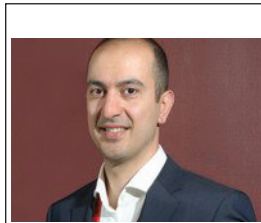


توان یاب

سال بیست و سوم، شماره ۹۲
(پاییز ۱۴۰۳)

۲	سرمقاله عظیمه ایرانپور
۳	به خیلی از آرزوهایمان نزدیک شدیم مهندس شاهین طبری
۷	حاکم بزرگ سرزمین کوچک خود باشیم پوریا عالمی
۱۲	وقتی حقوق افراد دارای معلولیت در سایت‌های مجازی رعایت می‌شود در گفت‌وگو با مدیران سایت دیوار
۱۸	معلولیت هیچوقت مانع همکاری با کافه بازار نشده‌است! مهندس علی نصرآبادی
۲۱	لازم است دیپلماسی فناوری در کشور فعال تر شود سازمان مردم نهاد
۲۶	بیشتر از آنکه به بچه‌ها یاد دهیم، از آنها یاد می‌گیرم! یک روز در کلاس
۲۹	آرزو دارم با پذیرش تفاوت‌ها و کمی مهربان‌تر بودن، دنیای انسانی‌تری داشته باشیم چهره موفق
۳۱	یا علی گفتیم و عشق آغاز شد! یک زندگی
۳۶	به بهانه روز جهانی معلولین فاطمه کنهانی
۳۸	یک رویداد ملی در بخش معلولیت و خوراک محمد اسماعیل شیخ قرابی
۴۲	تکنولوژی‌هایی که به کمک افراد دارای معلولیت می‌آیند
۴۳	مرگ با فراموشی اعظم نیازمند- زمزمه
۴۴	آینده‌ی عجیب و غریب جهان به همین زودی، در همین نزدیکی!
۴۵	هوش مصنوعی چه کمکی به زندگی افراد دارای معلولیت میکند
۴۸	"فابینگ" چیست و چگونه تهدیدمان می‌کند؟
۴۹	صدای پای باران عظیمه ایرانپور- زمزمه
۵۰	معرفی کتاب گردشگری قابل دسترس برای همه با تاکید بر گردشگران دارای معلولیت جسمی و حرکتی
۵۱	معرفی کتاب نفرین شده
۵۲	روانشناسی و معنای زندگی سلامت
۵۴	برای حفظ سلامتی در هوای آلوده به چه نکاتی باید توجه کنیم سلامت
۵۶	در رد چه خبر؟



صاحب امتیاز:
مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد
مدیر مسئول:
دکتر قاسم صالح‌خو
سردبیر:



دکتر مریم رسولیان
شورای سیاست‌گذاری:
صدیقه اکبری، محمود توسلی،
دکتر محمد کمالی، دکتر مجید
میرخانی، دکتر نرگس شفاوردی،
آنت میناسیان، محمدرضا دشتی
دبیر تحریریه:



هاله بانستانی
مدیر اجرایی:
رضا سخن‌سنج
همکاران این شماره:
سهیلا علیخانی، افسانه عسگری،
نازنین رحیم‌زاده
گرافیک: پرویز مقدم
طراح جلد: یاسمن روشنی تبریزی
صفحه‌آرایی: سمانه فطرس
عکاس: نگین موسوی پورمهرام
ویراستار انگلیسی: مهراوه عمرانی
مترجم انگلیسی: محمدطاها عیسی پور



نشانی دفتر نشریه: شهرک غرب
فاز ۲، خیابان هرمان، خیابان پیروزان
جنوبی، پلاک ۷۴
کد پستی: ۱۴۶۶۶ صندوق پستی:
۱۴۴-۱۴۶۶۵
شماره تماس: ۸۸۰۸۲۲۶۶-۸۸۰۷۶۳۲۶
info@raad-charity.org
www.raad-charity.org

توان یاب از دریافت مقالات و دیدگاه‌های صاحب نظران استقبال می‌کند. مقالات ترجمه شده همراه با کپی اصل مقاله ارسال شود. مقالات ارسالی پس فرستاده نمی‌شود. توان یاب 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.



