آرام و قرار نداشت، بهم ریخته و دمپایی پوشیده می‌آمد و بقیه بچه‌ها را می‌زد و در می‌رفت. تقریباً نه می‌توانست بنویسد و نه بخواند.

تصمیم گرفتیم یک کلاس خصوصی برای خودش و دو تا از دوستان دیگرش که شرایط مشابه داشتند بگذاریم و از همان الفبا آموزششان شروع شد. از او خواستیم مرتب و منظم بیاید، موهایش را شانه کند، حمام برود، کفش و جوراب بپوشد و خلاصه منظم، مرتب و خوشبو بیاید.

کم‌کم همه متوجه تغییراتش شدند، دیگر می‌تواند درخواستش را محترمانه بیان کند، می‌تواند صبر کند و منتظر بماند، می‌تواند قوانین موسسه را رعایت کند و به دیگران احترام بگذارد، دیگر بچه‌ها را اذیت

نمی‌کند و تقریباً هر روز قبل از معلم خوشتیپ و شیک با موهای شانه کرده به مهرماه می‌آید. دیگر می‌تواند به راحتی بخواند و بنویسد و خیلی مشتاق است که هر چه زودتر برود پایه دوم.

در کلاسی دیگر یک شاگرد دختر به اسم مریم (نام مستعار) دارم. مریم ۱۱ ساله است و دو سال پیش به همراه برادر ۳ ساله و خانواده‌شان ناگزیر شدند به خاطر جنگ و ناامنی از سرزمینشان به ایران مهاجرت کنند. با توجه به اینکه مدارک هویتی نداشتند امکان تحصیل در مدارس را نداشتند و در موسسه مهرماه شروع به تحصیل کردند.

پدر این خانواده از بیماری گوارشی رنج می‌برد و امکان درمان به دلیل مشکلات اقتصادی را نداشت. او به دلیل بیماری امکان کار کردن هم نداشت ولی با این وجود در حد توان به سر کار (کارگر ساده ساختمانی) می‌رفت و مادر خانواده با پرستاری و نظافت در منازل هزینه‌های زندگی را تأمین می‌کرد.

دو فرزند خانواده با شور و شوق در حال تجربه زندگی متفاوتی از گذشته خود بودند و کم کم طعم کودکی کردن، درس خواندن، بازی کردن و شیطننت را می‌آموختند. اما نهایتاً به دلیل عدم توانایی خانواده در تأمین هزینه‌ها ناگزیر به بازگشت به سرزمینشان شدند که در آن حاکمان بسیاری از حقوق را از مردم سلب می‌کنند. زمانی که برای خداحافظی با دوستان و مددکاران آمده بودند چشمانشان پر از اشک بود.

مادران با مددکاران اجتماعی مشورت می‌کنند و برای حل مسائل خود و کودکانشان از آنها راهنمایی می‌گیرند

## حس خوب آرامش

پیش از این جلسات مشاوره متعددی همراه مددکار اجتماعی برای خانواده مهین (نام م)

ستعار) برگزار شده بود. اما زمانی که مهین نخستین بار به تنهایی به بخش مراجعه کرد مادر از او به دلیل کتک زدن برادرش برای ادرار کردن و کثیف کردن رختخواب شکایت کرده بود. نگاهش هراسان و پر از شرم بود و مدام بی‌دلیل می‌خندید. از اینکه نمی‌توانست جلوی خشمش را بگیرد و خواهر و برادر کوچکترش را در خانه به باد کتک می‌گرفت بسیار خجالت‌زده بود. در عین حال به خودش حق می‌داد برادر کوچکترش را کتک بزند چون باید هر روز صبح لباس‌ها و رختخواب او را می‌شست

و دائم می‌گفت که او باید مراقب خودش باشد و بتواند خودش را کنترل کند: «اون دیگه بچه نیست.»

دلایل این اتفاق را برایش توضیح دادم اما خانه یک مشکل نداشت. پدری سخت‌گیر و پرخاشگر که بیرون از خانه نگهبان بود و با ورودش همه اعضای خانه را به باد دشنام و کتک می‌گرفت. نانی برای خوردن در خانه نبود و خانواده برای کوچکترین هزینه‌ای به مددکار مراجعه می‌کردند. صورت مادر پر از درد و تکیده و لباس‌هایش مندرس بود اما تمام تلاش خود را می‌کرد که خود و فرزندانش بتوانند درس بخوانند.

زمانی که با مهین مشاوره داشتم سعی داشتم دلایل مشکلات برادرش و نحوه برخورد با او را توضیح بدهم اما کم کم مهین دردمندانه به بخش مراجعه کرد و برای مشکلات خود تقاضای مشاوره کرد. مهین از مادر و برادر بزرگتر کتک می‌خورد اما خجالت می‌کشید آن را عنوان کند. با هر کلمه خنده‌های بی‌دلیل او خود را نشان می‌داد.

او از مشکلات دیگرش گفت. از اینکه به کسی علاقمند است اما پدر می‌خواهد او را به کسی که خودش می‌خواهد شوهر دهد. سرپای وجودش از بیان اینکه به کسی علاقه دارد پر از شرم بود. تا حالا اجازه نداشت از خودش و علایقش صحبت کند و نگران قضاوت از سوی روانشناس بود. با تمام فقری که بر کل خانه حکمفرما بود مهین لباس‌های شکلی و زیبا می‌پوشید. او توانسته بود یک کار خانگی پیدا کند و با پس‌انداز اندک آن پول برای خودش لباس‌های زیبا بخرد. او به دلیل سخت‌گیری پدر مدتی ترک تحصیل کرده بود.

پس از جلسات مشاوره متعدد روانشناس و مددکاری که هم با او و هم با مادر برگزار شد تنبیه‌های جسمانی در خانه کاهش یافت. مهین درس خواندن را دوباره شروع کرد، هر چند که از ترس پدر یک سال عقب افتاده بود و باید همان پایه را تکرار می‌کرد. زمانی که برای آموزش صنایع دستی به دختری توانمند و با پشتکار نیاز بود از طرف بخش معرفی شد تا هم درس بخواند و هم در کنار درس در محیطی امن حرفه‌ای را برای تأمین آینده خود و خانواده‌اش یاد بگیرد. مهین با این آموزش‌ها قرار است آینده‌ای دیگر برای خود رقم بزند.

