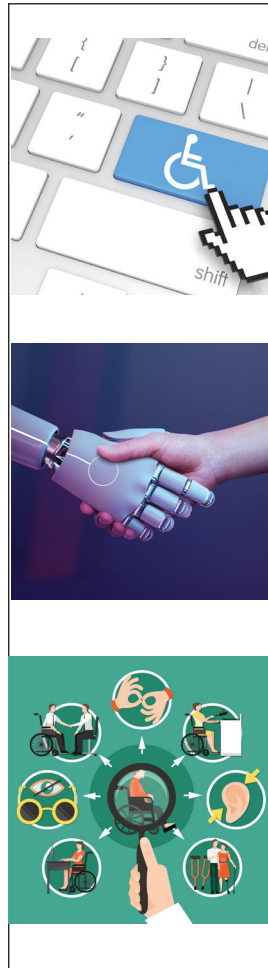


توان‌یاب

سال بیستم و یکم، شماره ۸۷
(بهار ۱۴۰۲)

۲	دسترس پذیری وب سایت چیست و چه مزایایی دارد؟ — سرمقاله
۶	فرد دارای معلولیت، با فناوری های جدید می تواند توانمندتر شود — مهندس محمد محمودی و مهندس آیدین نعمتی
۱۲	سواد بکارگیری درست و بهینه از فضای مجازی — در گفت‌وگو با دکتر یاشار خدایی
۱۵	تلاش داریم خدمات خود را برای طیف بیشتری از افراد بهینه سازی کنیم — مانی قاسمی، مدیر سایت دیجیاتو
۱۸	کاربرد هوش مصنوعی در بهبود کیفیت زندگی افراد معلول و ناتوان حرکتی — مقاله
۲۰	همانطور که دسترس پذیری فیزیکی لازم است، فضای آنلاین هم باید دسترس پذیر باشد — محمدحسین محسنی بنیانگذار و مدیرعامل اپلیکیشن ساز بازلی
۲۳	معرفی فناوری های جدید برای کمک به افراد دارای معلولیت — مقاله
۳۰	با کمک تکنولوژی، کم توانی افراد دارای معلولیت به حاشیه می رود — یک روز در کلاس
۳۴	بهاریه — نازنین رحیم زاده
۳۵	دلنوشته — فاطمه کنهانی
۳۶	مبتلایان به بیماری SMA، فقط به دنبال داروی مورد نیازشان هستند — چهره موفق
۴۰	کلمه نمی توانم را کنار گذاشتم — یک زندگی
۴۵	خیریه آتنا پذیرای زنان و دخترانی است که مورد خشونت خانوادگی قرار می گیرند — سازمان مردم نهاد
۴۸	زمزمه — فاطمه کنهانی
۴۸	زن تاریخ ساز — مشاهیر دارای معلولیت
۵۰	معرفی کتاب
۵۲	گرما موجب تشدید علائم بیماری «ام اس» می شود — سلامت
۵۳	مضرات شکر — سلامت
۵۴	در رعد چه خبر؟



صاحب امتیاز:
مجمع آموزشی نیکوکاری رعد
مدیر مسئول:
دکتر قاسم صالح خو
سردبیر:
دکتر مریم رسولیان
شورای سیاست گذاری:
صدیقه اکبری، محمود توسلی،
دکتر محمد کمالی، دکتر مجید
میرخانی، دکتر نرگس شفاوردی،
دکتر مجتبی کامیاب، لیلا انگوتی،
محمد رضا دشتی
دبیر تحریریه:
هاله باستانی
مدیر اجرایی:
رضا سخن سنج
همکاران این شماره:
سهیلا علیخانی، افسانه عسگری،
نازنین رحیم زاده
گرافیک: پرویز مقدم
طراح جلد: یاسمن روشنی تبریزی
صفحه آرایی: سمانه فطرس
عکاس: نگین موسوی پورمهرام
ویراستار انگلیسی: مهراوه عمرانی
مترجم انگلیسی: علی مجتهدزاده

نشانی دفتر نشریه: شهرک غرب
فاز ۲، خیابان هرمان، خیابان پیروزان
جنوبی، پلاک ۷۴
کد پستی: ۱۴۶۶۶ صندوق پستی:
۱۴۴-۱۴۶۶۵
شماره تماس: ۸۸۰۸۲۲۶۶-۸۸۰
۷۶۳۲۶
info@raad-charity.org
www.raad-charity.org

توان‌یاب از دریافت مقالات و دیدگاه‌های صاحب نظران استقبال می‌کند. مقالات ترجمه شده همراه با کپی اصل مقاله ارسال شود. مقالات ارسالی پس فرستاده نمی‌شود. توان‌یاب در ویرایش و کوتاه کردن مطالب آزاد است
توضیح: نشریه توانیاب به علت مشکلاتی که در شروع اپیدمی بیماری کرونا با آن روبرو شد نتوانست طبق روال قبلی منتشر شود و شماره بهار و تابستان در یک شماره به چاپ می‌رسد.



دسترسی پذیری وب سایت چیست و چه مزایایی دارد؟

مرجع تخصصی برنامه نویسان
Bijanabedian

دسترسی پذیری وب به معنای ساخت وب سایت‌هایی است که افراد دارای معلولیت بتوانند از آن استفاده کنند. دسترسی پذیری وب نرخ مشارکت در فضای مجازی را افزایش می‌دهد. با گسترش حوزه‌های مختلف دنیای وب، این روزها به واژه و مفهوم دسترسی پذیری وب توجه بسیاری می‌شود. قصد داریم در این مقاله دسترسی پذیری وب را به زبان ساده توضیح دهیم و چرایی و مزیت‌های آن را بیان کنیم.



دسترسی پذیری وب چیست؟

دسترسی پذیری وب سایت به معنای طراحی و ساخت وب سایت‌هایی است که برای اکثر افراد (با هرگونه ناتوانی فیزیکی و معلولیت جسمانی) قابل استفاده باشند. در کشور آمریکا از بین هر ۵ نفر یک نفر معلولیت و ناتوانی جسمی دارد. حدود ۵۷/۰۰۰/۰۰۰ نفر از جمعیت این کشور اعلام کرده‌اند که به نوعی از ناتوانی فیزیکی (نابینایی، کوررنگی، فلج ماهیچه، نقص عضو و کم شنوایی) دچار هستند. گزارش شده است که حدود ۳۰/۰۰۰/۰۰۰ نفر از این افراد معلولیت شدید دارند. اما سوال مهم این است که یک وب دولوپر از کجا می‌تواند مطمئن باشد که سایت طراحی شده برای همه کاربران دسترسی‌پذیر و قابل استفاده است و اصلا دسترسی پذیری وب شامل رعایت چه مواردی می‌شود؟

ویژگی وب سایت‌های دسترسی ناپذیر

مثلا فرض کنید که شخصی کوررنگی دارد و نمی‌تواند رنگ‌های سایت شما را به خوبی از یکدیگر تشخیص دهد. افراد کوررنگ معمولا رنگ‌های خاصی را نمی‌بینند و اگر شما از این رنگ‌ها در متن محتوا یا لینک‌هایتان استفاده کنید این اشخاص عملا قادر به استفاده از مطالب سایت شما نیستند.

یا اینکه فردی دچار نوعی محدودیت حرکتی است و نمی‌تواند از موس برای کلیک کردن و باز کردن تب‌های سایت شما استفاده کند و تنها می‌تواند با استفاده از کیبورد یا دستگاه‌های مخصوص دیگر صفحات وب را اسکرول کرده، زوم و سرچ کند. برخی از افراد نیز دچار پرش خوانی و نارسا خوانی هستند و اگر صفحات شما به اندازه کافی و با دقت بهینه سازی نشده باشد ممکن است مجبور شوند زمان زیادی را برای درک و تحلیل محتوای سایت صرف کنند.

بسیار مهم است که ابزارهایی در سایت به منظور خواندن و شرح محتوا برای افرادی که اختلالات بینایی دارند قرار داده شود. کاربران معمولا از یک صفحه خوان استفاده می‌کنند. اسکرین ریدر یک برنامه است که محتوای سایت را برای کاربران نابینا یا کم‌بینا می‌خواند و به آنها کمک می‌کند تا با موضوع و مطالب سایت ارتباط برقرار کنند. البته یک سری از دستگاه‌ها هم وجود دارند که می‌توانند صفحات وب را به صورت حروف بریل درآورده و در اختیار کاربران قرار دهند.

آیا می‌شود دسترسی پذیری وب را کاملا استاندارد طراحی کرد؟

برای دولوپرهای متوسط بسیار سخت است که بتوانند شرایط همه افراد و کاربرانی که از سایت آنها استفاده می‌کنند را در نظر بگیرند و دسترسی پذیری وب را برای همه آنها فراهم کنند. اما بهتر است حداقل اصول مناسب‌سازی صفحات اینترنت و استانداردهای دسترسی پذیری وب را بیاموزند و وب سایت خود را متناسب با نوع محتوای تولیدی برای کاربران بهینه سازی کنند.



استانداردهای دسترسی پذیری وب

از آنجا که بررسی سطح چالش‌های دسترسی‌پذیری وب برای همه طراحان سایت ممکن نیست، کنسرسیوم جهانی وب یک سری از اصول اولیه و استانداردهای دسترسی‌پذیری وب را از سال ۱۹۹۹ وضع کرده است. توجه به این استانداردها کار تیم طراحی را برای دسترس‌پذیر کردن تمام بخش‌های سایت آسان‌تر می‌کند. نامی که کنسرسیوم جهانی برای دسترسی‌پذیری وب انتخاب کرده است WCAG است، که مخفف عبارت راهنمای دسترسی‌پذیری محتوای وب سایت است.

موارد دستورالعمل دسترسی‌پذیری وب

این دستورالعمل شامل ۴ رهنمود برای دسترسی‌پذیری وب است:

- قابلیت فهم و شناخت: آیا همه کاربران می‌توانند محتوای موجود در سایت را بفهمند؟
- قابلیت عملگرایی: آیا همه افراد می‌توانند با محتوای صفحه ارتباط برقرار کنند؟
- قابلیت درک: همه اشخاصی که از سایت استفاده می‌کنند می‌توانند محتوای صفحات را درک و تحلیل کنند؟
- سازگاری با ابزارها: آیا افرادی که محدودیت‌های خاصی دارند می‌توانند با استفاده از دستگاه‌هایی همچون صفحه خوان و تبدیل‌کننده بریل از محتوای سایت استفاده کنند؟

مزایای دسترسی‌پذیری وب چیست؟

از فواید دسترسی‌پذیری وب می‌توان به افزایش نرخ مشارکت همه افراد جامعه در فضای مجازی و بهبود سئوی سایت‌ها اشاره کرد.

برابری و بهبود نرخ مشارکت

اولین و بهترین مزیت دسترسی‌پذیری وب برابری همه افراد جامعه در میزان مشارکت در فضای مجازی است. برای هر دولوپر یا طراح سایت این که همه کاربران بتوانند به راحتی و بدون محدودیت از همه بخش‌های وب سایت استفاده کنند یک اتفاق فوق‌العاده است.

این بهبود تجربه کاربری می‌تواند به افرادی که دارای معلولیت خوانش هستند یا به علت کم‌سوادی و نا‌آشنایی با یک زبان خاص نمی‌توانند با محتوای سایت ارتباط برقرار کنند، کمک کند تا شرایط بهتری را تجربه کنند.



بهبود سئو

مزیت دوم دسترسی پذیری وب، بهینه سازی موتورهای جستجو است. در این روش اطمینان حاصل می شود که محتوای صفحات از طریق ربات ها برای موتورهای جستجو و کاربران دارای شرایط خاص، قابل خوانش است. یکی از روش های دسترسی پذیری وب سایت تمرکز بر جایگزینی متن و زیرنویس برای محتوای صوتی و ویدئویی است. به طوری که برای صفحه خوان ها و موتورهای جستجو قابل مشاهده باشند. این کار نه تنها به نفع کاربران است بلکه به موتورهای جستجو کمک می کند تا محتوای مورد نظر را بهتر و راحت تر پیدا کنند. در واقع هر چقدر محتوای وب سایت خود را برای کاربران دسترسی پذیرتر کنید آن را برای ربات های گوگل نیز قابل درک تر کرده اید.

طراحی وب سایت های دسترسی پذیر

همه ما در مواقعی با وب سایت هایی مواجه شده ایم که از نظر ظاهری چندان کاربردی نیستند. مثلا رنگ متن، کنتراست کافی با پس زمینه ندارد یا دکمه های منوی آن برای استفاده در تلفن های هوشمند بسیار کوچک است. با طراحی یک رابط کاربری مناسب می توانیم میزان دسترسی پذیری وب سایت را افزایش دهیم. علاوه بر همه این ها باید از اینکه محتوای سایت برای همه کاربران با هر دستگاه، تکنولوژی و پهنای باندی قابل مشاهده است، اطمینان حاصل کنیم. سازمان ها و شرکت هایی که به دسترسی پذیری وب اهمیت می دهند نه تنها باعث جلب نظر کاربران و مشتریان خود می شوند بلکه خود را از خطر از دست دادن طیف وسیعی از مخاطبان حفظ می کنند.

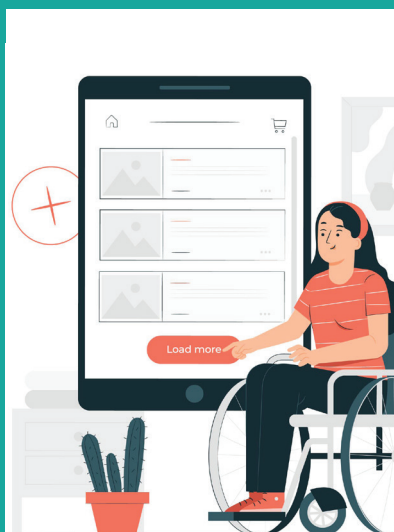
الزامات قانونی برای دسترسی پذیری وب

علاوه بر اینکه دسترسی پذیری وب به علت مزایا و فوایدی که برای جامعه دارد باید رعایت شود، یک سری ملزومات قانونی نیز وجود دارند که طراحان را مجبور به اجرای این طرح می کند.

برای مثال در ایالات متحده آمریکا، مسائل پیرامون دسترسی پذیری به علت مجموعه ای از شکایات تحت عنوان «آمریکاییان دارای معلولیت» مورد توجه قرار گرفت. در آمریکا قانونی وجود دارد که می گوید: اماکن عمومی و فضاهای تجاری باید به شکلی طراحی و ساخته شوند که شهروندان دارای معلولیت و محدودیت جسمانی نیز بتوانند همانند سایر مردم از آنها استفاده کنند. این قانون در اصل برای فضاهای فیزیکی وضع شده است، اما با گسترش تکنولوژی و رواج فعالیت های اینترنتی همچون خرید و آموزش آنلاین موضوع دسترسی ناپذیر بودن صفحات وب برای کم توانان نیز مطرح شد.

فروشگاه وین دیکسی یکی از اولین مواردی بود که به حکم یک قاضی فدرال در سال ۲۰۱۷ ملزم به اجرای دستورالعمل دسترسی پذیری محتوای وب سایت خود شد. مرد نابینایی که مشتری این سوپرمارکت بود از وین دیکسی به علت عدم رعایت دسترسی پذیری وب سایت شکایت کرد. دادگاه رای را به نفع این مرد صادر کرد و آنها را مجبور کرد وب سایت خود را بر اساس استانداردهای دسترسی پذیری محتوای اینترنتی به روزرسانی کنند. این سایت مورد بازرسی های سالانه قرار می گیرد تا اطمینان حاصل شود هنوز بر اساس این استانداردها عمل می کند.

داشتن یک وب سایت دسترسی پذیر با برنامه ریزی، پاسخگویی و اجرای صحیح، یک هدف قابل دستیابی برای هر سازمان است. با فعال بودن در این حیطة، سازمان هایی که رویکرد دسترسی پذیری را درک کرده اند و در قبال مشتریان و مخاطبان خود احساس مسئولیت می کنند، اعتماد کاربران را به دست می آورند و می توانند بازار خود را گسترش دهند.



مهندس محمد محمودی، دانش‌آموخته رشته مهندسی مکانیک دانشگاه شریف است. او در حوزه فناوری اطلاعات و ارتباطات سال‌ها فعالیت مشاوره‌ای، در زمینه پردازش زبان طبیعی (فارسی) و هوش مصنوعی داشته و فعالیت کرده است. انگیزه ورودش به حوزه معلولیت، قدرت شگرف هوش مصنوعی و کاربرد فناوری‌ها در پردازش زبان طبیعی و هوش مصنوعی برای بهبود شرایط کار و زندگی افراد دارای معلولیت، سالمندان و حتی کودکان و خردسالان، بوده است. مهندس آیدین نعمتی هم دانش‌آموخته رشته فناوری اطلاعات و متخصص در این حوزه و کارآفرین اقتصادی و اجتماعی و مدیرعامل موسسه فناوری‌های آموزشی منجی است.

با این دو عزیز در خصوص نقش فناوری‌های جدید در توانمندسازی افراد دارای معلولیت به گفت‌وگو نشستیم.



مهندس محمد محمودی؛

فرد دارای معلولیت، با فناوری‌های جدید می‌تواند توانمندتر شود

است و اگر آنها ماهیت و چیستی این موضوع را درک نکنند، لا جرم فقط به یک سری کارهای کلیشه‌ای خواهند پرداخت که گره واقعی از مشکلات افراد دارای معلولیت و جامعه معلولان عزیز باز نمی‌کند. نمونه آن قانون حمایت از حقوق معلولان است که با تلاش‌های فراوان دلسوزان مصوب شد، و با مطالبه‌گری و کمپین‌های پی در پی مورد بازنگری قرار گرفت، ولی وقتی به مرحله تدوین آیین‌نامه‌های اجرایی رسید، درصد ناچیزی از منویات قانون‌گذار و آنچه به تصویب رسیده بود، در آیین‌نامه اجرایی قانون مزبور آن هم بدون ضمانت اجرایی، انعکاس یافت. تا وقتی مدیران از سازمان بهزیستی کشور گرفته تا وزارت تعاون، کار و امور اجتماعی و شهرداری و سایر مدیران دولتی به آگاهی و شناخت عمیق در مورد نقش افراد

مهندس محمودی: با طبقه بندی ICF چیزی حدود کمتر از ۳۵٪ جامعه ما می‌تواند در گروه کم توانان قرار می‌گیرند که فناوری اطلاعات و ارتباطات این قابلیت را دارد که به آنها در داشتن زندگی بهتر کمک کند

بودیم و این حساسیت باعث ایجاد دیدگاه‌های کامل‌تری نسبت به این حوزه شد. به نظر می‌رسد، رسالت رسانه‌های گروهی و نشریات تخصصی مانند توانیاب، آگاه‌سازی مدیران کشور است تا نسبت به مقوله معلولیت توجه ویژه کنند. شناخت مدیران دولتی و خصوصی نسبت به این حوزه بسیار محدود

لطفا خودتان را معرفی کنید:

محمد محمودی، فارغ‌التحصیل رشته مکانیک هستم ولی در حوزه فناوری اطلاعات نیز فعالیت جزئی داشته‌ام. دلیل ورود بنده به حوزه کمک به افراد دارای معلولیت، اهمیت و قدرت کاربرد فناوری‌ها در پردازش زبان طبیعی برای بهبود شرایط کار و زندگی توان‌یابان بود. فعالیت‌هایی در وزارت ارتباطات در زمینه بهبود مناسب‌سازی و دسترس‌پذیری فضای مجازی برای افراد دارای معلولیت، شروع شده بود، فرصتی به وجود آمد که با این فعالیت همراه شویم.

پس ورود شما به موضوع استفاده از فناوری اطلاعات به افراد دارای معلولیت (و فناوری‌های کمکی) از همین جا شکل گرفت؟

ما از مدت‌ها قبل نسبت به نیازهای حوزه معلولیت حساس



دارای معلولیت در اعتلای جامعه نرسند، و فقط مسائل مالی مانند تخصیص اعتبار و هزینه‌بر بودن و بار اقتصادی این مصوبات را مورد توجه قرار دهند، گرهی از مشکلات توانیابان باز نمی‌شود. در صورتی که نباید جامعه توانیابان که شامل افراد دارای معلولیت‌های جسمی حرکتی، نابینایان و ناشنوایان، سالمندان و ... می‌شوند را اقلشاری منفعل و نیازمند کمک مالی و یارانه و مستمری‌بگیر تلقی کرد. اگر نگاه مدیران نسبت به این مقوله اصلاح شود، امید است که درصد بالایی از گرفتاری‌های این قشر از جامعه با کمترین هزینه و با هوشمندی بیشتر، رفع شده و به سرعت ترمیم و جبران شود. متأسفانه هنوز به این درایت لازم نرسیده‌ایم و فرصت‌های زیادی تاکنون از دست رفته است.

جامعه چه مسئولیتی در مورد افراد دارای معلولیت که جمعیت بزرگی را تشکیل می‌دهند دارد؟

ابتدا باید به تعریفی که از معلولیت وجود دارد برگردیم. هر انسانی، ناتوان زاده می‌شود. از دوران کودکی به بعد به تدریج تواناتر شده و به اوجی از توانایی در دوران نوجوانی و جوانی می‌رسد. ولی مجدداً در دوران سالمندی کم‌کم توانایی‌هایش محدود و محدودتر شده و دوباره در ایام پیری به دوران ناتوانی جسمی اولیه خود برمی‌گردد. بنابراین کم‌توانی یک سیر طبیعی در زندگی همه انسان‌ها است و فقط به افراد خاصی محدود نمی‌شود. این سیر صعودی و سپس نزولی در زندگی همه افراد وجود دارد و گاهی فراموش می‌کنیم که بزودی همه ما ناتوان شده و در صورت آماده نبودن شرایط مناسب در جامعه، از چرخه موثر و مفید بودن خارج شده و در این صورت ادامه زندگی برایمان دشوار می‌شود. علاوه بر این سیر طبیعی که همه انسان‌ها

مهندس محمودی: آموزش الکترونیکی و غیر حضوری، دنیا را متحول کرده و این قدرتی است که فناوری اطلاعات به جامعه افراد دارای معلولیت هدیه داده است

با آن مواجه خواهند شد، افرادی هستند که برخی از توانایی‌هایشان نسبت به دیگران محدودتر است. بعضی از آنها، از نظر حرکتی دچار محدودیت هستند و بعضی هم با محدودیت‌های بینایی یا شنوایی زندگی می‌کنند. از طرفی در زندگی ماشینی، با مقوله افزایش تصادفات هم روبه‌رو هستیم که آمار بالایی از معلولیت‌ها را در کشور به خود اختصاص داده است. افرادی که دچار حادثه می‌شوند، گاهی در تمام عمر مجبور به زندگی با محدودیت‌های جسمانی خود می‌شوند. ولی به این معنی نیست که انسان حادثه‌دیده یا دارای معلولیت، مطلقاً توان خود را از دست داده و باید از زندگی طبیعی محروم شود. معلولیت و ناتوانی فیزیکی، تنها ده یا پانزده درصد جامعه را در بر نمی‌گیرد، بلکه شامل همه مردم در مقاطع مختلفی از زندگی می‌شود. اینجاست که لازم است به «سیستم طبقه‌بندی سلامت برای عملکرد، ناتوانی» که تعریف دقیق‌تری از مجموعه عملکرد، ناتوانی و سلامت ارائه می‌کند و توانایی جسمی یک فرد را با عملکرد واقعی فرد می‌سنجد، توجه شود. همه ما دیده‌ایم افرادی را که با وجود محدودیت جسمی از ناحیه پا یا دست و یا محدودیت‌های دیگر حسی و حرکتی، در مناطق کوهستانی و

گاه صعب‌العبور به صورت عادی زندگی، کار و کشاورزی و رفت و آمد می‌کنند و کارهایی انجام می‌دهند که شاید برای یک فرد به ظاهر تندرست هم بسیار سخت باشد. لذا ممکن است عملکرد افراد بتواند بازتعریفی برای همه محدودیت‌ها ارائه دهد. قبلاً میزان معلولیت (یا جانبازی) را با درصد آسیب جسمی می‌سنجیدند ولی این تعریف اکنون تغییر کرده است. البته هنوز خیلی از فعالان حوزه معلولیت با تعریف جدید مورد توجه سازمان بهداشت جهانی آشنا نیستند و با همان دید سنتی به مقوله مهم معلولیت می‌نگرند. در مورد تعریف جدید از معلولیت بیشتر توضیح دهید:

به طور ساده ICF، طبقه بندی عملکرد، ناتوانی و سلامت افراد دارای معلولیت، می‌گوید: آسیب جسمانی فقط یکی از عواملی است که می‌تواند بر عملکرد فرد تاثیر بگذارد، در حالی که تاثیر ابعاد روانی و اجتماعی و محیطی، بر عملکرد طبیعی افراد بسیار مهم‌تر از چیزی است که نظر می‌آید. چه بسا افرادی که با وجود جسم سالم، به دلیل تحت فشار بودن از عوامل روانی، عملکرد طبیعی خود را از دست بدهند. در تعریف جدید از معلولیت، نقش شرایط اجتماعی در کاهش یا افزایش ناتوانی‌ها بسیار مهم است. گاه این جامعه است که فردی را با محدودیت‌های جسمی کم، به قدری در تنگنا و فشار قرار می‌دهد که عملکردش را کاملاً از دست می‌دهد. نکته دیگری که در ICF در تعریف توانمندی و کم‌توانی ذکر شده است، ابعاد محیطی است که شامل دارو، غذا و فناوری است. مثلاً اگر در جامعه‌ای زندگی می‌کردیم که خدمات چشم‌پزشکی وجود نداشت، بخش بزرگی از جامعه امروز، الآن جزو افراد دارای معلولیت با تعریف سنتی به حساب می‌آمدند، چون فناوری که بتواند عیوب انکساری چشم ما



را اصلاح کند، وجود نداشت. پس ابعاد جسمی، روحی، اجتماعی و محیطی (و فناورانه) در تعامل با هم می‌تواند روی توانایی و عملکرد یک فرد تاثیر بگذارد. عدم تعریف درست از معلولیت با شاخص‌های جدید، باعث شده که کشورهای کم‌توسعه یافته مثل افغانستان؛ آمار افراد دارای معلولیت خود را بسیار کم اعلام کند، در صورتی که در کشوری‌های توسعه‌یافته این آمار حتی ۳۵ درصد اعلام می‌شود، چون در کشورهای پیشرفته، مثلا نداشتن فناوری و دارو هم در مقطعی نوعی محدودیت محسوب می‌شود. به همین دلیل است که تعریف جدید از معلولیت و ظرفیت‌های آن، باید مورد توجه رسانه‌ها و انجمن‌های فعالان حوزه معلولیت، و به تبع آن آئین نامه اجرایی قانون قرار گیرد. در تدوین آیین‌نامه‌های جدید اصرار داشتیم که معیار سنجش معلولیت، بر مبنای ICF، یعنی عملکردگرا بودن، قرار گیرد. در مدارس ابتدایی ما کودک را تحویل می‌گیرند و بعد از پنج یا شش سال، او را با توانایی خواندن و نوشتن ولی از نظر جسمی تنبل-تر و ناتوان‌تر تحویل می‌دهند. باید در ابتدای شروع دبستان توانمندی‌های جسمی کودک سنجیده شود و ارزیابی شود که آموزش و پرورش تا چه اندازه توانسته در رشد توانایی‌های او از نظر عملکردی، موثر عمل کند. در نظام ICF-CY، معیارهای متغیری که می‌تواند در اثر عوامل مختلف، افزایش یا کاهش یابد، وجود دارد و باید در مطالبات عمومی منظور شود، تا وقتی فرد دارای محدودیت جسمی با یک فناوری، توانمند می‌شود، دیگر او را با نگاه سنتی خود، دارای معلولیت ندانیم. بسیاری از افراد در جامعه ما پس از بازنشستگی دچار آسیب می‌شوند، چون هیچ برنامه‌ای برای آنها در این دوران پیش‌بینی نشده است. اگر توانمندی این افراد با توجه به عملکردشان سنجیده شود، معلوم

آیدین نعمتی: ابزارها و امکانات توانمندسازی اجتماعی باید متعدد باشند که هر فرد بر اساس میزان توانمندی خود و شرایط محیطی و اجتماعی بتواند انتخاب کند که از امکانات فیزیکی استفاده کند یا از ابزار الکترونیکی

می‌شود که این افراد سرمایه‌های کشور هستند و نباید از جامعه حذف شوند و این مهم برای همه سنین و برای همه جنسیت‌ها و برای همه مناطق جغرافیایی و همه آحاد جامعه در کشور قابل احصاء و سنجش است.

فضای مجازی دنیای جدیدی را در مقابل افراد دارای معلولیت باز کرده تا آنها بتوانند با استفاده از این فضا آموزش ببینند، کار کنند و به درآمد برسند. مناسب‌سازی این فضا برای استفاده این افراد چقدر اهمیت دارد؟

همه فناوری‌ها می‌توانند در خدمت افراد کم‌توان قرار گیرند. پیشرفت در فناوری اطلاعات و ارتباطات اتفاق مبارکی است که فرابخشی بوده و نمی‌توان آن را به حوزه خاصی محدود کرد. از حوزه پزشکی گرفته تا حوزه سنجش از راه دور، ماهواره، هوش مصنوعی و ... همه به فناوری اطلاعات و ارتباطات مربوط هستند. فناوری اطلاعات و ارتباطات تمام فعالیت‌ها در دنیا را تحت تاثیر قرار داده است، خصوصا بخشی که مربوط به تولید محتوا است. می‌دانیم که مهم‌ترین بخش توانمندسازی جوامع، توانمندی از طریق آموزش است. آموزش الکترونیکی و غیر حضوری، دنیا را متحول کرده و این اولین قدرتی است که فناوری اطلاعات به جامعه افراد دارای معلولیت هدیه داده است. گاهی فرد توان‌یاب می‌خواهد بر روی یک محتوا کار کند، ولی حجم محتوا به زبان فارسی که در

اختیارش قرار می‌گیرد، کافی نیست و یا برعکس با انبوهی از اطلاعات جمع‌آوری شده روبه‌رو می‌شود که باز به دردش نمی‌خورد. بنابر این فرد مجبور می‌شود زبان دیگری یاد گرفته و محتوا را به زبان دیگری جست‌وجو کند. همه افراد دارای معلولیت و غیر معلول باید بتوانند برای رشد و توانمندی خود از آن استفاده کنند. گرچه امروزه دنیا وابسته به زبان انگلیسی است و امروز اغلب دانش بشری به زبان انگلیسی تولید و استفاده می‌شود، ولی از همه افراد نمی‌توان انتظار داشت که زبان انگلیسی یا هر زبان دیگری را یاد بگیرند. البته مشکل تکثر زبان هم با فناوری اطلاعات، از طریق هوش مصنوعی و پردازش زبان طبیعی تا حدی زیادی قابل حل است و با این فناوری می‌توان محتوا را از زبان‌های مختلف به زبان مورد نظر مخاطب تبدیل کرد. اتفاق مهم دیگری که در دنیای فناوری اطلاعات رخ می‌دهد، تسهیل ارتباطات میان افراد است. ایجاد ارتباط از نقاط ضعف جامعه افراد دارای معلولیت است. رفت و آمد و تحرک برای بیشتر افراد دارای معلولیت جسمی-حرکتی، پرهزینه است و این در حالی است که فناوری اطلاعات و ارتباطات، امکان ارتباط مجازی را در میان جامعه فراهم کرده است. ۱۶/۵ درصد افراد دارای معلولیت، ۱۰ تا ۲۰٪ خردسال و بخش دیگر هم سالمند داریم. سرجمع، چیزی حدود ۴۰٪ جامعه ما در گروه افراد دارای نیازهای خاص قرار می‌گیرند که فناوری اطلاعات و ارتباطات می‌تواند به آنها کمک کند. یعنی با تعریف جدید به نیمی از جامعه، با به کار گرفتن فناوری‌های جدید، کمک‌رسانی کرد.

لطفا در مورد پردازش زبان طبیعی توضیح بیشتری دهید؟

پردازش زبان طبیعی علم و فناوری بسیار گسترده‌ای است که سعی می‌کند امکان فهم زبان طبیعی را برای ماشین فراهم کند. این دانش در کمک به افراد دارای معلولیت،

اهمیت و کاربرد بسیاری دارد. در مورد پردازش زبان طبیعی باید گفت که درکی که ما از زبان فارسی داریم چگونه بوجود آمده است؟ ما در مدارس حروف الفبا، بعد کلمات ساده و بعد جملات پیچیده را یاد می‌گیریم. الآن صحبت این است که بتوانیم ماشین را مستعد آموزش کنیم. یعنی در زمانی خیلی کوتاه، همه آنچه که یک فرد آموزش دیده تا بتواند به زبان فارسی صحبت کند را به آن منتقل کنیم. به عبارتی باید زبانی که انسان‌ها با آن صحبت می‌کنند را به ماشین بفهمانیم. ماشین ذاتاً این را نمی‌فهمد، ولی اگر نرم‌افزاری با کمک هوش مصنوعی تولید شود می‌توان آن را به یادگیری هر زبانی و از جمله زبان فارسی سوق داد. اگر فردی بیست‌سال درس می‌خواند تا چیزی را یاد بگیرد، ماشین همه را در زمان کوتاهی می‌تواند مرور کند و به آن نقطه برسد.

چگونه چنین چیزی امکان‌پذیر می‌شود؟

حجم زیادی از نوشتار و گفتار برچسب‌گذاری می‌شوند. مثلاً یک پاراگراف را تجزیه و ترکیب و تحلیل می‌کنند که این گزاره است، این فعل است، این حرف ربط است و ... این برچسب‌گذاری‌ها در چندین لایه انجام شده و به ماشین خورنده می‌شود که بفهمد مثلاً این کلمه حرف ربط است و کارش چیست. این حجم از اطلاعات بسیار زیاد هستند و حدود ده‌ها سال زمان و انرژی می‌برد تا این خوراک یا داده‌ها بوجود بیاید. این خوراک یا داده را به زبان فارسی، پیکره زبان فارسی می‌گویند.