سرمقاله

تا به حال مطالب و مقاله‌های زیادی در مورد اهمیت مناسب‌سازی معابر برای افراد دارای معلولیت خوانده‌ام، اما هیچ‌کدام از آن‌ها از زبان کسی که هیچ‌گاه بر روی دوپا راه نرفته نوشته نشده بود.

برای همین دست به قلم شدم تا بنویسم از زبان کسی که با موانع زیادی در مسیر حرکتش مواجه شده و با تک‌تک آنها، عبور جرقه‌ای از یأس را از وجودش به تماشا نشسته.

جرقه‌هایی که گاه به آتشی سوزان مبدل شده تا باغ امیدش را که با خون دل پرورش داده، بسوزاند.

برای آدم‌هایی که تمام عمر بر روی دو پا راه رفته‌اند می‌نویسم: تصور کنید صبح که از در خانه بیرون می‌زنید، جای جای شهر پر شده باشد از کوه‌های سر به فلک کشیده‌ای که ناچارید برای رسیدن به مقصد از تک‌تک آن‌ها بالا بروید

گاه عزم‌تان را جزم می‌کنید، خطر سقوط را به جان می‌خرید و با تلاشی کم نظیر یکی از آن‌ها را پشت سر گذاشته و زمانی که سرمست عملیات قهرمانانه‌ی خود به مقصد فکر می‌کنید ناگهان با کوه جدیدی مواجه می‌شوید همان‌جا با حالتی از یأس و اندوه پای کوه می‌نشینید و با خود فکر می‌کنید ای کاش هرگز از خانه خارج نمی‌شدید.

اما مگر چنین چیزی ممکن است؟

انسان یعنی زندگی اجتماعی، یعنی حرکت، یعنی رفتن و جاری شدن

به هر سختی و مشقتی، خودتان را به مقصد می‌رسانید

اما با روحی چروک و مچاله شده

گاه ابرناسانی پیدا شده و شما را بر دوش خود به آن طرف کوه می‌رساند، گاه با سقوط دست و پای‌تان آسیب می‌بیند

و این برنامه‌ی هر روز شماست

و در این بین انسان‌هایی هستند که سعی در برداشتن کوه‌ها از مسیر شما دارند

ولی تا کوهی را برمی‌دارند، کوه تازه‌ای قد علم می‌کند

و مسئولانی که هر روز به شما وعده می‌دهند که کوه‌ها تمام خواهند شد

وعده‌هایی که...

آی آدم‌هایی که بر روی دو پا راه می‌روید زمانی که به پله‌ای رسیدید قبل از بالا رفتن لحظه‌ای درنگ کنید

پله را شبیه کوهی بلند در مقابلتان تصور کنید

آن وقت است که می‌توانید حال کسانی که بر روی دو چرخ گرد حرکت می‌کنند را تصور کنید

به امید داشتن شهری بدون مانع

عظیمه ایرانپور



پنجمین دوره رویداد توان‌تک در تابستان ۱۴۰۳ در نمایشگاه بین‌المللی تهران به مدیریت شاهین طبری، رییس هیات مدیره شرکت چارگون و همکاری فعالان دارای معلولیت فعال در حوزه تکنولوژی برگزار شد. با این فعال حوزه تکنولوژی در مورد ویژگی‌های این رویداد و تفاوتش با توان‌تک‌های قبلی و دستاوردهای این رویداد در فرهنگسازی در خصوص افراد دارای معلولیت به گفت و گو نشستیم که می‌خوانید.



مدیر هیات مدیره شرکت چارگون؛

به خیلی از آرزوهایمان نزدیک شدیم!

باشند. حتی شاید گاهی لازم باشد که برای گروه‌هایی، تبعیض مثبت در نظر گرفته شود. اگر فردی روی ویلچر است، کم‌بینا، ناشنوا و دارای انواع معلولیت‌های جسمانی و ذهنی است، باید بتواند از معابر و امکانات شهر، امکانات عمومی و در مرحله بعد از امکانات غیرعمومی شهر که مورد نیازش است، استفاده کند. این چشم‌انداز و آرزوی همه ماست.