## برای تغییرات سارا و خانواده‌اش خوشحالم

دخترک وارد اتاق مددکاری شد. از بقیه مددکارها سراغ مددکارش را گرفت. می‌دانست که مددکارش رفته و به جای او مددکار دیگری آمده، اما نمی‌دانست حالا چه کسی قرار است با او درس کار کند. وقتی به مددکارش معرفی شد بی هیچ حرفی دفتر و کتاب خود را از کیفش بیرون کشید و آرام گفت: امروز خانم معلم این سرمشق‌ها را بهم داده.

دخترک آن روز و روزهای دیگر پیش مددکار آمد تا درس کار کند، در موسسه درس می‌خواند و به دلیل اینکه اوراق هویتی نداشت در مدرسه ثبت نام نشده بود، درسش خوب نبود و چون اختلال یادگیری داشت نیاز به تمرین و تکرار بیشتر. خواهر بزرگترش در مدرسه درس می‌خواند اما درس او نیز تعریفی نداشت، مادرش سواد نداشت و پدرش نیز در افغانستان زندگی می‌کرد و کسی در خانه نبود که در درس‌ها کمکش کند.

سارا (نام مستعار) سال تحصیلی را که تمام کرد مددکار از مادرش خواست هرچه زودتر برای دریافت مدارک سارا اقدام کند. به او گفتم برای رفت و آمد به او کمک می‌کنیم. مادر سردرگم بود و با خیابان‌های تهران ناآشنا. او در این سه سال که به ایران آمده بود پایش را از فرحزاد بیرون نگذاشته بود. اما برای اینکه دخترکش در مدرسه و کنار بچه‌های دیگر درس بخواند آنقدر رفت و آمد، تا در نهایت در روزهای آخر شهریور توانست سارا را در مدرسه ثبت نام کند. خودش نیز در کلاس‌های سوادآموزی ثبت نام کرد تا خواندن نوشتن یاد بگیرد.

حالا مادر دوست دارد کار کند، گاهی کارهای خیاطی از موسسه می‌گیرد و در منزل انجام می‌دهد. حالا دیگر وقتی می‌خواهد به دکتر برود نمی‌ترسد. حالا دیگر وقتی بچه‌ها مریض می‌شوند خودش می‌تواند قسمتی از هزینه‌های درمان را پرداخت کند.

حالا درست بعد از یک سال وقتی سارا وارد اتاق مددکاری می‌شود بلند سلام می‌کند، لبخند می‌زند و با هیجان برای مددکار از مدرسه تعریف می‌کند، از دوست‌هایی که پیدا کرده، از خانم معلمش و از بازی‌هایی که می‌کند.

به او قول دادم نمره‌هایش که خوب شود جایزه‌اش یک عروسک خوشگل است و چشم‌های سارا برق زد.

کودکان کنار هم و با هم آموزش می‌بینند و کار گروهی را می‌آموزند





### فقر اقتصادی و فرهنگی

زینب (نام مستعار) پیش از این در کلاس‌های سوادآموزی موسسه ثبت‌نام کرده بود و با وجود فقر اقتصادی و فرهنگی شدید با علاقه مشغول درس خواندن بود. نخستین بار سال گذشته به همراه خواهرش برای مشاوره مراجعه کرد. از اینکه دختر ۱۵ ساله خود را به همسری مردی بیمار درآورده بود احساس پشیمانی شدید می‌کرد. دوست داشت شرایط بهتری برای دخترش فراهم کند اما اکنون دیگر نمی‌توانست برایش کاری کند. از آثار کتک و کبودی بدن دخترش عکس گرفته بود و به من نشان داد و از من تقاضای کمک کرد. همسر دخترش به او اجازه دیدن خانواده‌اش را نمی‌داد و در را به روی او می‌بست و تلفن را از او گرفته بود تا با خانواده‌اش ارتباطی نداشته باشد. دختر در خانه حبس بود و از خانواده خواسته بود نجاتش دهند وگرنه خودش را می‌کشد. زینب در اندیشه ایجاد شرایط بهتر برای فرزندانش بود اما احساس گناه از اینکه نمی‌تواند برای کودک ۱۵ ساله‌اش کاری کند او را از پا در آورده بود. دخترش اجازه جدا شدن نداشت چرا که در فرهنگ مردمش طلاق برای دختر جایی نداشت.

به مرور زینب و همسرش توانستند با کمک ریش سفیدان فامیل از همسر دخترش قول بگیرند که کمتر او را بیازارد یا حداقل کتک نزند. پس از ایجاد آرامشی نسبی زینب در تلاش بود که کاری برای خودش پیدا کند تا در کنار درس خواندن بتواند همراه همسرش کمکی برای تامین مخارج سنگین زندگی و تعداد بالای فرزندان باشد. اما ناگهان پسر ۱۸ ساله‌اش را از دست داد.