شما در این زمینه چه اقداماتی انجام داده‌اید؟

نقطه شروع کار این بود که با کمک شرکت‌ها و اشخاص با تجربه، ابزارهای زبانی پردازش زبان طبیعی برای زبان فارسی برای کشور انجام شود. اگر زمانی فردی

مهندس محمودی: یکی از کاربردهای پردازش زبان طبیعی تبدیل کتاب یا عکس به متن و سپس به گفتار است. که شما تصویری را به ماشین می‌دهید و ماشین آن را می‌خواند

مانند علامه دهخدا، عمر خود را گذاشت تا فرهنگ یا لغت‌نامه برای زبان فارسی را ایجاد کند، الآن باید این فرهنگ و دادگان برای ماشین و فضای مجازی تدوین شود. پیش‌تاز این امر در ایران یک پیکره زبانی چند صد هزارتایی است توسط استاد دکتر بی‌جن خان در دانشگاه تهران انجام شده است که بعدها به یک میلیون واژه و بیشتر ارتقا یافت. اگر هنوز نمی‌توانیم کتابخانه ملی را برای ساکنین اقصی نقاط کشور مانند سیستان و بلوچستان قابل استفاده کنیم، به این خاطر است که این ابزارهای زبانی بوجود نیامده‌اند. دولتمردان باید برای انجام سریعتر این کار قانع شوند، چون این کار به منابع مالی مناسب و زمان و حوصله زیادی نیاز دارد.

آیدین نعمتی: در اوایل دهه هشتاد، یک تیم کارکشته و فنی که در حوزه برنامه‌نویسی و هوش مصنوعی از دانش بالایی برخوردار بودند شکل گرفت. این تیم از استعدادهای دانشگاه‌های خوب کشور مانند شریف و تهران بودند که متأسفانه با تغییر مدیران وقت، فعالیت این تیم در آن زمان ادامه نیافت.

مهندس محمودی: حرکت علم و فناوری هیچ‌گاه متوقف نمی‌شود و به شخص وابسته نیست. جامعه متخصصین پردازش زبان طبیعی در ایران بسیار رشد کرده و همان

دانشجویانی که آن زمان با مجموعه ما همکاری داشتند، الان خودشان استاد دانشگاه هستند. یکی از کاربردهای پردازش زبان طبیعی تبدیل کتاب یا عکس به متن و سپس به گفتار است. که شما تصویری را به ماشین می‌دهید و ماشین آن را می‌خواند. در حال حاضر نرم‌افزارهایی هستند که این خوانش را با صوت انسانی، شمرده و با گوینده خوش صدا انجام می‌دهند. اساس کار بر فهم متن از طرف ماشین و ایجاد صوت مناسب برای آن است. یکی از کاربردهای این فناوری، برای نابینایان است که با استفاده از آن می‌توانند هر نوشته‌ای را بخوانند. اکنون این فناوری برای بعضی زبان‌های دنیا با دقت مناسب اجرا می‌شود. در خارج از ایران، شرکت‌هایی وجود دارند که زبان فارسی را هم پوشش می‌دهند.

آیدین نعمتی: بوتیوب از سه سال پیش اکثر زبان‌های زنده دنیا را بصورت زیرنویس ارائه می‌کند. اگر فردی به زبان فرانسوی یا نروژی یا فنلاندی صحبت کند، می‌توان زیرنویس فارسی را برایش انتخاب کرد. جالب این بود که صدا و سیما هم برای تبدیل صوت سخنان یک استاد فرانسوی زبان به زبان فارسی از مترجم ماشینی استفاده کرده بود. ولی نخ تسبیح این موضوع مهم است همان خط و زبان فارسی، باشد.

مهندس محمودی: گفته شد از کاربردهای این فناوری تبدیل گفتار و تصویر به متن و تبدیل متن به گفتار است. در آن زمان ذهنیت این بود که این دانش آنقدر باید در دسترس باشد که یک دانشجوی مستعد بتواند به آن بانک اطلاعات و دادگان دسترسی داشته باشد و بتواند برای خودش کسب و کار راه بیاندازد. به مرور شرکت‌ها برای خودشان این بانک اطلاعاتی را



در دنیا است. مناسب‌سازی فیزیکی بسیار گران است و می‌توان کسری از آن را هزینه مناسب‌سازی فضای تبادل الکترونیکی کرد.

به هر حال مناسب‌سازی فیزیکی از بدیهیات است و مناسب‌سازی الکترونیکی از لحاظ انسانی نمی‌تواند جای آن را بگیرد.

آیدین نعمتی: واقعیت این است که اگر ما علم روز و درایت لازم را داشتیم و در یک مدت معین بحث مناسب‌سازی را تمام و کمال انجام می‌دادیم، آن وقت می‌توانستیم انتخاب کنیم که مناسب‌سازی فیزیکی بهتر است یا مناسب‌سازی الکترونیکی؟ اما محدودیت‌های مالی و بی‌توجهی‌ها باعث شده که هیچکدام از زمان‌بندی‌های اعلام شده برای مناسب‌سازی مکان‌ها به واقعیت نپیوندد. اساساً نه اراده و درایتی و نه پول و تیم اجرایی حرفه‌ای برای این کار وجود دارد. فقط گاهی اوقات این انجمن‌ها هستند که فریاد می‌زنند، مناسب‌سازی انجام دهید. مناسب‌سازی، دسترسی آحاد جامعه از جمله افراد دارای معلولیت به خدمات و کالای مورد نظرشان در شهر و اماکن عمومی است. ابزارها و امکانات باید متعدد باشند که هر فرد براساس توان خود و شرایط محیط و فضای اجتماعی بتواند

مناسب‌سازی فیزیکی بسیار گران است و می‌توان کسری از آن را هزینه مناسب‌سازی فضای تبادل الکترونیکی کرد.

نظر دعوت به همکاری شد. وقتی این پروژه آغاز شد، سعی بر این بود بیشتر روی افراد دارای معلولیت متمرکز شود. از طرفی دیده شد که قوانینی مثل قانون مناسب‌سازی، خوبی عمل نمی‌شود. در جلسه‌ای که در مورد مناسب‌سازی برگزار شده بود، گفته شد که چرا یک فرد دارای معلولیت باید بخواهد وارد ساختمانی که مناسب‌سازی نشده، بشود؟ پیشنهاد شد که به جای صرف هزینه برای مناسب‌سازی فیزیکی، خدمات را بیشتر الکترونیکی کنند تا افراد دارای معلولیت، بجز برای کار و تفریح از خانه خارج نشوند. یعنی از داخل خانه بتوانند همه کارهای اداری خود را انجام دهند و این شعار فناوری ارتباطات

بوجود آورده‌اند. یکی از کاربردهای دیگر این فناوری پرسش و پاسخ ماشینی (Chat bot) است. شما از ماشین چه به صورت تاپی و چه گفتاری سوال می‌کنید و ماشین در تمام بانک‌های اطلاعاتی موجود جستجو نموده و در کمترین زمان به شما جواب می‌دهد. گاهی به نظر می‌آید شما با یک شخص با سواد محاوره می‌کنید و متوجه نمی‌شوید که این فرد ماشین است.

دنیا برای بازاریابی، فروش و کسب درآمد به این ابزارها مجهز است ولی فاصله گرفتن از زیرساختهای فناوری، باعث محرومیت افراد کم‌توان و دارای معلولیت از امکانات دنیای مجازی شده است.

در مورد کارگروه مشورتی مناسب‌سازی و توسعه دسترسی الکترونیکی افراد با نیازهای ویژه و توان‌خواهان که در دهه ۹۰ راه‌اندازی شد هم توضیح دهید؟

راه‌اندازی این کارگروه مربوط به سال‌های ۱۳۹۳ تا ۱۳۹۷ است. در اول دهه ۱۳۹۰ مقرر گردید که کارگروه پردازش زبان طبیعی دوباره فعال شود و به واسطه سابقه‌ای که در سال‌های ۱۳۸۴ و قبل از آن در این حوزه بود، از افراد و سازمان‌های ذی‌مدخل و صاحب



انتخاب کند که از امکانات فیزیکی یا از ابزارهای الکترونیکی استفاده کند. ولی مسئله این است که حتی شهر جدیدی که می‌سازند را هم مناسب‌سازی نکرده و ترجیح می‌دهند چند سال بعد دوباره پیاده‌روها را بکنند و موانع جدیدی ایجاد کنند.

مهندس محمودی: بعضی از چیزها مثل همین قانون حمایت از حقوق افراد دارای معلولیت، غایت‌گرا و هدف‌گرا نیستند. بعضی‌ها از روی ناآگاهی و نداشتن شناخت از موضوع، و عده‌ای هم سودجویانه می‌گویند این کار انجام می‌شود. نتیجه این می‌شود که با صرف هزینه بسیار، اتفاقی که باید بیفتد، نمی‌افتد. ما از طرف شورای شهر شهرستانی دعوت شدیم که در مورد مناسب‌سازی شهرشان نظر بدهیم. واقعیت این است که کشور بنیه این که اماکن عمومی در همه شهرها را مناسب‌سازی کند را به این نحو که دارد مطرح می‌شود، ندارد. شاید یکی دیگر از اشتباهات در مقوله معلولیت، استخدام اجباری آنها است. باید این کار با ایجاد مشوق برای بخش خصوصی انجام شود و نه اجبار آنها.

مهندس نعمتی: پروژه‌های در حوزه شهرهای جدید بود و با چند نفر از معاونین معماری و شهرسازی در یکی از شهرهای جدید جلسه داشتیم. در تهران یا شهرهایی که سال‌هاست پیاده‌رو دارد، کمپین راه می‌اندازیم که پیاده‌روها را مناسب‌سازی کنند، ولی شما هنوز در آغاز راه هستید و هنوز پیاده‌روی نساخته‌اید، پس از ابتدا شهر را سازگار با شرایط همه شهروندان بسازید. در شهرهای جدید، بحث مناسب‌سازی و دسترسی‌پذیری (accessibility) نیست، بحث سازگاری (compatibility) است که باید پیاده‌روها و دستشویی‌ها از اول درست ساخته شوند. یکی از

مهندس محمودی:
سازمان بهزیستی می‌تواند
بهترین هماهنگ‌کننده برای
رخدادهایی باشد که لازم است با
مطالبه‌گری از سوی افراد دارای
معلولیت، دستگاه‌های اجرایی کشور
را هدایت کند.

مسئولین در این نشست به من گفت: پول و پیمانکارش را داریم ولی اساساً این کار در اولویت ما قرار ندارد. این دوستان در وزارت مسکن و شهرسازی و معاونت‌های مرتبط، اصولاً تعریف حضور اجتماعی را نفهمیده‌اند. واقعاً نیاز است به عقب برگردیم و سعی کنیم نگاه و جهان‌بینی و استراتژی این افراد را تصحیح کنیم.

عاقبت کار گروه مشورتی مناسب‌سازی و توسعه دسترسی الکترونیکی برای افراد دارای معلولیت چه شد؟

مهندس محمودی: با جدایی افراد از این کارگروه، فعالیت کارگروه تقریباً متوقف شد و کارآیی خودش را از دست داد و ظاهراً دیگران هم انگیزه‌ای برای ادامه کار نداشتند.

و سخن آخر:

مهندس محمودی: نکته‌ای که می‌خواهم به آن اشاره کنم در فرابخش بودن مقوله معلولیت است. موضوع معلولیت به یک سازمان و یا نهاد محدود نمی‌شود. ما در موضوع معلولیت با جامعه بزرگی روبه‌رو هستیم و نمی‌توانیم بگوییم سازمان بهزیستی و یا موسسه‌ای خاص مثل رعد باید به آن رسیدگی کند. وقتی مسئله‌ای

فرابخشی می‌شود، همه دولتمردان موظف هستند هر کدام در حوزه کاری خود به این مساله توجه کنند. گاهی وقتی یک فرد دارای معلولیت نزد یک پزشک عمومی می‌رود بعضاً حتی پزشک می‌گوید؛ چون معلولیت دارد باید به بهزیستی مراجعه شود و خدمات و ویزیت نیز درست انجام نمی‌شود. معلولیت یک پدیده فرابخشی است و گنجاندن آن در هر بخش خاصی، بسیار اشتباه است. همانطور که ما در وزارت ارتباطات در جا انداختن موضوع مناسب‌سازی فضای مجازی برای افراد دارای معلولیت دشواری داشتیم و برخی می‌گفتند این موضوع به وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات ربطی ندارد و سازمان بهزیستی باید وارد این موضوع شود! فرابخش بودن مقوله معلولیت از موضوعات بسیار مهم است که در خصوص آن غفلت شده است. سازمان بهزیستی می‌تواند بهترین هماهنگ‌کننده برای رخدادهایی باشد که لازم است با مطالبه‌گری از سوی افراد دارای معلولیت، دستگاه‌های اجرایی کشور را هدایت کند. مثلاً از وزارت راه و شهرسازی، مسکن مناسب برای افراد دارای معلولیت را پیگیری کند، از وزارت صمت، خودرو مناسب‌سازی شده را بخواهد و ... و باید شورایی متشکل از نمایندگان وزرا هم ایجاد شود و به موضوع معلولیت، فرابخشی نگاه شده و در مورد نیازهایش تصمیم گرفته شود. فردی که معلولیت دارد، جزئی از جامعه است و افراد دارای معلولیت باید سعی کنند تا در رقابت با افراد تندرست، توانمندتر شده و مشاغل را بدون هیچ تبعیضی به دست بیاورند. فرد دارای معلولیت باید بداند که ممکن است یا حتی تمسخر و تحقیر شود ولی با تکیه بر توانایی‌هایی که دارد و توانمندسازی باید خود را اول به خود و بعد جامعه تبیین کند. فرد دارای معلولیت باید یاد بگیرد با بقیه چگونه رفتار کند و بقیه هم باید یاد بگیرند چگونه با او رفتار کنند.



دکترخدایی، دکترای مهندسی استراتژیک با رویکرد سازمانی، اقتصادی، اجتماعی و سیاسی را دارد. او در حوزه‌های بسیاری فعال است که یکی از آنها موسیقی و آهنگ‌سازی است. دکترخدایی با انجمن‌های زیادی مانند؛ رعد و محک به عنوان مسئولیت اجتماعی، فعالیت می‌کند. در این گفت‌وگو در مورد اهمیت بهینه‌سازی فضای مجازی به بحث نشستیم.



در گفت‌وگو با دکتر یاشار خدایی بررسی شد؛

سواد بکارگیری درست و بهینه از فضای مجازی

به ثبت رساندیم. قرار بود این موسسه یک پلتفرم و یک دانشگاه مجازی با شرایط دسترس‌پذیری برای افراد کم‌توان و دارای معلولیت را راه‌اندازی کند. ایده‌پرداز و پیشگام این تئوری، آیدین نعمتی بود و ما هم همراهش شدیم. قرار بود این دانشگاه به نحوی، دسترس‌پذیری به رشته‌های دانشگاهی را برای انواع معلولیت‌ها؛ از کم‌توان جسمی حرکتی تا ناشنوایان و نابینایان در بر بگیرد. ابزارها و پیش‌نیازهای این فعالیت را طراحی کرده‌بودیم، ولی متأسفانه به دلیل مشکلات مادی و حمایت نکردن سازمان‌های مربوطه این کار به سرانجام نرسید. تا مرحله توافق اصولی پیش رفتیم و حتی سازمان بهزیستی فضایی را به این منظور در اختیار ما قرار داد ولی چون از پشتیبانی مالی برخوردار نشدیم و فرد یا سازمانی از این ایده حمایت نکرد،

یکی از مضرات استفاده از فضای مجازی، کم‌رنگ شدن ارزش‌های اجتماعی و روابط احساسی و فردی میان افراد است

با توجه به آشنایی و دغدغه‌ای که در حوزه معلولیت دارید، در زمینه دسترس‌پذیری فضای مجازی برای افراد دارای معلولیت چه فعالیت‌هایی داشته‌اید؟

در اواخر دهه هشتاد، من به همراه آیدین نعمتی و دکترجلالی (پدرعلم فناوری‌اطلاعات) موسسه‌ای را به منظور تاسیس یک دانشگاه مجازی

لطفا خودتان را معرفی کنید و از رشته تحصیلی و تخصصی که دنبال می‌کنید بگویید:

یاشار خدایی، دکترای مهندسی استراتژیک که از شاخه‌های علوم اقتصاد، سیاست و فرهنگ است، هستم. این رشته به نوعی مهندسی ایده‌پردازی است. افرادی با این تخصص، معمولاً در سازمان‌ها شناخته شده نیستند. به ما کلاه‌های خاکستری می‌گویند، یعنی کسانی که ایده‌ای را به سازمان یا مجموعه‌ای ارائه می‌دهند ولی در سازمان حضور عینی ندارند. یکی از رشته‌هایی که در دوره کارشناسی گذراندم، فن‌آوری اطلاعات است و مدرک کارشناسی ارشدم، نوآوری در فن‌آوری است. من در حوزه‌های بسیاری فعالیت دارم که یکی از آنها، موسیقی و آهنگ‌سازی است. با انجمن‌های زیادی هم مثل رعد و محک به عنوان مسئولیت اجتماعی، فعالیت دارم.



به نتیجه نرسیدیم. حمایت‌های دکتر جلالی که در آن زمان در زمینه دنیای مجازی و اینترنت و شهر هوشمند بسیار فعال بودند، از این پروژه بسیار مفید بود ولی این طرح به سرانجام نرسید. در سمینارها و کنفرانس‌هایی مربوط به ایجاد شهر مجازی شرکت فعال داشتیم و آیدین در سمیناری که در همین رابطه در برج میلاد برگزار شد، سخنرانی بسیار مهمی انجام داد که مورد تشویق فراوان هم قرار گرفت ولی فقط تشویق شدیم و مورد حمایت قرار نگرفتیم.

در مورد ضرورت فضای مجازی و در دسترس بودن آن برای همه افراد و از مزایا و معایب آن بگویید:

مهم‌ترین مزیت فضای مجازی این است که در هفت روز هفته و در بیست و چهار ساعت شبانه‌روز، هر کسی می‌تواند به محتوا یا (content) دسترسی داشته و از آموزش‌ها و امکانات موجود در آن استفاده کند. عدم نیاز به جابه‌جایی افراد در سطح شهر برای افرادی که محدودیت‌های حرکتی و جسمی دارند، بسیار حائز اهمیت است. البته مسلماً حضور فیزیکی در کلاس و انرژی که افراد از ارتباط با دیگران در کلاس درس می‌گیرند، مزایای دیگری دارد ولی دسترسی به فضای مجازی برای توانیابانی که شهر برای حضورشان مناسب سازی نشده، گاهی تنها راه ارتباط آنها با دنیای بیرون است.

دسترسی به فضای مجازی با چه چالش‌هایی همراه است؟

یکی از این چالش‌ها، وابسته شدن به فضای مجازی است. برای افرادی که به فضای مجازی وابسته می‌شوند، به تدریج بیرون آمدن از خانه سخت‌تر شده و از جامعه فاصله می‌گیرند. از مضرات وابستگی به فضای مجازی، کم رنگ شدن ارزش‌های اجتماعی و روابط احساسی و فردی میان افراد است. از طرف دیگر، اگر فردی به

یکی از سوادها در این دوران، سواد فضای مجازی است، این که افراد بتوانند با یک سری از نرم‌افزارها کار کنند، از آموزش‌های مجازی بهره‌مند شوند و از قوانین و ضوابط دنیای مجازی مطلع باشند

سواد فضای مجازی که از ضروریات زندگی این زمان است، مجهز نباشد، حتماً با دشواری‌هایی در زندگی شخصی خود روبه‌رو می‌شود. در دنیای جدید، تعریف سواد متفاوت شده‌است؛ ما سواد مالی، سواد عاطفی و سواد ارتباطی داریم و یکی از سوادهای این زمانه، سواد فضای مجازی است، این که افراد بتوانند با یک سری از نرم‌افزارها کار کنند، از آموزش‌های مجازی بهره‌مند شوند و از قوانین و ضوابط دنیای مجازی مطلع باشند.

یکی دیگر از ضعف‌های دنیای مجازی، ایجاد بی‌اعتمادی میان مردم است. این بی‌اعتمادی باعث شده خیلی از افراد از خرید اینترنتی استفاده نکنند، چون خیلی وقت‌ها آنچه سفارش می‌دهند با آنچه که به دستشان می‌رسد، متفاوت است. البته این ضعف مربوط به فن‌آوری اطلاعات نیست، مربوط به ضعف استانداردهای سازی است. گاهی ما لباسی را با اندازه خاصی سفارش می‌دهیم ولی کالایی که به دستمان می‌رسد، متفاوت با سفارشمان است. یعنی هنوز به استاندارد دقیقی برای اندازه‌ها نرسیده‌ایم. این چنین مواردی باعث کم شدن اعتماد به خرید مجازی شده‌است. از دیگر آسیب‌های فضای مجازی، به محاق رفتن زندگی خصوصی

افراد است. در گذشته زندگی شخصی افراد مال خودشان بود ولی الان زندگی هر فرد قابل مانیتورینگ است. اگر هاردی را پاک کنید، اطلاعاتش در چند مرحله قابل استخراج و از طریق گوشی موبایل قابل بازیابی است. بنابراین در هر کجای زمین که باشید، به نوعی قابل کنترل و پایش هستید. یکی دیگر از مشکلات این فضا، درست یا غلط بودن اطلاعاتی است که پی‌در پی منتشر شده و در اختیار کاربران قرار می‌گیرد. مهارت شناخت اخبار درست از غلط بسیار ضروری است. در این فضا هرکسی می‌تواند عکسی از زندگی فردی را منتشر و او را از عرش به فرش یا برعکس برساند. بنابراین نیاز به شناخت آسیب‌ها و تدوین ضوابط و مقررات خاص این فضا، بسیار ضروری است. در حال حاضر راستی‌آزمایی اخبار منتشر شده، تجزیه و تحلیل اطلاعات و پردازش و کاربردی کردن آنها، یک علم است. قبلاً در هر خبری که به دستمان می‌رسید را اصل بر صحت تلقی می‌کردیم، در حالی که در فضای مجازی باید برعکس عمل کرد و قبل از انتشار هر خبری، اول راستی‌آزمایی کنیم. بحث راستی‌آزمایی اطلاعات، مبحث مهمی در این فضا است.

دنیای فناوری مجازی چه کمکی می‌تواند به افراد کم‌توان و یا دارای معلولیت بکند؟

مسلماً ایجاد یک سری پلتفرم که سبب استفاده بیشتر این افراد از اطلاعات این فضا می‌شود، اتفاق خوبی است. شاید اگر قبلاً می‌خواستیم تابلو مونالیزا را ببینیم باید حتماً به موزه لوور می‌رفتیم و یا عکسش را فقط در چند کتاب می‌دیدیم ولی الان با یک جست‌وجوی ساده به صدها اثر مانند مونالیزا با اخبار مربوطه دسترسی داریم. حتی می‌توانیم به سفر مجازی هم برویم. این امکانات



برای همه افراد با هر ویژگی بسیار مفید است. متاسفانه فعلا در ایران به ابتدایی ترین امکانات که وصل شدن به اینترنت است به راحتی دسترسی نداریم. امیدوارم که فیلترینگ از فضای مجازی هر چه زودتر برطرف شده تا همه افراد راحت تر بتوانند از مزایای فضای مجازی برخوردار شوند.

با تمام این اوصاف به نظر می رسد مزایای فضای مجازی از مضراتش بیشتر است، خصوصا برای افرادی که با نوعی محدودیت زندگی می کنند.

همانطور که گفتیم مهم ترین فایده آن، دسترسی به محتوای مجازی در هر نقطه و در هر زمان است. امکان ارتباط با افرادی از راه دور و ایجاد ارتباط تصویری، اتفاق خوبی است که فرد را از انزوا خارج می کند. مثلا توانیابی که در یک روستای دورافتاده از بسیاری از آموزشها محروم است، با این امکان می تواند با آخرین آموزشهای روز برخوردار شده و از انزوا خارج شود. به عبارتی دسترسی به فضای مجازی برای افراد دارای معلولیت موجب عدالت و برابری آموزشی می شود. سهمی که دنیای مجازی برای افراد قائل می شود، یکسان است. شما می توانی یک واژه را در گوگل جستجو کنی و به تعریفی از آن دست پیدا کنی که در تمام دنیا یکسان است. می توانی به روزترین موسیقیها را بشنوی و به روزترین فیلمها را ببینی. امروزه هر خبری و هر تغییری که در یک گوشه دنیا اتفاق بیفتد، در عرض چند لحظه تمام دنیا از آن باخبر می شود، در حالی که قبلا بسیاری از اخبار را دیر متوجه می شدیم یا اصلا با خبر نمی شدیم.

در گذشته زندگی شخصی افراد مربوط به خودشان بود ولی الان زندگی هر فرد قابل مانیتورینگ است و این از آسیبهای فضای مجازی است

از آنجا که شما با کارآموزان رعد، موسیقی هم کار می کنید، آیا از طریق مجازی هم توانسته اید ارتباط آموزشی در حوزه موسیقی را با آنها ادامه دهید؟

در بحث تئوری موسیقی تا حد زیادی توانستیم شرایط کلاس را شبیه سازی کنیم. بچه ها فارغ از این که گاهی به دلیل نقص اینترنت و یا نارسایی های پلتفرم، به سختی وصل می شدند، ولی به هر حال توانستیم کلاس را ادامه دهیم. البته کلاس موسیقی در رعد سابقه طولانی دارد و اکثر کارآموزان مرا می شناختند به همین دلیل در بحث تئوری موسیقی مشکلی نداشتیم. بچه ها خودشان مطالبی را انتخاب و کنفرانس می دادند و از همین طریق با هم در ارتباط بودیم. یکی از حسن های آموزش مجازی این است که فرد را مجبور می کند بدون هر بهانه در کلاس حضور پیدا کند. البته در کارهای هنری مثل؛ نقاشی یا موسیقی وقتی آموزش به مرحله عملیاتی می زسد، حضور در کلاس حتما ضرورت دارد مگر اینکه سطح کارآموز از سطح ابتدایی فراتر باشد. برای افرادی که مشکلات بینایی

دارند، پلتفرمهایی ساخته شده که به راحتی متن را به صوت تبدیل می کند و یا برای افراد کم شنوا و ناشنوا نرم افزارهایی وجود دارد که صوت را به متن تبدیل می کند. بسیاری از افراد دارای معلولیت ممکن است هیچگونه حرکتی نداشته باشند. این افراد نیاز به یک همراه دارند تا بتوانند از فضای مجازی استفاده کنند. البته با پیشرفت تکنولوژی می بینیم که با حرکت سر یا حرکت یک انگشت هم افراد می توانند وارد فضای مجازی شوند. در دنیا، پیشرفت های زیادی در حوزه مناسب سازی و دسترس پذیری فضای مجازی برای انواع محدودیتها و معلولیتها انجام شده گرچه در این حوزه هنوز از دنیا عقب هستیم. البته در کشور ما هم یک سری پلتفرم و نرم افزار برای خوانش متون تهیه شده که اگر کسی آن را انتخاب کند، متن با سرعت مناسبی برایش خوانده می شود. این مناسب سازیها توسط سازمان بهزیستی کشور هم برای سایت های مربوط به خودشان انجام شده است. من عضو هیات مدیره انجمنی هستم که مربوط به افراد کم شنواست. در این انجمن، بچه ها از نرم افزارهایی استفاده می کنند که نوشته را به کلام و کلام را به نوشته تبدیل می کند. چنین تکنولوژی هایی در کشور وجود دارند، ولی اینکه چقدر نیاز جامعه را پوشش می دهند، بحث دیگری است. این تکنولوژی در شهرهای بزرگی مثل؛ تهران و مشهد و تبریز وجود دارند ولی برای شهرهای دور از مرکز، مثل زاهدان و کرمان هنوز چنین دسترسی هایی بوجود نیامده است. در دسترس پذیر کردن فضای مجازی برای افراد تندرست هم مشکل داریم و در مورد افراد دارای معلولیت هنوز راه درازی در پیش داریم.





مدیر سایت دیجیاتو؛

مانی قاسمی متولد سال ۱۳۶۸ است. او در رشته مهندسی صنایع تحصیل کرده ولی به دلیل علاقه‌اش به ادبیات، با حرفه خبرنگاری پیوند خورده‌است. او در سال ۹۳ سایت دیجیاتو را که هم‌اکنون یکی از پرمخاطب‌ترین رسانه‌های خبری ایران در حوزه تکنولوژی و فناوری است را راه‌اندازی کرد.

تلاش داریم خدمات خود را برای طیف بیشتری از افراد مناسب‌سازی کنیم

لطفا خودتان را معرفی کنید و از چگونگی راه‌اندازی سایت دیجیاتو بگویید:

مانی قاسمی هستم، در رشته مهندسی صنایع درس خواندم ولی به واسطه تحصیلات پدر و مادر در حوزه ادبیات، از دوران کودکی و نوجوانی به خواندن و نوشتن علاقه‌مند شدم تا این که مسیر زندگی‌م با حرفه خبرنگاری پیوند خورد. در سال ۹۳ سایت "دیجیاتو" را که در حال حاضر یکی از پرمخاطب‌ترین رسانه‌های خبری ایران در حوزه تکنولوژی و فناوری است را راه‌اندازی کردم. این هولدینگ رسانه‌ای را در ادامه گسترش دادم و سایت دیگری برای مخاطبان جوان‌تر به نام "ویجیاتو" که در حوزه ویدیو گیم و سینما فعالیت دارد را راه‌اندازی نمودم. سایت دیگر مجموعه ما نیز "روزیاتو" نام دارد که در حوزه اخبار اجتماعی و سبک زندگی فعالیت می‌کند. این مجموعه رسانه‌ای هم

دیجیاتو کارش را با اخبار روز فناوری در ابعاد جهانی شروع کرد و هدفش آشنایی مخاطب ایرانی با اتفاق‌هایی بود که در دنیای تکنولوژی در جهان رخ می‌دهد

اکنون بیش از ۴۰ میلیون بازدید در ماه دارد و تلاش می‌کند با خبر رسانی سریع و صادقانه، مخاطب را در حوزه‌ای که به آن علاقه‌مند است، به روز و آگاه نگاه دارد.

در مورد سایت دیجیاتو بیشتر توضیح دهید و بگویید چگونه می‌توان به آن دسترسی داشت؟

هسته اصلی دیجیاتو، وبسایت آن است که با آدرس digiato.com در دسترس است. علاوه بر این مخاطبین می‌توانند از طریق شبکه‌های اجتماعی همچون اینستاگرام و تلگرام و یا اپلیکیشن اندرویدی، مطالب ما را دنبال کنند. دیجیاتو کارش را با انتشار اخبار روز فناوری در ابعاد جهانی شروع کرد و هدفش آشنایی مخاطب ایرانی با اتفاق‌هایی بود که در دنیای تکنولوژی در جهان می‌افتد. در ادامه، حوزه فعالیت دیجیاتو را گسترش داده و در مورد اکوسیستم استارت‌آپی ایران، اخبار علمی و خودرو نیز به تولید محتوا پرداختیم.

مخاطبین شما بیشتر در ایران هستند یا در خارج از کشور؟

اکثر مخاطبان ما در ایران هستند. از پلتفرم‌هایی مثل یوتیوب و اینستاگرام و غیره برای افزایش بازدیدکنندگان استفاده می‌کنیم و از آنجا که ذائقه



مخاطبین به سمت محتوای ویدیویی می‌رود، سعی کردیم محتوای ویدیویی را هم تقویت کرده و از طریق یوتیوب، با مخاطبین خارج از کشور در ارتباط باشیم. جالب است بگویم که فارسی‌زبانان کشورهای دیگر مثل افغانستان هم در بین مخاطبین ما حضور دارند که این حس خیلی خوبی به ما می‌دهد. تولید محتوای ما به زبان فارسی است و مخاطبین ما فارسی‌زبانان در هر جای دنیا هستند.

ارتباط شما با موسسه رعد چگونه ایجاد شد؟

در زمان مدیریت خانم پناهی اولین ارتباط ما با مجموعه رعد برقرار شد. با توجه به کار ارزشمندی که در موسسه رعد صورت می‌گیرد و توجه به توانیابان که دغدغه شخصی من هم بود، توانستیم در اولین رویداد توان تک که در محیط رعد برگزار شد شرکت کرده، غرفه بگیریم و همکاری با رعد را شروع کنیم. تولید محتوا و فعالیت‌هایی که در فضای مجازی انجام می‌شود، به نحوی است که امکان کار برای دوستان توانمندی که دچار محدودیت‌های فیزیکی هستند، وجود دارد. سعی کردیم از توانایی این افراد در مجموعه خودمان هم استفاده کنیم. در حال حاضر یکی از همکاران مجموعه ما که بخش شبکه‌های اجتماعی را مدیریت می‌کند، دارای معلولیت است. او چند سال است که با ما همکاری میکند. توان تک به ما کمک کرد تا نسبت به قابلیت‌های دوستان توان‌یاب به درک بهتری برسیم و بسترهای مناسب برای همکاری متقابل را شناسایی کنیم. سعی کردیم با رعد در حوزه آموزش هم وارد تعامل شویم چون عقیده داریم دانش دیجیتال می‌تواند کارآفرینی قابل توجهی برای دوستان دارای معلولیت ایجاد کند. پیشنهاد تدریس در زمینه تولید محتوا را به مسئولان رعد داده‌ام که هنوز به نتیجه نرسیده‌ایم. در زمینه اطلاع‌رسانی فعالیت موسسه

دوستانی که توانایی تولید محتوا یا توانایی ترجمه دارند را به همکاری دعوت می‌کنیم و محدودیت‌های جسمی و حرکتی آنان مانع همکاری نخواهد بود

و رویدادهای مختلف رعد، با توجه به مخاطبین زیادی که داریم اطلاع رسانی می‌کنیم و سعی داریم همیشه در کنار موسسه رعد باشیم.