به همراه تعدادی از دوستان با هدف مناسب‌سازی در حوزه تکنولوژی، رویداد توان‌تک را راه‌اندازی کردیم. تکنولوژی، پنجره‌ای است که بدون تبعیض و بدون دیده شدن تفاوت‌های فردی، می‌توان به آن ورود پیدا کرد و از مزایایش بهره گرفت. افراد با معلولیت‌های شدید هم می‌توانند با استفاده از فناوری اطلاعات، نیازهای خودشان را برطرف کنند.

تکنولوژی، پنجره‌ای است که بدون تبعیض و بدون اهمیت به تفاوت‌های فردی، می‌توان به آن وارد شد و از مزایایش بهره گرفت

اکثریت مردم، نگاه درستی نسبت به شرایط مناسب برای زندگی افرادی که دارای معلولیت هستند را ندارند. در کشور ۹۰ میلیونی ما، همه این افراد که حدود ۱۵ درصد جمعیت را تشکیل می‌دهند، به فراخور وضعیت، سن، شرایط جسمانی و جنسیتشان باید بتوانند بدون تبعیض و بی‌عدالتی از همه امکانات برخوردار

شما به همراه تعدادی از دوستان از سال‌های قبل به فکر راه‌اندازی رویداد توان‌تک افتادید. اکنون که پنج دوره از برگزاری این رویدادها می‌گذرد، چه برآوردی از نتایج آن به دست آورده‌اید؟

اگر بخواهم از علت راه‌اندازی رویداد توان‌تک در سال‌های اخیر بگویم، باید به علاقه‌ای که همه ما به فعالیت‌های مجموعه رعد داشته و دوست داریم برای افراد دارای معلولیت، شرایطی را ایجاد کنیم تا این افراد در جامعه حضور پیدا کرده، دیده شوند، مشکلاتشان مطرح شود و مورد توجه قرار بگیرند، اشاره کنم. همه می‌دانیم که مناسب نبودن شرایط زیست برای این افراد در جامعه، موجب آشنا نشدن عموم مردم نسبت به حق و حقوق آنها و نحوه رفتار مناسب با آنها شده‌است.



این خدمات استفاده می‌کنند. اینها، مجموعه‌ای از اتفاقاتی‌های مثبتی بود که به تدریج شکل گرفته است. یکی دیگر از نتایج مثبت در این رویداد، ایجاد ارتباط مثبت در این رویداد، یکی از مسائل مهم، کم بودن ارتباط میان افراد دارای معلولیت با بقیه است و به همین دلیل تجربه ایجاد نزدیکی میان آنها بسیار محدود است، چنین رویدادهایی باعث ایجاد ارتباط متقابل می‌شود. تعداد زیادی از افراد دارای معلولیت از طریق شبکه‌های اجتماعی توانسته‌اند خود را معرفی کرده و توانایی‌های خود را در سطحی وسیع‌تر به نمایش گذارند. در سال‌های اخیر به دلایلی مختلف مانند؛ حضور در عرصه‌های ورزشی یا نمایش سبک زندگی خود از طریق شبکه‌های مجازی توانسته‌اند در سطح گسترده‌تری دیده شوند که دستاورد بسیار بزرگی است. فردی که معلولیت دارد ممکن است در جامعه حضور داشته و با تعداد دیگری هم در ارتباط باشد اما این تعداد کافی نیستند. ولی وقتی چنین فردی زندگی خودش را در شبکه‌های اجتماعی به اشتراک می‌گذارد، دهها و صدها نفر از زبان خود او با مسائلش، با نوع زندگیش، با طرز تفکرش و با مشکلاتش آشنا می‌شوند. این هم یکی دیگر از دستاوردهای تکنولوژی است. من افراد زیادی مثل فرزاد خلیلی (قهرمان در رشته والیبال

در آخرین نمایشگاه توان‌تک، شاهد حضور پررنگ افراد دارای معلولیت؛ چه به عنوان گرداننده، چه به عنوان صاحبان کسب و کار و چه به عنوان بازدیدکننده بودیم