اهدای کارنامه و هدیه قبولی به زنان سوادآموز



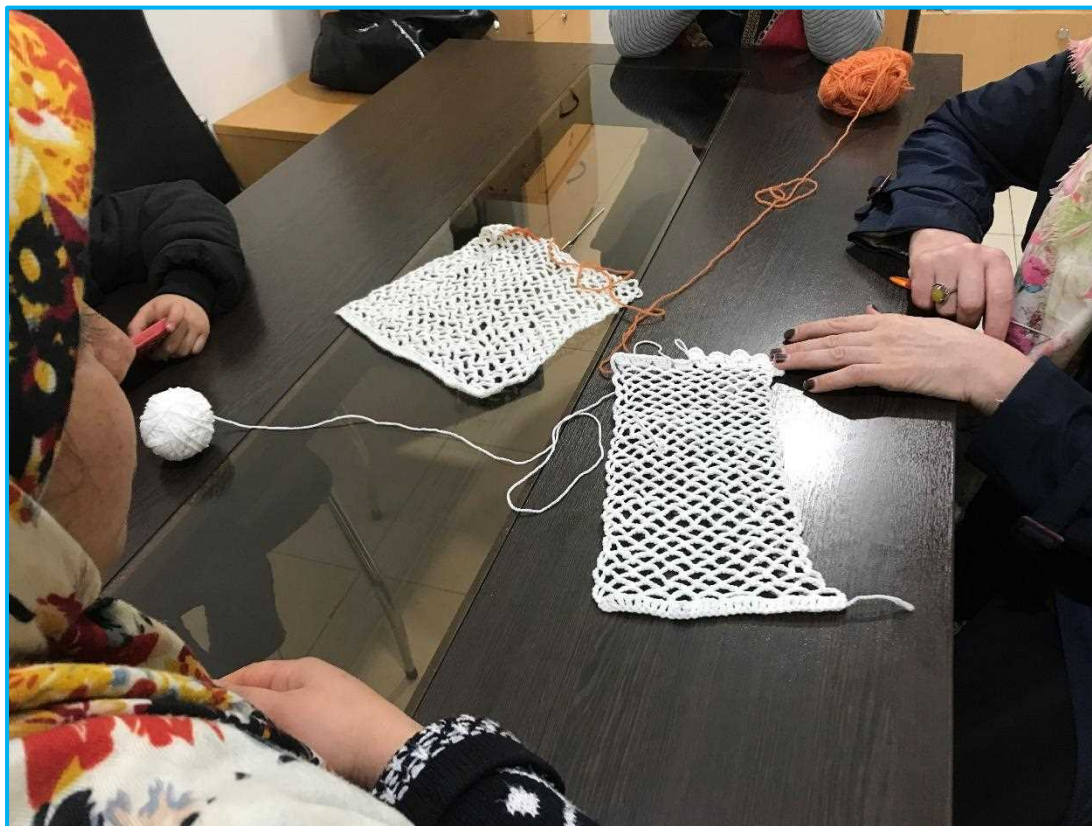
درد و فرسودگی در چهره زینب ترکیب شده بود. انگار دیگر جایی برای رنج کشیدن نداشت. بعد از یک سال برای مشاوره آمد و گفت می‌خواهد از رنج از دست دادن پسرش حرف بزند. خاطرات خوب پسرش مدام جلوی چشمش رژه می‌رفت. زینب خود را به خاطر از دست دادن پسرش مقصر می‌دانست. می‌گفت اگر جلویش را می‌گرفتم که به باشگاه نرود این اتفاق نمی‌افتاد و او الان زنده بود. پسر زینب بعد از شکستگی ناشی از ضربات و بهبودی نسبی سکتته کرده بود. حال زینب نمی‌داند چگونه خود را برای گناه نکرده ببخشد و آرزو دارد فرزند از دست رفته‌اش باز گردد. ما به عنوان تیم مهروماه در بخش‌های مختلف کنار زینب و خانواده‌اش هستیم تا بتوانند این بحران را نیز با آسیب کمتری پشت سر بگذارند.

## دردهای نبود حمایت قانونی

فاطمه (نام مستعار) زنی است که یک سال پیش به خاطر جنگ همراه با ۶ فرزند خود از افغانستان به ایران (تهران/فرحزاد) مهاجرت کرد و در اتاقی نمور و تاریک زندگی می‌کند و درب خانه آنها از پرده است. او زنی جوان و متأصل از همه جاست و نمی‌داند هزینه‌های معاش و اجاره خانه را چگونه تأمین کند.

بعد از اینکه به مددکاری موسسه معرفی شد از دردها و سختی‌هایی که در طول زندگی کشیده است و چهره‌اش را به زنی میانسال تبدیل کرده، گفت. تقاضایش کار و آموزش کودکانش بود. او را به واحد صنایع معرفی کردیم تا کم‌کم بیاموزد با هنرهایی که یادگار سرزمین مادری‌اش است کسب درآمد کند.

آموزش قلاب بافی به زنان حرفه‌آموز موسسه



فاطمه به مرور شروع به کار کرد و جلسات مشاوره می‌رود. فرزندانش در فعالیت‌ها و کلاس‌های موسسه شرکت می‌کنند. همسرش تازه به خانواده ملحق شده است. مصرف‌کننده شیشه است و پر از مشکلات رفتاری مثل پرخاشگری، خشونت فیزیکی و .... او هیچ کار و فعالیتی ندارد و فرزندانش را برای نان آوردن به خیابان می‌فرستد تا با فال فروشی و پاک کردن شیشه پولی به خانه بیاورند.

چندین جلسه مشاوره و گفت‌وگو با پدر برگزار شد تا به مرور مواد را ترک کند و خشونت و برخورد فیزیکی را حذف کند. اما راه به جایی نبردیم. متأسفانه هیچ قانونی نیست که از این مادر و فرزندانش محافظت کند. فعالیت‌های موسسه‌های مردم‌نهاد هرچند در جهت کاهش آسیب است اما واقعیت این است که بدون قانون پشتیبان نمی‌توان کار بیشتری از پیش برد. فاطمه و فاطمه‌ها قربانی همیشگی در این بستر هستند.

## داستان بهبود زندگی بی‌بی گل و خانواده‌اش

وقتی برای صحبت با مددکار آمد سرش پایین بود، آرام حرف می‌زد و بیان خواسته‌هایش با خجالت همراه بود. اما برای یک خواسته مصر بود: درس خواندن فرزندانش. ۶ فرزند داشت؛ سه پسر بزرگش ترک تحصیل کرده بودند و کار می‌کردند. یک دختر و یک پسرش درس می‌خواندند و دختر کوچکش هم در پیش دبستانی موسسه ثبت‌نام شد. همسرش کارگر فصلی بود و درآمدش برای خانواده ناکافی. خودش نیز گوشه‌گیر و افسرده شده بود. مدتی داروهای اعصاب مصرف می‌کرد اما آنها را نیز کنار گذاشته بود و می‌گفت از آن موقع پرخاشگری‌اش نسبت به بچه‌ها بیشتر شده. معده درد عصبی هم داشت.

مددکار از او خواست کارنامه پسر و دخترش را بیاورد. وقتی کارنامه را که جلوی تمام درس‌ها «خیلی خوب» نوشته شده بود دید، به بی‌بی گل (نام مستعار) پیشنهادی داد. بی‌بی گل را به روانشناس ارجاع داد و از او خواست برای بهتر شدن حالش جلسات مشاوره و کارگاه‌ها را شرکت کند تا دختر و پسرش در طرح حمایت تحصیلی موسسه ثبت‌نام شوند و هزینه‌های تحصیلشان تأمین شود.

بچه‌های بی‌بی گل حالا در حالی دارند سال تحصیلی را به اتمام می‌رسانند که حال مادرشان بهتر شده، دیگر خبری از معده دردهای عصبی و فریادهایش نیست. بی‌بی گل بعد از چند ماه در کلاس‌های سوادآموزی شرکت کرد و با شوق در کلاس‌ها حاضر می‌شود. او همچنان هر هفته برای مشاوره روانشناسی می‌آید. بی‌بی گل حالا دیگر به فکر این است که از مهارت قالببافی‌اش کسب درآمد کند و باز پای دار قالی بنشیند.