چند نفر نیروی کار دارید؟

در حال حاضر ۷۰ نفر مشغول به کار هستند که بیشترشان به‌طور اینترنتی و دورکاری فعالیت دارند. دوستانی از اصفهان و کرمانشاه و مشهد و خیلی از شهرهای دیگر با ما همکاری دارند.

آن فرد دارای معلولیت که با شما همکاری می‌کند، چه تخصصی داشت و آیا از قبل آموزش دیده بود؟

ایشان آقای بابک حیدری هستند. او لیسانس مدیریت دارد و با فضای اینترنت و دنیای دیجیتال کاملاً آشنا است. این توانایی‌ها به فرآیند جذب ایشان در مجموعه کمک بسیاری کرد.

بابک در چهار سالی که با ما همکاری دارد، مراحل پیشرفت را پله پله پیمود تا به جایگاه مدیریت شبکه‌های اجتماعی رسید. او ابتدا به عنوان یک ادمین ساده به ما ملحق شد. تلگرام را آپدیت می‌کرد، بعد اینستاگرام اضافه شد و بعد کانال‌های دیگر تحت نظرش درآمدند. در حال حاضر نظارت بر کار چندین نیرو بر عهده ایشان است.

آیا آمادگی دارید که توانیابانی که آمادگی دارند را جذب کنید؟

بله. دوستانی که توانایی تولید محتوا یا توانایی ترجمه دارند را به همکاری دعوت می‌کنیم و محدودیت‌های جسمی و حرکتی آنان مانع همکاری نخواهد بود. در مورد بابک حیدری هم هیچ‌وقت نگاه متفاوتی به او نداشتیم چرا که او ظرفیت، تعهد و نظم لازم را برای انجام کارهای جدی داشته و دارد. محتوایی که بابک در اینستاگرام تولید می‌کند، ماهانه نزدیک به یازده میلیون بار دیده می‌شود. دیجیاتو، جایگاه حساسی بین مخاطبین دارد و این کار باید بدون نقص انجام شود که خوشبختانه بابک توانایی آن را دارد.

آیا در زمینه دسترس‌پذیری محتوای دیجیاتو برای افراد دارای معلولیت هم فعالیتی داشته‌اید؟

دسترسی‌پذیری لایه‌های مختلفی دارد. برای مثال برای افرادی که مشکلات بینایی دارند، نحوه طراحی وبسایت‌ها و نحوه طراحی رنگ‌ها باید به گونه‌ای باشد که افراد کم بینا بتوانند بدون مشکل به محتوا دسترسی پیدا کنند. سعی کردیم که در طراحی سایت خود به این مساله توجه کنیم. از طرفی سعی داریم، بحث تولید محتوا در مورد ابزارهایی که به زندگی روزمره افراد دارای معلولیت کمک می‌کند و یا اخبار مربوط به کمک تکنولوژی به زندگی این افراد در دنیا را پوشش دهیم. سعی داریم بستری برای مطالبه‌گری در آنها بوجود آوریم. مطالبه‌گری خیلی مهم است و خوب است به کمک مجموعه‌هایی مانند رعد پیگیری شود. چند وقت پیش در جلسه‌ای که با آقای طبری و دوستانی از شرکت اسنپ برگزار شده بود، این بحث را مطرح کردم که کسی که با ویلچر رفت و آمد می‌کند، برای درخواست تاکسی اینترنتی باید بتواند اعلام کند که ویلچری است و راننده باید ویلچر او را در صندوق عقب ماشین بگذارد. باید گزینه‌ای باشد که او روشن کند تا راننده بفهمد مشتری ویلچرنشین است. دوستانی که از

ویلچر استفاده می‌کنند اغلب با این مشکل روبه‌رو هستند که وقتی راننده شرایط فرد را می‌بیند، سفر را لغو می‌کند؛ بنابراین بهینه‌سازی سرویس تاکسی‌های اینترنتی به عنوان یکی از پرمخاطب‌ترین سرویس‌های حمل و نقل باید مورد مطالبه قرار گیرد و ما هم به عنوان یک رسانه آماده‌ایم که این مطالبه را به شرکت‌ها منعکس کنیم. این موضوع در مورد استفاده دوستان دارای معلولیت از اقامتگاه‌های مختلف هم صدق می‌کند. سایت‌هایی که این خدمات را ارائه می‌دهند باید مشخص کنند که آیا شرایط استفاده از این هتل یا اقامتگاه برای افراد دارای معلولیت وجود دارد یا نه؟ و آیا مناسب‌سازی از لحاظ تعبیه آسانسور، رمپ و توالی فرنگی مناسب و غیره برای حضور این افراد انجام شده‌است یا نه؟ این مطالبه‌گری باید وجود داشته‌باشد و کمکی که از ما به عنوان یک رسانه برمی‌آید این است که منعکس‌کننده این مطالبات باشیم. موسسه رعد می‌تواند شروع‌کننده این حرکت‌ها باشد.

آیا در دنیا استانداری برای مناسب‌سازی فضاهای مجازی برای افراد دارای معلولیت وجود دارد که بتوان به آن استناد کرد؟

معلولیت‌ها انواع مختلف و افراد دارای معلولیت، نیازهای متفاوتی دارند. برای مثال در مورد افرادی با اختلال بینایی استانداردهای مشخصی وجود دارد. فارغ از این به صورت کلی تکنولوژی، ابزاری ایده‌آل برای آسان‌تر کردن شرایط برای معلولین است. برای مثال به دستیارهای صوتی توجه کنید؛ با کمک این ابزار، شخص می‌تواند با صدای خود از طریق کامپیوتر یا موبایل درخواست‌هایش را بیان کند. متاسفانه هنوز دستیار صوتی مناسبی برای اجرای فرامین به زبان فارسی وجود ندارد. این موضوع آنقدر مهم است که ارزش راه‌اندازی کمپین‌هایی را دارد که طی آن از شرکت‌های بین‌المللی درخواست شود پشتیبانی از زبان فارسی را به

همه مقالات دیجیاتو برای دوستان نابینا باید یک نسخه صوتی را در کنار خود داشته‌باشد و برای ناشنوایان اگر فیلمی ارائه می‌شود، حتما باید زیرنویس شود

سیستم‌های خود اضافه کنند. پیاده‌سازی این موضوعات کم‌کم خود به یک استاندارد تبدیل می‌شود. برای مثال سایتی مثل دیجیاتو ملزم می‌شود حتما نسخه‌ای صوتی از مقالات خود را در اختیار نابینایان قرار دهد و یا اسنپ بر روی امکان سفارش تاکسی با فرمان صوتی کار کند. باید به شکل‌گیری این تفکر در شرکت‌ها کمک کنیم تا مناسب‌سازی خدمات به دغدغه آنها تبدیل شود. به نظر مجموعه‌هایی مانند رعد می‌توانند برای این نیازها دستورالعمل‌هایی تهیه کرده تا شرکت‌ها بتوانند خدمات خود را مناسب‌تر ارائه دهند.

برنامه شما برای آینده دیجیاتو چیست؟

شرکت ما یک هولدینگ رسانه‌ای است و محدود به دیجیاتو نمی‌شود. اسم این هولدینگ، گروه رسانه‌ای پرتو است و امیدواریم این هولدینگ در ادامه فعالیتش، رسانه‌های بیشتری را به مجموعه خود اضافه کند و در حوزه‌های مختلفی به شکل تخصصی وارد شود. مثلا در حوزه سلامت شاید بتوانیم رسانه جدیدی را راه‌اندازی کنیم یا حتی در حوزه معلولیت بتوانیم یک رسانه تخصصی را راه‌اندازی کنیم. چشم‌انداز ما این است که بتوانیم به کمک رسانه‌های جدید، صنایع مختلفی را مورد حمایت محتوایی خود قرار دهیم.

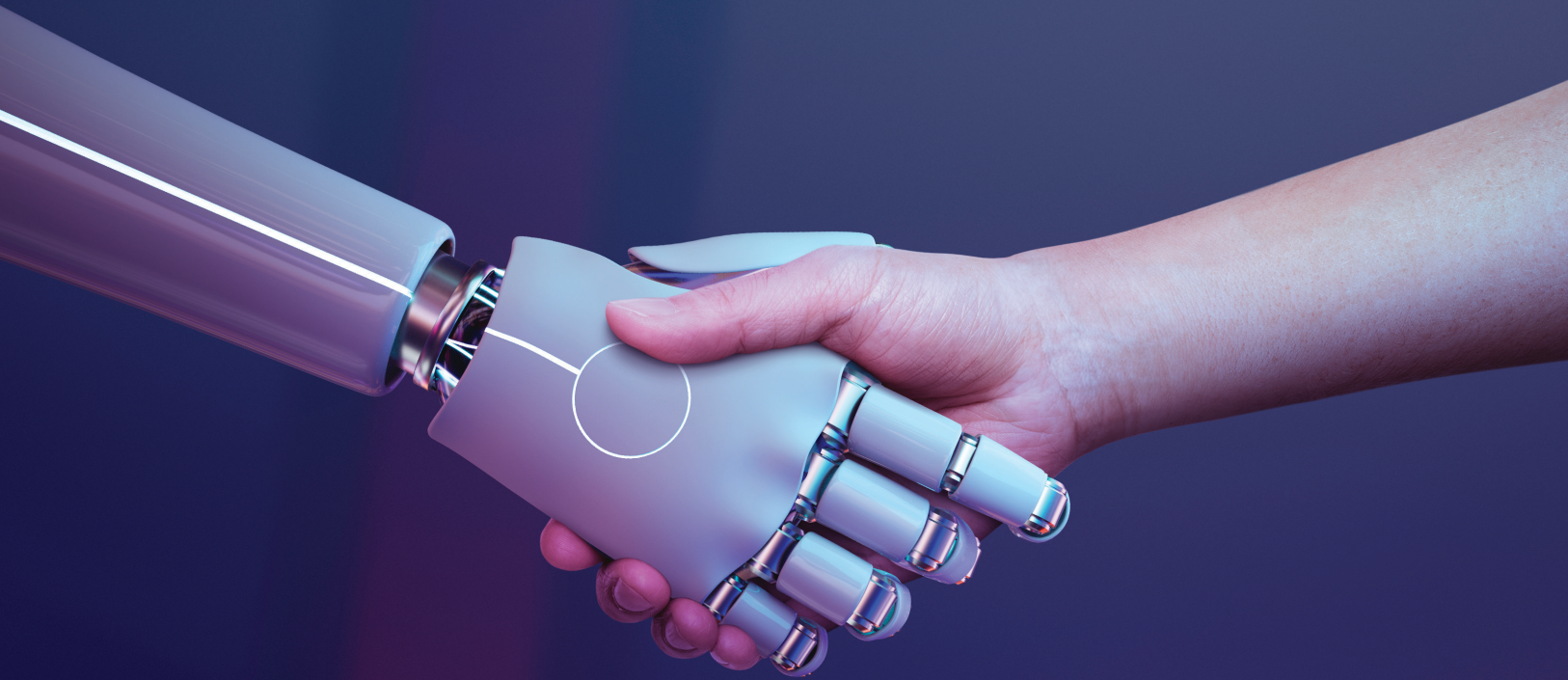
و صحبت آخر... ؟

با توجه به ارتباط و شناختی که از

توانایان دارم، باید بگویم که داشتن خودباوری و اعتماد به نفس در افراد دارای معلولیت بسیار مهم است، اینکه این دوستان توانایی‌های خود را باور داشته و از چالش‌ها فرار نکنند. می‌دانم که این افراد با چالش‌های زیادی در زندگی روبه‌رو هستند اما فائق آمدن به این چالش‌ها می‌تواند اتفاقات خوبی را برای آنها رقم بزند. اشتغال فقط برای کسب درآمد نیست، تجربه کردن، تعامل با افراد مختلف و افزایش اعتماد به نفس از مزایای ورود به بازار کار است. اگر دوستان این نگاه را داشته‌باشند، قطعاً می‌توانند نقش پررنگ‌تری در جامعه ایفا کنند.

از طرفی برای ما که در عصر اینترنت و فضای مجازی به‌سر می‌بریم، یک فرصت استثنایی برای تعامل با دنیا فراهم است، به شرطی که با مطالبه‌گری، فضا را بهینه کنیم. یکی از موضوعاتی که باید از دولت خواسته شود این است که در تصمیم‌گیری‌هایش در مورد محدود کردن اینترنت، به میزان وابستگی اقشار مختلف جامعه از جمله افراد دارای معلولیت به فضای مجازی توجه کند. تصمیم‌هایی که برای فیلتر پلتفرم‌های مختلف گرفته شد، دسترسی خیلی از کاربران را به شبکه‌های اجتماعی محدود کرد. شاید این اتفاق برای افرادی که معلولیت ندارند به معنی قطع ارتباط چند ساعته با دوستان باشد، ولی برای افراد دارای معلولیت گاهی این تنها راه ارتباطی آنها است. مشاغل هم که از این طریق از بین می‌رود، به جامعه فشار زیادی ایجاد می‌کند. امیدوارم که محدودیت‌های اینترنتی کاهش پیدا کرده و جامعه به مسیر طبیعی خود برگردد.





کاربرد هوش مصنوعی

در بهبود کیفیت زندگی افراد معلول و ناتوان حرکتی

انجمن تله مدیسن ایران
دکتر فاطمه نعمت‌الهی، دکتر سیروس مومن‌زاده

تلاش‌های جیمز به کارگیری دستیار هوشمند آمازون اکو است. او از قابلیت‌های دستیار هوشمند همچون کنترل صوتی استفاده کرد. کادن دارای یک دستگاه گوینده است که کلمات نوشته شده با انگشت سالم را به کلام تبدیل می‌کند. کلمات و جمله‌های ساخته شده برای ارتباط با دستیار هوشمند آمازون اکو به کار برده می‌شود. کادن با کمک دستگاه گوینده پرسش‌های خود را از آمازون اکو می‌پرسد. او همچنین می‌تواند با کمک اکو با تعداد محدودی از آشنایان و دوستان تماس تلفنی برقرار کند. دستیار صوتی هوشمند آمازون برای افراد ناتوان جسمی، ابزاری فراتر از آگاهی از شرایط آب‌وهوایی روزانه و دستور غذایی است.

نیاز و محدودیت‌های انگیزه‌ی اختراعات

فناوری‌های نوین راه‌های بسیاری برای افراد دارای معلولیت و ناتوان حرکتی گشوده است. در گذشته اسکوترهای برقی و سمعک آمدند. امروزه هوش مصنوعی به این روند سرعت

پیشرفت هوش مصنوعی سبب توسعه‌ی دستگاه‌های هوشمندی شده است که در غلبه بر چالش‌های فیزیکی و شناختی افراد ناتوان جسمی و ذهنی، کمک‌کننده هستند. فناوری‌های نوین، راه‌های بسیاری برای افراد دارای معلولیت و ناتوان حرکتی گشوده است. اسکوترهای برقی و سمعک از جمله فناوری‌های کمکی افراد دارای معلولیت و ناتوانان جسمی به شمار می‌روند. با وجود تعداد یک میلیارد نفر که از انواع ناتوانی‌های حرکتی رنج می‌برند، نیاز به بازار بزرگی از فناوری‌های کمکی احساس می‌شود. برای آشنایی با محصولات مبتنی بر هوش مصنوعی که برای افراد معلول طراحی شده است، به نمونه‌هایی اشاره می‌شود.

نوجوان ۱۲ ساله‌ای است که نمی‌تواند راه برود و صحبت کند. او نابینا است و تنها توانایی حرکت دادن انگشت کوچک دست چپ خود را دارد. کادن مبتلا به فلج مغزی است. جیمز بوون، پدر کادن تلاش می‌کند با کمک فناوری‌های جدید استقلال بیشتری به او بدهد. یکی از



است، و حقی که آن‌ها برای دسترسی به هر سامانه یا ابزاری دارند، همچنین ابزاری که این کاربران را توانمند می‌کند تا به حق دسترسی خود برسند. محصولاتتی که برای افراد معمولی طراحی شده است ممکن است پس از مدتی برای دسترسی پذیری استفاده شود. دستیارهای صوتی هوشمند همچون الکسا (Alexa) و سیری (Siri) به یکی از محصولات کمک‌کننده افراد نابینا تبدیل شده‌اند. کاربران از دستیار هوشمند صوتی برای افراد ناشنوا نیز بهره می‌برند. پروژه‌ای مبتنی بر آمازون اکو با به کارگیری یک دوربین توانایی درک زبان اشاره را به دست آورد. دسترسی آسان باید بخشی از زندگی ما باشد و سعی شود همه محصولات این ویژگی را داشته باشند.

نوآوری‌های راندن ویلچر

پائلو پینیرو (Paulo Pinheiro) مهندس رباتیک ۳۴ ساله اهل برزیل با مشاهده‌ی شخصی دارای صندلی چرخدار در فرودگاه که به سختی حرکت می‌کرد، استارتاپ HOOBOX Robotics را راه‌اندازی کرد. نخستین محصول این استارتاپ Wheelie ۷ نام داشت. با کمک Wheelie ۷ افراد دارای صندلی چرخدار می‌توانستند با ۹ حالت چهره‌ی متمایز، ویلچر را به جلو یا اطراف حرکت دهند. در حالی که بینایی ماشین به کار گرفته در سامانه‌ی Wheelie ۷ بسیار پیشرفته است. ولی نصب این کیت بر صندلی چرخدار بسیار آسان است. هم‌اکنون تنها ۵۵ شخص دارای صندلی چرخدار با بیماری کوآدری پلژی و یا بیماری ALS از سامانه‌ی Wheelie ۷ استفاده می‌کنند. افزون بر به کارگیری حالت‌های چهره برای حرکت ویلچر، کاربر می‌تواند برای فعال کردن دستیاران صوتی هوشمند نیز از حالت چهره استفاده کند. الگوریتم‌های هوش مصنوعی به داده‌های متنوع برای یادگیری نیاز دارند تا از نتایج بتوان برای همه گروه‌ها استفاده کرد. بنابراین داده‌های بیشتری از گروه‌های خاص همچون معلولان نیاز است.

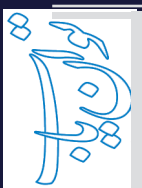


بخشیده است. تعداد یک میلیارد نفر که از انواع ناتوانی حرکتی رنج می‌برند، نیاز به بازار بزرگی از فناوری‌های کمک‌حرکتی احساس می‌شود. سرپرست اجرایی بخش دسترسی‌پذیری شرکت مایکروسافت خود ناشنوا است و تلاش می‌کند فناوری‌های جدید را برای افراد ناتوان جسمی و معلول پیاده‌سازی کند.

ناتوانی جسمی و ذهنی چه در اثر کم‌بینایی، کم‌شنوایی، اختلال روانی و مشکلات حرکتی و شناختی می‌تواند به صورت دائمی و یا موقتی باشد. طراحی محصولاتی با طراحی جامع که برای افراد با هر درجه ناتوانی جسمی مناسب باشد از هدف‌های توسعه پیوسته‌ی فناوری‌های جدید است. گفته می‌شود سازنده‌ی ماشین‌های تایی، به خاطر کمک به دوست نابینای خود در نوشتن، این دستگاه را اختراع کرد. کتاب‌های صوتی نیز به عنوان راهی برای مطالعه‌ی جامعه‌ی نابینایان روی کار آمده است. ایده‌ی آماده‌سازی زیرنویس برای ویدیو برای نخستین بار برای جامعه‌ی معلولان آمریکا آغاز شده است اما اکنون همه افراد از این ویژگی ویدیوها استفاده می‌کنند. خلق ابزارهای جدید برای ناتوانان حرکتی و افراد دارای معلولیت کمک می‌کند اینگونه افراد که معمولاً دور از اجتماع هستند و بسیاری از فرصت‌های اجتماعی و شغلی را از دست می‌دهند دوباره به جامعه بازگردند. طبق آمارها، نرخ بیکاری افراد دارای معلولیت آمریکا دو برابر بیشتر از افراد عادی گزارش شده است. هم‌اکنون تنها یک نفر از هر ده نفر در دنیا به فناوری‌های کمکی دسترسی دارند.

شرکت مایکروسافت تصمیم دارد با پروژه هوش مصنوعی، دسترسی‌پذیری اختراعات مناسب جامعه‌ی معلولان را افزایش دهد. مایکروسافت با سرمایه‌گذاری ۲۵ میلیون دلاری تلاش می‌کند کیفیت زندگی افراد با ناتوانی جسمی را بهبود دهد. هدف‌های مایکروسافت به تمرکز بیشتر بر فناوری‌های معلولان تاکید دارند. شرکت‌های دیگر نیز با به کارگیری هوش مصنوعی در پروژه‌های انسان‌دوستانه به فعالیت‌های خود معنا می‌بخشند. در گذشته، در طراحی و ساخت بسیاری از محصولات جامعه‌ی معلولان نادیده گرفته می‌شد اما امروزه تلاش می‌شود طراحی محصولات به گونه‌ای باشد که برای همه جامعه از جمله ناتوانان جسمی مناسب‌سازی شده و دسترس پذیر باشند. حتی بسیاری از ویژگی‌های جدید محصولات مناسب معلولان، پس از مدتی در محصولات عادی در نظر گرفته می‌شود و کار افراد سالم را نیز راحت‌تر می‌کند.

دسترس‌پذیری (Accessibility) به معنی بیشینه میزانی که یک سامانه یا یک ابزار، برای بیشترین شمار استفاده‌کنندگان، دسترسی‌پذیر باشد. به عبارتی دیگر، دسترسی‌پذیری، میزان و درجه آسان بودن دسترسی است، چیزی که با آن بتوان به یک جایگاه مشخص، از هر مسیر و جایگاهی رسید و «دسترس» داشت. معنای دیگر «دسترس‌پذیری» در زمینه ناتوانی‌های جسمی افراد



محمدحسین محسنی بنیانگذار و مدیرعامل اپلیکیشن ساز پازلی است. او که به همراه دوستانش در سال ۹۶ استارت‌آپ پازلی را راه اندازی کرد، از بنیان اولین رویداد توان‌تک در رعد بود.



بنیانگذار و مدیرعامل اپلیکیشن ساز پازلی؛

همانطور که دسترس‌پذیری فیزیکی لازم است، فضای آنلاین هم باید دسترس‌پذیر باشد

ساخت اپلیکیشن برای کارآموزان رعد برگزار کردیم و به آنها یاد دادیم که با وجود محدودیت‌های فیزیکی می‌توانند در خانه کار کرده و پروژه قبول کنند. اگر دوستان دارای معلولیت بتوانند با کامپیوتر کار کنند، پازلی می‌تواند برای آنان زمینه اشتغال ایجاد کند. یعنی می‌توانند از این طریق کسب درآمد کنند. از طرفی سعی کردیم کل اپلیکیشن‌هایی که با پازلی ساخته می‌شود را برای نابینایان و کم بینایان مناسب‌سازی کنیم. یعنی از طریق نرم‌افزارهای تبدیل متن به صوت، آن را مناسب‌سازی کردیم تا کاربران بتوانند توسط گوشی خود به آن دسترسی پیدا کنند. در سایت پازلی هم در کنار محتوایی که ارائه می‌دهیم، قسمتی را

افرادی که مشکلات جسمی و حرکتی دارند، می‌توانند با پلتفرم پازلی اپلیکیشن بسازند، پروژه بگیرند و کسب درآمد کنند

به آن را نوشته و اپلیکیشن را دانلود کند.

آیا در پلتفرم شما مناسب‌سازی برای استفاده افراد دارای معلولیت انجام شده‌است؟

بله. اگرچه سابقه همکاری ما به رعد برگردیم، باید بگوییم که در سال ۹۵-۹۶ ما چند دوره کارگاه

لطفا خود را معرفی کرده و از اپلیکیشن ساز پازلی بگویید: محمدحسین محسنی بنیانگذار و مدیرعامل اپلیکیشن ساز پازلی هستم. ما پلتفرمی برای ساخت راحت‌تر اپلیکیشن موبایل بدون نیاز به دانش برنامه‌نویسی طراحی کردیم. اگر شخصی برای کسب و کارش بخواهد محصول خود را در بستری یک اپلیکیشن به فروش برساند، ما راه حل آن را بدون این که نیاز به دانش برنامه‌نویسی داشته‌باشد در اختیارش قرار می‌دهیم. مثلاً؛ پنلی برای یک فروشگاه آماده کردیم و برنامه نویسی آن را در محیط وب انجام دادیم. کاربر فقط باید محتوای آن را ویرایش و عکس محصولات خود و قیمت آن را درج و توضیحات مربوط



قرار دادیم که از لحاظ کنتراست رنگ و کوچک و بزرگ بودن حروف و رنگ‌ها، محتوای سایت برای افرادی که مشکل کم‌بینایی دارند، قابل استفاده باشد.

برای ناشنوایان چه مناسب‌سازی انجام شده‌است؟

ناشنوایان می‌توانند متن را بخوانند و از این نظر مشکلی ندارند. ولی اگر فایل صوتی بارگذاری شده باشد، این امکان وجود دارد که توضیحات مربوطه را بتوانند بخوانند و یا اگر ویدیویی بارگذاری می‌شود، توضیحات مربوطه را بنویسند. این امکان در برنامه‌های پازلی وجود دارد.

آیا افرادی از جامعه دارای معلولیت هستند که با اپلیکیشن پازلی کار کنند؟

آمار دقیقی در این مورد ندارم. ولی در آخرین بار، امکان استفاده از اپلیکیشن‌ساز پازلی را برای سی تا چهار نفر از دوستان توانیاب گذاشته بودیم. اگر بخواهم از نمونه‌های موفق مثال بزنم، می‌توانم به اپلیکیشن کنوانسیون حقوق افراد دارای معلولیت و اپلیکیشنی که به نام ورزش معلولان در زمانی که المپیک برگزار می‌شد و اپلیکیشنی که به اخبار پارالمپیک با پلتفرم پازلی تولید شده بود، اشاره کنم. اپلیکیشنی که همین الان هم در اینترنت هست و قابل استفاده برای علاقمندان می‌باشد. مشخص نمی‌شود که آیا کسی که اپلیکیشن را می‌سازد دارای معلولیت است یا نه. ولی افرادی که مشکلات جسمی و حرکتی دارند به راحتی می‌توانند با این پلتفرم اپلیکیشن بسازند، پروژه قبول کنند و کسب درآمد کنند.

برنامه آینده شما چیست؟

به دنبال استفاده از ابزارهای بهتر برای محتوای تصویری خود هستیم. برای کم‌بینایان و نابینایان ابزارهای مناسبی ایجاد کرده‌ایم و سعی داریم برای ناشنوایان هم امکان استفاده راحت‌تر برای متن

برای کم‌بینایان و نابینایان ابزارهای مناسبی ایجاد کرده‌ایم و سعی داریم برای ناشنوایان هم امکان استفاده راحت‌تر برای متن گذاشتن روی ویدیو و ابزارهایی برای تبدیل فایل‌های صوتی به متن ایجاد کنیم

داشت که الزاما همه افراد، دارای معلولیت دائمی نیستند. گاهی بطور موقت برای فردی مشکلی پیش می‌آید، مثلا دچار شکستگی دست می‌شود یا فردی که موقتا بینایی‌اش را از دست می‌دهد و یا فرد سالمندی که به آرامش بیشتری برای کار با اپلیکیشن نیاز دارند. یک وب سایت یا یک اپلیکیشن دسترس‌پذیر باید بتواند همه این موارد را پوشش دهد. پس دسترس‌پذیری وب فقط شامل افراد دارای معلولیت نیست، بلکه باید همه این موارد را در برگیرد.

آیا استانداردی برای دسترس پذیری وب وجود دارد که بتوان به آن استناد کرد؟

استانداردهایی که اگر فردی دنبال دسترس‌پذیر کردن سایت یا محصولش باشد می‌تواند از آن استفاده کند، وجود دارد. استاندارد به معنی چارچوب جهانی دسترس‌پذیری محتوای وب که چهار اصل کلی، سیزده راهبرد و هفتاد و هشت معیار موفقیت دارد. این چارچوب صفحات وب را در سه سطح دسته‌بندی می‌کند. این چارچوب برای کسانی که درحوزه فناوری کار می‌کنند و به دنبال دسترس‌پذیر کردن صفحات خود یا به دنبال الگو هستند، مناسب است. این استانداردها در ایران به فارسی ترجمه شده‌اند. علاوه بر آن روزی به نام روز جهانی آگاهی از دسترس‌پذیری، که ۱۸ می است را داریم. این روز بهانه‌ای است که افراد بدانند همانطور که به دسترس‌پذیری فیزیکی نیاز داریم، در حوزه فضای آنلاین هم به دسترس‌پذیری نیازمندیم. هرچه جلوتر می‌رویم و هرچه زندگی‌مان با دنیای وب بیشتر عجین می‌شود، نیازمان به دسترس‌پذیری در بستر وب هم بیشتر می‌شود. این به این معنی است که علاوه بر افراد و کاربران حوزه وب، مدیران کسب و کارها هم باید آموزش ببینند. همان طوری که شهرداری باید معابر و فضاهای عمومی را برای همه مردم دسترس‌پذیر کند،

گذاشتن روی ویدیو و ابزارهایی برای تبدیل فایل‌های صوتی به متن ایجاد کنیم. البته برای افراد دارای معلولیتی که توان کار با دست را ندارند، در کشورهای دیگر امکان تبدیل صوت به عملکرد ایجاد شده‌است، ولی چون استفاده از این ابزار پیچیدگی‌های زیادی دارد، هنوز در پلتفرم خود نتوانستیم چنین امکاناتی را برقرار کنیم. شاید بعد از مناسب‌سازی اپلیکیشن برای ناشنوایان به این سمت هم برویم. این هدف در چشم‌انداز بلندمدت ما قرار دارد.

به نظر شما چرا دسترس پذیری وب اینقدر اهمیت دارد؟

دسترس پذیری وب به این معنی است که افرادی که به هر شکلی دچار محدودیت هستند، بتوانند براحتی از صفحات وب و اپلیکیشن‌های موبایل استفاده کنند. معلولیت‌هایی که در حوزه وب باید به آنها توجه شود، محدود به افراد کم توان حرکتی، نابینا و ناشنوا نیست. حتی افرادی که از لحاظ شناختی دچار معلولیت هستند، یعنی دیرتر متوجه می‌شوند مانند؛ سندرم داون یا دیرآموزان را هم در بر می‌گیرد. حتی به بچه‌های اوتیسم که معلولیت عصبی دارند که اگر در صفحه انیمیشن جابه‌جایی زیادی وجود داشته باشد، دچار برانگیختگی عصبی می‌شوند هم باید توجه کرد. در حوزه وب باید توجه



مدیران کسب و کار، توسعه دهندگان وب و برنامه‌نویس‌ها هم باید با این استانداردها آشنا و به‌ضرورت توجه به این حوزه آگاه باشند. زمانی فقط صحبت از لزوم دسترس‌پذیری اماکن بود، ولی حالا بحث بر سر دسترس‌پذیری فضای آنلاین است که مدیران کسب و کار باید نسبت به آن آگاه شوند. در سال ۲۰۲۰ آمار از میزان دسترس‌پذیری وبسایت‌ها منتشر شد. بر طبق این آمار، بیش از ۹۸ درصد از وبسایت‌ها در صفحه اول خود با مشکلات دسترس‌پذیری روبه‌رو هستند، یعنی این یک مشکل جهانی است و مخصوص ایران نیست. حتی سایت سازمان بهزیستی هم که از آن به‌عنوان یک سایت دسترس‌پذیر از نام برده می‌شود، برای همه افراد، قابل پیمایش و قابل درک نیست. بنابراین دسترس‌پذیری فضای مجازی مسئله‌ای است که باید در رویدادهای مختلف و در روز جهانی آگاهی بخشی دسترس‌پذیری به آن بیشتر پرداخته شود.

آیا پلتفرم پازلی این دسترس‌پذیری را جزو اهداف خود می‌داند؟

روزی به نام روز جهانی دسترس‌پذیری داریم که در ایران هم دو سه دوره آن برگزار شد. امسال به دلیل محدودیت‌های اینترنتی در ایران این رویداد برگزار نشد، ولی من مطلبی در زمینه ضرورت دسترس‌پذیری فضای مجازی برای مدیران کسب و کارها آماده کرده‌ام که در اولین موقعیتی که پیش بیاید ارائه خواهم داد. چنین اقدامی باید در لایه‌های مدیریت‌ها بوجود بیاید و یک فرد به تنهایی نمی‌تواند چنین کاری را پیش ببرد. دسترس‌پذیری دیجیتال برای برنامه‌ریزهای کسب و کار می‌تواند خیلی مفید باشد. متأسفانه در دنیای دیجیتال این ذهنیت وجود دارد که همه کاربران، توانمندی صد درصد دارند و در حوزه طراحی اپلیکیشن‌ها و وبسایت‌ها، هیچ مناسب‌سازی جدی و اطلاع‌رسانی مناسب انجام نشده‌است. در زمینه دسترس‌پذیری

هرچه زندگیمان بیشتر با دنیای وب آمیخته می‌شود، نیازمان به دسترس‌پذیری در بستر وب افزایش می‌یابد

دیجیتال، ما وظیفه داریم ولی سازمانی مانند سازمان بهزیستی، در این مورد رسالت بر دوش دارد. با یک کار ساده می‌توان صفحات وب را به یک حد مطلوب رساند و آن را برای استفاده همگان ساده کرد. بطور مثال؛ متنی که در صفحات وب استفاده می‌شود باید تضاد رنگی با پشت زمینه متن بقدری باشد که افراد کم بینا هم براحتی آن را ببینند. اگر در پس زمینه رنگ مشکی از رنگ زرد استفاده کنیم خوانایی مناسب برای خیلی از افراد را ندارد. یا مثلاً وقتی عکسی در صفحه قرار داده می‌شود، باید یک متن هم که آن عکس را توضیح دهد، در نظر گرفته شود. این استانداردها در سایت wcag.com قرار داده شده و افراد به راحتی می‌توانند به آن دسترسی داشته باشند. بنابراین رعایت این استانداردها می‌تواند صفحات وب را برای همه کاربران دسترس‌پذیر کند.