ایجاد شد. البته باید بگویم که موفقیت افراد دارای معلولیت در این حوزه، بخشی از داستان بود، بخش دیگر، توجه کسب و کارهای مختلف به حوزه معلولیت بود. آنها باید از میان پانزده در صد از جمعیت نود میلیونی کشور، مشتری جمع می‌کردند. بعضی از کسب و کارها مانند؛ تاکسی‌های اینترنتی به حد اشباع در جلب مشتری رسیده‌اند و گرفتن مشتری جدید برایشان دشوار شده است ولی وقتی این چنین کسب و کارهایی خدمات خود را، هم به عنوان راننده و هم به عنوان مسافر، مناسب‌سازی شده ارائه دهند، می‌توانند مشتریان بیشتری را جذب کنند. این موقعیت هم برای کسب و کارها جذاب است و هم برای افراد دارای معلولیتی که از

فکر کردیم، ما که نمی‌توانیم چه از لحاظ ذهنی و چه از لحاظ عملی، در مناسب‌سازی‌های شهری نقشی ایفا کنیم ولی می‌توانیم برای حضور آنها در فضاهای مجازی و مناسب‌سازی در این حوزه‌ها، تسهیلاتی را بوجود بیاوریم.

آیا بعد از گذراندن پنج دوره این رویداد، به اهدافی که از ابتدا داشتید، نزدیک شده‌اید؟

اگر بخواهم یک نگاه کلی با توجه به مواجهه با معضل کرونا در دوره‌ای از این رویداد و نیز با مسایل و مشکلاتی که برای شرکت در نمایشگاه با آن روبه‌رو بودیم داشته باشم، باید بگویم که در مجموع به خیلی از آرزوهایمان رسیده‌ایم یا نزدیک شده‌ایم. در این رویداد، افراد دارای معلولیت فعال در حوزه تکنولوژی را معرفی و شرایط حضور آنها در این حوزه فراهم نمودیم. در اولین دوره توان‌تک که در موسسه رعد برگزار شد، حضور افراد دارای معلولیت به عنوان مجری و گرداننده بسیار محدود بود، ولی در آخرین دوره، این رویداد توسط خود آنها اداره شد. در فضای نمایشگاه از هر زاویه که نگاه می‌کردید، یک فرد دارای معلولیت را چه به عنوان گرداننده، چه به عنوان صاحبان کسب و کار و چه به عنوان بازدیدکننده، می‌دیدید. در واقع از این طریق، امکانی برای حضور و فعال شدن این افراد در حوزه تکنولوژی



نشسته و دوی مارا تن) را تشویق کردم که در این حوزه وارد شوند. وقتی افراد با فرد دارای معلولیتی از طریق مجازی و آنلاین آشنا شده و در جریان مسایل و شرایط زندگیش قرار می‌گیرند، خیلی چیزها را می‌فهمند. شناختن افراد دارای معلولیت در فضای مجازی می‌تواند کمک زیادی به بالا بردن آگاهی جامعه نسبت به این افراد و کاهش مشکلاتشان شود. معتقدم ایجاد چنین آشنایی‌هایی، از دستاوردهای توان‌تک بود.

قبل از شروع رویداد توان‌تک، افراد دارای معلولیت تاثیرگذار در دنیای تکنولوژی بسیار محدود بودند ولی آمدن این افراد در شبکه‌های اجتماعی بعنوان اینفلوئنسر، کمک زیادی به فرهنگ‌سازی در حوزه معلولیت کرد.