کلاس‌های گروهی روانشناسی فضایی است برای گفت‌وگو و صحبت از مشکلات جمعی



### آموزش و صمیمیت

حضور مادران سوادآموزی به همراه فرزندان‌شان در موزه ایرانک



روایت مهروماه روایت کودکان و مادرانی است که با همه سختی‌ها و چالش‌ها آموزش به آنها برایم سرشار از لذت و آرامش‌بخش است. گروهی که با همه مشکلات کوچک و بزرگی که در زندگی با آن دست به گریبان هستند روحی بزرگ و دلی بی‌آلایش دارند.

مادرانی که با عزت نفس و دلی بی‌آلایش تو را مانند یک دوست پذیرفته و با درد دل کردن و بازگو کردن مشکلات زندگی آنقدر احساس صمیمیت و یکرنگی را در تو برمی‌انگیزند که گاهی فراموش می‌کنی با اینکه شاید در زبان، فرهنگ و .. تفاوت دارید اما چه راحت یک‌دل و هم‌زبان می‌شوید و در کنار هم اوقات خوشی را سپری می‌کنید.

بودن در کنار کودکانی که به سادگی پذیرایت هستند و بدون هیچ پیچیدگی احساسات خود را بیان می‌کنند و برقی که در چشمانشان و

لبخندی که روی لبهایشان با دیدنت می‌شکفت تو را وادار می‌کند هر آنچه از دستت بر می‌آید برای پیشرفت و آرامش آنها به کار بگیری تا شاید بتوانی کمی از مشکلات آنها را کم‌رنگ کنی.

از مجموعه مهر و ماه که این فرصت را فراهم کرده تا همه ما به نوعی کوچک و بزرگ با هم و از هم بیاموزیم و به رشد و بالندگی برسیم سپاسگزارم.

### لبخند رضایت

بچه‌ها بعد از ظهرها از موسسه به مدرسه‌ای می‌رفتند و معلم‌های مدرسه به آنها آموزش می‌دادند. من هم همراه گروهی از داوطلبین بچه‌ها را از موسسه تا مدرسه همراهی می‌کردیم و آنها را برمی‌گرداندیم. یکی از دانش‌آموزان دختر در درس ریاضی خیلی ضعیف بود طوری که معلمش چند بار از من خواست که سر کلاس این دانش‌آموز بروم و او را همراهی کنم تا بتواند به کلاس برسد و به صورت



خصوصی طی هماهنگی با موسسه شروع به آموزش او کردم. این دانش‌آموز به قدری پیشرفت کرد که یک روز به من در مدرسه اصرار کرد حتما همراه او در کلاس بروم. با معلمش صحبت کردم و او گفت می‌خواهد شاهد پیشرفتش در کلاس باشید و از نزدیک مشاهده کنید و طی هماهنگی به کلاس رفتم و شادی و خوشحالی او را از نزدیک لمس کردم و برایش خیلی خوشحال بودم.

### مسیر توسعه و توان‌افزایی نوجوانان

همراهی داوطلبان دغدغه‌مند و متخصص یکی از نقاط قوت مهروماه است. امسال با یکی از داوطلبان ارزشمندمان درباره خودشان و حضورشان در مهروماه مصاحبه کردیم. البته به دلیل پر بودن وقتشان تصمیم گرفتیم پاسخ‌هایشان را به صورت صوتی برای ما ارسال کنند. خوشحالیم که این فرصت دست داد که در این مصاحبه از ایشان بیشتر بدانیم و باز به خود بالیدیم که چنین همراهانی داریم.

❖ هر طور دوست دارید خودتان را معرفی کنید

ممنونم که این وقت را در اختیار من گذاشتید. من زینب صادقی هستم؛ تسهیلگر مهارت‌های زندگی در حوزه دختران ۱۰ تا ۱۸ سال.

❖ لطفا کمی درباره فعالیتتان در مهروماه از زبان خودتان توضیح دهید

این را وظیفه خودم می‌دانستم مهارت‌هایی که یاد گرفته‌ام را به دیگران هم انتقال بدهم به خصوص برای دختران که خیلی لازم دارند مهارت‌های زندگی را یاد بگیرند. فصل اول ما مهارت‌های ارتباطی-اجتماعی-عاطفی بود که درس‌های خیلی مفیدی داشت و فیدبک‌های خیلی مثبتی را از دختران گرفتیم؛ چه دختران کوچکتر چه بزرگتر.

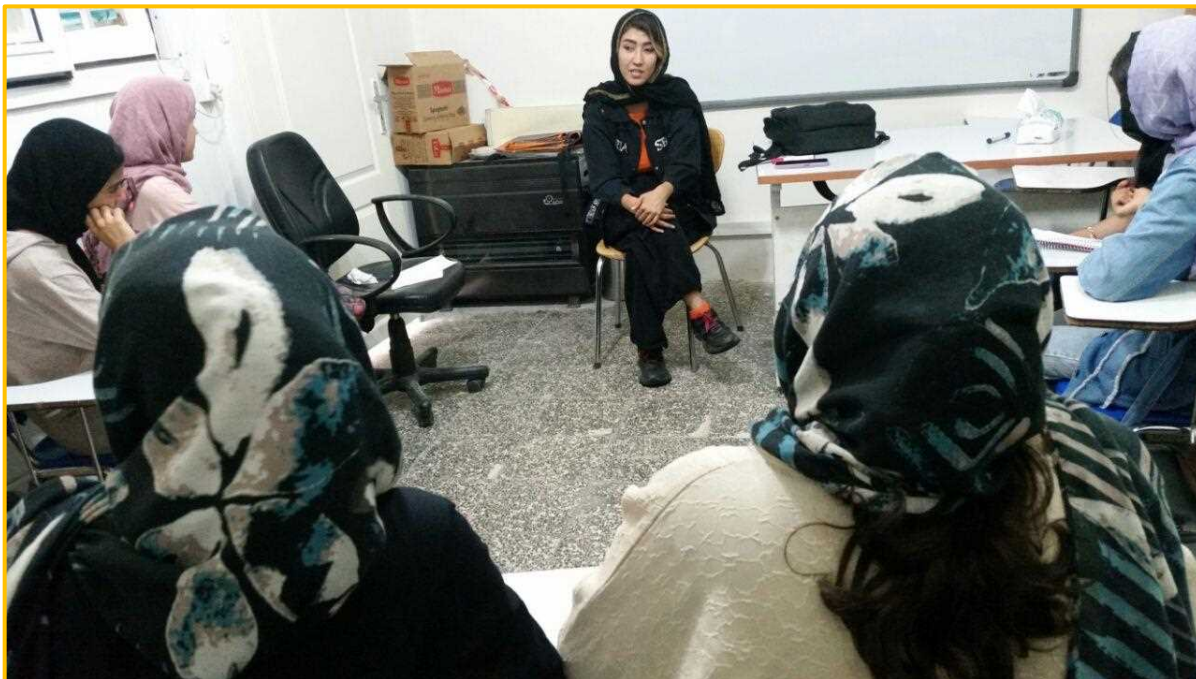
اولین قدم ایجاد فضای امن بود. ما تا جایی که توانستیم برای بچه‌ها به صورت فصلی تولد گرفتیم یا برایشان هدیه‌هایی تهیه کردیم و در تمام مراحل از حمایت اسپانسرها بهره بردیم. خلاصه تا جایی که در توانمان بود از نظر مهارت زندگی به آنها آموزش دادیم و در کنار هم بازی کردیم تا فضای امنی در کنار هم بسازیم.