آیا نیاز به دسترس‌پذیر کردن فضای مجازی در شرکت‌ها و کسب و کارهای مختلف احساس شده است؟

با توجه به این که بیش از ده تا پانزده درصد افراد جامعه با نوعی از معلولیت روبه‌رو هستند، این کار ضروری هست و این نیاز هم احساس شده‌است ولی لازم است بیشتر به آن توجه شود. این آمار فقط شامل افراد دارای معلولیت است، ولی بسیاری از افراد مسن و سالمند و افرادی که دچار معلولیت‌های موقت می‌شوند

را هم باید به این ده تا پانزده درصد اضافه کرد. پس مخاطبان نیازمند به دسترس‌پذیری، خیلی بیشتر از این آمار هستند. از طرفی سایت‌هایی که دسترس‌پذیر هستند، درصد بازدید مخاطبینشان بالاتر است و این نشان می‌دهد که یکی از معیارهای ارزیابی وبسایت‌ها، دسترس‌پذیری آنهاست و به همین خاطر اگر دو کسب و کار مشابه داشته‌باشیم که وبسایت یکی دسترس‌پذیرتر از دیگری باشد، آن وبسایت امتیاز بیشتری از موتور جستجوی گوگل می‌گیرد. با این همه هنوز به دسترس‌پذیری آنطور که باید پرداخته نشده و هنوز مبحث نوپایی در دنیای مجازی است و نیاز به این است که در طول چندسال آینده، در رویدادهای مختلف، به آن توجه بیشتری شده و نسبت به آن اطلاع‌رسانی و آموزش داده‌شود. باید بیشتر در موردش صحبت کرد و نیازی به سازمان یا متولی خاصی هم نیست. با صاحبان کسب و کارها و جامعه طراحان وب بیشتر باید صحبت شود. چارچوب دسترس‌پذیری به فارسی ترجمه شده و در بستر وب هم قرار داده شده‌است. چندین رویداد هم در این رابطه برگزار شده، ولی در ابتدای راه هستیم و هنوز بزرگ‌ترین شرکت‌ها و کسب و کارها در این زمینه مشکل داشته و در این زمینه کاری انجام نداده‌اند.

برنامه شما برای آینده پازلی چیست؟

از آنجا که ما به حوزه افراد دارای معلولیت از سالیان گذشته علاقمند بوده‌ایم، هرچه در توانمان باشد در این زمینه انجام می‌دهیم. هر سال در روز جهانی دسترس‌پذیری سعی در تولید و ارائه محتوا در این زمینه می‌کنیم و در هر رویداد که بتوانیم به عنوان یک بازیگر نقشی ایفا کنیم، حتماً این کار را انجام می‌دهیم.

معرفی فناوری‌های جدید برای کمک به افراد دارای معلولیت



در این تحقیق به بررسی برخی تکنولوژی‌ها برای کمک به افرادی که معلولیت دارند پرداخته شده اما مشکل اصلی اینجاست که تکنولوژی‌هایی که برای این منظور طراحی می‌شوند یا گران‌قیمت هستند یا کاربری تعریف‌شده و پیش‌بینی‌شده را در عمل ارائه نمی‌کنند. برای راحتی بیشتر کاربرانی که معلولیت‌های خاصی دارند، طرح‌های زیادی از ماوس و کیبوردهای کامپیوترها مطرح شده‌است؛ مانند:

افراد دارای معلولیت به دلیل ناتوانی خود، از پیشرفت هر روزه جامعه عقب مانده‌اند، اما فناوری اطلاعات می‌تواند این خلا را برطرف کند. فناوری اطلاعات همانند معجونی معجزه‌آسا است که به افراد ناتوان کمک می‌کند تا با روشی مناسب و دقیق، گامی بزرگ رو به جلو بردارند. در این تحقیق به بررسی مشکلات افرادی که معلولیت دارند در دنیای کامپیوتر و همچنین راه کارهایی برای راحتی بیشتر این کاربران پرداخته می‌شود.



کیبورد مخصوص معلولینی که تنها از یک دست خود می‌توانند استفاده کنند.

این کیبوردها مطابق با دست چپ یا راست طراحی می‌شود و محل قرارگیری دکمه‌ها بر اساس راست و چپ بودن دست متفاوت است. همچنین دکمه‌های بزرگ‌تری روی آنها قرار گرفته است.

دستیار کیبورد؛

روی کیبورد سوار می‌شود و هنگامی که فرد یک حرف را فشار دهد، برای جلوگیری از خطا در تایپ، حروف دیگر غیرفعال می‌شوند.

ماوس‌هایی که تنها با حرکت سر کنترل می‌شوند. ماوس‌های گوی مانند (Trackballs)

شهرهای الکترونیکی نیز باید به گونه‌های طراحی شوند که امکان استفاده از خدمات آنها برای همه اقشار جامعه از جمله افراد کم‌توان و معلول فراهم باشد؛ برای مثال در یک سایت شهر الکترونیکی باید ابزاری برای درشت نمایش دادن مطالب برای افراد کم‌بینا، امکان صوتی برای خواندن مطالب سایت برای افراد نابینا و ابزار شناخت افراد کم‌توان و معلول از طریق هوشمندسازی سایت وجود داشته باشد؛ بنابراین در استانداردسازی شهر الکترونیکی باید نیازهای افراد کم‌توان و دارای معلولیت در نظر گرفته شود تا مشکلات موجود وضعیت شهرهای سنتی از نظر معماری و خیابان‌ها و ساختمان‌های دولتی و غیردولتی باعث بروز مشکلات نشود.

به کارگیری ربات‌ها

ربات‌ها همچنان که در صنعت کاربردهای زیادی داشته‌اند، توانسته‌اند پرستار خوبی برای افراد کم‌توان در منازل و بیمارستان‌ها باشند و باعث تغییر در تولیدات صنعتی و توقع در افراد معلول شده‌اند.

بهبود مهارت‌های ارتباطی افراد دارای اوتیسم

والدین بسیاری از بچه‌هایی که از مشکل اوتیسم رنج می‌برند، آنها را به سمت آپدها و تبلت‌ها سوق می‌دهند تا کودکان بتوانند ارتباط بیشتری با محیط خود برقرار کنند، روابط اجتماعی را بیاموزند و با لغات جدید آشنا شوند. خوب یا بد، واقعیت ماجرا این است که کودکان و نوجوانان امروز، هنگام یادگیری با تبلت لذت بیشتری می‌برند؛ به همین دلیل برای آموزش به این کودکان از تبلت به جای کاغذهای آموزش الفبا و... استفاده می‌شود. در این حالت کودک تمرکز بیشتری دارد.

استفاده از تبلت برای صحبت کردن

حمل آسان و به صرفه بودن تبلت‌ها، آنها را به وسیله‌ای مناسب و محبوب برای تمرین سخن‌گفتن و درمان ناتوانی در بیان تبدیل کرده است. اپلیکیشن‌هایی چون Speak for Yourself و Augie AAC به درمانگران زبان این امکان را می‌دهد که در درمان بیماران خود به گنجینه لغات بیش از ۱۳۰۰۰ کلمه دسترسی پیدا کنند، آن هم تنها با چند تماس کوچک روی صفحه نمایشگر تبلت؛ به علاوه برخی اپلیکیشن‌ها دستورالعمل‌های برنامه خود را به صورت صوتی پخش می‌کنند که در نتیجه کاربر بدون دیدن صفحه نمایش می‌تواند از این برنامه‌ها استفاده کند.

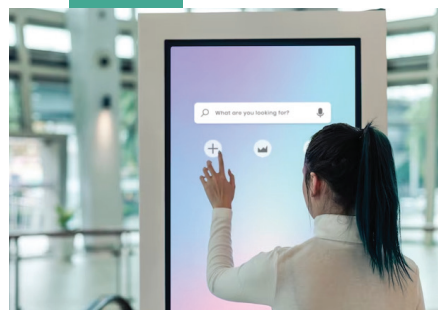


ایستگاه‌های اتوبوس هوشمند برای افراد دارای معلولیت



آقای باک‌چین چک، در پی حمایت از افراد دارای معلولیت، ایستگاه اتوبوس هوشمندی را طراحی کرده‌است که به گفته وی در صورت پیاده‌سازی این طرح، شاهد بازگشت آنها به اجتماع خواهیم بود. البته گفتنی است این طرح با کمی تغییرات، سال‌هاست در کشورهای اروپایی اجرا شده، اما این طرح بسیار کامل است. افراد دارای معلولیت یا نابینا می‌توانند در ایستگاه‌های اتوبوس هوشمند حاضر شوند و با فشار دادن دکمه اتوبوس مربوطه، با شنیدن پیام‌های صوتی و تصویری توسط بلندگو و نشانگر LED ایستگاه از زمان حرکت و به مقصد رسیدن آن آگاه شوند. ارتباط بین اتوبوس و ایستگاه با بی سیم انجام می‌شود و قرار است در آینده نرم‌افزار تلفن همراه ایستگاه‌های اتوبوس برای این افراد نوشته‌شود تا حتی اگر نتوانستند به موقع خود را به ایستگاه برسانند، توسط این برنامه، راننده را آگاه‌کنند و در صورت امکان راننده برای چند دقیقه در ایستگاه توقف کند تا شخص خود را به اتوبوس برساند.

دیجیتال ساینیج برای معلولین



دیجیتال ساینیج (Digital Signage) می‌تواند در محوطه دانشگاه به منظور آموزش و اطلاع‌رسانی در خصوص دسترسی افراد معلول به محوطه دانشگاه استفاده‌شود. این نوع سیستم اطلاع‌رسانی در مواردی؛ نظیر ساخت محل‌های ورودی جدید، کلاس‌های درس، و دفاتر دانشکده می‌تواند به افراد دارای معلولیت کمک بسزایی کند. دیجیتال ساینیج‌ها همچنین می‌توانند منابع متنی را به عنوان راهنما از طریق متن یا صوت، به کاربران انتقال دهند و در خصوص متونی که فاقد خط بریل یا نشانه‌های جهت‌یابی هستند، مسیریابی را اضافه‌کنند.

تکنولوژی برای نابینایان

تکنولوژی با پیشرفت روزافزونی که دارد، همواره به این سو می‌رود که نیازهای بشر را رفع و زندگی‌اش را ساده‌کند. در همین راستا به کارگیری فناوری برای افزایش توانایی افراد نابینا یکی از دغدغه‌های مهم افراد فعال در این حوزه محسوب می‌شود. این گروه همواره در تلاش بوده‌اند تا بتوانند با استفاده از فناوری‌های گوناگون از طریق حواس دیگر؛ مانند شنوایی و لامسه به این افراد نابینا کمک کنند تا اطلاعات را هرچه بهتر از محیط اطراف خود دریافت کنند. گجت‌های گویا و برنامه‌های کاربردی مختلفی که برای استفاده و سرگرمی نابینایان ساخته‌شده از جمله همین فناوری‌هاست.

تاکیت

تاکیت در واقع یک وسیله ابداعی برای کمک به افرادی است که از اختلالات کلامی و زبانی رنج می‌برند و در برقراری ارتباط با دیگران مشکل دارند. این وسیله تلفظ‌های نامفهوم را به کلمات معنا دار تبدیل می‌کند و موجب می‌شود با وجود اختلال کلامی فرد، اطرافیان بتوانند به درستی متوجه منظور و نیت او شوند. یکی از مزیت‌های مهم تاکیت این است که به هر زبانی کار می‌کند. این وسیله در ابتدا الگوهای کلامی فرد را شناسایی کرده و یک دیکشنری کلامی شخص را ایجاد می‌کند، در ادامه تلفظ‌های نامفهوم را شناسایی و مشخص می‌کند. به این ترتیب فرد می‌تواند به راحتی با دیگران ارتباط برقرار کند.

دستکش روباتیکی

محققان دانشگاه نوادا، رینو و دانشگاه آرکانزاس، سال گذشته طرحی ارائه کردند که کمک شایانی به افراد نابینا می‌کند. این نوآوری که شامل یک دستکش روباتیک است به افراد نابینا کمک می‌کند اجسامی را که لمس می‌کنند، ببینند. سنسورهای لمسی و درجه حرارت در کنار دوربین با وضوح بالا و میکروفن در این دستگاه به کار رفته‌است. همه این مشخصات این امکان را به وجود می‌آورند که این گجت پوشیدنی،



مکان، شکل و اندازه جسم مدنظر را تشخیص دهد. این سیستم نابینایان را قادر به شناسایی و حرکت اشیای موجود در محیط اطراف خود خواهد کرد که هم برای حرکت و هم برای اجسام ساده‌تر مانند گرفتن یک دستگیره یا برداشتن یک شیشه مناسب است.

متن خوان انگشتی

این وسیله کوچک به افراد دارای معلولیت کمک می‌کند تا به راحتی متون و نوشته‌های خود را بخوانند. این ابزار دو کاربرد دارد؛ افراد با کمک آن می‌توانند متن‌های نوشته‌شده روی یک کتاب یا ابزار الکترونیکی مانند گوشی همراه یا لپ‌تاپ را به راحتی مطالعه کنند. همچنین به عنوان ابزاری برای ترجمه زبان نیز استفاده می‌شود.

فرد می‌تواند این وسیله را دور انگشت خود قرارداده و پس از اشاره به بخشی از کتاب یا نوشته، آن را به راحتی مطالعه کند. دوربین کوچکی روی متن خوان انگشتی قرار دارد که متن مدنظر را اسکن کرده و پس از شناسایی کلمات، آن را به یک پیام صوتی تبدیل می‌کند. این وسیله از طریق لرزش به خواننده اطلاع می‌دهد که چه زمانی در ابتدا یا انتهای خط قرار دارد یا این که چه زمانی باید به خط بعدی برود.

نقشه مکان‌یابی خدمات

برای افرادی که معلولیت ندارند، پلکان متحرک مخصوص ویلچر و اتاقک‌های دسترس‌پذیر این صندلی‌ها چندان موضوع مهمی به حساب نمی‌آید. بسیاری از مکان‌های عمومی نیز مجهز به این تسهیلات نیستند. همین مسئله باعث ناراحتی و زحمت آن دسته از افرادی می‌شود که باید با ویلچر در سطح شهر رفت و آمد کنند.

فرد معلول با نصب این اپلیکیشن روی گوشی هوشمند خود درباره وجود این پله‌ها و اتاقک‌ها در مکان‌های عمومی؛ مانند رستوران‌ها، هتل‌ها، فروشگاه‌های زنجیره‌ای و ... اطلاعاتی به دست می‌آورد. این نقشه همچنین مکان‌های عمومی دارای این تسهیلات را رتبه‌بندی کرده و با علامت ستاره نشان می‌دهد که کدام محل خدمات بیشتری ارائه می‌کند. در این صورت فرد دارای معلولیت حق انتخاب بیشتری پیش روی خود خواهد دید.

عصای هوشمند

دانشمندان و محققان عصای ویژه نابینایان را هم هوشمند کرده‌اند. نسل جدید عصای ویژه نابینایان و کم‌بینایان به لطف مجهز بودن به سیستم موقعیت‌یاب جهانی (GPS) فرد استفاده‌کننده را در محیط بیرون از خانه راهنمایی می‌کند و به مقصد می‌رساند. محققان عنوان Xplor را برای این فناوری جدید برگزیده‌اند. بدون شک مهم‌ترین بخشی که در این عصای هوشمند نظرها را به خود جلب می‌کند، فناوری تشخیص چهره و سیستم موقعیت‌یاب جهانی آن است. نکته جالب توجه دیگر در خصوص این فناوری نوین، سیستم تشخیص چهره آن است، به طوری که در این ابزار یک پایگاه اطلاعاتی نصب شده است که انبوهی از تصاویر مربوط به دوستان و آشنایان کاربر را در خود ذخیره می‌کند. فرد نابینا می‌تواند از فاصله ۱۰ متری فرد مدنظر خود را تشخیص دهد. عصا با ایجاد لرزشی محسوس، فرد استفاده‌کننده را از این موضوع مطلع می‌کند.



ابزار کمکی غذاخوری

وسیله‌ای است که هنگام غذا خوردن به فرد دارای معلولیت‌های حرکتی کمک می‌کند و با وصل شدن به قاشق یا چنگال او باعث می‌شود خوردن غذا راحت‌تر شود. این ابزار بیشتر برای بیماران مناسب است که از امراضی همچون پارکینسون رنج می‌برند یا وجود دیگر اختلالات حرکتی موجب لرزش دستان آنها می‌شود. این وسیله کوچک، لرزش دست فرد بیمار را تا ۷۰ درصد کاهش داده و موجب می‌شود محتویات قاشق به راحتی وارد دهان بیمار شود. در کنار این وسیله یک دستگیره ثابت‌کننده، یک شارژر و سه قاشق در اندازه‌های مختلف قرار دارد. با هر بار شارژ کردن این دستگاه می‌توان برای صرف چند وعده غذا از آن استفاده کرد.

چشمان من باش

چشمان من باش (Be My Eyes) در واقع یک اپلیکیشن فوق العاده است که به افراد نابینا کمک می‌کند دنیای اطراف خود را ببینند. از طریق این اپلیکیشن، فرد نابینا می‌تواند به تعدادی داوطلب در اطراف خود وصل شود. پس از برقراری ارتباط با فرد داوطلب، از او در موارد ساده‌ای؛ همچون کنترل تاریخ انقضا روی پاکت شیر به هنگام خرید سوال می‌کند. افراد داوطلب، درخواست‌های کمک را روی گوشی خود مشاهده می‌کنند و در صورتی که مشغول به انجام کاری باشند، این اپلیکیشن سراغ فرد دیگری می‌رود و از او کمک می‌گیرد. هر درخواست کمک یک تماس ویدئویی با فرد داوطلب برقرار می‌کند تا آنها بتوانند به فرد نابینا کمک کنند.

گوشی‌های Sesame

این روزها گوشی‌های همراه نیاز عادی هر فرد و به ویژه افراد دارای معلولیت به شمار می‌آیند، اما گوشی‌های عادی نمی‌توانند برای افرادی که محدودیت حرکتی دارند، چندان مؤثر و مفید باشند. بر همین اساس گوشی Sesame که نیازی به لمس کردن ندارد، برای افراد دارای معلولیت ساخته شده است. این گوشی به گونه‌ای طراحی شده که با حرکات سر و با کمک دوربین جلوی خود کار می‌کند. بر این اساس فرد دارای معلولیت بدون این که از انگشت خود استفاده کند، فقط با حرکات سر، کارهای معمول در گوشی؛ همچون تماس گرفتن و پخش موسیقی را انجام می‌دهد. کنترل صوتی نیز در آن وجود دارد که فرد دیگر هیچ نیازی به استفاده از انگشتانش نداشته باشد.

عینک دسترسی افراد دارای معلولیت به فناوری

محققان عینکی را ساخته‌اند که به افراد دارای معلولیت کمک می‌کند از فناوری‌های نوین استفاده کنند. عینک GlassOuse یک گجت پوشیدنی مجهز به حسگری است که در دهان قرار می‌گیرد. هنگامی که کاربر سر خود را تکان می‌دهد، اگر روی قسمت آبی حسگر فشار بیاورد می‌تواند جهت‌یابی کند. این عینک‌ها نیز مجهز به بلوتوث هستند و افراد دارای معلولیت با کمک آن می‌توانند به موبایل و رایانه دسترسی داشته باشند.

دسته جدید ایکس‌باکس ویژه افراد دارای معلولیت

بازی‌های ویدیویی از محبوب‌ترین سرگرمی‌ها در بین میلیون‌ها نفر در سراسر دنیا هستند. بازی‌های کامپیوتری به دلیل تعاملی که در آنها وجود دارد با بسیاری دیگر از سرگرمی‌ها مانند کتاب‌خوانی و تماشای فیلم متفاوت هستند و در دسته جداگانه‌ای از سرگرمی‌ها قرار می‌گیرند. حال به دلیل محبوبیت بسیار زیادی که بازی‌های ویدیویی در بین مردم سراسر دنیا دارند، مایکروسافت دسته جدیدی را برای افراد دارای معلولیت و ناتوان که توانایی استفاده از دسته‌های معمولی ایکس‌باکس را ندارند معرفی کرده است. این دستگاه که دسته انطباق‌پذیر (Adaptive Controller) نام دارد با اتصال به یک سری دستگاه‌های ثانویه قادر است به افراد با معلولیت‌های متفاوت امکان بازی کردن روی ویندوز یا کنسول ایکس‌باکس را بدهد. این دستگاه تنها برای یک نوع معلولیت طراحی نشده، بلکه قادر است انواع معلولیت‌های مختلف

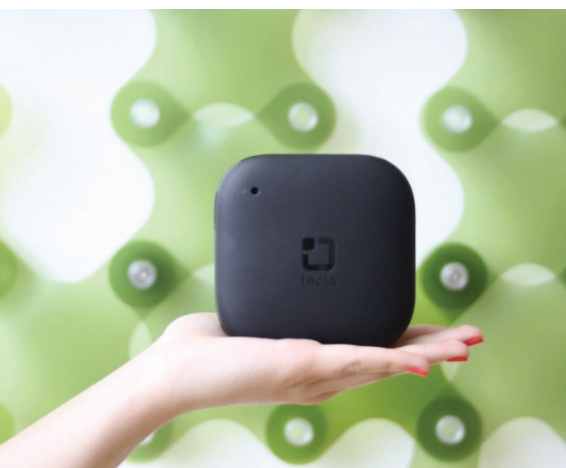


را پشتیبانی کند. برخلاف ظاهر ساده این دسته، کارایی‌های آن بسیار بالا و متنوع است. در قسمت بالایی این دسته مستطیلی شکل، دو دکمه مشکی دایره‌ای شکل بزرگ دیده می‌شود که آنها را می‌توان برای اجرای هر دستوری در طول بازی به طور دلخواه تنظیم کرد. از آنجا که ویندوز ۱۰ یا ایکس‌باکس این دسته را به عنوان یک دسته استاندارد شناسایی می‌کنند، بنابراین استفاده از آن برای تمامی بازی‌ها ممکن است.

در پشت این دسته هم ۱۹ جک ۳/۵ میلیمتری قرار دارد که امکان اتصال هر وسیله‌ای را به فرد می‌دهد. هر یک از این پورت‌ها امکان بهره‌مندی از یکی از ویژگی‌های دسته‌های عادی ایکس‌باکس را به فرد خواهد داد؛ برای مثال می‌توان از طریق اتصال جک ۳/۵ میلیمتری، پدال گاز و ترمز را نیز به این دسته متصل کرد یا از آن برای فعال‌سازی دکمه‌های کوچک مانند R۱ و R۲ استفاده کرد. نکته جالب اینکه فرد معلول می‌تواند برای هر بازی تنظیمات دسته را به صورت جداگانه در پروفایل خود ذخیره کند.

استفاده از فناوری سونوگرافی برای کمک به افراد دارای معلولیت

محققان دانشگاه جورج میسون با استفاده از فناوری پیشرفته فراصوت به افرادی که معلولیت دارند در حرکت اعضای بدن‌شان کمک می‌کنند. هدف از این پروژه، کمک به آنها برای زندگی روزمره بهتر است. به همین منظور از یک سیستم مبتنی بر اولتراسوند جدید استفاده شده است. در حال حاضر پروتز اندام فوقانی بدن (دست) معمولاً با روش الکتریکی کنترل می‌شود تا حس فعالیت در عضلات ایجاد شود و الکترودهای روی سطح پوست فعالیت الکتریکی عضلات را به بقیه اندام‌ها بفرستند تا فرد برای حرکت تلاش کند. اما مشکل این روش این است که الکترودها نمی‌توانند در سطح پوست به آسانی بین سیگنال‌های مختلف تفاوت قائل شوند. به همین دلیل بسیاری از افراد دارای معلولیت بدون در نظر گرفتن این مشکل، پروتز مورد نیاز خود را خریداری می‌کنند، اما از آنها استفاده نمی‌کنند. گروه سیکدار با استفاده از امواج فراصوت روش جدید برای کار با پروتز و فعالیت ماهیچه‌ها ارائه کردند. این گروه با استفاده از مبدل‌های بسیار کوچک و دستگاه‌های فشرده پوشیدنی و بندهای کوچک که بر روی پیشانی یا زیر پوشش پروتز قرار گرفته است، حرکات را کنترل می‌کنند. این مبدل امواج صوتی را به بدن می‌فرستد و امواج صوتی را منعکس می‌کند. سپس این سیگنال‌ها با استفاده از رایانه‌ای فعالیت عضلانی را بررسی می‌کنند. با این روش فعالیت عضلانی در عمق بافت حس می‌شود و عملکرد بهتری نسبت به الکترودهای پوستی دارد، در نتیجه کنترل حرکت انگشتان دست با دقت بیشتری صورت خواهد گرفت. روش جدید قابلیت شناسایی ۱۵ حرکت مجزای دست و مچ را دارد. این روش نه فقط در ایالات متحده، بلکه برای کمک به افراد نیازمند در سراسر جهان در دسترس خواهد بود.



کنترل گوشی و رایانه توسط افراد دارای معلولیت با پلک زدن و تنفس

افرادی که دارای معلولیت‌های جسمی و حرکتی هستند برای کنترل تلفن‌های هوشمند همراه مشکلات زیادی دارند، اما پیشرفت فناوری به کمک این افراد آمده است تا آسان‌تر از گوشی‌های عادی استفاده کنند. مؤسس شرکت کانادایی Komodo Open Lab ابزاری موسوم به «سپر تسلا» ابداع کرده که به این افراد می‌کند از گوشی هوشمند خود استفاده کنند. این ابزار ۳۵۰ دلاری فرامین صادر شده با استفاده از پلک‌زدن، ضربه‌زدن با آرنج و حتی تنفس را به فرامین معنا دار برای رایانه‌ها، گوشی‌ها و تبلت‌ها تبدیل می‌کند. برای این کار تنها کافی است گوشی یا رایانه از طریق پورت USB به این ابزار متصل شود.



سپر تسلا



سپر تسلا حتی با ویلچرهای پیشرفته که از قابلیت‌های کنترل رایانه‌ای برخوردارند نیز سازگار است و می‌تواند با آنها هماهنگ شود. افراد برمبنای شدت و نوع معلولیت می‌توانند تنظیماتی را برای استفاده از این دستگاه اعمال کنند؛ به عنوان مثال با تکان دادن سر ویدئوهای گوشی را اجرا کنند. ابزار یادشده به گونه‌ای طراحی شده که از شش سوئیچ به طور همزمان پشتیبانی می‌کند و هر یک از آنها می‌توانند به طور همزمان تا انجام دو عمل را با فشار کم یا شدید پشتیبانی کنند. قابلیت شناسایی و درک فرامین صادرشده با کوچک‌ترین میزان حرکات بدن از جمله مزایای این دستگاه است که به معلولان حرکتی دارای مشکلات شدید امکان می‌دهد به راحتی از آن استفاده کنند و حتی با تنفس نه چندان شدید حسگرهای دستگاه را برای اجرای فرامین فعال کنند. تلاش برای تکمیل این دستگاه از سال ۲۰۱۰ آغاز شده شده و تا به حالا ۳۰۰۰ نفر در سراسر جهان آن را آزمایش کرده‌اند. امید می‌رود با کاهش قیمت این محصول به زیر ۲۰۰ دلار در سال‌های آینده، افراد بیشتری بتوانند از آن استفاده کنند.

روبات‌های دوپایی برای کمک به افراد دارای معلولیت حرکتی

روبات‌ها هر روزه به ابعاد جدیدی از زندگی وارد می‌شوند. استفاده از روبات‌ها برای ساخت اندام‌های مصنوعی یکی از کاربردی‌ترین روش‌های استفاده از روبات‌هاست. اما روبات‌های آمبرلب (Amber Lab) فقط برای انجام دادن حرکات نمایشی طراحی نشده‌اند. محققان با درک ظرافت‌های راه رفتن روبات‌ها، می‌توانند یافته خود را در جهت ساخت دستگاه‌هایی استفاده کنند که به افرادی که در راه رفتن مشکل دارند یا اصلاً نمی‌توانند راه بروند، کمک کنند. دکتر آرون ایمس، مهندس سازه و مکانیک در موسسه فناوری کالیفرنیا، که مدیر آمبرلب (Amber Lab) است، می‌گوید: هدف ما این است که رفتارهایی؛ مانند راه رفتن یا دویدن را به روبات‌ها بیاموزیم؛ سپس از آنها برای ساخت سازه‌های روباتیکی استفاده کنیم تا به افرادی که از ناحیه پا فلج شده‌اند، توانایی راه رفتن ببخشند. ما می‌خواهیم افرادی با این نوع ضایعات، بتوانند بلند شوند و راه بروند، همان‌گونه که روبات‌های ما این کار را می‌کنند.

آقای ایمس و تیمش قصد دارند روبات‌هایشان به جای شبیه‌سازی یا تقلید رفتارهای انسان، در درک قوانین ریاضی حاکم بر حرکت و راه رفتن نیز به آنها کمک کنند.

این روبات‌ها از موتورهای الکتریکی استفاده می‌کنند که در مقایسه با موتورهای هیدرولیک به آنها کارکردهایی می‌بخشد. کارکردهایی که باعث می‌شوند این روبات‌ها ابزارهای توان‌بخش بهتری باشند. یکی از ابزارهای توان‌بخشی که در این آزمایشگاه توسعه داده شده‌است، آمپرو ۳ (Ampro3) نام دارد. این ابزار برای کسانی کاربرد دارد که از زانو به پایین دچار قطع عضوشده‌اند و به شخص این امکان را می‌دهد تا در دو حالت ثابت قرار بگیرد. یک واحد اندازه‌گیری اینرسی (IMU) حرکت دستگاه را براساس سرعت فرد تنظیم می‌کند؛ در نتیجه اگر فرد تندتر راه برود آمپرو هم سرعت خود را افزایش می‌دهد.

هدف بلندمدت برای روبات‌های آمپرو لب این است که آنها هم بتوانند مانند انسان‌های سالم بر روی هرگونه ناهمواری راه بروند. تحقیقات مشابهی در آزمایشگاه‌های دیگری همچون انستیتوی کنترل انسان و ماشین فلوریدا در حال انجام است که روبات‌های دوپا را قادر می‌سازد بر روی محیط‌های ناهموار راه بروند.

منابع

<http://borna-eng.ir> [۱]

<https://itiran.com> [۲]

<http://khorasan.isna.ir> [۳]

<https://mehrnews.com> [۴]

<https://donya-e-eqtasad.com> [۵]



مرجان بیداریان، کارشناس ارشد گرافیک رایانه است. او قبل از دوران کرونا همکاری خود را با رعد شروع کرده و در دوران شیوع کرونا آموزش‌ها را آنلاین و اکنون به صورت حضوری ارائه می‌دهد.



با کمک تکنولوژی، کم‌توانی افراد دارای معلولیت به حاشیه می‌رود

در کلاس گرافیک رایانه کارآموزان با چه مهارت‌هایی آشنا می‌شوند؟ در این دوره کارآموزان با مبانی رنگ و طراحی و فتوشاپ و کورل آشنا می‌شوند، طراحی لوگو با کاراکترهای انیمیشن را آموزش می‌بینند و در ادامه با Ai ترکیبی از فتوشاپ و کورل آشنا می‌شوند. بچه‌هایی که این دوره‌ها را می‌گذرانند تا حدودی عکاسی را هم می‌آموزند و در مراحل پیشرفته‌تر، کار با قلم نوری را یاد می‌گیرند. با این توانایی‌ها هرچه در ذهن دارند را می‌توانند با کمک قلم نوری برصفحه، نقاشی کنند. کارآموزان با تسلط به این مهارت، می‌توانند تولیدکننده و فروشنده شخصیت‌های تصویری و انیمیشنی باشند. کار با قلم نوری

افرادی که دوره‌های آفیس را گذرانده‌اند به راحتی می‌توانند تایپ و تنظیم پروژه‌ها و پایان‌نامه‌های دانشجویی را قبول کنند و یا از طریق کسب مهارت‌های تصویرسازی و طراحی شخصیت‌های کارتونی با کمک قلم نوری به درآمد برسند

با تسلط به این مهارت‌ها، افراد در چه حوزه‌هایی می‌توانند مشغول به کار شوند؟

با تسلط به این آموزش‌ها افراد توانایی کار کردن با اینترنت و برنامه‌های آفیس را خواهد داشت و می‌توانند در بسیاری از شرکت‌ها و کارخانجات مشغول به کار شوند.

خودتان را معرفی کنید و بفرمایید از چه زمانی با موسسه رعد همکاری دارید؟

مرجان بیداریان، کارشناس ارشد گرافیک رایانه هستم. من قبل از دوران کرونا همکاری خود را با رعد شروع کردم. در دوران شیوع کرونا آموزش‌ها را آنلاین و اکنون به صورت حضوری ارائه می‌دهم. آموزش‌ها را با مهارت‌های کاربردی کامپیوتر (ICDL) که از آموزش ویندوز شروع می‌شود و شامل نرم‌افزارهای آفیس (word.excel.access.power point) و همچنین آموزش نحوه کار با اینترنت می‌شود، شروع کردم. کارآموزانی که این دوره را به اتمام می‌رسانند، می‌توانند در آزمون فنی حرفه‌ای شرکت کرده و مدرک بگیرند.