در توان تک امسال چه اتفاقی افتاد؟

آنچه که در توان‌تک امسال در مقایسه با سال‌های گذشته بیشتر روی آن تمرکز کردیم، معرفی افراد توانمند دارای معلولیت و ایجاد ارتباط میان آنها با کسب و کارها بود. در سال‌های گذشته کسب و کارها می‌آمدند، خود را معرفی می‌کردند و از خدماتی که مثلا برای افراد ناشنوا یا نابینا انجام داده بودند می‌گفتند. مثلا می‌گفتند: نرم‌افزار خودمان را برای همه کاربران از جمله افراد دارای معلولیت، مناسب‌سازی و دسترس‌پذیر کرده‌ایم. اما امسال تلاش کردیم افرادی از هر دو طرف طیف را به نمایشگاه دعوت کنیم. مثلا از افراد نابینایی که در انجام کارهایشان از موبایل استفاده می‌کنند و از طرف دیگر، از صاحبان مشاغل و کسانی که در مورد محصولات نرم‌افزاری تصمیم گیرنده هستند دعوت کردیم تا این دو گروه با هم آشنا شده، صحبت کنند و در مورد رفع مشکلاتشان هم‌فکری کنند. یکی از مواردی که در مورد آن بحث و گفت‌وگو شد، مشکلات در پرداخت اینترنتی توسط افراد کم‌بینا و نابینا بود. عدم مناسب‌سازی‌های لازم در این حوزه، تاکنون موجب کلاهبرداری‌های بسیاری از کاربران دارای معلولیت

آنچه که در توان تک امسال بیشتر روی آن تمرکز کردیم، معرفی افراد توانمند دارای معلولیت و ایجاد ارتباط میان آنها با کسب و کارهای مختلف بود تا نیازها مستقیماً منتقل شود

شده‌است.

یا استفاده از نرم‌افزارهایی، توانستیم این مشکلات را تا حدی کاهش دهیم. مثلا چون یک فرد نابینا در استفاده از تاکسی‌های اینترنتی قادر به تعیین دقیق لوکیشن نبود، این عدم دقت، باعث پیدا نشدن آدرس صحیح می‌شد. ولی اگر راننده توسط اپلیکیشن‌هایی، از نابینایی مسافرش آگاه باشد، می‌تواند در ارتباط کلامی با او مبداء و مقصد را به راحتی پیدا کند.

آیا چنین اتفاقی اکنون افتاده است؟

در توان تک امسال به تعداد شاهد برگزاری جلسات میان کسب و کارها و افراد دارای معلولیت بودیم. با توجه به تنوع نیازهای معلولیت‌های مختلف نیازمند یک تمرکز برای تعامل نزدیک مالکین محصول‌های نرم‌افزاری و افراد دارای معلولیت بوده ست. از نمونه جلسات برگزار شده می‌توان به جلسه‌ای با حضور یک فرد کم‌بینا، یکی از مدیران محصول اسنپ و یکی از مدیران محصول شرکت چارگون بود. یکی از فعالیت‌های شرکت چارگون، مناسب‌سازی و دسترس‌پذیری نرم‌افزارهای سازمانی برای افراد نابینا و کم‌بینا است. در این جلسه که یکی از استارت‌آپ‌های بزرگ در حوزه پرداخت حضور داشت، یک فرد کم‌بینا مسایل و مشکلاتش را در میان گذاشت. این رویداد بستری برای آشنایی افرادی که با دیگران تفاوت دارند با بقیه ایجاد کرد که اتفاق مبارکی بود. امروز که در مراحل نهایی نشریه در حال انجام است کمپین بزرگی از سوی این کسب و کار

برای افراد ناشنوا در حال برگزاری است. یکی از شرکت‌های تاکسی اینترنتی برای مدتی این قابلیت را که مسافران، معلولیت یا نابینایی خود را اعلام کرده تا راننده خود را برای خدمت دادن به او آماده کند، وجود داشت که متأسفانه بعد مدتی این امکان در نسخ جدید نرم‌افزاری حذف شد. همانطور که اگر مناسب‌سازی معابر شهری متولی نداشته باشد، پس از مدتی به فراموشی سپرده می‌شود، مناسب‌سازی نرم‌افزارها هم در هر سازمانی اگر متولی نداشته باشد، در نسخه‌های بعدی کارایی خود را از دست می‌دهند.