❖ چطور با مهروماه آشنا شدید؟

از طریق یکی از مددکاران با موسسه آشنا شدم. از کلاس‌هایی که برگزار می‌کردم اطلاع داشتند و پیشنهاد دادند که در مهروماه هم این کلاس‌ها را برگزار کنم و از ایشان ممنونم که من را به موسسه معرفی کردند.

❖ در موسسه بیشترین ارتباطتان با چه کسانی است؟

در موسسه بیشترین ارتباطم با مددکاران است، در کنار آن با دوستی که مسئول دفتر هستند و هماهنگی‌ها را انجام می‌دهند در ارتباطم. همین‌طور با مدیرعامل تماس دارم.



❖ چه احساسی نسبت به مخاطبان کلاس‌هایتان دارید؟  
خیلی خوشحالم که در این کلاس حضور دارم و در کنار بچه‌ها هستم.

❖ یکی از خاطره‌های بارزتان در مدتی که در مهرماه بودید را تعریف کنید  
خاطره خیلی زیاد دارم و نمی‌توانم بگویم کدام خاطره بارزتر است. لحظه لحظه حضورم در مهرماه و در کنار دختران برایم خاطره است.

یکی از مواردی که خیلی برایم بارز است تغییری است که در بچه‌ها می‌بینم. صدای آنها را ضبط کرده‌ام که از تغییراتشان گفته‌اند. مثلاً یکی می‌گفت من اصلاً با کسی ارتباط نمی‌گرفتم و دوستی نداشتم اما الان فرق کرده‌ام، یا دیگری می‌گفت من قبلاً از کسی معذرت‌خواهی نمی‌کردم اما بعد از جلسه‌ای که درباره این موضوع داشتیم یاد گرفتم چطور عذرخواهی سالم کنم یا چطور بخشش داشته باشم.

فضای امنی که ایجاد شده بود باعث شد این دختران حرف‌هایی که حتی نمی‌توانستند به خانواده‌شان بگویند را در کلاس به راحتی بازگو کنند یا می‌توانستند تنهایی با من حرف بزنند و از مسائلشان بگویند. به من می‌گویند چه چیزهایی ناراحتشان می‌کند یا چه چیزهایی را نمی‌توانند به دیگران بگویند.

❖ مشکلاتی که در موسسه با آن مواجه هستید چیست؟  
یکی از مشکلاتی که با آن مواجه بودیم این بود که فضای کلاس کمی کوچک بود و اوایل دیوارها رنگ نشده بود که خوشبختانه کسی را معرفی کردم و ایشان اسپانسر این موضوع شدند و دیوارهای موسسه رنگ شد. کلاس‌ها و حیاط خیلی کوچک است. اما به هر حال ما در همین فضای کوچک به هر ترتیب کارمان را انجام می‌دهیم.

❖ اگر بخواهید برای بهتر شدن مهرماه راهکاری پیشنهاد دهید چه می‌گویید؟  
به نظر من مهرماه واقعا موسسه عالی‌ای هست. پیشنهاد می‌کنم کلاس‌های مهارتی خیلی بیشتری برای بچه‌ها، مخصوصاً دختران بزرگسال برگزار شود، چون مطمئنم خیلی این کلاس‌ها برایشان لازم است.

### به وقت یادگیری

آموزش در مهرماه در مقاطع مختلف برای کودکان فراهم است و ما آموزش را از پیش‌دبستانی شروع می‌کنیم. همچنین در طرح پشتیبانی تحصیلی از کودکانی که امکان حضور در مدارس دولتی را پیدا می‌کنند اما در شرایط آسیب قرار دارند حمایت می‌کنیم. ما تلاش می‌کنیم تا حد امکان کودکان را از چرخه کار اجباری دور نگه داریم و فرصت‌هایی برای کشف دنیای بزرگ‌تر برایشان ایجاد کنیم. سوادآموزی زنان هم یکی دیگر از ارکان واحد آموزش موسسه است. به اعتقاد ما افزایش سواد، دانش و آگاهی مادران ارتباط مستقیمی با افزایش کیفیت زندگی آنها و خانواده‌هایشان دارد.

باعث خوشحالی ماست که با همکاری نوجوانان و خانواده‌هایشان ۳ نفر از نوجوانان ما در طرح پشتیبانی تحصیلی موفق به قبولی در دانشگاه‌های کشور شدند.









## فضای امن اتاق مددکاری اجتماعی و روانشناسی



مددکاران و روانشناس مهروماه هر روز تلاش می‌کنند تا با ارتباط با کودکان، مادران و خانواده‌هایشان همراهشان شوند تا بر توانمندی‌های خود بیفزایند. همچنین در این واحد از همراهی پزشک، ماما و روانشناسان داوطلب بهره‌مند می‌شویم. آنها هم تلاش می‌کنند که با حضور منظم خود در موسسه به بالا بردن کیفیت سلامت خانواده‌ها کمک کنند.

به گفته کسانی که در کارگاه‌های این واحد از جمله خود-مراقبتی، کنترل خشم، منع خشونت خانگی، بهداشت فردی و بهداشت زنان شرکت می‌کنند و نیز به تأیید مربیان، گفت‌وگوهای این کارگاه‌ها برای زندگی اغلب شرکت‌کنندگان مفید بوده است.