این مزیت را دارد که با اعمال یک سری تنظیمات، می‌تواند تا حدودی لرزش افرادی که لرزش دست دارند را کنترل کند. کار با قلم نوری برای این بچه‌ها آسان است. با پیشرفت تکنولوژی کم‌توانی افراد دارای معلولیت به حاشیه می‌رود. مثلاً در نرم‌افزار فتوشاپ، هفت ابزار برش تصویر داریم که به افرادی که لرزش دست دارند، کمک می‌کند تا بتوانند با این نرم‌افزار کار کنند و یا اگر کسی در استفاده از موس مشکل دارد، بتواند با کیبورد کار کند. تکنولوژی توانسته تا حدود زیادی کم‌توانایی افراد را جبران کرده و یک نوع مناسب‌سازی برای افراد دارای معلولیت محسوب شود.

موضوع این شماره توانیاب مناسب‌سازی فضای مجازی و ایجاد فرصت برابر در این فضا برای افراد دارای معلولیت است. آیا تکنولوژی چنین امکانی را ایجاد کرده است؟ حتماً همین‌طور است. تکنولوژی برای انجام هرکاری در نرم‌افزارهای کامپیوتری، چندین راه را ارائه می‌کند و افراد نسبت به توانایی‌های خود می‌توانند راهی را انتخاب کنند. فقط لازم است افراد علم استفاده از تکنولوژی را کسب کرده باشند. من در کلاس، در کنار آموزش هر نرم‌افزار، ابزار مورد نیاز افراد را هم آموزش می‌دهم. مثلاً شما می‌توانید تنظیمات موس را به نحوی تغییر دهید که با حداقل حرکت دست، کار کند و نیاز به توانایی فیزیکی به حداقل برسد.

برای تسلط به این مهارت‌ها، چه مهارت‌های اولیه‌ای به عنوان پیش نیاز لازم است؟

یکی از مهارت‌هایی که در کار با کامپیوتر ضروری است، آشنایی با زبان انگلیسی است. در این رابطه اولین کاری که انجام می‌دهم، نوشتن و ارائه صدها کلمه و

از کارآموزان این کلاس خیلی راضی هستم و معتقدم اراده و پشتکار کارآموزان رعد قابل مقایسه با سایرین نیست

را برای کتاب‌های کودکان با رنگ‌آمیزی‌های ساده طراحی می‌کنند که بسیار هم پرفروش و پرکاربرد است. کارآموزانی که دوره‌های آفیس را می‌بینند می‌توانند در زمینه طراحی کتاب‌های آموزشی هم فعالیت کنند.

در این کلاس هشت نفر شرکت دارند.

در حوزه کار با کامپیوتر و فضای مجازی اشتغال برای افراد دارای معلولیت چگونه است؟

امکان اشتغال در این فضا برای افراد دارای معلولیت بسیار زیاد است. با یک جستجوی ساده در اینترنت معلوم می‌شود که در همه زمینه‌های کاری، نیاز به گرافیکست وجود دارد. هر شرکتی که بخواهد کارت ویزیت، کاتالوگ و پوستر طراحی کند، نیاز به یک گرافیکست دارد. افرادی که دوره‌های آفیس را گذرانده‌اند به راحتی می‌توانند تایپ و تنظیم پروژه‌های دانشجویی و پایان‌نامه‌های دانشجویی را قبول کنند و یا از طریق کسب مهارت‌های تصویرسازی و طراحی شخصیت‌های کارتون‌ی با کمک قلم نوری کسب درآمد کنند. کارآموزان این کلاس بسیار خلاق هستند و خیلی خوب آنچه در ذهن دارند را طراحی و تصویرسازی می‌کنند. عکاسی‌هایی که انجام می‌دهند نشان می‌دهد که دید بازی دارند و چیزهایی را متوجه می‌شوند که کمتر کسی به آن توجه می‌کند. دوستانی که کورل را آموزش می‌بینند، می‌توانند لوگو طراحی کنند و به شرکت‌های مختلف بفروشند. طراحی وبسایت از دیگر فعالیت‌هایی است که از طریق دورکاری می‌توانند انجام دهند. خاله من که مبتلا به بیماری MS است، به دلیل محدودیت‌های حرکتی ناشی از بیماری، دچار افسردگی شده بود. من بطور خصوصی آموزش این رشته را به او شروع کردم و بعد از اضافه شدن

مفاهیم انگلیسی که در واقع زبان کامپیوتر است و دانستن آن‌ها برای کار در فضای مجازی کامپیوتر و موبایل لازم است، به کارآموزان به صورت کپی شده است. به آن‌ها آموزش می‌دهم که این کلمات، زبان کامپیوتر است و دانستن آن‌ها برای کار در فضای مجازی کامپیوتر و موبایل لازم است. خوشبختانه موسسه رعد این امکان را در اختیار کارآموزان قرار داده که بتوانند از کلاس‌های آموزشی ضبط شده و آنلاین هم استفاده کنند. این امکان در دوران شیوع کرونا ایجاد شد که دروس به وسیله اساتید بصورت موضوع به موضوع تدریس شدند و در اختیار کارآموزان قرار گرفتند. البته هنوز هم به دلیل شرایط اضطراری مثل آلودگی هوا، بعضی از کلاس‌ها بطور آنلاین برگزار می‌شوند. مثلاً وقتی در زمستان سال گذشته به دلیل آلودگی هوا کلاس‌ها تعطیل شدند، کلاس‌ها را بطور آنلاین برگزار کردیم.

این دوره آموزشی چه مدت طول می‌کشد و چند نفر در آن آموزش می‌بینند؟

آموزش دوره گرافیک رایانه که در دو ترم مبتدی و پیشرفته ارائه می‌شود، شامل چهار نرم‌افزار است و در شش ماه آموزش داده می‌شود. بسیاری از کارآموزان، شخصیت‌های کارتون‌ی



پروژه‌ها می‌گذارند و نتیجه بهتری هم می‌گیرند. من کارآموزانی دارم که حتی یک روز هم غیبت نداشته‌اند. همانطور که در یک کلاس درس مدرسه افرادی با توانایی ذهنی و گیرایی مختلف وجود دارد، در کلاس‌های ما همین‌گونه است، با این تفاوت که کارآموزان رعد پشتکار بیشتری نسبت به سایرین دارند. کارآموزان رعد اشتیاق زیادی برای کار و اشتغال دارند و کار در حوزه دیجیتال این مزیت را دارد که کم‌توانایی فیزیکی افراد دارای معلولیت اصلا دیده نمی‌شود، ذهن و اراده این افراد است که تعیین‌کننده است، نه محدودیت‌های جسمی.

برای شرکت در کلاس گرافیک رایانه کارآموزان رعد باید چه آمادگی و مهارت‌های اولیه داشته باشند؟

اول باید دوره مبانی کامپیوتر و ICDL را بگذرانند و برای کار با قلم نوری باید کلاس گرافیک رایانه را بگذرانند. البته کارآموزانی که آشنایی کامل با کامپیوتر و اینترنت داشته باشند هم می‌توانند در کلاس گرافیک رایانه شرکت کنند و لازم نیست که حتما دوره‌های آفیس را گذرانده باشند. بچه‌های این کلاس چون آفیس را در ترم پیش گذرانده‌اند، می‌توانند

مزیت کار در حوزه دیجیتال این است که کم‌توانایی فیزیکی اصلا دیده نمی‌شود. در این حوزه ذهن و اراده است که تعیین‌کننده است، نه محدودیت‌های جسمی

یک ماه است که گرافیک رایانه را آموزش می‌دهم. در آینده به کارآموزانی که علاقمند به کار با قلم نوری باشند، این آموزش‌ها را هم ارائه می‌دهم تا تصویرسازی انیمیشن را هم یاد بگیرند. از بچه‌ها خیلی راضی هستم و به نظرم اراده و پشتکار کارآموزان رعد قابل مقایسه با بقیه نیست. من تکلیف خانه به بچه‌ها می‌دهم و هنوز به خانه نرسیده می‌بینم بعضی از آنان تکالیفشان را برایم می‌فرستند. بچه‌ها ذهن باز و خلاقیتی دارند و چون زمان بیشتری در خانه هستند، وقت بیشتری روی

دوستان دیگر، کلاس را بطور آنلاین ادامه دادیم. این افراد که به تدریج به ده نفر رسیدند، بعد از گذراندن این آموزش‌ها مشغول به کار شدند و از این راه به درآمد رسیدند. تعدادی از آنها پشتیبانی آنلاین فروشگاه‌های مختلف را برعهده دارند. خاله من که فقط یک دستش حرکت دارد، با کمک هولدر و تبلتی که به تختش وصل شده، طراحی انجام می‌دهد، در اینستاگرام قرار می‌دهد و به درآمد رسیده‌است. می‌توان گفت از طریق این مهارت، زندگی‌اش تغییر کرد، او تحصیل کرده بود ولی به دلیل ابتلا به بیماری MS خانه نشین شد. هزینه‌های درمانی بالا و در خانه ماندن، باعث افسردگی شده بود که با یادگیری این مهارت هم درمان شد و هم به درآمد رسید. بعد از این تجربه انجمن ام اس از من خواست که این دوره‌های آموزشی را برای علاقمندان برگزار کنم.

چه مدت است که با این بچه‌ها کار می‌کنید و توانایی کارآموزان رعد را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

از شهریور سال ۱۴۰۱، کلاس‌های مبانی کامپیوتر را شروع کردم و



تنظیم وجود دارد که کار را برایشان آسان می‌کند. کیبوردهای کامپیوتر برای استفاده نابینایان هم که حروف را بطور برجسته روی آن تعبیه شده‌است، وجود دارد. همچنین در این زمان که عصر تکنولوژی و اینترنت است با پیشرفت‌های جدید در این حوزه مسلماً مناسب‌سازی‌هایی نوین ایجاد خواهد شد که حتماً جبران بسیاری از این محدودیت‌های فیزیکی و جسمی را می‌کند.

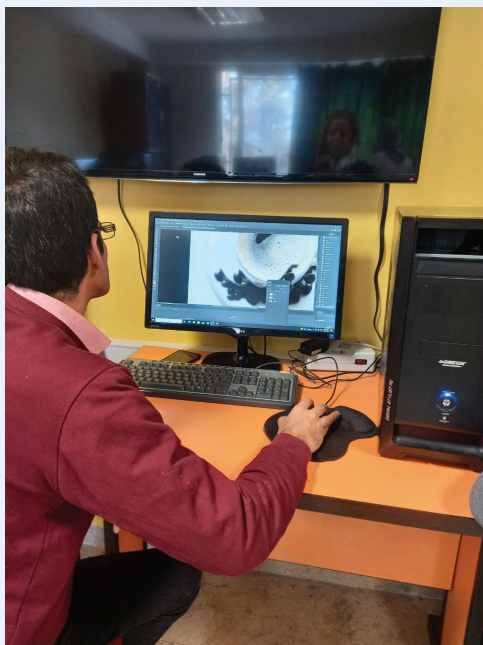
شده است؟

ناشنوایان چون از طریق تصویری آموزش‌ها را می‌بینند، معمولاً مشکلی ندارند. نابینایان از طریق قلم‌های نوری که در زیر آن سنسور وجود دارد، می‌توانند طراحی انجام دهند و یا از طریق آی‌پدهای حسگر که زیر دست نابینایان قرار می‌گیرد، می‌توان حرکت دست و لرزش دست آنان را تنظیم کرد. در روی گوشی‌های هوشمند هم امکاناتی جهت تغییر و

انیمیشن بسازند و چون excel و acces را گذرانده‌اند می‌توانند کارهای محاسباتی و آماری را انجام دهند. زبان تخصصی کامپیوتر را هم همان ابتدا به بچه‌ها آموزش می‌دهیم تا بتوانند پیام‌های کامپیوتر را بخوانند.

امکاناتی که برای مناسب‌سازی فضای مجازی برای افراد دارای محدودیت‌های حرکتی وجود دارد، برای ناشنوایان و نابینایان و دیگر انواع معلولیت‌ها دیده

در ادامه با دو نفر از کارآموزان این کلاس هم به گفت‌وگو نشستیم



■ محمد قربانی، دیپلم کامپیوتر دارد و پنج شش ماه است که در کلاس‌های رعد شرکت می‌کند. قبلاً در کلاس‌های مجتمع رعد کرج شرکت می‌کرده ولی وقتی شنیده که کلاس‌های کامپیوتر در رعد مرکز برگزار می‌شود، برای این کلاس ثبت‌نام کرده. محمد در کرج اقامت دارد ولی برای شرکت در این کلاس‌ها با مترو به تهران می‌آید. کلاس آفیس را در رعد مرکز گذرانده و کلاس گرافیک رایانه و تعمیرات موبایل را هم این ترم می‌گذراند. محمد از کارآموزان بسیار خوب این کلاس است و به آموزش‌هایی که در کلاس ارائه می‌شود بسیار علاقمند می‌باشد. او از استاد کلاس بسیار راضی است و معتقد است که مطالب را خیلی خوب و کاربردی ارائه می‌دهد. او می‌گوید: وقتی علاقه وجود داشته باشد، هر کاری آسان می‌شود.

محمد هنوز نتوانسته با آموزش‌هایی که در رعد دیده‌است، به درآمد برسد ولی بسیار امیدوارم که با اتمام آموزش‌ها به مهارت‌های لازم رسیده و به درآمد برسد.

■ مجتبی رضایی نایب هم یکی دیگر از کارآموزان کلاس گرافیک یارانه‌ای است. او فوق دیپلم دارد و از سال ۹۶ در کلاس‌های رعد شرکت می‌کند. او قبلاً در کلاس حسابداری ثبت نام کرده ولی این کلاس چون به حد نصاب نرسید، ادامه پیدا نکرد و او نتوانست مدرک فنی حرفه‌ای بگیرد. مجتبی بعداً در کلاس‌های کامپیوتر آی سی دی ال شرکت کرد و مدرک‌هایش را دریافت کرد. این ترم او در کلاس گرافیک رایانه آموزش می‌بیند.

مجتبی مطالب این کلاس را خیلی دوست دارد و سعی دارد با تسلط بر مهارت‌های آرایه شده در این کلاس وارد بازار کار شده و به درآمد برسد.



بهاریه

در این بهار، دلم دریا، دلم باران، دلم طوفان می خواهد که
تمام دردها و خشکی ها را از جسم و جانم بشوید و با خود ببرد. دلم
یک باغ بهار نارنج، دلم بوک شوخ بابونه می خواهد.
دلم یک خواب طولانی، دلم آرامش صبح شایزار می خواهد.
دلم صبحی پر از عطر اصفی، روزی های پر از امید و شور زندگی
می خواهد. دلم سلامی، عطر لبخندی و عشق پاک و بی
آلایش می خواهد. دلم شعری پر از «دوستت دارم»، دلم
آوازه های سرخوش ستاره می خواهد.
دلم شب های دور از اضطراب و روزهای شاد می خواهد.
دلم شانه ای برای گریستن و آغوش گرم و بی ترجم
می خواهد. دلم ماه و ستاره، شب های بی اضطراب و
بی خوابی، دلم شب های رویایی، دلم مهتاب می خواهد.
نمی دانم در این لحظه های بی نور بی امید چه می خواهد.
تنها می دانم دلم تقییر می خواهد.

نازنین رحیم زاده





با ذهن دیگران!

یکی از بزرگترین ایرادهای درونی ما این است که در زندگی خود را اسیر ذهن دیگران می‌کنیم و در واقع «با ذهن دیگران» زندگی می‌کنیم.

شاید نه حسادت، نه کینه‌ورزی، نه افکار منفی و نه هیچ چیز دیگر، به اندازه‌ی این موضوع نمی‌تواند به ما آسیب برساند. وقتی کسی از ظاهر و زیبایی ما تعریف می‌کند، این زیبایی را از چشمان و نگاه او می‌دانیم.

اما دقت نمی‌کنیم که در بقیه موارد هم ممکن است این موضوع صادق باشد.

اگر کسی ما را در انجام کاری ناتوان می‌داند، این مشکل از ناتوانی و ضعف ما نیست.

اهمیتی ندارد که دیگران فکر می‌کنند زیبا نیستید، زیبایی در ذهن شماست.

مهم نیست که سیل نظرات و دخالت‌ها به سمت شما سرازیر شود، در آخر تصمیم گیرنده شما هستید.

مهم نیست در ذهن دیگران درباره‌ی شما چه می‌گذرد، شما مسئول طرز فکر دیگران نیستید.

مهم این است که شما خودتان بدانید که توانا هستید، زیبا هستید، قوی هستید و به هدف و توانایی خودتان ایمان داشته باشید.

جهان اطراف شما در ذهن خودتان شکل می‌گیرد، نه در ذهن دیگران.

با «ذهن خودتان» زندگی کنید، تا در آرامش و خوشبختی زندگی کنید.

فاطمه کنهانی





برای ملاقات با هنرمندی خوش ذوق و خوش قلم به خانه‌اش رفتیم تا با او و مادر گرانقدرش از نزدیک آشنا شویم. فاطمه کنهانی، نویسنده است و در رشته ادبیات فارسی درس خوانده است. فاطمه به بیماری نادر آتروفی عضلانی نخاعی (SMA) مبتلاست. او با وجود جسم کم توانش، می‌نویسد، نقاشی می‌کند و امید به زندگی دارد. مطالب خواندنی فاطمه بارها در نشریه توانیاب به چاپ رسیده است.

فاطمه کنهانی؛

مبتلایان به بیماری SMA، فقط به دنبال تامین داروی مورد نیازشان هستند

به دنیا بیایند. بدن فرد مبتلا، به دلیل نداشتن ژن خاصی نمی‌تواند پروتئین‌سازی انجام دهد و عضله سازی در بدن بسیار ضعیف است. SMA یک بیماری پیشرونده است و به تدریج عضلات بدن را ضعیف و ضعیف‌تر می‌کند.

آیا برنامه‌ای برای غربالگری زوجین قبل از ازدواج با موضوع این بیماری وجود دارد؟

متأسفانه قبلاً، در مورد این بیماری غربالگری وجود نداشت اما این مسئله با ایجاد طرحی توسط معاونت تحقیقات در وزارت بهداشت، این مسئله در حال پیگیری است.

چگونه با مشکل خود کنار آمدی و توانستی علی‌رغم محدودیت جسمانی، درس بخوانی و نویسنده شوی؟

فاطمه: قبلاً، در مورد این بیماری غربالگری وجود نداشت اما با ایجاد طرحی توسط معاونت تحقیقات در وزارت بهداشت، این مسئله در حال پیگیری است

مورد بیماری‌های ژنتیکی وجود دارد این است که به دلیل ازدواج فAMILIARY اتفاق می‌افتد، در صورتی که افراد زیادی در جامعه ناقل این بیماری هستند و وقتی که بطور اتفاقی دو نفر از افراد ناقل با یکدیگر ازدواج کنند، ممکن است تعدادی از فرزندشان با این بیماری

لطفاً در ابتدا خودت را معرفی کن:
فاطمه کنهانی هستم، نویسنده و کارشناس زبان و ادبیات فارسی. من به یک بیماری نادر ژنتیکی به نام SMA که از طریق ژن‌ها منتقل می‌شود، مبتلا هستم. بیماری من در دوسالگی، وقتی که به موقع گردن نگرفتم و نتوانستم بنشینم و راه بروم، تشخیص داده شد. متأسفانه افراد زیادی در جامعه بدون اینکه خودشان بدانند، ناقل ژن این بیماری هستند. کتابی درباره SMA با هدف آگاهی بخشی جامعه نسبت به این بیماری نوشته‌ام.

این بیماری ارثی است و آیا به ازدواج‌های خانوادگی مربوط است؟
این بیماری ارتباطی به ازدواج‌های فAMILIARY ندارد. تصور غلطی که در



من در مدرسه عادی درس خواندم و از شانس داشتن دوستان و اولیای خوب در مدرسه برخوردار بودم. ولی دوستانی دارم که به دلیل برخورد نامناسب و فراهم نبودن شرایط مناسب در مدرسه، از ادامه تحصیل بازماندند. یکی از مشکلات افرادی مثل من در مدارس، متقاعد کردن اولیای مدرسه برای برگزار کردن کلاس در طبقه همکف است و این کار دشواری است که پیگیری آن بر دوش خانواده‌هاست. اولیای بعضی از مدارس حاضر نبوده یا نیستند، که به خاطر وجود یک نفر مبتلا به نقص جسمانی، کلاس را در طبقه همکف برگزار کنند. در مورد من این اتفاق افتاد، ولی گاهی با زخم زبان از طرف بچه‌ها و معلم‌ها هم روبه‌رو بودم که می‌گفتند، به خاطر تو مجبور به بودن در این کلاس شدیم. البته باید بگویم که در مجموع برخورد اکثر همکلاسی‌ها و معلم‌ها با من خوب بود. مقطع دبستان و راهنمایی را در مدارس عادی گذراندم و از سال دوم دبیرستان تا دیپلم را غیرحضوری ادامه دادم. کار دشوار بردن و آوردن من به مدرسه، بر دوش مادرم بود. خیلی سخت بود که او هر روز مرا به مدرسه ببرد و بیاورد. بالاخره تصمیم گرفتم که در خانه درس بخوانم و فقط برای امتحانات به مدرسه یا دانشگاه بروم. چون به درس علاقه داشتم، به راحتی توانستم در خانه بمانم و تحصیلاتم را غیر حضوری ادامه دهم. در مقطع دانشگاه هم در دانشگاه پیام نور، بطور غیرحضوری درس خواندم.

آیا از همان دوران تحصیل به ادبیات و نویسندگی علاقه داشتی؟ از چه زمانی به نوشتن روی آوردی؟
در دوران مدرسه اصلاً فکر نمی‌کردم که به سمت ادبیات بروم، ولی بعدها به این رشته علاقمند شدم و مطالعه در این زمینه را شروع کردم. نویسندگی

فاطمه: وقتی یک بیماری نادر در جامعه شناخته شود، برای درمانش بیشتر تلاش می‌شود، غربالگری آن جدی‌تر می‌شود و فرهنگ مردم در مورد برخورد با بیماران تغییر می‌کند

را از سال قبل از رفتن به دانشگاه شروع کرده‌بودم و تاکنون چهار جلد کتاب نوشته‌ام.

با انجمن SMA در ارتباط هستی، این انجمن چه خدماتی به بیماران SMA می‌دهد؟

بله من عضو انجمن هستم. با دستور رئیس جمهور قرار بود داروی مورد نیاز همه‌ی بیماران وارد کشور شود. اما این امر محقق نشد و طبق برنامه، قرار است این دارو در ابتدا در اختیار بیماران زیرده سال و بعد به بیماران ده تا بیست سال و به همین ترتیب در اختیار سایر بیماران قرار گیرد. تاکنون تعدادی از بیماران زیر ده سال دارو را دریافت کرده‌اند و بقیه منتظر واردات بیشتر دارو هستند. متأسفانه صبر کردن برای دارو واقعاً دشوار است. تمام دوستانم هرروز درحال جنگ با بیماری هستند و توانایی‌هایشان را از دست می‌دهند. هر ماه شاهد فوت چند نوزاد مبتلا هستیم و این دردی است بدتر از درد بیماری. دارو تا چه اندازه در جلوگیری از پیشرفت بیماری موثر است؟ دارو فاکتوری که در بدن مبتلیان وجود ندارد را تامین کرده و از پیشرفت بیماری جلوگیری می‌کند، البته بیماری را به صورت قطعی درمان نمی‌کند؛ بلکه در مرحله اول باعث توقف پیشرفت بیماری

و سپس باعث بهبودی تدریجی بیماری می‌شود. این بیماری تا قبل از سال ۲۰۱۶، که دارویش به بازار بیاید، جزو بیماری‌های غیرقابل درمان، کشنده و خطرناک بود. در سال ۲۰۱۶ آمپول "اسپینرازا" برای جلوگیری از پیشرفت و همچنین بهبود این بیماری ساخته شد و در اختیار بیماران قرار گرفت. بعد از آن هم شربت آن به بازار آمد. در تمام دنیا بیماران زیادی از این دارو استفاده می‌کنند و نتایج آن شگفت‌انگیز بوده است. دیدن قدم برداشتن و دویدن چنین کودکانی، مثل معجزه است. وقتی می‌بینم یک بیمار بزرگسال از روی ویلچر بلند شده است، بیشتر به این فکر می‌کنم که دارو حق بیماران ایرانی هم هست.

به نظر می‌آید که زمان شروع استفاده از دارو، نقش حیاتی در بدن افراد مبتلا دارد، اینطور نیست؟

همینطور است. اگر فرد مبتلا از کودکی که هنوز بیماری تاثیر زیادی بر او نگذاشته و بدنش تغییر شکل نداده دارو بگیرد، شرایط بدنش خیلی بهتر از فردی مثل من که بیست و پنج سال با این بیماری زندگی کرده و بدنش به شدت آسیب دیده خواهد بود. زمان برای بیماران مبتلا بسیار مهم است و در برخی از بیماران سرعت پیشرفت بیماری بسیار زیاد است؛ بنابراین رسیدن به موقع دارو برای ما خیلی مهم است. زندگی با بیماری‌های پیشرونده یک چیزی جدا از همه‌ی مسائل و نگرانی‌های دنیاست. توانایی‌های جسمی‌ای که امروز محکم در مشت گرفته‌ای، فردا صبح پودر می‌شود و از بین انگشتانت پایین می‌ریزد. تقریباً روی هیچ چیزی نمی‌توانی حساب باز کنی، چون مهمان چند روزه است. کل توانایی‌های جسمی مهمان هستند و امروز و فردا یا چند سال بعد تحلیل می‌روند. رسیدن این دارو واقعاً برای همه‌ی



رسیده‌است. البته به دنبال این هستیم که کاری مرتبط با علاقه‌ام پیدا کنم.

آیا با مرکز رعد و آموزش‌های مجازی مجموعه آشنا هستید؟

من اطلاعاتی از آموزش‌های مجازی مرکز رعد ندارم. قبلاً قصد داشتم در کلاس‌های رعد کرج شرکت کنم که به دلیل مشکلات رفت و آمد در این کلاس‌ها شرکت نکردم. یکی از مشکلات بچه‌های توانیاب مشکل رفت و آمد آنهاست. سامانه حمل و نقل معلولان فقط در شهر تهران و محدود شهرهای دیگر است و در شهرهای دیگر چنین امکانی وجود ندارد. گاهی که اسنپ درخواست می‌کنیم، وقتی راننده می‌بیند که با ویلچر هستیم، سفر را لغو می‌کند.

■ با مادر فاطمه هم گفت‌وگو کردیم.

لطفاً خودتان را معرفی کنید و از انتظاراتتان در مورد فاطمه را بگویید:

مادر: من مادر فاطمه هستم. خواسته من هم تامین دارو برای دخترم است. فاطمه با این که مجبور است همیشه در خانه باشد، ولی بسیار پرتلاش و کوشاست. او هم درسش را ادامه داد و لیسانس گرفت و هم در بسیاری از آموزش‌ها و کلاس‌های آنلاین هنری شرکت می‌کند و یاد می‌گیرد. او در خانه نقاشی و طراحی می‌کند و با چند نشریه هم همکاری دارد.

من تا کلاس دوم دبیرستان فاطمه را با ویلچر به مدرسه بردم و آوردم. راه طولانی مدرسه و خانه را با ویلچر و پیاده به مدرسه می‌رفتیم و برمی‌گشتم. چون نه تاکسی و نه اسنپی وجود داشت. برای دراختیار قرار دادن سرویس حمل و نقل برای فاطمه خیلی دوندگی و نامه‌نگاری کردم، برای بازدید به خانه هم آمدند ولی هیچ امکاناتی در اختیارمان قرار ندادند. فاطمه با تلاش و کوشش خود، دیپلم

مادر: فاطمه بسیار پرتلاش و کوشاست. او هم درسش را ادامه داد و لیسانس گرفت و هم در بسیاری از آموزش‌ها و کلاس‌های آنلاین هنری شرکت می‌کند و یاد می‌گیرد

آیا آماری از تعداد بیماران SMA در ایران وجود دارد؟

آماری که تاکنون به ثبت رسیده، چیزی در حدود ۹۰۰ نفر است.

بسیاری از فعالیت‌ها را از طریق اینترنت و فضای مجازی انجام می‌دهی. اهمیت مناسب‌سازی فضای مجازی برای افرادی که به نوعی معلولیت جسمی حرکتی دارند را چگونه ارزیابی می‌کنی؟

تنها مزیت دوران همه‌گیری کرونا روی آوردن مردم به دورکاری و فضای مجازی بود. در دوران کرونا مشاغل آنلاین رواج یافت و افراد زیادی از این طریق آموزش دیدند و به درآمد رسیدند. قطعاً برای افرادی مثل من که محدودیت حرکتی داریم، دسترسی به فضای مجازی، چند برابر دیگران اهمیت دارد. پس لازم است فضای مجازی برای همه گروه‌های جامعه دسترس‌پذیر باشد.

از نویسندگی، درآمد هم کسب می‌کنی؟

بله. من کار ویراستاری مجله هم‌افزا که مربوط به صندوق ذخیره فرهنگیان است را انجام می‌دهم و از این طریق کسب درآمد می‌کنم. مطالبی را هم برای چند نشریه مثل نشریه توانیاب فرستاده‌ام که به چاپ

مبتلایان در هر سنی مهم و حیاتی است. حتی اگر درمان صددرصد نباشد، کوچکترین احساس بهبودی هم برای ما بسیار ارزش دارد.

در مورد کتاب‌هایی که نوشته‌ای، بیشتر بگو؟

من تاکنون چهار کتاب به چاپ رسانده‌ام. کتاب آخر من در مورد زندگی خودم با بیماری SMA است. در مورد هر بیماری شما می‌توانید از طریق اینترنت اطلاعاتی کسب کنید. این‌که؛ درمانش چیست، عوارضش چگونه است و ولی در مورد چگونگی زندگی با این بیماری، شاید مطلبی در اینترنت وجود نداشته باشد. من سعی کردم در این کتاب با توجه به زندگی خودم، از تجربیات و مشکلاتم بگویم تا جامعه شناخت بیشتری نسبت به بیماری SMA پیدا کند. کتاب "هبوط تلخ" زمانی است که به همراه یکی از دوستانم نوشتم. نام کتاب دیگرم، "توان زیستن" است که یک داستان کوتاه در مورد ارزش زندگی کردن است. کتاب "ماهی گلی گویش" یکی دیگر از کتاب‌های من است که از مشکلات زندگی بیماران SMA می‌گوید. امیدوارم این کتاب خوانده شود تا مردم با مشکلات این افراد بیشتر آشنا شوند.

چه برنامه‌ای برای آینده داری؟

سعی می‌کنم در زمینه آگاهی بخشی در مورد بیماری SMA بیشتر تلاش کنم. چون معتقدم هر چه آگاهی عمومی نسبت به این بیماری بیشتر شود، بیشتر از تولد کودکان مبتلا جلوگیری می‌شود و همچنین درمان بیماران بیشتر جدی گرفته می‌شود.

از انجمن SMA چه انتظاراتی دارید؟

حداقل انتظاری که تمامی اعضای انجمن دارند، تهیه دارو و در اختیار گذاشتن آن به افراد مبتلاست.



گرفت، ليسانس گرفت و نویسنده هم شد، ولی هنوز هیچ امکاناتی برای زندگی بهتر در اختیارش قرار نگرفته‌است. الآن هم منتظریم تا دارو در اختیارمان قرار دهند، جز این درخواستی نداریم.

فاطمه: همه بیماران SMA منتظر دارو هستند. البته افراد دارای محدودیت‌های حرکتی، نیازهای فراوانی از جمله؛ مناسب‌سازی فیزیکی، مجازی و امکانات حمل و نقل را دارند ولی مبتلایان به این بیماری، در مرحله اول به دنبال تامین دارو هستند و در حال حاضر بزرگترین خواسته‌ی ما دارو است.

یکی از مواردی که برای مبتلایان بیماری SMA اهمیت دارد، آگاهی جامعه نسبت به این بیماری است. گاهی به پزشک مراجعه می‌کنم و می‌بینم که او هم از این بیماری بی‌اطلاع است. درست است که این بیماری نادر است و شاید جامعه نسبت به آن بی‌اطلاع باشد، ولی از یک پزشک انتظار می‌رود که آگاهی نسبی نسبت

به این بیماری داشته‌باشد. بعد از مسئله دارو، اطلاع‌رسانی در جامعه در مورد این بیماری است که خیلی ضروری است. بارها مجبور شدم برای بقیه توضیح بدهم که بیماری SMA با بیماری MS فرق دارد. وقتی یک بیماری نادر در جامعه شناخته شود، برای درمانش بیشتر تلاش می‌شود، و فرهنگ مردم در مورد برخورد با بیماران تغییر می‌کند.

یکی از وزرای بهداشت قبلی در مورد تامین داروی بیماران SMA گفته بود: این افراد که می‌میرند، برای چه باید برایشان هزینه تهیه دارو کنیم!

این حرف همه مبتلایان و همه خانواده‌ها را ناراحت کرد و آنها بچه‌های خود را برای اعتراض به مقابل وزارت بهداشت بردند. بسیاری از این افراد سی ساله و چهل ساله بودند تا نشان دهند

فاطمه: مشکل افراد دارای معلولیت این است که از طرف جامعه برای آنها حق زندگی، حق تحصیل، حق ازدواج و... قائل نمی‌شوند.