لزوم مناسب‌سازی باید در راس توجه صاحبان کسب و کار قرار گرفته و تداوم داشته باشد. لازم است از نتایج مناسب‌سازی‌ها، نظرسنجی انجام شده و مورد ارزیابی قرار گیرند. موارد زیادی اتفاق افتاده که راننده تاکسی اینترنتی با اطلاع از وجود معلولیت مسافرش، سفر را لغو کرده‌است. مطرح کردن این تجارب در نشست‌هایی که در رویداد توان‌تک برگزار شد، اتفاق خوبی بود که باعث مورد توجه قرار گرفتن چنین قابلیت‌هایی در تاکسی‌های اینترنتی شد. خوشبختانه در این رویداد، افراد فوق‌العاده موثری را در کنار خود داشتیم. مثلا در هولدینگ هزار دستان و شرکت دیوار "آقای کشاورزی"، مسئول CSR این شرکت را داشتیم. او کسی است که با این قضیه کاملاً آشنا بود و در حوزه دسترس‌پذیری، بسیار تلاش کرد. این که افراد دارای معلولیت در چنین رویدادهایی حضور فعال داشته و در ارتباط رودر رو با صاحبان کسب و کار، نیازهایشان را مطرح کنند، بسیار راهگشا است.

توان‌تک امسال این تفاوت را با سال‌های قبل داشت.

به نظر شما بعد از برگزاری رویدادهای توان‌تک، اتفاقی در پذیرش بیشتر افراد دارای معلولیت به فضاهای کسب و کار صورت گرفته است؟

به نظر من جریانی در این خصوص به راه افتاده است. کسب و کارهای متعددی بعد از این رویداد افراد دارای معلولیت را به همکاری دعوت کرده‌اند. کسب و کارهای زیادی هم



هستند که به موضوع مناسب‌سازی و دسترس‌پذیری فکر کرده و لزوم این کار برایشان اهمیت پیدا کرده‌است. کسب و کارهای متعددی هم، سرویس‌ها و خدمات خود را مناسب‌سازی کردند. یک اتفاق جالب در این رویداد حضور خانمی از مجموعه کدا (coda) بود. او به مدیرعامل دیجی کالا گفته بود که آیا می‌دانی که حدود دویست نفر از ناشنوایان، خریدهایشان از دیجی کالا را در خانه من انجام می‌دهند؟ چون وقتی محصول خریداری شده را به در منزلشان می‌آورند و زنگ می‌زنند این افراد متوجه نمی‌شوند، به همین دلیل خریدهای آنها را به خانه من می‌فرستند تا خودم بدست متقاضیان برسانم. با مطرح شدن این ضعف در خدمت‌رسانی دیجی کالا، مسعود طباطبایی (مدیرعامل دیجی کالا) قول برطرف کردن این مشکل و ایجاد شرایط مناسب برای استفاده از افراد ناشنوا از محصولات شرکت را داد. در توان‌تک امسال، تلاش کردیم با ایجاد چنین ارتباطاتی، افراد دارای معلولیت بتوانند انتظارات خود را مطرح کنند.

چطور اطلاع‌رسانی انجام دادید و چطور توانستید این افراد را در نمایشگاه جمع کنید؟

مسئولیت را به خود بچه‌های دارای معلولیت سپردیم و بطور گسترده اطلاع‌رسانی کردیم. با سامانه‌های مختلفی مثل شهرداری، هماهنگی‌هایی انجام دادیم که مسئله حمل و نقل داخل نمایشگاه را برعهده بگیرند. تجربه‌های ارزشمندی از این نمایشگاه بدست آوردیم. من با یکی از دوستان دارای معلولیت به نام بابک حیدری که مسئول شبکه اجتماعی دیجی‌یاتو است و کارهای بسیار بزرگ و خاصی را انجام می‌دهد مصاحبه کردم. بابک این جسارت را داشت که جلوی دوربین بیاید و حرف‌هایش را بزند. این اتفاق بسیار ارزشمند بود.