## خانه فرهنگ و هنر یا کارخانه خلاقیت و انرژی



ما در مهروماه یک خانه داریم که در آن فعالیت‌های فرهنگی، هنری و ورزشی جریان دارد. دختران و پسران مشتاقانه در کلاس‌های متنوع آن مثل کتابخوانی، سرود، دف، نقاشی، TRX و فوتبال دستی شرکت می‌کنند و غرق بازی می‌شوند. این کلاس‌ها برای همه کودکان محل دایر است و دوست داریم هر روز چهره‌های تازه در موسسه ببینیم.

در سال ۱۴۰۲ کودکان، نوجوانان و زنان موسسه به اردوهای متعددی رفتند. از پارک و شهربازی گرفته تا ژوراسیک پارک و خلاصه کلی در اجتماع حضور داشتند و فعالیت‌های مفید کردند.

گاهی که به صدای کلاس‌های کتابخوانی با لذت گوش می‌دهم از بحث‌های کودکان و مربیان سر کلاس به وجد می‌آیم و با لبخند سر تکان می‌دهم که کاش سی سال پیش که مدرسه می‌رفتم کسی بود که با ما از این بحث‌ها بکند و فضا را برای گفت‌وگو و شناخت فراهم کند.





## ترویج کتابخوانی

ما در مهروماه در راستای ترویج کتابخوانی کلاس‌های متعددی برگزار می‌کنیم. از کلاس‌های با من بخوان و کتابخوانی خلاق گرفته تا کلاس‌های نقد کتاب دختران نوجوان. ما باور داریم که کتاب دریاچه‌ایست به سوی دنیای بزرگ‌تر. کتاب به کودکان کمک می‌کند که از فرزند بیرون بروند و با ایران و جهان و اندیشه‌ها و نظرات گوناگون آشنا شوند. طبعاً مربیان کتاب‌ها را به تناسب سن کودکان پیشنهاد می‌دهند.





## جشن و شادی... دست و شادی

مناسبت‌های تقویم جوری رقم خورده که در هر فصل حداقل یک جشن برگزار می‌کنیم. اردیبهشت ماه روز معلم را جشن می‌گیریم و از معلمان قدردانی می‌کنیم. در خرداد ماه که پایان سال تحصیلی کودکان و زنان است جشنی می‌گیریم و با موسیقی و پذیرایی و دست و شادی پایان یک سال تحصیلی را به هم تبریک می‌گوییم و وعده دیدار در رویدادهای تابستانی را به هم می‌دهیم.

بعد در انتهای تابستان جشن پایان فعالیت‌های فرهنگی و هنری و ورزشی را می‌گیریم و خوشحالیم که کودکان در تعطیلات تابستان سرگرم و سرزنده بودند و در فضایی امن روزهایشان را پر ثمر کردند.



با شروع سال تحصیلی نیز جشن دیگری برگزار می‌کنیم و خود را برای همراهی یک سال تحصیلی آماده می‌کنیم. جشن روز کودک هم دومین جشن فصل پاییز است. در انتهای پاییز هم یلدا را جشن می‌گیریم. در این جشن از شب یلدا می‌گوییم. هدایای یلدایی به کودکان و خانواده‌هایشان می‌دهیم. همه با هم سرود می‌خوانیم و با موسیقی همراه می‌شویم. با خوراکی‌های خوشمزه از کودکان پذیرایی می‌کنیم.





آخر اسفند دو جشن داریم؛ یکی در روز جهانی مددکاری اجتماعی از فعالیتهای واحد مددکاری اجتماعی و روانشناسی قدردانی می‌کنیم و بعد به پیشواز سال نو می‌رویم. ما آخر سال سفره هفت‌سینمان را می‌اندازیم، سرودهای متناسب با آمدن بهار می‌خوانیم و با خوردن تغذیه سالم و لذیذ به استقبال بادهای فرح‌بخش بهاری می‌رویم. وقتی کودکان با وعده تعطیلات نوروزی به خانه می‌روند هدایایشان را به آنها می‌دهیم و لبخند زنان بدرقه‌شان می‌کنیم. البته ناگفته نماند که با وجود همه تلاش‌ها گاهی بعضی از کودکان ناگزیرند برای تأمین معاش خانواده در تعطیلات نوروزی کار کنند.

در کنار اینها، ما هر فصل برای کودکانی که در آن فصل متولد شده اند جشن تولد می‌گیریم.