که حرف وزیر بهداشت چقدر نامربوط است. مسئولین بهداشتی وظیفه تامین داروی مورد نیاز هر بیماری را دارند. رنج و درد این زندگی را ما و خانواده‌هایمان تحمل می‌کنیم ولی هیچ انسانی نمی‌تواند به خاطر شرایط جسمانی فرد دیگری بگوید که او حق زندگی کردن دارد یا ندارد.

مادر: خانواده من مخالف مدرسه رفتن و حتی یادگیری خواندن و نوشتن فاطمه بودند. چون در آن زمان من هم کار می‌کردم و هم فاطمه را به مدرسه می‌بردم و می‌آوردم. بعد که به دانشگاه رفت هم باز همین افراد به من گفتند؛ چرا فاطمه می‌خواهد دانشگاه برود؟ ولی فاطمه دانشگاه رفت، کارشناسی‌اش را گرفت و کتاب هم نوشت و اولین کتابش که چاپ شد را به همه آشنایان یک جلد هدیه داد. وقتی همین افراد کتاب را خواندند، خیلی خوشحال شدند و باعث افتخارشان شد. همین افرادی که حالا با افتخار از فاطمه یاد می‌کنند، مخالف تحصیل او بودند و فکر نمی‌کردند او روزی به جایی برسد.

و سخن آخر؟

فاطمه: مشکل افراد دارای معلولیت این است که از طرف جامعه برای آنها حق زندگی، حق تحصیل،

حق ازدواج و... قائل نمی‌شوند. شاید فردی مثل من بتواند برای حقوق خود بجنگد ولی دیگری نمی‌تواند بجنگد و تسلیم می‌شود. شاید همان فردی که تسلیم شده، می‌توانست آدم موفق‌تری باشد. بخشی از ندادن این فرصت‌ها به دولت و سازمان‌های متولی امور معلولان برمی‌گردد و بخشی هم به فرهنگ مردم و جامعه برمی‌گردد. یک‌بار با مادرم در میان جمع بودیم و مادرم برای خانمی که کنارش نشسته بود، از من تعریف می‌کرد. خانم دیگری در جمع گفت: چه فایده که او مریض است. این ندادن فرصت به افراد دارای معلولیت و به رسمیت نشناختن شخصیت و توانایی‌های آنها، خودش معلولیت مضاعفی است که بر ما تحمیل می‌شود. انگار به ما می‌گویند که تو در حد خودت باقی بمان و بالاتر نرو. تو که این شرایط را داری چرا می‌خواهی درس بخوانی و پیشرفت کنی؟ با این طرز تفکر و فرهنگ موجود در جامعه اگر کسی بخواهد برای رسیدن به حقوق خود بجنگد، باید انرژی بسیار زیادی صرف کند و به نظر من این حق انسان‌ها نیست که گروهی تنها به دلیل شرایط و محدودیت جسمی، آنقدر برای خواسته‌ای که برای دیگران طبیعی و معمول است، مجبور باشد بجنگند.





راحله عباسزاده؛

با یک خانواده پرتلاش و پرکار آشنا شدیم. راحله عباسزاده و رضا نجفی دلشاد، زوجی هستند که هر کدام در حوزه فعالیت‌های خود بسیار موفق و برجسته می‌باشند. با آنها به گفت‌وگو نشستیم تا از مسیری که در زندگی طی کردند مطلع شویم.

کلمه نمی‌توانم را کنار گذاشتم

و امتحانات نهایی را می‌گذراندم. آن عمل هم خیلی موفقیت‌آمیز نبود و مجبور به استفاده از عصا و انجام فیزیوتراپی‌های دردناکی شدم. بعد از یک سال که دکتر خودم به ایران برگشت، با بررسی شرایط پایم گفت که تنها چاره، فیکس کردن زانوی راستم است. ما فوق تصور بود که از آن به بعد دیگر هیچوقت زانویم خم نمی‌شود، ولی بالاخره این عمل انجام شد و حالا بدون عصا و بریس راه می‌روم. حدود ۲۴ عمل جراحی فقط بر روی پای راستم انجام شد.

راحله: با وجود این که از ناحیه پا مشکل داشتم، ولی خانواده هیچ‌وقت بین من و خواهرهایم فرقی نمی‌گذاشتند و همان‌طور که به آنها مسئولیت می‌دادند به من نیز وظایفی را واگذار می‌کردند

می‌شکست و باید منتظر می‌ماندم تا مادرم بیاید و مرا از مدرسه به خانه برد. دو عمل دیگر که بسیار دردناک و سخت بود هم بر روی پایم انجام شد ولی به دلیل شروع بمباران در ایران، دکترم از ایران رفت. آن زمان سال آخر دبیرستان بودم. سه ماه پایم در گچ بود و با همان شرایط به مدرسه می‌رفتم

لطفا خودتان را معرفی کنید؟

راحله عباسزاده متولد ۱۳۴۸ هستم. در سن یکسال و نه ماهگی با وجود اینکه واکسن فلج اطفال زده بودم به این بیماری مبتلا شدم. بعدها معلوم شد در آن زمان یکسری واکسن تاریخ گذشته وارد شده و افراد دیگری هم مبتلا شدند. خانواده برای بهبودی من زحمات زیادی را متقبل شدند و مرا نزد پزشکان بسیاری بردند. اولین عمل بر روی پایم در سن هشتسالگی توسط دکتر کمیلی انجام شد. عمل بعدی باید بر روی عضله‌های پایم انجام می‌شد که به دلیل مصادف شدن با انقلاب در سال ۵۷، پزشکم ایران را ترک کرد و من مجبور به استفاده از بریس و کفش‌های مخصوص شدم. استفاده از بریس و کفش‌های مخصوص آسان نبود. گاهی بین کفشم



مشغول به کار شدم. ده سال است که بازنشسته شده‌ام، ولی به کارهای دیگری مشغولم. کارهای ساختمانی انجام می‌دهم و قبلاً کارگاه تراشکاری داشتم.

دوران کودکی و نوجوانی و مدرسه را چگونه گذراندید؟

راحله: پنج خواهر و یک برادر هستیم و من بچه چهارم خانواده بودم. پدر و مادرم با وجود این که از ناحیه پا مشکل داشتم، هیچ وقت بین من و خواهرهایم فرقی نمی‌گذاشتند و همان طور که به آنها مسئولیت می‌دادند به من نیز وظایفی را واگذار می‌کردند. در واقع به خاطر مشکل جسمی‌ام هیچ وقت مرا ناتوان فرض نکردند و نگذاشتند این حس به من منتقل شود که در انجام کارهایم ناتوان هستم. من هم مثل بقیه خواهرانم به مدرسه عادی رفتم و ظهرها هم پیاده با هم به خانه برمی‌گشتیم. آن زمان با بریس راه می‌رفتم. مسئولیت‌های خانه بین ما پنج خواهر تقسیم می‌شد و من هم مثل بقیه باید وظایفم را انجام می‌دادم. همین رفتار باعث شد که هیچ وقت خودم را ناتوان احساس نکنم. با خواهران و دوستان به کوه و استخر می‌رفتم. در شانزده سالگی شنا کردن را بدون مربی یاد گرفتم. خیلی زود گواهینامه رانندگی‌ام را گرفتم و همیشه به دنبال فعالیت‌های ورزشی بودم. در سال سوم دبیرستان در رشته علوم اجتماعی قبول شدم، یک سال مرخصی تحصیلی گرفتم تا سال چهارم را بخوانم و دیپلم بگیرم ولی به دلیل دور بودن دانشگاه و مشکل رفت و آمد نتوانستم به تحصیل ادامه دهم.

در مورد رشته‌های ورزشی که کار می‌کنید بگویید؟

راحله: من در رشته‌های شنا، تیراندازی، بدن‌سازی، سوارکاری و قایقرانی کار کرده‌ام. در سن ۲۱-۲۲

رضا: خوشبختانه پس از ازدواج و وقتی آشنایی بیشتری بین راحله با خانواده‌ام ایجاد شد، تمام اختلافات حل شد و اکنون روابط بسیار خوبی میانمان برقرار است

سالگی، بعد از آشنایی با جامعه معلولان ایران، وارد تیم شنا شدم و کار با مربی را شروع کردم. مربی اولم، خانم مازندرانی بود که خیلی با ما تمرین می‌کرد. از ساعت ۷ صبح باید در استخر حجاب بودیم و یک سانس هم از ۹ شب به بعد باید تمرین می‌کردیم. این تمرین‌ها در زمستان و تابستان، در گرما و سرما و در برف و باران قطع نمی‌شد. در همان سال در تیم شنای افراد دارای معلولیت اول شدم و در شنای کراال سینه و پشت هم مقام آوردم. هر سال در مسابقات شنا شرکت کرده و مقام‌های خوبی به دست می‌آوردم. در سال ۷۲ با همسرم آشنا شدم و این آشنایی به ازدواجمان منجر شد.

در مورد ازدواجتان بیشتر بگویید، چطور با هم آشنا شدید؟

راحله: ایشان همراه پدر و یکی از اقوامشان برای انجام کاری به منزل ما آمدند که پدرم از من خواست که چایی بیاورم، من هم آوردم و از این طریق با ایشان آشنا شدم. بعد از چند روز با خانواده برای خواستگاری به منزل ما آمدند. با اجازه پدرم نامزد شدیم و یک سال و نیم رفت و آمد کردیم تا بیشتر با هم آشنا شویم. در شروع دوران نامزدی شرایط جسمانی خودم را شرح دادم و گفتم، ممکن است در بسیاری از فعالیت‌های تفریحی

مثل؛ کوهنوردی یا دوچرخه‌سواری نتوانم با شما همراهی کنم. ایشان در جواب گفت: من متوجه شرایط شما هستم ولی معلولیت برای هر شخصی ممکن است پیش بیاید. ایشان در ادامه گفت: شاید در حادثه‌ای، من هم دچار معلولیت شوم، آیا شما مرا ترک می‌کنی؟ من هم جواب دادم که وقتی دو نفر دست همراهی برای یک عمر به هم می‌دهند باید در هر شرایطی کنار هم باشند. وقتی که رضا فوق‌لیسانس قبول شد از من سوال کرد که ادامه تحصیل بدهم یا نه؟ او فکر می‌کرد در کنار درس و کار، احتمالاً وقت کمتری برای تفریح و مسافرت و رفت و آمد با فامیل باقی می‌ماند. جواب من این بود که؛ هیچ وقت مانع پیشرفت نخواهم شد و اگر بخواهی به مقاطع بالاتر هم بروی، حاضرم با تمام کم و کاستی‌ها بسازم.

خانواده در مورد ازدواجتان چه نظری داشتند؟ مخالفت نکردند؟

رضا: بعد از خواستگاری، مقداری مخالفت و مقاومت بوجود آمد. مادرم ایشان را در روز خواستگاری دید و مخالفت‌هایی از طرف او و خاله‌هایم بوجود آمد. اما من وقتی تصمیمی برای انجام کاری می‌گیرم، به اطرافیان اجازه دخالت نمی‌دهم. من به راحله علاقمند شده بودم و به این وصلت اصرار داشتم. خوشبختانه پس از ازدواج و وقتی آشنایی بیشتری بین راحله با خانواده‌ام ایجاد شد، تمام اختلافات حل شد و اکنون هم روابط بسیار خوبی میانمان برقرار است.

راحله: رضا با قاطعیت ایستاد و پدر من هم وقتی تصمیم و اراده رضا را دید با این ازدواج موافقت کرد.

در آن زمان هم شاغل بودید و هم درس می‌خواندید؟

رضا: بله هم کار می‌کردم و هم درس می‌خواندم و علاوه بر آن



فعالیت‌هایی در حوزه‌های مختلف دیگری هم داشتیم. کلا آدم فعال و پرکاری هستم و حتی گاهی در روزهای تعطیل هم برای کار از خانه خارج می‌شدم. خوشبختانه راحله هم هیچ‌گاه مانع درس و کار من نشد. هیچ‌وقت به خانواده‌ام متکی نبوده و خرج زندگی و تحصیل را همیشه خودم تامین کردم. سعی کردم این اخلاق و پشتکار در کار و تحصیل را به بچه‌هایم هم منتقل کنم.

در مورد فرزندان‌تان برایمان بگویید؟

رضا: یک دختر و یک پسر داریم. هردوی آنها را از همان دوران تحصیل تشویق کردیم که از کلاس‌های خارج از برنامه درسی مثل زبان و کلاس‌های آموزشی مختلف استفاده کنند و از هر نظر توانمند و مستقل بار بیایند.

راحله: در سال ۷۵ ازدواج کردیم و در سال ۷۶ خدا یک دختر زیبا به ما داد که اسمش را ثنا گذاشتیم. در آن زمان رضا، هم کار می‌کرد و هم درس می‌خواند. به همین دلیل مسئولیت‌های بچه‌داری و خانه‌داری را به تنهایی بر عهده گرفتم. پسر من سینا هم در سال ۸۰ بدنیا آمد. آن زمان دخترمان به مهدکودک می‌رفت و پسرمان نوزاد بود و من کارهای هردوی آنها را از واکسیناسیون گرفته تا شرکت در انجمن اولیا و مربیان مدرسه را برعهده داشتیم. ثنا، در دوره راهنمایی بود که احساس کردم در مورد هدایت درسی او نیاز به کمک و همراهی همسرم دارم. از آن زمان همسرم هم وارد عمل شد و هدایت تحصیلی بچه‌ها را برعهده گرفت. در کلاس‌های مختلف ثبت نامشان کرد و معتقد بود که بچه‌ها باید هدفمند درس بخوانند. برای این که پسر من در مدرسه خاصی درس بخواند، محل زندگی خود را به آن منطقه تغییر دادیم، چون آن مدرسه، از مناطق دیگر ثبت‌نام نمی‌کرد. به نظرم راهی که رفتیم

راحله: یکی از دلایل موفقیت من در هر رشته‌ای که وارد شدم چه ورزشی، چه هنری و چه مسئولیت‌های زندگی، این بود که همسرم همیشه همراه و همپا با من جلو آمده و هیچگاه مانع راهم نبوده است

درست بود، چون خوشبختانه هر دو فرزندانمان بسیار موفق هستند.

آیا از خانواده‌ها هم کمک می‌گرفتید؟

راحله: سعی داشتیم بار زندگی‌مان را بر دوش خانواده‌هایمان نیاندازیم. من عقیده دارم که کارهای من مربوط به خودم است و سعی می‌کنم در حد توان خودم وزنه بردارم که نیازمند به کمک دیگران نباشم. البته همسرم همیشه همراه و پشتیبان من است و گاهی به من تذکر می‌دهد که توانت را باید برای سال‌های بعدی زندگی‌ات هم نگه‌داری، که این تذکرات واقعا بجا و درست است. البته در موارد ضروری از خواهرانم هم کمک می‌گرفتم.

در این سال‌ها ورزش را هم ادامه دادید؟

راحله: من در کنار همه مسئولیت‌های زندگی و بچه‌داری، ورزش هم می‌کردم. یادم است پسر من شیرخواره بود که در یک اردوی سه‌روزه شنا شرکت کردم. در این مدت پسر من را نزد خواهرم گذاشتم و در این مسابقات مقام کسب کردم. در کنار ورزش شنا، از سال ۸۸ ورزش بدنسازی را هم در باشگاه پیام زیر نظر مربی خیلی خوبی که داشتیم، شروع کردم. بعد متوجه شدم که کلاس

تیراندازی هم در باشگاه پیام آموزش داده می‌شود. در کنار بدنسازی، در کلاس‌های تیراندازی هم شرکت کردم. اول با تفنگ کار می‌کردم و بعد به پیشنهاد مربی‌ام کار با طپانچه را شروع کردم. بعد از آن با خانم مهوش سراجی که مربی یوگا بودند، یوگا را هم شروع کردم. هر سه این کلاس‌ها در یک روز برگزار می‌شد و من در هر سه کلاس شرکت می‌کردم. آن زمان بچه‌ها بزرگ شده بودند و مدرسه می‌رفتند. به آنها یاد داده بودم که روی پای خود بایستند و منتظر سرویس گرفتن از من نباشند. در مسابقات تیراندازی شهرداری مناطق بیست و دوگانه تهران، دو بار مقام دوم را کسب کردم. بعد از آن باخبر شدم که مسابقات اسلalom اتومبیلرانی قرار است برگزار شود و چون من از ۱۹ سالگی ماشین داشتم و رانندگی می‌کردم، در دوره‌های آموزشی اتومبیلرانی هم شرکت کردم. آن زمان در مسابقات اتومبیلرانی، خانم‌ها و آقایان با هم شرکت می‌کردند. من در مسابقات اسلalom هم مقام سوم را کسب نمودم. در اولین مسابقه رالی خانوادگی در سال ۷۲ که هنوز با همسرم آشنا نشده بودم شرکت کرده بودم. در این مسابقه که اتفاقا محل پایان مسابقه در مرکز رعد بود، مقام سوم را آوردم. در کنار این ورزش‌ها به کلاس‌های سوارکاری هم می‌رفتم و در مسابقات سوارکاری کشوری میرزا کوچک خان که در شهر اهر برگزار می‌شد هم توانستم مقام دوم را کسب کنم. در یکی از تمرینات سوارکاری از اسب افتادم و استخوان دنبالچه ستون فقراتم آسیب دید و مجبور شدم شش ماه استراحت کنم. بعد از آن باخبر شدم که مربی سوارکاری از فرانسه آمده و قرار است سوارکاران را کلاس‌بندی کند. باید در یک دوره کارگاهی ده روزه شرکت می‌کردم، در این دوره هم شرکت کردم. بعد از تمرینات سوارکاری و آسیبی که بعد

از افتادیم از اسب، دیدم همسر من خواست که به سلامتی خودم بیشتر توجه داشته باشم. او گفت: این دفعه جان سالم به در بردی ولی ممکن است بار دیگر دچار آسیب جدی تر و زمین گیر شوی. از آنجا حرفشان منطقی بود قبول کردم و از سوارکاری فاصله گرفتم. بعد به دنبال رشته قایقرانی رفتم. آن زمان در دریاچه ورزشگاه آزادی تمرین می کردیم. آقای مهدوی نیا، مربی عزیزمان مرا تشویق می کرد و می گفت چون قدرت بازوانت خوب است، خیلی خوب پیشرفت می کنی. با قایق های کایاک تمرین می کردیم. یک بار روی دریاچه، قایقرانی می کردیم که باد و طوفان شدیدی برپا شد و من برای کنترل قایق به دستم خیلی فشار آوردم که در نتیجه دچار آسیب دیدگی تنیس البو در ناحیه دست شدم و مجبور شدم مدتی برای مراقبت از دستم تمرینات را متوقف کنم. در همان زمان در کلاس دف مرکز رعد هم شرکت می کردم که به دلیل آسیب دیدگی دستم آن را ادامه ندادم. به هر حال هنوز هم وقتی مسابقاتی در رشته تیراندازی، شنا یا اتومبیلرانی برگزار شود، من را خبر می کنند چون تقریباً در این رشته ها پیشکسوت هستیم. من به مربی گری ورزشی هم علاقه دارم و امیدوارم بتوانم در دوره های مربی گری ورزش معلولان شرکت کنم و مدرک آن را بگیرم.

با رعد چگونه آشنا شدید؟

من از طریق دوستانی که در کلاس های رعد شرکت می کردند، با رعد آشنا شدم. از سال قبل آموزش در کلاس های هنری در رعد را شروع کردم. دوران کرونا شرایط سختی برای من بود، چون از ورزش دور شده بودم و همه استخرها و باشگاه ها تعطیل بودند. بچه هایمان هم هر دو برای ادامه تحصیل به خارج از کشور رفته بودند و من احساس می کردم که

رضا:
هنوز هم در زمینه های مختلف فعالیت دارم و شعارم این است که؛ بی کار نتوان نشست

دچار خلا شده ام. بعد از کاهش شیوع کرونا در کلاس های رعد شرکت کردم. اولین کلاسی که ثبت نام کردم، کلاس دوخت بود. در کلاس دوخت، دوختن کیف های فانتزی و ساک های خرید را آموزش دیدم. کار خیلی تمیز و خوب بود و توانستم از فروش آنها درآمد کسب کنم. بعد که مربی مان، کلاس آموزش قیطون دوزی را هم برگزار کرد، در این رشته هم شرکت کردم. من از این دو رشته تا کنون درآمد داشته ام. مواد اولیه را از خود مرکز رعد تهیه می کنیم و تولیداتمان را هم به رعد تحویل می دهیم تا برای فروش عرضه کند. خودم هم از دوستان و آشنایان سفارش می گیرم و به فروش می رسانم. رضا: کارهای دست راحله بسیار با کیفیت، تمیز و درجه یک است و خیلی خوب به فروش می رسد. راحله: دلیل موفقیت من همین تحسین و تعریف هایی است که همسرم همیشه از من می کند و من واقعا سپاسگزار او هستم.

شما از خودتان بیشتر بگویید؟ آیا شما هم به ورزش علاقه دارید؟ الان به چه کاری مشغول هستید؟

رضا: من ده سال است که از خدمات دولتی بازنشسته شده ام ولی هنوز در زمینه های مختلف

مشغول به فعالیت هستم. مثلاً در کنار کار دولتی، کارگاه تراشکاری داشتم و همچنین کارهای ساختمانی انجام می دادم. واحد فتوکپی دو دانشگاه را گرفته بودم و کار این دو دانشگاه را راه می انداختم. پنجشنبه و جمعه را به کلاس های فوق برنامه درسی فرزندانم اختصاص داده بودم. بنابراین من وقتی برای استراحت و ورزش و تفریح نداشتم و تنها ورزشی که گاهی به آن می پردازم پیاده روی است. هردو فرزند را در دوره راهنمایی و دبیرستان به کلاس های زبان و ریاضی، فیزیک و کلاس های فوق برنامه مدرسه می بردم، چون معتقد بودم که سطح دانش بچه ها باید از سطح مدرسه بالاتر باشد. من خودم خیلی به درس علاقمند بودم، سعی کردم بچه ها را هم در همین مسیر جلو ببرم. هنوز هم در زمینه های مختلف فعالیت دارم و شعارم این است که؛ بی کار نتوان نشست.

آلان فرزندانان در چه مرحله ای هستند؟

رضا: دخترم که در رشته تجربی درس خواند و بعد از دیپلم علاقه داشت که در رشته دندانپزشکی درس بخواند. تصمیم گرفتیم هرچیز شده او را کمک کرده تا بتواند در رشته مورد علاقه اش تحصیل کند. یک مغازه و یک خانه داشتیم و تصمیم گرفتیم هردو را بفروشیم و خرج تحصیل دخترمان در روسیه کنیم. دخترم در رشته دندانپزشکی تحصیل کرده و به زودی فارغ التحصیل می شود. امیدواریم بتوانیم در جشن فارغ التحصیلی اش در دوم تیرماه شرکت کنیم. پسر من هم در آزمون آی مت که هر ساله در ایتالیا برگزار می شود شرکت کرد و قبول شد و اکنون مشغول تحصیل در رشته دندانپزشکی در ایتالیا است. راحله: ایتالیا هر ساله آزمونی برگزار می کند و داوطلبان از سراسر دنیا در این آزمون شرکت می کنند. این آزمون در ایران برگزار نمی شود و ما



هیچگونه سرویس و خدماتی ندارند و هرچه از شهرهای بزرگ دورتر می‌شویم، امکانات رفاهی برای افراد دارای معلولیت کمتر می‌شود. در صورتی که این افراد هم مانند سایر هموطنان مالیات می‌پردازند، چرا نباید شرایطی باشد که این افراد هم از مناطق دیدنی و اماکن مختلف دیدن کنند.

چه توصیه‌ای به دوستان دارای معلولیت خود دارید؟

را حله: همیشه دوستانم را ترغیب می‌کنم که خودشان را باور کرده و برای هدفی که دارند تلاش کنند. به آنها می‌گویم که اگر برای رسیدن به مطلوب‌هایمان تلاش نکنیم، یک عمر حسرت برایمان باقی می‌ماند. ممکن است در بعضی از فعالیت‌ها محدودیت‌هایی داشته باشیم، ولی باید روی توانمندی‌های زیادی که داریم، تمرکز کنیم. توصیه‌ام این است که کلمه "تمی‌توانم" را از فرهنگ لغاتشان حذف کنند و هرکاری را امتحان کنند تا ببینند آیا می‌توانند آن را انجام دهند یا نه؟ همیشه سعی کردم در هر حوزه‌ای چه ورزشی و چه هنری، بچه‌هایی که احساس ناامیدی می‌کنند را به زندگی برگردانم و تشویقشان کنم تا توانمندی‌های خود را باور کنند. کسی که دوپا ندارد با دستانش می‌تواند دنیا را تسخیر کند و کسی که نه دست و نه پا ندارد، با زبانش می‌تواند سخنان قابل‌قبولی باشد.

مسفل بود و سعی کرد روی پای خودش بایستد. مخصوصاً وقتی دید برادرش می‌خواهد برای تحصیل به ایتالیا برود، سعی کرد هزینه‌ای به ما نحمیل نکند. الآن هم بورسیه شده و در کنار درس در یک کلینیک کار می‌کند. لازم است بگویم که یکی از دلایل موفقیت من در هر رشته‌ای که وارد شدم چه ورزشی، چه هنری و چه مسئولیت‌های زندگی، این بوده که همسرم همیشه همراه و همپا با من جلو آمده و هیچگاه سد راهم نبوده و من همیشه از این نظر از او ممنون هستم.

برنامه آینده شما چیست؟

را حله: برنامه ام این است که با همسرم بیشتر به سفر برویم. من به مسافرت خیلی علاقه دارم و بعد از این که بچه‌ها برای تحصیل رفتند ما اوقات فراغتمان را به سفر می‌پردازیم. عید امسال ما ۱۴ روز به ایلام و ملایر و خرم‌آباد و دزفول و رفتیم. در سفرهایی که به شهرها و مناطق مختلف می‌کنیم، می‌بینم بسیاری از مناطقی که برای افراد تندرست قابل رفتن است برای من و امثال من که مشکل جسمی داریم، در دسترس نیست. برای من سرویس‌های بهداشتی بین راهی اغلب به سختی قابل استفاده است یا به سختی می‌توانم از پله بالا بروم، برای افرادی که روی ویلچر هستند یا مشکلات جسمی شدیدتری دارند این اماکن و مناطق

برای شرکت پسر در این آزمون، به دبی رفتیم که خوشبختانه قبول شد. آن زمان ما هزینه تحصیل دخترم در روسیه را هم باید تامین می‌کردیم و کلاس‌های پسر هم هزینه بالایی داشت. بلاخره هرجور بود توانستیم این هزینه‌ها را بپردازیم. پسر اکنون در سال دوم رشته دندانپزشکی در ایتالیا مشغول به تحصیل است. رضا: از دخترم تا سه سال اول تحصیلش، حمایت مالی کردیم و در سه سال آخر بورسیه دانشگاه شد. چون شش ترم پشت سرهم رتبه و معدل بالایی داشت، از آن به بعد شامل بورسیه شد. چند وقت پیش یک المپیادی بین دانشجویان دندانپزشکی روسیه برگزار شد که دخترم نفر اول این آزمون شد و به همین دلیل برای دوره تخصص بورس تحصیلی به او تعلق گرفت.

پس فرزندان شما هم مانند خودتان افراد موفق هستند، راز این موفقیت چیست؟

را حله: به نظر من رسالت هر کسی در این است که ردپای خوبی از خود به جا بگذارد. همیشه سعی کردیم که دوستان و فامیل و اطرافیان را از خود راضی نگه داریم. از طرفی خودمان را در قبال فرزندانمان مسئول دانسته و کوشیده‌ایم که آنها را در مسیر موفقیت راهنمایی کنیم. دلیل این که دخترم توانست در درس موفق باشد این بود که او یک بچه





محبوبه رحیمیان، مدیر و مسئول روابط عمومی خانه امن غیردولتی آتنا است. او همکاریش با این خیریه را از سه سال قبل شروع کرده است. از طریق او با فعالیتها و خدمات این موسسه خیریه آشنا می‌شویم.

مسئول روابط عمومی خانه امن آتنا؛

خیریه آتنا پذیرای زنان یا دخترانی است که مورد خشونت خانوادگی قرار دارند

فقر، بیماری، اعتیاد، خشونت و بسیاری از موارد دیگر. مواجهه با این معضلات باعث شد به نحوی وارد همه این حوزه‌ها شده و تصمیم گرفتند در قالب کمک‌های خیریه‌ای هرکاری که از دستشان بر می‌آید را انجام دهند. به مرور متوجه شدند که زنان و دختران همکاری و همراهی بیشتری دارند و اقدام‌هایی که برایشان انجام می‌دهند، بیشتر جواب می‌دهد. از طرفی متوجه شدند که موانع بسیاری مثل؛ محدودیت‌های عرفی و قانونی بسیاری برای رشد زنان و دختران این خانواده‌ها وجود دارد. یعنی با وجود این که زنان برای تغییر شرایطشان پیگیرتر و همراه‌تر هستند، ولی به دلیل موانعی که سر راهشان قرار دارد، بیشتر از سایر افراد خانواده در معرض آسیب و اجحاف قرار می‌گیرند. این موانع شامل؛ خشونت خانوادگی، کودک همسری و دورماندن از تحصیل به دلیل فقر خانواده و... بود. به مرور گروه هدف موسسه، بیشتر به سمت حمایت از زنان و دختران رفت.

اگر اختلافات زناشویی بین زوجین به دلیل مشکلات روانی، معیشتی، اعتیاد یا مسایل فرهنگی باشد، تمام تلاش خود را در برطرف کردن مشکلات انجام می‌دهیم

کم‌برخوردار پرداختند. آنها از طریق ارتباطاتی که با افراد، سرای محله‌ها، مدارس و... در مناطق مختلف ایجاد کردند، دانش‌آموزان خانواده‌های کم‌برخوردار را در مناطقی مثل؛ خاک سفید شناسایی و تحت پوشش آموزشی قرار دادند. همزمان با آموزش، متوجه مشکلات فراوانی که این خانواده‌ها با آن روبه‌رو بودند شدند. مشکلاتی از قبیل؛

لطفا خودتان را معرفی کنید

محبوبه رحیمیان، مدیر و مسئول روابط عمومی خانه امن غیردولتی آتنا که وابسته به خیریه‌ای با همین نام است هستم. همکاری من با خیریه آتنا از سه سال پیش شروع شد و بعد از یک سال به عنوان مسئول خانه امن آتنا در این مکان مشغول به فعالیت شدم.

در مورد خیریه آتنا و نحوه شروع به کار آن و اهداف موسسه توضیح دهید؟

موسسه خیریه ارتقا کیفیت زندگی زنان آتنا، یک موسسه غیرانتفاعی و مردمی است که از سال ۸۵ فعالیت خود را تحت عنوان "سلام رحمان" آغاز کرد. در آن زمان تعدادی از دانشجویان دانشگاه تهران تصمیم به انجام یک فعالیت اجتماعی داوطلبانه گرفتند. از آنجا که معتقد بودند، تحصیل و آموزش زندگی افراد را ارتقا می‌دهد، به ارائه کمک‌های آموزشی و تحصیلی به دانش‌آموزان خانواده‌های





موسسه سلام رحمان مجوز خود را از سازمان ملی جوانان که زیر مجموعه وزارت ورزش و جوانان بود گرفته بود. به تدریج گروه هدف موسسه آتنا، زنان سرپرست خانوار و زنان تحت خشونت خانوادگی شد. موسسین خیریه، در ارتباطی که با سازمان بهزیستی برای اخذ مجوز داشتند، متوجه شدند که خانه‌های امنی در سراسر کشور در حال تاسیس هستند و به خیرین مجوز تاسیس خانه امن طبق پروتکل‌های موجود، داده می‌شود. به خیریه آتنا هم چون در تهران چنین موسسه غیردولتی وجود نداشت، پیشنهاد تاسیس خانه امن در استان تهران داده شد. در سال ۹۷ خیریه آتنا موفق به اخذ مجوز خانه امن آتنا شد. از آن به بعد این خیریه پذیرای زنان یا دخترانی که مورد خشونت خانوادگی قرار گرفته و فضای خانه محیط امنی برایش نبود، شد. این افراد می‌توانند با فرزندانشان، به خانه امن آتنا مراجعه کرده و تا زمان بهبود شرایط فردی و خانوادگی‌شان در این خانه ساکن شوند.

این افراد از چه طریقی به آتنا معرفی می‌شوند؟

این افراد از طرف سازمان بهزیستی، دادگستری، بیمارستان‌ها، خیریه‌ها، سایر افراد یا خود معرف به موسسه آتنا معرفی می‌شوند.

شرایط پذیرش این افراد چگونه است و چند نفر در حال حاضر در این خانه امن زندگی می‌کنند؟

مددکاران خیریه با افرادی که از طرق مختلف معرفی می‌شوند مصاحبه کرده و با توجه به شرایط و وضعیتشان در فرایند حمایت‌گری قرار گرفته و در موردشان طرح جامع پیاده می‌شود. خانه امن آتنا قبلاً در دو ساختمان دیگر بود که چون ظرفیتشان بسیار محدود بود، در سال ۹۹ به ساختمان جدید با امکانات بیشتر منتقل شد. در طول این سال‌ها افراد مختلفی به ما ارجاع داده شده‌اند که توانستیم مسایل آنان را حل کنیم و گاهی هم با اصرار خود فرد و علی‌رغم نظر مددکاری و بدون ایجاد تغییرهای مدنظر، ترخیص شده و از پیش ما

با ورود هر فرد به خانه امن، روند حقوقی با کمک وکلای داوطلب خیریه آتنا شروع و پرونده تشکیل می‌شود و هر اقدام قانونی که لازم است، از شکایت ضرب و جرح تا درخواست طلاق یا حضانت فرزند و... دنبال می‌شود

رفته‌اند. این خانه ظرفیت پذیرش ۴۵ نفر را در اتاق‌هایی با دو تا چهار تخت دارد. معمولاً هر اتاق به یک مادر و فرزندانش تعلق می‌گیرد.