قرار بود توان‌تک سالی یک‌بار برگزار شود، ولی از توان‌تک چهارم تا پنجم سه سال فاصله افتاد. علت آن چه

لزوم مناسب‌سازی باید در راس توجه صاحبان کسب و کارها قرار گرفته و تداوم داشته باشد

بود؟

ما اولین دوره توان‌تک را در رعد برگزار کردیم. بعد از آن تصمیم گرفتیم توان‌تک را در دل ال‌کام برده تا بیشتر دیده شود. ولی ال‌کام خودش دچار چالش‌هایی شد و ادامه نیافت. در دوران کرونا، توان‌تک را بصورت آنلاین برگزار کردیم که بسیار هم موفق بود. در حال حاضر به دنبال تشکیل یک دبیرخانه دائمی هستیم که نبلور آن در نمایشگاهی در انتهای هر سال دیده شود. فعلاً درگیر ایجاد زیرساخت برای این فرآیند هستیم.

آیا پس از برگزاری پنج دوره از توان‌تک می‌توان گفت که این رویداد به ثبات رسیده و چالش‌های آن مشخص شده‌است؟

نکته فقط این نیست که چون چالش‌های آن مشخص شده، می‌توانیم با دست پرتری در سال آینده حاضر شویم، نکته این است که این فرآیند گسترش یابد و به سالی یک‌بار محدود نشود. حتی پیش‌بینی تشکیل پادکستی در این حوزه را داریم که در آن به طور مرتب از تجارب و آنچه به دنبال آن هستیم صحبت شود. برای پیگیری این موارد باید هر چه زودتر دبیرخانه دائمی توان‌تک راه‌اندازی کنیم. البته چند سال پیش هم چنین تصمیمی داشتیم که متأسفانه با شیوع بیماری کرونا و محدودیت‌هایی که ایجاد شد این مسئله انجام نشد. امیدواریم بزودی این دبیرخانه تشکیل شده و این فرآیند، ادامه‌دار شود.

چشم‌انداز خاصی برای آینده در نظر دارید؟

واقعیت این است که هدف اصلی توان‌تک

از ابتدا، افزایش حضور افراد دارای معلولیت در اجتماع بود. ما همیشه سعی داشتیم در حوزه فعالیت خودمان، یعنی فناوری اطلاعات، این هدف را دنبال کنیم. اکنون حوزه فناوری اطلاعات، از جامعه جدا نیست و به همین دلیل تاثیرگذاری توان‌تک می‌تواند خیلی فراتر از آن چیزی باشد که انتظار داشتیم. از آن فرد دارای معلولیتی که توسط این رویداد تلنگری در ذهنش ایجاد شده و با مفهوم جدیدی که قبلاً نمی‌دانست، آشنا شد تا فردی که در خانواده‌اش فرد دارای معلولیت دارد و نمی‌داند چطور باید به او کمک کند. باید بررسی کرد که این رویداد تا چه اندازه ممکن است در زندگی چنین افرادی تغییر ایجاد کند. اگر بتوانید فرد دارای معلولیتی را از یک کار معمولی و یک زندگی در انزوا و خانه‌نشینی، به یک فعالیت اجتماعی مداوم و پایدار برسانید، کار بزرگی کرده‌اید. افق دید ما ایجاد تغییر در زندگی این افراد با استفاده از ابزارهای بیشتر، تجارب بیشتر، برگزاری رویدادها، اعطای جوایز به کسب و کارهای موثر و افراد موفق و موثر است تا به این شعار که "این کشور برای همه است" برسیم.

و سخن آخر...؟

افراد دارای معلولیت برای این که بتوانند در جامعه حاضر باشند در بسیاری از مواقع نیاز به تبعیض‌گذاری مثبت دارند. این که پیاده‌روها، پل‌های عابر، پارک‌ها و سینماها و سایر مکان‌های شهری مناسب‌سازی شوند، یک تبعیض‌گذاری مثبت است که مدیریت شهرها و شهرداری‌ها باید به آن توجه ویژه کنند. برای اینکه افراد دارای معلولیت هم بتوانند در کنار سایر دانش‌آموزان حضور داشته باشند، مدارس باید مناسب‌سازی شوند و به این کار، تبعیض مثبت که بسیار ضروری است، می‌گویند. کشور باید برای زندگی همه افراد با هرگونه شرایط زیستی مهیا باشد، نه فقط برای کسانی که از انرژی و سلامت جوانی برخوردارند، یا دارای سلامت فیزیکی هستند.