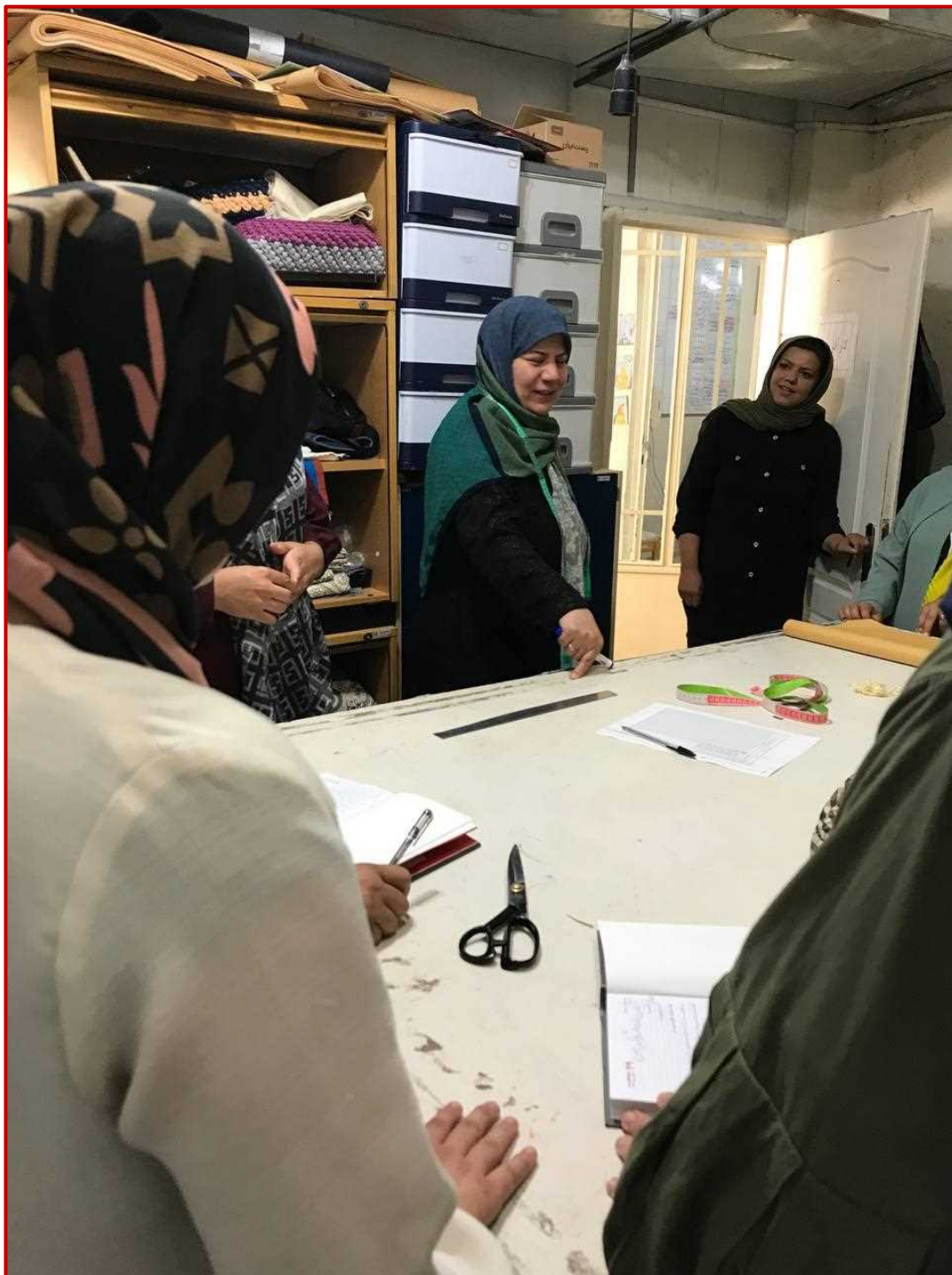


### همچو خورشید گرمابخش

سال‌هاست که گروه (تولید صنایع دستی) مه‌رسا با برگزاری کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی تلاش کرده که زنان موسسه را به سمت تشکیل گروه خودیار سوق بدهد. گروهی که اکنون از تسهیلگری موسسه بهره می‌برد و سال ۱۴۰۲ بیشتر از سال‌های قبل امید داریم که به خودکفایی نزدیک می‌شوند.

کلاس‌های حرفه‌آموزی مهروماه از جمله خیاطی، گلدوزی و قلاب بافی قرار است که همچنان برگزار شود. این کلاس‌ها فضایی هستند که زنان در کنار هم هنری را یاد می‌گیرند و با مهارت در آن امکان دارند که در همین گروه خودیار کسب درآمد کنند.

اکنون مهرسا علاوه بر فروش آنلاین در سه فروشگاه هم محصولات خود را به فروش می‌رساند. علاوه بر این، امسال مهرسا در ۷ نمایشگاه و رویداد شرکت کرد.



# دانه‌های انار

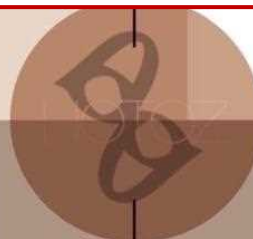
## بازارچه یلدایی انجمن‌های توان‌افزایی زنان



به میزبانی فروشگاه  
«دست‌سازهای هنری شرقی»

از ۲۲ آذر تا ۱ دی ۱۴۰۲  
از ساعت ۹ صبح تا ۹ شب

تهران، بزرگراه حقانی غرب به شرق، باغ  
کتاب، بلوک دی، بعد از کتاب‌فروشی  
بزرگسالان، فروشگاه شرقی



# هوتوز

## HOTOZ

رویدادی هنری، حامی  
برندهای خلاق و مستقل

تهران سعادت آباد، خیابان صرافهای جنوبی، کوچه  
کنعانی مقدم غربی، پلاک ۳۷، سالن اجتماعات  
ساختمان رز

بیستم تا بیست و دو مهر

ساعت ۱۱ تا ۲۰



## مادرم ریحان می‌چیند... نان و ریحان و پنیر



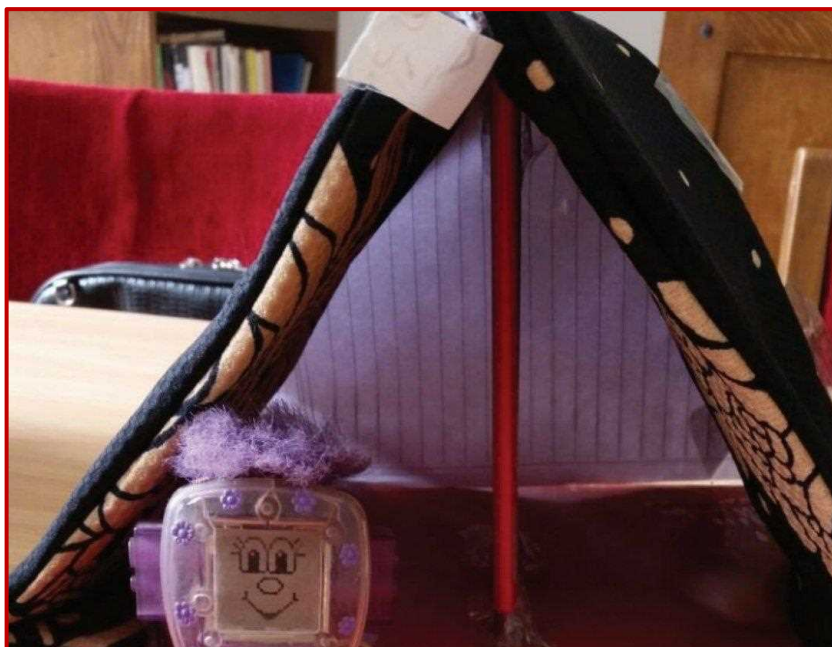
مهرچین (گروه آشپزی زنان) امسال خوش درخشید؛ از تنوع غذاها گرفته تا تعدد سفارش‌ها. زنان مهرچین علاوه بر سفارش‌های کوچک مثل خریدهای فردی علاقمندان، سفارش‌های عمده‌ای هم داشتند، مثل تهیه غذای مهمانی‌ها و میز مهرچین در نشست سالانه انجمن جامعه‌شناسی در خانه اندیشمندان علوم انسانی.

مهرچین امسال در ۷ رویداد و نمایشگاه شرکت کرد و توانست علاوه بر اینکه خود را به جمع بزرگ‌تری معرفی می‌کند فروش داشته باشد و سفارش‌هایی جذب کند.

سرپرست گروه مهرچین معتقد است که امروز باور این زنان به خودشان برای تشکیل یک گروه خودیار بیشتر شده و برق امید در چشمانشان می‌درخشد.