در خانه امن چه خدماتی به افراد پذیرش شده ارائه می‌شود؟

در خانه امن از ابتدای پذیرش فرد، فرایندهای حقوقی، مددکاری و روانشناختی برای او شروع شده و با توجه به شرایطی که فرد با آن روبه‌روست، مداخله‌های مختلفی انجام می‌شود. در بدو پذیرش در صورت نیاز، به پزشک قانونی مراجعه می‌شود و برای همه‌ی افراد پذیرش شده، حکم قانونی دریافت می‌شود. به هر حال با ورود هر فردی به خانه امن، روند حقوقی با کمک وکلای داوطلب خیریه آتنا شروع و برای او پرونده تشکیل می‌شود و هر اقدام قانونی که لازم است، از شکایت ضرب و جرح تا درخواست مهریه، حضانت فرزند، طلاق و... دنبال می‌شود. به موازات این اقدام‌ها، پیگیری‌های لازم در زمینه مددکاری اجتماعی مثل؛ بررسی وضعیت خانوادگی فرد و ریشه‌یابی مشکلات و اختلاف‌ها دنبال می‌شود. با همسر و خانواده‌ها تماس گرفته و قرار مصاحبه در موسسه گذاشته می‌شود، بسته به شرایط، زوجین را با هم روبه‌رو کرده و در گفت‌وگو با آنها سعی می‌شود تا مشکل را پیدا و حل کنند تا فرد به خانواده‌اش برگردد. مگر در مواردی که امکان برگشتن فرد به خانواده وجود نداشته باشد؛ مثل فرزندی که توسط

پدر یا افراد خانواده مورد سوء استفاده شدید جسمی یا جنسی قرار گرفته باشد. در این صورت امکان برگشت او به خانواده وجود ندارد. کما این که موارد حقوقی و کیفری هم در این موارد دنبال می‌شود. موردی داشتیم که تجاوز پدر به دختر محرز شده بود، بردار و بچه را هم به دنیا آورده بود. بچه تحویل بهزیستی شد و در نهایت پدر محکوم شد. منظور این است که پیگیری‌های حقوقی و کیفری متناسب با هر فرد پذیرش شده انجام می‌شود. در مواردی که مشکلات عدم امنیت جسمی و جنسی در خانواده محرز باشد و قابل مرتفع کردن نباشد، هیچ اقدامی برای برگشت فرد به خانواده انجام نمی‌دهیم و روند طلاق و گرفتن حضانت فرزند آغاز می‌شود. ولی اگر اختلافات زناشویی بین زوجین به دلیل مشکلات روحی، معیشتی یا مسایل فرهنگی باشد، تمام تلاش خود را در برطرف کردن مشکلات انجام می‌دهیم. گاهی با مشاوره‌های زوج درمانی، روانشناسی، روانپزشکی یا یک سری آموزش‌هایی در راستای توانمندسازی بانوان و بالا بردن عزت نفس و آشنایی با حقوق خودشان و غیره، امکان برگشت فرد به خانواده ایجاد می‌شود. در خانه امن آتنا هم افراد ایرانی و هم افغانستانی داریم که هر کدام شرایط خاص خود را دارند و مسایل حقوقی و مددکاری برای هر کدام از آنها با هم متفاوت است. از فرزندان افرادی که در خانه امن آتنا پذیرش می‌شوند، حمایت آموزشی هم می‌شود. بچه‌ها در مدرسه ثبت‌نام می‌شوند. بچه‌هایی داشتیم که وقفه تحصیلی و عقب‌ماندگی تحصیلی داشته‌اند که پرونده‌های تحصیلی آنان هم پیگیری می‌شود. در مواردی که پدر و مادر و یا یکی از آنها افغانستانی بوده و مشکل مدارک هویتی دارند هم توسط مددکاران مرکز پیگیری و سعی شده این بچه‌ها در مدارس رسمی و دولتی ثبت‌نام شوند. همچنین با برگزاری کلاس‌های کمک آموزشی از طریق معلمان خصوصی داوطلب، سعی داریم برای رفع ضعف درسی این دانش‌آموزان اقدام کنیم. مسائل بچه‌هایی که اختلال یادگیری دارند را



روزهای مشخصی، بطور منظم و بسیار متعهدانه با ما همکاری دارند و مسائل افرادی که نیاز به مشاوره و درمان دارند را پیگیری می‌کنند. در این کمیته، روانشناس و روانپزشک متخصص کودک و نوجوان هم داریم که بطور منظم امور مشاوره‌ای و درمانی گروه سنی زیر هجده سال را پیگیری می‌کنند. اینها خدمات جامعی است که موسسه آتنا در اختیار این افراد قرار می‌دهد.

این زنان و دختران چه مدت در خانه امن زندگی می‌کنند؟

طبق پروتکل‌های سازمان بهزیستی هر خانمی که خشونت دیده و از خانه خارج می‌شود حدود سه ماه می‌تواند در مراکز دولتی ساکن شود. ولی مشکل حاد ریشه‌ای مثل خشونت و اعتیاد یک زندگی چندساله چگونه ممکن است در عرض سه ماه حل شود؟ مگر یک دعوی ساده باشد.

هم پیگیری می‌کنیم. کلاس‌های فوق برنامه مثل؛ ژیمناستیک برای دختران و فوتبال برای پسران هم در تابستان داریم. در موسسه، روانشناس کودک و نوجوان داریم که یک روز در هفته در محل حاضر شده و جلسه‌های مشاوره با بچه‌ها برقرار می‌کنند. جلسه‌های مشاوره‌ی روانشناسی و روانپزشکی جداگانه‌ای هم برای افراد بزرگسال برگزار می‌شود.

در مورد طرح جامع خانه امن آتنا بیشتر توضیح دهید:

طرح جامع موسسه آتنا شامل واحد مددکاری، واحد حقوقی، اسکان، کمیته پزشکی و روانشناختی، کمیته آموزش، واحد مهارت‌آموزی و اشتغال و کمیته اوقات فراغت است. در واحد اشتغال و مهارت‌آموزی، در موسسه آتنا دو کارگاه داریم، یکی کارگاه خیاطی و دیگری کارگاه شیرینی‌پزی و آشپزخانه است. خانم‌ها با توجه به علاقه و مهارتشان می‌توانند در هر کدام از این کارگاه‌ها شرکت کرده و مشغول به کار و مهارت‌آموزی شوند. البته تعدادی از بانوان هم که از قبل در کارهای دیگری مشغول بوده و تخصصی داشته‌اند، مثل آرایشگری، چنانچه در مورد این افراد نگرانی امنیتی در رابطه با رفت و آمد روزانه وجود نداشته‌باشد، می‌توانند به کار خود ادامه دهند. دوره‌های مهارت‌فردی هم برای بانوان برگزار می‌کنیم. مدتی پیش یک دوره کارگاهی مهارت‌فردی به مدت سه چهار ماه برگزار شد که بانوان موسسه در آن شرکت کردند. در این دوره که توسط چند تن از مددکاران خبره برگزار شد، سرفصل‌هایی در مورد مهارت‌فردی و شناخت و مدیریت هیجانات و هدف‌گذاری در زندگی و غیره آموزش داده شد. هدف از برگزاری این دوره، آموزش کنترل خشم و نحوه ارتباط سازنده با افراد در شرایط و موقعیت‌های خاص بود. چون بسیاری از مشکلات این افراد با خانواده‌ها، فرزندان‌شان و حتی در خانه امن با هم‌خانه‌های خود، به داشتن چنین مهارت‌های

ارتباطی برمی‌گردد. کمیته اوقات فراغت موسسه هم متناسب با فصول متفاوت سال فعالیت دارد. مثلاً برای نوروز سعی می‌شود خانم‌ها را به سفر ببریم. سال قبل بانوان به همراه فرزندان‌شان چند روز به رامسر برده شدند. جدا از این هر هفته سعی می‌شود دو یا چند برنامه تفریحی و فرهنگی برگزار شود که این برنامه‌ها با حضور مددکاران موسسه انجام می‌شود. بخش دیگر کمیته پزشکی است که از همان ابتدای ورود و پذیرش افراد شروع به کار می‌کند، چون افرادی که به اینجا می‌آیند اغلب با دچار ضرب و شتم هستند و یا اینکه آنقدر دچار غفلت و کم‌وکاستی‌های مختلف بوده‌اند که با مشکلات مختلف جسمی و سلامتی به خانه امن مراجعه می‌کنند. کمترین و ساده‌ترین مشکلات آنها دندانپزشکی است. موردی داشتیم که خانمی به بیماری سیستم ایمنی و بیماری پسوریازیس دچار بود و روی بدنش لکه‌های پوستی خیلی شدیدی داشت که به دلیل مشکلات خانوادگی و فقرمالی به آن رسیدگی نشده بود پس از ورود به خانه امن، چهار ماه طول کشید تا دوره حاد بیماری کنترل شود. بنابراین هرگونه مشکل پزشکی و سلامتی که این افراد یا فرزندان‌شان داشته‌باشند در اینجا مورد پیگیری قرار می‌گیرد. کمیته سلامت روان هم شامل تیمی هفت نفره از روانشناسان و روانپزشکان بسیار حاذق و دلسوز است که هر هفته در



برای بهاری بودن، منتظر بهار نباش!

هر سال برای تازه شدن، همه منتظر آمدن بهار می‌مانند. برای بالندگی و رشد در انتظار نسیم بهاری و عطر شکوفه‌ها هستند و برای رفع کدورت‌ها، برای تصمیم‌گیری، برای شروع کارهای بزرگ و هزاران کار دیگر، یک سال انتظار می‌کشند تا نوروز بیاید و روز نو شود و آن وقت همه چیز را تازه کنند. کهنگی را یک سال تحمل می‌کنند و در واقع با خود حمل می‌کنند تا بهار بیاید و همه چیز را نو کند. اما می‌شود که تازگی و طراوت را هر روز داشته باشیم. برای هر آدمی، هر روز می‌تواند روز شکفتن باشد، هر صبحی که بیدار می‌شوی می‌تواند طلوع تو باشد، هر روزی که پیشرفتی می‌کنی می‌تواند شکفتن تو باشد، با هر بار احساس تپش قلبت از شوق و دوست داشتن، می‌توانی جوانه زدن را احساس کنی. اگر یک روز چشم‌هایت خیس از اشک بود، آن را لازمه‌ی زندگی و بهارت بدان و هر روز جوانه زدن را با لیخندت احساس کن. رسیدن بهار، شکفتن گل‌ها و آمدن پرنده‌ها نیست، بهار هر روز با رشد و تازه شدن تو می‌آید. امسال اگر بهاری و تازه شدی، دیگر منتظر سال بعد نمان.

فاطمه کنهانی



زن تاریخ ساز

در سال ۱۹۷۰ زنی ۲۲ ساله به اسم جودی هیومن، در امتحان کتبی و شفاهی مجوز تدریس در شهر نیویورک قبول شد اما بورد آموزشی نیویورک او را نپذیرفت، فقط به این دلیل که او از ویلچر استفاده می‌کرد.

جودی هیومن پس از آن که در ۹ ماهگی مبتلا به پولیو (فلج اطفال) شد، مجبور به استفاده از ویلچر استفاده کند. از همان زمان بود که جودی متوجه تبعیض‌ها شد. وقتی جودی پنج ساله شد، مادرش خواست او را در مهدکودک ثبت‌نام کند. اما مدیر او را نپذیرفت و دقیقا این عبارت را به کار برد که «جودی ماده آتش‌زا (خطرناک) است!»؛ تبعیضی که به اشکال مختلف بروز می‌کرد. در سال ۱۹۷۰ وقتی که بورد آموزشی نیویورک جودی را به خاطر ویلچرش مردود کرد، او از بورد شکایت کرد و اولین پرونده حقوق مدنی مرتبط با معلولیت در دادگاه فدرال امریکا مطرح شد. این دادگاه به نفع جودی رای داد و جودی هیومن اولین معلم در نیویورک شد که از ویلچر استفاده می‌کرد.

در سال ۱۹۷۳ ریچارد نیکسون، رئیس جمهور وقت آمریکا قانونی امضا کرد که به موجب آن، هر سازمانی که بودجه دولتی دریافت می‌کرد، حق نداشت تبعیضی نسبت به افراد دارای معلولیت قائل شود. خوشحالی جامعه افراد دارای معلولیت در امریکا دیری نپایید، چراکه قانون در اجرا با مشکلاتی مواجه شد. در واقع، صدای مراکز دولتی و خدماتی، از جمله بیمارستان‌ها و مراکز درمانی درآمد که حالا مجبوریم رمپ و دستشویی‌های مناسب‌سازی شده بسازیم!

تنها راه چاره، اعتراض مدنی بود. کنشگران حقوق معلولیت از جمله جودی هیومن، سلسه تظاهرات و تجمعاتی در سراسر امریکا تدارک دیدند و ساختمان‌های فدرال را به اشغال خود درآوردند. جودی تظاهراتی در سانفرانسیسکو برگزار کرد که به طولانی‌ترین تسخیر مسالمت‌آمیز یک مرکز فدرال در تاریخ امریکا تبدیل شد. بیش از ۱۰۰ کنشگر دارای معلولیت حدود چهار هفته در آن ساختمان اتراق کردند؛ در حالی که نه آب گرم در اختیار داشتند و نه جای خواب و نه حتی داروهای لازم. جودی در ملاقاتی با مسئولان دولتی تاکید کرد: «تا وقتی که افراد معلول مورد تبعیض قرار می‌گیرند، همه مراکز دولتی یکی پس از دیگری به اشغال ما در خواهند آمد. ما می‌خواهیم که قانون اجرا شود!» آن مبارزه به نفع کنشگران تمام شد.

جودی هیومن، کنشگر خستگی‌ناپذیر حقوق معلولیت و یکی از طراحان قانون امریکاییان دارای معلولیت در سال ۱۹۹۰ و کنوانسیون جهانی ۲۰۰۶، و مشاور معلولیت در دولت باراک اوباما متاسفانه روز چهارم مارس امسال در سن ۷۶ سالگی از دنیا رفت.

نگین حسینی، حقوق معلولیت

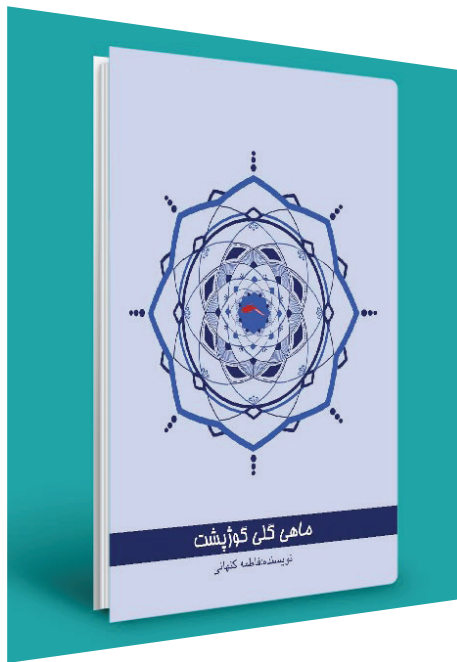


معرفی کتاب

نام کتاب: ماهی گلی گوژپشت

نویسنده: فاطمه کنهانی

انتشارات کنکاش، اصفهان، ۱۴۰۱



ای تلاش کنیم و با غربالگری و انجام آزمایش از تولد کودکان مبتلا پیشگیری شود و دیگر هیچ کودکی، زندگی‌ای مشابه این کتاب نداشته باشد.

قسمتی از متن:

گاهی فکر می‌کنم که داشتن معلولیت مثل این است که یک ماهی قرمز باشی؛ یک ماهی که در آکواریوم یا تنگ زندگی می‌کند و از زندگی طبیعی‌اش دور شده است، می‌تواند بیشتر شنا کند، بهتر زندگی کند، شاید حتی بیشتر عمر کند. این‌که نمی‌تواند در هوای آزاد ما آدم‌ها زنده بماند به معنی ناتوانی‌اش نیست، بلکه به معنای متفاوت بودنش است. در همان دنیای زیر آب، می‌تواند نماد زندگی باشد، کافی‌ست تنگ بزرگ‌تری داشته باشد یا جایی زندگی کند که شرایط و امکانات مناسبی در اختیارش باشد.

این کتاب، داستان این ماهی است. داستان یک ماهی گوژپشت که دلش می‌خواست خودش را به جریان‌های دریایی بسپارد، تا جایی که قدرت دارد تا دوردست‌ها شنا کند، از آبشارها بپرد پایین و پولک‌هایی مثل پولک ماهی‌های دیگر داشته باشد، حتی با اینکه می‌دانست نمی‌شود، رویای دیدن آسمان را داشت. داستان یک ماهی

یک روز چشم باز کردم و دیدم بیماری‌ای که به آن مبتلا هستم، قرار نیست از زندگی‌ام بیرون برود. بنابراین تصمیم گرفتم از تجربه این شرایط استفاده کنم و راجع به این همراه همیشگی‌ام کتابی بنویسم و معرفی‌اش کنم.

این روزها با جستجو در اینترنت می‌توانیم با هر بیماری‌ای که بخواهیم آشنا شویم و تمام جزئیات و علائم‌ش را بخوانیم یا حتی عکس‌هایی از مبتلایان ببینیم.

ممکن است بدانیم پیشرونده است، دردناک است، کشنده است و... اما تجربه کردن آن حرف دیگری‌ست. اینکه لحظه‌های سخت درگیری با بیماری را ببینیم، زندگی با بیماری را لمس و درک کنیم، و بدانیم که زندگی با یک بیماری چگونه است و چطور می‌تواند همه‌چیز را تحت تاثیر قرار دهد، آسان نیست.

در این کتاب سعی کردم بیماری‌اس.ام.ای و زندگی با آن را از دیدگاه خودم، یک فرد مبتلا که با این بیماری زندگی کرده است، معرفی کنم، تمام احساسات و هیجانات و افکاری که در جنگ با این بیماری تجربه کردم را بیان کنم و سیر پیشرفت بیماری را شرح دهم تا گامی برداشته باشم در جهت آگاهی‌رسانی راجع به بیماری‌ام.

به این امید که برای درمان بیماران اس.ام.ای



بدون باله، در تنگی پشت پنجره.

قسمتی از متن:

می‌تواند روی زمین باشد و نه در دستانت، و نوشتن کتابی که خیلی دلت می‌خواست طنز باشد اما داستانت قسمت‌های تلخ زیاد داشت، همه و همه صبر می‌خواهد، انگار به دنیا آمده‌ای که صبر کنی و وقتی مردم صف کشیده بودند تا هنگام آفرینش اعضای بدنشان را تحویل بگیرند، تو بازگوشی کرده‌ای و صبر طلب کرده‌ای به جای همه نداشته‌هایت.

قسمتی از متن:

گاهی به پوستم، به بدنم، به دست‌ها و پاهایم خیره می‌شوم و به علت بیماری‌ام فکر می‌کنم. انگار که با نگاه دقیق بر بدنم، می‌توانم داخل آن را ببینم، می‌توانم جای خالی آن زن کوچک و شیطان را ببینم که قیمتی افسانه‌ای دارد. به این فکر می‌کنم که اصلاً داشتن آن چه احساسی دارد؟ گاهی حتی به بدن دیگران نگاه می‌کنم و وجود آن پروتئین را در بدنشان می‌بینم. نیازی به تصور کردن هم نیست، بودن یا نبودنش از زمین تا آسمان تفاوت دارد. در تمام حرکات، توانایی بدن، وزن، طرح اندام، در طرز زندگی و روزمرگی‌ها، بودن و نبودنش تفاوت زیادی دارد. نبودنش به قیمت سلامتی یک انسان تمام می‌شود؛ به قیمت یک زندگی. به قیمت خیلی چیزها که در کنار سلامتی از دست می‌روند. فکر می‌کنم داشتنش احساسی دارد مثل آزادی یک تن سالم، مثل احساس استقلال داشتن، مثل نفس‌های عمیق و ریه‌های پر از هوا، احساس یک بدن بدون درد، احساس شادی هنگام رقصیدن، دیدن دنیا در حالت ایستاده، دویدن از شادی، سفرهای تنهایی، حس پروازی که یک پرنده صبح‌ها دارد و احساس یک دل بدون انتظار و یک خیال آسوده از داشتن سلامتی.

مردن اصلاً سخت نیست در مقایسه با زندگی کردن. زندگی بعضی از روزها تحمل می‌خواهد، گاهی صبر، گاهی تلاش و بیشتر روزها هم شجاعت. روزهایی که برای باز کردن یک زیپ باید بیشتر وقت بگذاری صبر می‌خواهد، شب‌هایی که برای جابه‌جا شدن باید بیشتر از دیگران وقت بگذاری و تلاش کنی، عضلاتی که هرروز کم‌تر همراهی می‌کنند و تاندون‌هایی که با ضعف عضلات کوتاه می‌شوند و در نتیجه دایره حرکتی‌ات هم کمتر می‌شود، صبح‌ها وقتی نمی‌توانی خودت از جایت بلند شوی، وقت‌هایی که کمردرد و خستگی خانواده‌ات را می‌بینی و نمی‌توانی کاری بکنی، وقت‌هایی که با تمام وجود دلت می‌خواهد کاری برای مادرت بکنی، کمکش کنی و نگذاری دست به سیاه و سفید بزندی، وقت‌هایی که نمی‌توانی در شادی عزیزانت پایکوبی کنی، فکرهایی که مثل همه جوان‌ها به سرت می‌زنند و نمی‌توانی عملی‌شان کنی، حتی وقت‌هایی که دلت می‌خواهد بلند شوی و کش و قوسی به بدنت بدهی و قدمی بزنی اما می‌دانی که نمی‌شود، شغل‌هایی که دلت می‌خواست داشته باشی و نمی‌توانی، جاهایی که دلت می‌خواهد بروی و پای رفتن نداری، لباس‌هایی که دوست داری بپوشی اما فرم اندامت لباس را از ریخت می‌اندازد، وقت‌هایی که دلت می‌خواهد دست دراز کنی و کسی را نوازش کنی و دستت بالا نمی‌رود، نمی‌توانی روی شانه دوستی بزنی یا وقتی گریه می‌کند اشک‌هایش را پاک کنی، نمی‌توانی کودکی را در آغوش بگیری، کتاب سنگینی که می‌خواهی بخوانی و فقط



گرما

موجب تشدید علائم بیماری «ام اس» می‌شود

دکتر عبدالرضا ناصر مقدسی
متخصص مغز و اعصاب

گرما، مصرف چربی، سیگار و استرس موجب تشدید علائم بیماری ام اس می‌شوند که این مساله به معنای عود بیماری نیست. بنابراین به این دسته از بیماران توصیه می‌شود در ساعات اوج گرما از منزل خارج نشوند و کارهای خود را در ساعاتی مناسب انجام دهند، به شدت از مصرف مواد غذایی چرب اجتناب کنند، از استعمال سیگار پرهیز داشته باشند و آرامش خود را حفظ کنند.

شیوع بیماری ام اس به نسبت در خانم‌ها شایع‌تر از آقایان است، در نتیجه برخی بیماری‌های خود ایمنی از جمله بیماری ام اس به دلیل برخی هورمون‌های جنسی در خانم‌ها شایع‌تر است.

به افراد توصیه می‌شود سطح «ویتامین D» مبتلایان باید خود را به صورت مرتب مورد بررسی قرار دهند و در صورت کاهش ویتامین میزان حتما نسبت به تنظیم آن اقدام کنند.

افزایش دمای هوا موجب تشدید علائم بیماری ام اس می‌شود، ژاکت‌های مخصوصی برای این دسته بیماران وجود دارد که هوای سرد را در خود نگه می‌دارد و این بیماران می‌توانند در هوای گرم از این ژاکت‌ها استفاده و مانع از نفوذ گرما شوند اما متأسفانه این ژاکت‌ها تحت پوشش بیمه نیستند بنابراین تهیه آن برای تمام بیماران مقدور نیست.



ما دلیلی که می‌گویید

چرا شکر خطرناک است؟

پورتال به سایت ایران
هدی جباری

شکر، این ماده‌ی کریستالی سرشناس، از گلوکز، فروکتوز و گالاکتوز تشکیل شده است که در ابتدای کشف آن در جنوب آسیا و آمریکا چون به صورت شربت از نیشکر عصاره‌گیری می‌شد چندان قابل حمل و نقل گسترده نبود. تا اینکه هندی‌ها توانستند آن را به صورت دانه‌های کریستالی دریاورند و به شهرت جهانی برسانند. خوب است بدانید شکر تا قرن هجدهم در اروپا جزو کالاهای خوراکی لوکس محسوب می‌شد و در واقع عامه‌ی مردم همچنان از عسل به‌عنوان شیرین‌کننده استفاده می‌کردند. شکری که ما اکنون مصرف می‌کنیم ماده‌ی تصفیه‌شده‌ای است که در کارخانه تمام ویتامین‌ها، پروتئین و آنزیم‌های آن جدا می‌شود و به صورت ماده‌ی غلیظ پودری درمی‌آید که مصرف آن نه تنها سودی ندارد بلکه مضر هم خواهد بود.

در حال حاضر شکر بدترین ماده‌ای است که در رژیم غذایی مدرن وجود دارد. این ماده تأثیرات مخربی روی سوخت‌وساز بدن دارد و باعث بروز بیماری‌های مختلف می‌شود. شکر نه تنها مواد مغذی به رژیم غذایی اضافه نمی‌کند بلکه برای دندان‌ها هم مضر است.

شکر هیچ ماده مغذی به بدن نمی‌رساند

می‌دانم که درباره‌ی مضرات شکر و خراب شدن دندان‌ها میلیون‌ها بار شنیده‌اید، اما این موضوع آن قدر مهم است که ارزش تکرار کردن را دارد. شکر و قند اضافی (مثل ساکاروز و شیریه ذرت حاوی فروکتوز بالا) در واقع یک بسته‌بندی کامل از کالری بدون هیچ ماده مغذی است، یعنی مصرف آن فقط و فقط کالری وارد بدن می‌کند، همین و بس! چیزی که مخصوصاً برای کاهش وزن همیشه به دنبال کم کردن آن هستیم. هیچ پروتئینی، حتی هیچ چربی ضروری و ویتامین یا مواد معدنی در شکر وجود ندارد. تصور کنید وقتی ۱۰ تا ۲۰ درصد (شاید هم بیشتر) کالری دریافتی بدن از مصرف شکر باشد دچار مشکلات عمده‌ای از جمله کمبود مواد مغذی خواهیم شد. از طرفی شکر برای دندان‌ها بسیار مضر است، چون انرژی لازم برای رشدونمو باکتری‌های بد دهان را فراهم می‌کند و محیط را آماده می‌کند تا به راحتی در دهان ما گشت‌وگذار کنند.

مصرف شکر سرشار از فروکتوز، منجر به پری کبد می‌شود

برای آنکه به خوبی درک کنید مصرف شکر چقدر می‌تواند بد باشد، باید ابتدا بفهمیم این خوراکی مضر از چه عناصری تشکیل شده است. قبل از اینکه شکر یا همان قند موجود در شکر از دستگاه گوارش وارد جریان خون شود، ساختار آن شکسته می‌شود و به دو نوع قند ساده‌ی گلوکز و فروکتوز تبدیل می‌شود.

گلوکز در هر سلول زنده‌ای وجود دارد و حتی اگر ما آن را به رژیم غذایی‌مان اضافه نکنیم بدن آن را می‌سازد.

فروکتوز متفاوت است و چون بدن به لحاظ فیزیولوژیکی به آن نیاز

ندارد، معمولاً آن را تولید نمی‌کند.

موضوع قابل توجه درباره‌ی فروکتوز این است که این ماده به مقدار قابل توجهی توسط کبد متابولیزه (دچار سوخت‌وساز) می‌شود. البته در صورتی که مقدار کمی مواد خوراکی مثل انواع میوه، مخصوصاً بعد از ورزش مصرف کنیم، مشکلی در این رابطه نخواهیم داشت. فروکتوزی که توسط میوه‌ها دریافت می‌شود به کلیکوزن تبدیل می‌شود و تا زمانی که بدن به آن نیاز پیدا کند در کبد ذخیره می‌شود. در این حالت اگر گلیکوزن اضافی در کبد ذخیره شود (این نارسایی بسیار شایع است) فروکتوز اضافی ناگزیر به چربی تبدیل می‌شود.

در واقع خوردن مقادیر زیاد شکر به کبد چرب و اقسام مشکلات جدی منجر می‌شود. مطمئن باشید این فروکتوز اضافی نتیجه‌ی خوردن میوه‌ی زیاد نیست و در اثر خوردن شیرینی‌های مصنوعی حاوی شکر به‌وجود می‌آید. دوستان عزیزم در این باره به یک تغییر بزرگ در رژیم غذایی‌مان نیاز داریم، چون افرادی که سالم و فعال هستند بیش از افراد غیرفعال که رژیم غذایی بدی دارند و کربوهیدرات و کالری بیشتری دریافت می‌کنند قند می‌سوزانند و بدن‌شان ظرفیت دریافت قند بیشتری دارد. پس باید سبک زندگی‌مان را تغییر دهیم و فعالیت بیشتری داشته باشیم.

ازدیاد فروکتوز در کبد به بیماری کبد چرب منجر می‌شود

یکی از مضرات شکر ازدیاد فروکتوز در کبد است. هنگامی که فروکتوز در کبد به چربی تبدیل شد، به صورت ذرات کلوسترول (VLDL) وارد بدن می‌شود. اما تمام چربی به این صورت از کبد خارج نمی‌شود، بلکه مقداری از آن در کبد باقی می‌ماند. این اتفاق می‌تواند علائمی شبیه به کبد چرب ایجاد کند. متأسفانه این یکی از مشکلات رو به رشد، به‌ویژه در کشورهای غربی است که با علائم متابولیک همراه است. مطالعات نشان می‌دهد افراد مبتلا به کبد چرب حدوداً ۲ تا ۳ مرتبه بیشتر از متوسط افراد جامعه فروکتوز مصرف می‌کنند.



پروفسور محمدحسن کریمی نژاد بنیان‌گذار مجتمع رعد کرمان و پدر علم ژنتیک انسانی ایران در گذشت



پروفسور محمدحسن کریمی نژاد دمؤسس مجتمع آموزشی نیکوکار رعد کرمان، پدر علم ژنتیک انسانی ایران و بنیان‌گذار تشخیص بیماری‌های پیش از تولد در ایران در ۹۵ سالگی دعوت حق را اجابت کرد.

پروفسور کریمی نژاد که نقش تعیین‌کننده‌ای در حمایت از افراد دارای معلولیت کرمان داشت با تأسیس مجتمع آموزشی نیکوکار رعد کرمان گام بلند در این مسیر برداشت. وی از اساتید برجسته پاتولوژی و ژنتیک پزشکی بود که سال‌ها تلاش و کوشش خود را صرف خدمت‌رسانی به هموطنان در زمینه پیشگیری و درمان بیماری‌های ژنتیک و معلولیت‌های مادرزادی و همچنین توانمندسازی افراد دارای معلولیت کرده است.

پروفسور کریمی نژاد با تأسیس مرکز پاتولوژی و ژنتیک کریمی نژاد در سال ۱۳۵۸ سهم به سزایی در گسترش، آموزش و انجام خدمات پزشکی در زمینه پاتولوژی و ژنتیک داشت؛ ایشان پایه‌گذار تشخیص پیش از تولد در ایران از سال ۱۳۶۵ بودند و با تأسیس مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد کرمان نقش مؤثری در توانمندسازی افراد دارای معلولیت و پیشگیری از معلولیت‌ها در ایران داشتند.

مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با عرض تسلیت درگذشت پروفسور محمدحسن کریمی نژاد این انسان فرهیخته و استاد برجسته برای خانواده، دوستداران، علاقه‌مندان و همکاران گرامی مجتمع رعد کرمان آرزوی صبر و بردباری دارد.

شایان ذکر است؛ دکتر کریمی نژاد به‌عنوان بنیانگذار مجتمع رعد کرمان همیشه حضوری مؤثر و فعال در برنامه‌های مراکز رعد از جمله مراسم روز جهانی افراد دارای معلولیت داشتند و با چندین بار حضور در مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد تهران مایه دلگرمی مدیران و کارکنان خیریه رعد شدند و امیددهنده به توان‌یابان برای ادامه آموزش‌ها و تحصیل بودند.

ایشان طی سخنانی در آیین آغار به‌کار دومین «جشنواره ملی خودباوری رعد» گفتند: با راه‌اندازی

بزرگ‌ترین آزمایشگاه ژنتیک جنوب شرق کشور در مجتمع رعد کرمان می‌توان قدم بزرگی در جهت کاهش معلولیت‌ها برداشت. ایشان در ادامه افزودند: طبق شناختی که از قبل با مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد تهران داشتیم، یک شعبه از رعد را در کرمان به اتفاق دوستان تأسیس کردیم. حال با توجه به تجربه ۳۰ ساله در این زمینه وجود دارد، قصد داریم قسمتی از ساختمان را به یک مرکز ژنتیک جلوگیری از معلولیت‌ها اختصاص دهیم و بدین ترتیب با بررسی مادران در معرض خطر از به دنیا آوردن کودکان دارای معلولیت جلوگیری کنیم. پروفسور کریمی نژاد در ادامه گفتند: تفکر اصلی مؤسسات رعد در سراسر کشور این است که خداوند در ازای ناتوانایی‌هایی که به افراد توان‌یاب داده،

توانمندی‌هایی نیز به آنها اعطا کرده که بتوانند از عهده کارهایی برآیند که شاید خیلی از افراد دیگر نتوانند.

این استاد برجسته که با تأسیس مرکز پاتولوژی و ژنتیک کریمی‌نژاد در سال ۱۳۵۸، سهم بزرگی در گسترش آموزش و ارائه خدمات پزشکی در زمینه پاتولوژی و ژنتیک ایفا کرده‌اند، در ادامه سخنانشان گفتند: آزمایشگاه ژنتیک ما که با همکاری دختران و نوه‌هایم اداره می‌شود، سال‌هاست که بر مسأله پیشگیری از معلولیت‌ها فعالیت دارد، فعالیتی که در رعد کرمان هم دنبال می‌شود.

پروفسور محمدحسین کریمی‌نژاد؛ استاد پیشکسوت ژنتیک پزشکی در ۲۲ آبان سال ۱۳۰۷ در سیرجان به دنیا آمد و پس از طی تحصیلات ابتدایی و متوسطه در سیرجان و اصفهان، وارد دانشکده پزشکی دانشگاه تهران شد.

دکتر کریمی‌نژاد پس از اخذ دیپلم پزشکی در آبان ماه ۱۳۳۳ و بعد از شش ماه دستیاری (رزیدنتی) در بخش کودکان "استاد دکتر محمد قریب" خدمت وظیفه (سربازی) خود را در یادگان سوار سیرجان انجام داد و طی این دوره به‌عنوان پزشک کودکان به همشهری‌های خود خدمت نمود.

وی طی سال‌های ۱۳۳۶ تا ۱۳۴۰ دوره تخصص آسیب‌شناسی را در دانشکده پزشکی دانشگاه تهران پشت سر گذاشت و سپس بنا به علاقه‌ای که به بیماری کودکان داشت با استفاده از بورس فرهنگی NIB راهی سوئد شد و در سال ۴۲ فوق تخصص پاتولوژی کودکان را در گروه آسیب‌شناسی بیمارستان کارولینسکای استکهلم کسب کرد.

در حین اداره بخش پاتولوژی و آزمایشگاه ژنتیک با استفاده از بورس سازمان بهداشت جهانی مدت ۲ سال در بخش پاتولوژی Mass General Hospital دانشگاه بوستون وارد شد و نزد پروفسور روبرت اسکالی در پاتولوژی زنان و مامایی خدمت کرد و موفق به دریافت فوق تخصص در پاتولوژی زنان شد. او در بازگشت به ایران به‌عنوان مدیر گروه آسیب‌شناسی دانشکده پزشکی رازی و عضو هیئت ممیزه انتخاب شد. پروفسور کریمی‌نژاد در سال ۱۳۵۲ به مقام استادی مفتخر شد و در بهار سال ۱۳۵۹ به درخواست خود به افتخار بازنشستگی نائل آمد.

پروفسور کریمی‌نژاد با اعتقاد به اینکه؛ بزرگ‌ترین و بهترین خدمت، آموزش و ترویج دانش و تجربه به دیگران و تربیت جانشین است. از بدو

تأسیس مرکز پاتولوژی و ژنتیک (۱۳۵۹)، درهای این مرکز به روی همه علاقه‌مندان باز و گشوده است. یکی از خدمات مرکز، آموزش دانش فن سیتوژنتیک به علاقه‌مندان بود.

استاد کریمی‌نژاد علاوه بر ریاست و عضویت انجمن‌های علمی متعدد ایرانی، از سال‌های ۱۳۴۸ عضو رسمی انجمن‌های پاتولوژی و ژنتیک اروپایی، آمریکایی و بین‌المللی و عضو افتخاری چندمین انجمن دیگر هم بودند.

وی تألیفات متعددی در آسیب‌شناسی دستگاه تناسلی زنان و مردان و چند کتاب در مبانی ژنتیک انسانی دارد. چاپ سوم کتاب اصول ژنتیک انسانی و بیماری‌های ارثی استاد، برنده جایزه بهترین کتاب علمی سال ۱۳۷۰ شده است.

دکتر کریمی‌نژاد مجری طرح‌های پژوهشی متعددی بوده‌اند، از آن جمله: طرح تحقیقاتی کوری مادرزادی عشاير لر، سیرجان که در قبیله‌ای از عشاير لر بیماری کوری مادرزادی لبر (Leber congenital amaurosis) را مشخص و جهش‌های ژنی را تعیین کرد که نتایج آن در مجله‌های (Archive of Iranian AIM and Medicine) و Human Mutation به چاپ رسیده است.

پروفسور محمدحسین کریمی‌نژاد از سال ۱۳۴۰ تا ۱۳۸۷ بیش از ۱۱۰ مقاله در مجلات معتبر داخلی و از سال ۲۰۰۸-۱۹۶۹ بیش از ۶۵ مقاله در مجلات معتبر انگلیسی‌زبان منتشر کرده است و ضمن عضویت در هیئت تحریریه چندین مجله و فصلنامه، مشاوره و داوری تعداد کثیری از مجلات علمی دانشگاه‌ها و انجمن‌های علمی را داشته و نیز مؤسس و صاحب‌امتیاز فصلنامه ژنتیک در هزاره سوم بوده است. از تألیفات وی می‌توان به ده جلد کتاب آسیب‌شناسی، ژنتیک انسانی و بیماری‌های ارثی (برنده جایزه بهترین کتاب علمی سال ۱۳۷۰) اشاره کرد.

استاد جوایز ارزنده‌ای را از آن خود کرده است و به‌کرات از سوی دانشگاه‌های علوم پزشکی، سازمان بهزیستی و انجمن‌های علمی به مناسبت همکاری‌های علمی از ایشان تقدیر به‌عمل‌آورده‌اند. مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد بار دیگر فقدان این مرد پرآوازه را خدمت اعضا محترم خانواده، اقوام، آشنایان و نیز مراکز مستقل رعد در سراسر کشور تسلیت می‌گوید و برای ایشان مغفرت الهی آرزو می‌نماید.



قدردانی از خدمات مدرسان مجتمع رعد

میناسیان با اشاره با موفقیت‌های کارآموزان مجتمع رعد در عرصه‌های آموزشی و استفاده از فرصت‌های شغلی، افزود: کسب این مرحله از توانمندی نتیجه آموزش‌های معلمان، برنامه‌ریزی آموزشی، کمک‌های خانواده‌ها و حمایت‌های مجتمع رعد است.

در خاتمه به همین مناسبت از معلمان با اهدا گل قدردانی به‌عمل آمد.



همزمان با ۱۲ اردیبهشت روز ملی گرامیداشت مقام معلم، مدیرعامل مجتمع رعد از زحمات و تلاش‌های صادقانه مدرسان، مربیان و معلمان واحد آموزش که به شیوه داوطلبانه یا حق‌التدریسی با مؤسسه همکاری دارند، قدردانی شد.

با فرا رسیدن روز معلم؛ آنت میناسیان مدیر عامل به اتفاق نسرین اکبریور مسؤؤل واحد آموزش ضمن حضور در کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی، این مناسبت را به مدرسان تبریک گفتند و از مقام والای ایشان تجلیل کردند. گفتنی‌ست در حال حاضر تعداد ۱۲ نفر از مدرسان به صورت حضوری با مؤسسه همکاری دارند که از این تعداد ۵ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد و تعداد ۷ نفر مدارک کارشناسی در حوزه‌های مرتبط با دوره‌های آموزشی دارند، از دیگر ویژگی‌های مدرسان می‌توان به نوع همکاری آنها اشاره کرد که ۱۰ نفر به صورت حق‌التدریسی و ۲ نفر داوطلبانه همکاری می‌کنند و عناوین دوره‌های آموزشی که به روش حضوری یا برخط (آنلاین) برگزار می‌شود، شامل: علمی، مهارتی، کارگاهی، هنری است.

مدیر عامل مجتمع رعد علاوه بر تبریک روز معلم به مدرسان پر تلاش مجتمع رعد، تأکید کرد: آموزش و تدریس در تمام جوامع بشری ارزشمند و با اهمیت است اما آموزشی که به بهبود سبک زندگی، ارتقا توانایی‌ها و استقلال اجتماعی و اقتصادی منتهی شود، نتایج فوق‌العاده‌ای در جامعه بر جای می‌گذارد و این دقیقاً رسالتی است که مجتمع رعد در طول ۴ دهه حیات و فعالیت خود بر عهده گرفته است.

وی افزود: ما با اتکا به توان و دانش مدرسان که به صبر و استقامت آمیخته شده‌است، بر آنیم تا عزیزان دارای معلولیت را به درجه‌ای از توانایی و توانمندی برسانیم تا شیرینی یک زندگی مستقل و بدون وابستگی‌های رایج را احساس کنند و به عنوان یک «شهروند مسؤؤل» الگویی برای دیگر دوستان و آشنایان خود باشند.

مجتمع رعد و بنیاد خیریه روشنی امید تفاهم‌نامه همکاری امضا کردند



مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد و بنیاد خیریه روشنی امید به منظور توسعه همکاری‌های حرفه‌ای در حوزه‌های آموزش، کوچینگ و اشتغال، تفاهم‌نامه همکاری امضا کردند.

این تفاهم‌نامه که به امضای آنت میناسیان و زهرا یاورى مدیران عامل مجتمع رعد و بنیاد روشنی امید رسید، ۲ مؤسسه متعهد شده‌اند تا در زمینه برگزاری دوره‌های آموزشی، اشتغال، استفاده از خدمات آموزشی آنلاین، دوره‌های آموزشی کوچینگ و فروش محصولات صنایع دستی تولیدی توان‌یابان همکاری‌های مشترک داشته باشند.

مهم‌ترین رسالت بنیاد خیریه روشنی امید ایرانیان حمایت از فرزندان ۱۶ تا ۲۳ ساله مستقل شده از سازمان بهزیستی است. این بنیاد در زمینه‌های گوناگونی از جمله: خدمات مددکاری اجتماعی، ازدواج، اسکان، آموزش و امور تحصیلی، بهداشت، درمان و سلامتی، حرفه‌آموزی، اشتغال و کارآفرینی و مشاوره روان‌شناسی این فرزندان تا رسیدن به توانمندی و استقلال کامل، فعالیت دارد.

بهبود و ارتقای کیفیت فرایند آماده‌سازی و انتقال جوانان از مراقبت‌های سازمانی به زندگی مستقل در سطح ملی و

منطقه‌ای، ارتقای نگرش و اصلاح باورهای نادرست جامعه نسبت به حقوق انسانی و پذیرش افراد دارای تجربه اقامت سازمانی و ترویج فرهنگ حمایت‌گری مؤثر در بین جوانان مستقل شده از مراقبت سازمانی در قالب گروه‌های هم‌تا از جمله: اهداف و مأموریت‌های بنیاد خیریه روشنی امید است.

آزمون کتبی مهارت فنی حرفه‌ای کارآموزان مجتمع رعد برگزار شد

ارتباط مؤثر، مهارت‌های آرامش، زیورآلات مهره‌ای، نقاشی، سفال، سفال کاربردی، قیطان‌دوزی، تایچی، نقاشی پارچه، چاپ پارچه، قلاب‌بافی، خیاطی کاربردی، مانتودوزی به‌صورت حضوری و رشته‌های کارگروهی، زبان انگلیسی، سرویس‌های گوگل، کورل، گزارش‌نویسی و مکاتبات اداری به‌صورت آنلاین و آفلاین است.

آزمون فنی حرفه‌ای رشته‌های کاربر رایانه، کنده‌کاری سفال و نقاشی سفال برای ۲۰ نفر از کارآموزان با حضور و نظارت آزمونگران سازمان فنی و حرفه‌ای در مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد برگزار شد.

کارآموزان کارگاه‌های آموزشی مجتمع رعد پس از فارغ‌التحصیل می‌توانند در آزمون‌های سازمان فنی و حرفه‌ای کشور شرکت کرده و گواهی‌نامه مهارت دریافت کنند.

با توجه به مأموریت مجتمع رعد مبنی توانمندسازی و اشتغال پایدار توان‌یابان، کارآموزان و کارآموختگان پس از کسب مهارت‌های لازم حرفه‌ای و دریافت گواهی‌نامه‌های معتبر داخلی به واحد اشتغال حمایت‌شده مجتمع رعد معرفی می‌شوند. در سال جاری واحد آموزش مجتمع رعد پذیرای توان‌یابان در رشته‌های گرافیک رایانه، دیجیتال آرت، کاربر رایانه، بازی‌های فکری، زبان انگلیسی،



گزارش گردهمایی گروهی از نیکوکاران مجتمع رعد در جشن همیاران



مستمرش در افزایش حس اعتماد به نفس عزیزان دارای معلولیت نقش مهمی ایفا می‌کند.

مدیرعامل رعد با اشاره به تغییر رویکرد رعد در دوران کرونا، گفت: بهره‌مندی از فناوری آموزش از راه دور و استفاده از سیستم آموزش برخط که موجب جهش تعداد کارآموزان از ۳۰۰ نفر در شرایط شرکت حضوری سرکلاس‌ها به ۲۹ استان کشور با تعداد ۱۳۲۷ نفر در سال ۱۴۰۱ به صورت پخش زنده یا به صورت دروس ضبط شده که قابلیت استفاده مکرر دارد، اجرا شد.

وی با اشاره به ارایه خدمات کلینیک توانبخشی، مددکاری اجتماعی و روانشناسی طی سال گذشته، افزود: از آنجا که مشروح این گزارش برای حضار ارسال می‌شود خیلی به عدد و رقم‌ها اشاره مستقیم نمی‌کنم، اما در حوزه اشتغال ۱۴۵ نفر کارجو جذب شدند که از این تعداد ۲۹ نفر استخدام و ۸ نفر کارورز و ۲۲ نفر خوداشتغال، ۶۴ نفر در مراحل کوچینگ و ۱۳ نفر آزادکار (Freelancer) هستند.

مدیرعامل رعد در بخش پایانی سخنانش به فعالیت مرکز آموزش علمی کاربردی رعد اشاره کرد و افزود: در سال گذشته ۶۲۲ نفر دانشجو در این مرکز تحصیل کرده‌اند که ۱۰۹ نفر آنها افراد دارای معلولیت

با هدف اطلاع‌رسانی از عملکردها و فعالیت‌های مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد، مراسم گردهمایی گروهی از نیکوکارانی که اخیراً به مؤسسه پیوسته‌اند، برگزار شد.

در پی وقفه سال‌های اخیر که با پیدایش و گسترش کووید و کاهش فعالیت‌های اجتماعی همراه بود، نخستین گردهمایی خیرین و خانواده آنها در فضایی صمیمانه با پذیرایی صبحانه برگزار شد.

در بخش دوم این مراسم، مدعوین با حضور در سالن همایش‌های رعد، ابتدا فیلم کوتاهی از فعالیت‌های مؤسسه در حوزه‌های آموزش، توانبخشی، مددکاری، روانشناسی، کاریابی و اشتغال و تحصیلات عالی در دانشگاه علمی کاربردی نیکوکاری رعد را مشاهده کردند. سپس آنت میناسیان مدیرعامل مجتمع رعد با حضور در جایگاه ضمن خیرمقدم خدمت نیکوکاران حاضر در مراسم، گزارش کوتاهی از فعالیت یک سال اخیر را به اطلاع مدعوین رساند. میناسیان با اشاره فعالیت‌های کم‌گفته شده رعد از قبیل: حضور اجتماعی کارآموزان، توسعه ارتباط فردی و مهارت‌های ارتباطی، انتقال تجربیات موفق و شناخت چهره‌های برگزیده در جمع کارآموزان، افزود: مجتمع رعد علاوه بر فعالیت‌های معمول و



من ابتدا در دوره تعمیرات موبایل بخت خودم را آزمایش کردم اما خیلی زود متوجه شدم این کار من نیست و به جایی نخواهم رسید، سپس در عرصه والیبال نشسته فعالیت کردم و مراحل عضویت در تیم ملی را طی کردم و ابتدا به تیم ملی والیبال نشسته جوانان و یک دوره به اردوی تیم ملی بزرگسالان دعوت شدم و امروز هم پس از اخذ مدرک مربی‌گری ورزشی از یک مؤسسه امریکایی در نظر دارم برای اولین بار تیم ۱۰ نفره مارتن افراد دارای معلولیت رعده را که ۷ نفرشان غیر ورزشکار هستند را در مسابقه مارتن کیش که آبان ماه برگزار می‌شود، شرکت دهم.

در آخرین لحظات مراسم یکی از بانوان نیکوکار که سال‌ها در شغل شریف تعلیم و تربیت خدمت کرده بود خطاب به حضار گفت: در سال‌های زیادی که به تدریس و تعلیم سپری کردم، هیچگاه به شاگردانم تدریس خصوصی نداشته‌ام و عقیده دارم که در راه بخشیدن به دیگران هر قدر کمک کنید، چند برابر به شما باز خواهد گشت. این مراسم با حضور حضار در جایگاه و گرفتن عکس دسته جمعی خاتمه یافت.

و ۵۱۳ افراد غیر معلول بودند. در ادامه این مراسم، دکتر محمد فاضلی مشاور هیأت رئیسه مرکز علمی کاربردی رعده با بیان موضوع خود به عنوان "تجربه حال خوب؟ شادمانی!" به معنای چند سطحی از زندگی برای افراد اشاره کرده و افزود: اشخاص ممکن است برای خود، برای خانواده، برای جامعه یا برای آینده زندگی کنند با این حال باید بدانیم وطن یکی از "منابع مشترک" است که همه برای حفظ آن باید مسؤولانه رفتار کنند.

دکتر فاضلی در پاسخ به این پرسش که آدم موفقی هستیم؟ یا شدم؟ گفت: باید بدانیم که ما عمیقاً به دیگران وابسته‌ایم و کسانی شکست خورده‌اند تا ما پیروز شده‌ایم و همچنین من بدون دیگران چیزی نیستم. مشاور مرکز علمی کاربردی رعده با تشریح پارادوکس ایسترلین، گفت: به طور میانگین افراد ثروتمند از افراد فقیر شادتر هستند و از یک جایی به بعد رشد مالی و اقتصادی به سلامت روان ما کمک زیادی نمی‌کند مگر آنکه ثروت موجب افزایش سرمایه اجتماعی افراد بشود. بدین معنی که اگر در خوشبختی دیگران سهیم بشویم، حاملان بهتر می‌شود.

وی در ادامه افزود: گاهی اوقات غم‌ها برای ما شادی می‌آورد و آن زمانی‌ست که در اثر شناخت غم دیگران برای کاستن آن، اثرگذار عمل می‌کنیم آن لحظه از درون احساس شادی خواهیم کرد.

دکتر فاضلی در پایان یادآوری کرد: همه چیز اجتماعی است و پول بیشتر لزوماً شادی بیشتر به وجود نمی‌آورد و به دیگر دوستی مؤثر فکر کنیم و آن را تجربه کنیم.

در بخش پایانی مراسم فرزاد خلیلی یکی از کارآموزان موفق که پس از پیوستن به مجتمع رعده موفقیت‌های ورزشی را با عضویت در تیم ملی والیبال نشسته آغاز کرد و امروز یکی از مربیان موفق ورزش محسوب می‌شود از تجربه زیسته خود با مدعویین صحبت کرد و گفت: در محله‌ای که من زندگی می‌کردم انواع آسیب‌های اجتماعی در کنار کم توجهی به تحصیل زمینه موفقیت افراد را به میزان زیادی کاهش می‌دهد در این شرایط با فوت پدر در سن ۱۶ سالگی و در ادامه با تصادف شدید و قطع عضو در سن ۱۷ سالگی تمام امیدهایم کم رنگ شد. یکی از دوستانم مجتمع رعده را به من معرفی کرد و وقتی به اینجا آمدم متوجه شدم کسی قرار نیست کارهای ما را انجام دهد، بلکه باید هر کسی از این فرصت استفاده کند و با استعداد ذاتی، خودش را بالا بکشد.



طرح‌های اشتغال‌زایی کارآموزان رعد در رویداد کار آفرینی حرکت با برکت برگزیده شد



طرح برگزیده و برتر را انتخاب کردند. بیشترین طرح‌ها مربوط به احداث کارگاه اشتغال‌زایی و استارت‌آپی و ۱۳۷ طرح هم مربوط به اشتغال ویژه افراد دارای معلولیت بود.

طرح‌های کارآفرینی و اشتغال‌زایی اکبر خانی و کبری پورمحمد از کارآموزان سال‌های نه‌چندان دور و مربیان فعال و حال حاضر مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد جزو ۱۰ طرح برتر در "رویداد حرکت با برکت" قرار گرفت، این طرح‌ها در زمینه تعمیرات موبایل، تبلت و لپ‌تاپ و صنایع چرم دست‌دوز است که در مراسم اختتامیه رویداد؛ "حرکت با برکت" از آنها با اهدا جوایز و لوح سپاس تقدیر به عمل آمد. گفتنی‌ست بنیاد برکت با همکاری سازمان بهزیستی کشور و مؤسسه نیکوکاری رعد الغدیر "رویداد حرکت با برکت" را با هدف احصای ایده‌های کارآفرینی افراد دارای معلولیت، افزایش اشتغال آنان، بهبود تولید در کشور و سرمایه‌گذاری بر روی طرح‌ها و ایده‌های کسب‌وکار نوآورانه، کارآفرینانه و دانش‌بنیان در حوزه معلولان برگزار کرد. هیئت داوران این رویداد، در ۴ مرحله آثار رسیده به دبیرخانه را بررسی و در نهایت ۱۰

دومین دستگاه الکترونیکی جمع‌آوری کمک‌های مردمی خیریه رعد در مرکز فروش الماس نصب شد



دومین دستگاه الکترونیکی جمع‌آوری کمک‌های مردمی خیریه رعد در مرکز فروش الماس واقع در میدان هروی تهران نصب شد. پس از نصب اولین دستگاه جمع‌آوری کمک‌های مردمی در مجتمع تجاری کوروش و استقبال شهروندان از این شیوه ابتکاری در حمایت از خیریه رعد؛ دومین دستگاه نیز در مرکز فروش الماس جهت جمع‌آوری مشارکت‌های افراد نیکوکار به بهره‌برداری رسید. این دستگاه‌ها با کمک گروه همیاری بانوان خیریه رعد خریدار شده است و همشهریان می‌توانند در کوتاه‌ترین زمان کمک‌های نقدی و مالی خود را به صورت مستقیم به حساب قانونی و رسمی مجتمع رعد واریز نمایند. سهولت در استفاده از این دستگاه و ارسال پیام بدرقه برای حصول اطمینان نیکوکاران از دریافت کمک‌های اهدایی به مؤسسه از دیگر ویژگی‌های استفاده از دستگاه‌های الکترونیکی جمع‌آوری کمک‌های مردمی محسوب می‌شود. اخیراً برخی از مؤسسات نیکوکاری با به‌کارگیری از فناوری‌های نو ارتباطی هوشمند و بی‌واسطه با مردم را مورد استفاده قرار دهند.



اردوی یک روزه فرهنگی- ورزشی کارآموزان مجتمع رعد برگزار شد



اردوی یک روزه فرهنگی- آموزشی کارآموزان و کارآموخستانان مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با حضور توان‌یابان شاغل به تحصیل واحد آموزش برگزار شد.

با حضور جمعی از کارآموزان، مدیرعامل، اعضا هیأت مدیره، کارکنان و اعضا گروه همیاری بانوان خیریه رعد، اردوی یک روزه فرهنگی- ورزشی رعد برگزار شد.

براساس این گزارش، در این برنامه شاد و مفرح شرکت‌کنندگان که برگزاری هر چه بهتر برنامه‌های مختلف مشارکتی فعال داشتند؛ در رقابتی دوستانه در رشته‌های فوتبال دستی، بازی‌های فکری، دарт و بازی‌های تویی با یکدیگر مسابقه دادند و در پایان به برگزیدگان این رقابت هدایایی به رسم یادبود اهدا شد.

همچنین جناب آقای وهاب طهماسبی از خوانندگان موسیقی کشور قطعاتی از ترانه‌های پاپ و کلاسیک را به صورت زنده اجرا کرد.

در پایان اسامی نفرات برتر مسابقات به شرح زیر معرفی و به برگزیدگان جوایزی اهدا شد. در رشته دارت: علیپور نفر اول، سعید ربیعی، نفر دوم و مهدی حجیمانی، نفر سوم شد.

در رشته جنگا (جورچین چوب‌های مکعب مستطیل): فاطمه یاری، کاظمی، محمد جواد جعفری و راحله علیزاده، در رشته فوتبال دستی تیم مسعود اتابکی و مهرداد صفری مقام اول و تیم مجتبی رضایی و خلیل عظیمی مقام دوم و تیم رضا علیمزادی و حسن دربندری، مقام سوم را کسب کردند.

شایان ذکر است اردوی آموزشی-تفریحی کارآموزان رعد هر سال به مناسبت سالگرد زنده یاد محمدحسن اکبری، پدر بانو صدیقه اکبری نایب رئیس هیأت مدیره مجتمع رعد با هزینه شخصی ایشان برگزار می‌شود.



ارسال ویلچر اهدایی طرح هستمت به توان‌یابان استان سیستان و بلوچستان



با اهدا ۴ دستگاه ویلچر مکانیکی، اولین مرحله از توزیع وسایل کمک حرکتی خیریه رعد به توان‌یابان مناطق محروم کشور در سال ۱۴۰۲ آغاز شد.

با همت حامیان و مشارکت‌کنندگان «طرح هستمت» ۴ دستگاه ویلچر از نوع ارتوپدی معمولی جهت استفاده افراد دارای معلولیت به استان سیستان و بلوچستان خریداری و ارسال شد. مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با هدف حمایت از توانمندی‌های توان‌یابان سراسر کشور به ویژه ساکن در مناطق محروم، طرح حمایتی- آموزشی «هستمت» را از طریق توسعه و مشارکت مردم با جمع‌آوری در بطری‌های پلاستیکی و و اهدا آن به خیریه رعد به‌منظور تهیه ویلچر مخاطبان گروه هدف به‌مورد اجرا گذاشت است.

شایان ذکر است، آن گروه از افراد دارای معلولیتی که توان مالی تهیه ویلچر را نداشته باشند با مراجعه به مراکز رعد در استان‌ها و شهرستان‌ها یا مراکز بهرستی محل سکونت، علاوه بر اعلام نیاز خود درخواست تکمیل فرم مددکاری در این زمینه را مطرح می‌کنند و مددکار مستقر در این مراکز پس از تکمیل فرم مذکور و ارسال آن به مجتمع رعد، عملاً ثبت‌نام و اولویت‌دهی مددجو آغاز خواهد شد.

مجتمع رعد در همین راستا علاوه بر تکمیل فرایند ثبت‌نام و راستی‌آزمایی از درخواست‌های رسیده، اقدامات لازم را برای تهیه وسیله کمک حرکتی مورد نیاز، پس از اطلاع‌رسانی امور مالی مبنی بر وجود اندوخته کافی در صندوق اختصاصی طرح هستمت، انجام می‌دهد و از طریق طریق تأمین‌کنندگان معتبر سفارش‌گذاری خواهد کرد و در خاتمه وسیله خریداری شده به نشانی مددجو ارسال می‌شود.

گفتنی‌ست، مجتمع رعد ضمن ارائه آموزش‌های آنلاین و حضوری رایگان؛ تاکنون بیش از ۱۰۰ دستگاه ویلچر برای استفاده افراد دارای

معلولیت به مناطق کم‌برخوردار کشور از جمله استان‌های سیستان و بلوچستان، کردستان، کرمانشاه و خوزستان ارسال کرده است که می‌توان به اهدا ۲۵ دستگاه ویلچر برای زلزله کرمانشاه و سرپل ذهاب اشاره کرد.

در «طرح هستمت» جمع‌آوری درهای بطری پلاستیکی، اقدامی در جهت حفظ محیط زیست است که درآمد حاصل از فروش درهای پلاستیکی بطری‌ها به کارخانه‌های بازیافت برای تهیه ویلچر و اهدا به آن توان‌یابان نیازمند به مصرف می‌رسد. مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با این ابتکار، علاوه بر گسترش فعالیت‌های نیکوکارانه به توده جامعه و توسعه مشارکت‌های مردمی، به رفع نیاز آن گروه از شهروندان که حضور اجتماعی آنها در عرصه‌های آموزش، درمان و حتی اشتغال به استفاده از وسایل کمک حرکتی بستگی دارد، کمک مهمی می‌کند.

سنجش سلامت کارآموزان مجتمع رعد با همکاری شهرداری منطقه ۲



تهران بررسی شد در این برنامه آزمایشات پزشکی شامل: قند و فشارخون میزان صحت جسمانی کارآموزان بررسی شد و کارشناسان مشاوره‌های لازم در زمینه‌های پزشکی، مامایی و تغذیه به توان‌یابان ارائه دادند.

به مناسبت هفته سلامت که از نهم تا پانزدهم ماه ادامه اردیبهشت ماه ادامه داشت، میزان سلامت کارآموزان مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با همکاری اداره سلامت ناحیه ۷ شهرداری منطقه ۲ و مشارکت مرکز بهداشت شمال غرب

حمیدرضا عباسی عضو تیم مس شهر بابک قهرمان لیگ برتر والیبال نشسته مردان شد



حمیدرضا عباسی از کارآموختگان مجتمع رعد که عضو تیم مس شهر بابک است در رقابت‌های لیگ برتر والیبال نشسته مردان "جام ایثار" که تیم‌های پالایش نفت آبادان و ذوب‌آهن اصفهان نیز به ترتیب در رده‌های دوم و سوم ایستادند به مقام قهرمانی رسید، مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با تبریک این موفقیت به حمیدرضا عباسی برای ایشان و سایر ورزشکاران پرتلاش و خستگی‌ناپذیر خیریه رعد آرزوی موفقیت دارد.



12. One life; One of the reasons behind my success has been the constant support of my husband



A conversation with Raheleh Abbaszadeh and Reza Najafi Delshad about their married life. Despite suffering from Polio, Raheleh is an athlete and has participated in various sport competitions and excelled.

13.zemzemeh



14. NGO



Atena charity welcomes women and girls who has been subject to family violence.

An interview with Mahbubeh Rahimian, Executive and PR Manager of Atena NGO.

Atena charity is a non-profit and public institution that started its activity in 1385 under the name "Salam Rahman" to educate students from lower-income families.

6. Just as accessibility is necessary in the physical world, the online world should also be accessible.



A conversation with Mohammad Hossein Mohseni, the founder and CEO of Puzzley application, about the necessity of accessibility of virtual space. Together with his friends, he launched Puzzley startup in 1396. According to him, people with physical disability can create applications, take projects and earn money with the Puzzley application builder platform.

7. Introducing new technologies to help people with disabilities.



An article written by Dr. Sarwar Behbahani and Dr. Mohammad Karimi Moridani about new technologies that have become accessible for the use of people with disabilities.

8. Technology is minimising the disability of people with disabilities.



An interview with Marjan Bidarian, MA Graphic Design and tutor of Graphic Design at Raad. According to her, people who take MS Office courses or those who learn illustration skills can easily have an income by working on various projects from typing and editing, to drawing cartoon characters with the help of a light pen.

9. Letter of spring
Nazanin Rahimzadeh

10. Delneveshteh
Fateme Kanhani

11. Those who are suffering from SMA are only looking for the medicine they need.



We went to Fatemeh Kanhani's house to meet her and her mother. Fateme is suffering from the rare disease of spinal muscular atrophy. Despite her weak body, she writes, paints and has hope for life.



1.what is website accessibility and what are its benefits?



Web accessibility means making websites more accessible so they can be used by people with disabilities. Web accessibility increases participation rates in virtual world.

2.When people with disability become familiar with a new technology, he / she is no longer disabled.

A conversation with Mr Mohammad Mahmoudi and Mr Aydin Nemati about the role of new technologies in empowering people with disabilities.

3.Knowledge of optimal use of virtual space; a conversation with Dr. Yashar Khodae.



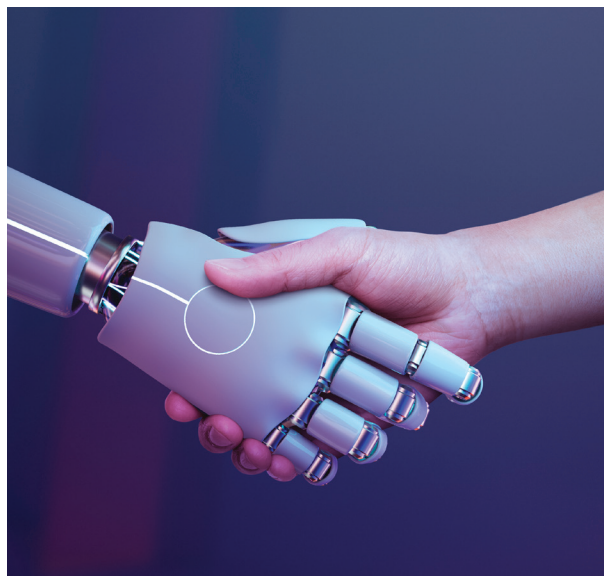
Dr. Khodae has a PhD in strategic engineering with an organizational, economic, social and political approach. In this conversation, the importance of optimizing virtual space for the use of all people with any physical disability has been discussed.

4. We are trying to optimize our services for a wider range of people.



An interview with Mani Ghasemi, CEO of Digiato site, about the activities of this site, which is one of the most popular news media in Iran in the field of technology.

5. Application of artificial intelligence in improving the quality of life of disabled people.



An article by Dr. Fatemeh Nematolahi and Dr. Cyrus Momenzadeh about the progress of artificial intelligence. According to this article, artificial intelligence has led to the development of smart devices that are helpful in overcoming the physical and cognitive challenges of people with physical and mental disabilities.