## زلزله افغانستان و احساسات ما



زمین لرزه‌ها در افغانستان در فرحزاد هم احساس شد. خانواده‌هایی که اقوام و آشنایانشان را در افغانستان از دست می‌دادند یا هر روز خبر می‌رسید که کسی بی‌خانه شده و شب‌ها در خیابان می‌خوابد. بر آن شدیم تا با تسهیلگری یکی از روانشناسان داوطلب کارگاهی برگزار کنیم که زنان موسسه بتوانند کمی درباره احساساتی که تجربه می‌کنند بگویند و از راهکارهای حمایتی‌ای بشنوند که در برابر اضطراب و افسردگی کمک حالشان باشد.

معلم کودکان هم از آنها خواست درباره زلزله افغانستان کاردستی درست کنند و برایشان فرصتی ایجاد کرد که با احساساتی که تجربه می‌کنند کاری هنری ارائه دهند. این امر به کودکان کمک کرد تا درک بهتری از احساساتشان داشته باشند.



## زمانی برای گفتن و شنیدن درباره بخشش

در روزهای پرتکاپوی پایان سال، فیلم مستند «آزادی» که ساخته فرزاد جعفری است به کوشش موسسه مهروماه با حضور فعالان اجتماعی به نمایش گذاشته شد. این فیلم درباره گروهی از افراد دغدغه‌مند است که توانسته‌اند جان ۲۰۰ نفر را که حکم قصاص داشته‌اند با جلب رضایت خانواده‌هایی که عزیزانشان را از دست داده‌اند نجات دهند. فیلم که تمام شد حاضران به گفت‌وگو درباره فیلم و این موضوع پرداختند.



## آموزش همکاران و توانمندسازی

ما در مهروماه با برگزاری کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی خودمان را نیز تقویت کنیم. ما تلاش می‌کنیم تا به طور مداوم در کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی مجموعه‌های مرتبط نیز شرکت کنیم و اینگونه بر دانش و بینش خود بیافزاییم. آموزش و یادگیری نیاز هر روزه همه ماست.





## تازه و خندان نشود گوش و هوش... تا ز خرد در نرسد راز نو

در سال ۱۴۰۲ چندین کمپین برای تأمین مالی و اقلام برگزار کردیم. کمپین تأمین مالی رهن ساختمان‌های موسسه در خرداد و تیر موفقیت آمیز بود. کمپین تالمدرسه که به مناسبت آغاز سال تحصیلی در انتهای شهریور شروع شد و به تأمین بخشی از هزینه‌های تحصیلی انجامید. در انتهای پاییز توانستیم با کمک حامیان ۱۵ عدد بخاری نو خریداری کنیم و یک بخاری دست دوم اما در حد نو هم به یکی از خانواده‌ها هدیه شد. در انتهای سال کمپین آموزش-امید-تغییر را شروع کردیم که تا پایان سال ۱۴۰۳ ادامه دارد. در اسفند ماه حامیان ما بیش از ۱۱٪ مبلغ کمپین را تأمین کردند. امیدواریم که هر روز تعداد حامیان این کمپین افزایش پیدا کند.

همبستگی اجتماعی  
در نبود حمایت دولتی؛ همه با هم

# #تا مدرسه

مهرماه با یاری شما به آموزش و توسعه زندگی  
بیش از ۲۰۰ کودک بازمانده از تحصیل و پیش  
دبستانی متعهد می‌شود. همراهی ماهانه حداقل  
۲۰۰ هزار تومان پشتونه ارزشمندی است تا  
مسیر آموزش کودکان را #تا مدرسه هموار کنیم

مهرماه همبستگی  
موسسه نو، امید ما (۶)

## کمپین آموزش، امید، تغییر

کمپین تأمین هزینه‌های آموزش کودکان بازمانده از تحصیل و پیش‌دبستانی و آموزش زنان در سال ۱۴۰۳

### ۱.۵۰۰.۰۰۰.۰۰۰ تومان

با حداقل ماهی ۱۰۰ هزار تومان می‌توانید سهمی در این تغییر داشته باشید

شماره حساب:  
۲۰۲-۸۵۰-۵۳۵۸۸۱۳-۱

شماره کارت:  
۶۲۷۴۱۲۱۹۴۰۰۰۱۶۱۳

شماره شبیا:  
IR۱۳۰۵۵۰۰۲۰۲۸۵۰۰۵۳۵۸۸۱۳۰۰۱

«سرما از راه رسید»

## ۱۵ خانواده مهرماه نیازمند بخاری هستند

اکنون می‌توانید با کمک‌های نقدی خود گرمابخش خانه‌های زنان و کودکان مهرماه باشید

شماره حساب  
۲۰۲-۸۵۰-۵۳۵۸۸۱۳-۱

شماره کارت  
۶۲۷۴۱۲۱۹۴۰۰۰۱۶۱۳

شماره شبیا  
IR۱۳۰۵۵۰۰۲۰۲۸۵۰۰۵۳۵۸۸۱۳۰۰۱

بانک اقتصاد نوین به نام موسسه مهر و ماه شمیرانات  
برای کسب اطلاعات بیشتر با روابط عمومی تماس بگیرید

۰۹۳۰۳۱۷۵۶۸۰

مهرماه همبستگی  
موسسه توانمندسازی مهر و ماه



## حامیان و داوطلبان؛ پشتوانه‌های مهروماه

در سال ۱۴۰۲ در کنار رویدادهای متنوعی که برگزار کردیم دوره‌های حامیان مهروماه در مرداد ماه و جشن روز داوطلب در آذر خاخرات دلپذیری را برای مهروماه به جا گذاشت. این رویدادها با موسیقی و پذیرایی همراه بود. تلاش کردیم تا با فراهم آوردن ساعاتی دلپذیر به دستداران مهروماه یادآوری کنیم که قدرشان را می‌دانیم. برایشان تعریف کردیم که روزگاران را در مهروماه چگونه می‌گذرانیم و این همه ممکن نبوده است جز با حمایت ایشان.



آینده از آن زنان و کودکانی خواهد بود که امید به فردا در دلشان زنده شده است



۰۲۱-۲۲۳۸۲۶۶۵

۰۲۱-۲۲۳۸۵۲۶۴



 mehromah.ngo

 @mehromahngo

تهران ■ اتوبان یادگار امام شمال ■ خیابان  
ایشانگران شمالی ■ خیابان امام زاده داوود  
کوچه عمویی ■ پلاک ۴



 www.mehr-o-mah.com

 mehromah.far@gmail.com