پوریا عالمی، روزنامه نگار و مولف شانزده جلد کتاب برای بزرگسالان و چهار جلد کتاب برای کودکان است. او به عنوان یکی از ۳۰ مدیر جوان با اثرگذاری اجتماعی در جهان در JCI سال ۲۰۲۲ انتخاب شده است. سایت "آی قصه" تا امروز به عنوان اپلیکیشن کودک و نوجوان در سال‌های متوالی، به عنوان بهترین سایت کودک و خانواده در سال‌های متوالی و دوبار به عنوان بهترین اپلیکیشن کودک به انتخاب مردم، انتخاب شد. آی قصه برگزیده دانشگاه استنفورد، برگزیده اول داوران روسی رویداد رویازی، برگزیده اول به عنوان بهترین ناشر صوتی کودک در ده سال گذشته، به عنوان محبوب‌ترین سریال صوتی کودک و نوجوان در ده سال گذشته و... انتخاب شده است. او رادیو گوشه را که شرکتی برای تهیه کتاب صوتی و تهیه پادکست است از شش سال قبل هم‌راه‌اندازی کرده‌است. رادیو گوشه، هفت جایزه اصلی حوزه‌های مختلف کتاب را در ده سال گذشته مثل بهترین عنوان؛ بهترین ناشر صوتی، بهترین کتاب صوتی، محبوب‌ترین گوینده و... دریافت کرده‌است.

در گفت‌وگو با پوریا عالمی؛

حاکم بزرگ سرزمین کوچک خودمان باشیم

لطفا خودتان را معرفی و از فعالیت‌هایتان بگویید؟

نویسنده هستیم؛ نویسنده کودک و بزرگ‌ترها. طنزنویس سیاسی سابق. روزنامه‌نگار سابق. مؤسس مجموعه آی قصه. و چندتا خرده‌کار دیگر. گفت‌وگو را از کار بزرگسال شروع کنیم و با کار کودک تمام کنیم.

«رادیو گوشه» را با چه هدفی و چگونه راه‌اندازی کردید؟

هدف ما از آغاز، تولید کتاب‌های صوتی با شعار "ادبیات خوب را خوب بشنویم" بود. با راه‌اندازی استارت‌آپ کوچکی فعالیت‌مان را آغاز کردیم. یک انباری را تبدیل به استودیو کردیم و

برای ساختن آینده ایران باید امروز کودکان را بسازیم

شد و مجبور به ضبط مجدد آن شدیم. البته همان کتاب که با سختی زیاد ضبط شد، امروز پرفروش‌ترین کتاب صوتی بازار کتاب‌های صوتی است. در حال حاضر رادیو گوشه، از آن استودیوی چهارمتری تبدیل شده به چهار استودیو مجهز. علاوه بر تولید کتاب‌های صوتی، در رادیو گوشه تاکنون بیشتر از ده‌ها پادکست تهیه کرده‌ایم.

مخاطبان شما در رادیو گوشه، چه کسانی هستند و آیا برای افراد دارای معلولیت، دسترس‌پذیری‌هایی انجام داده‌اید؟

بهتر است قبل از اینکه ما در

اولین کتاب‌ها را ضبط کردیم. فراز و فرودهای بسیاری را از سر گذرانیم تا به موقعیت نسبتاً باثبات فعلی رسیدیم. مثلاً یک بار هر آنچه با هوشن شکیا در اولین پروژه ضبط کتاب‌مان، ضبط کرده بودیم، پاک



رادیوگوشه برای افراد دارای معلولیت چه کرده‌ایم به وضعیت این افراد در جامعه نگاه کنیم. طبق آمار موجود بین ده تا پانزده درصد از جمعیت جهان، دارای معلولیت هستند. نادیده گرفتن این تعداد بسیار بزرگ، غیرانسانی و غیرقابل قبول است. در کشور ما هر نوع اقلیتی مورد بی‌توجهی قرار دارند و افراد دارای معلولیت هم چون در اقلیت هستند، شامل این بی‌توجهی‌ها هستند. حضور افراد دارای معلولیت را در جامعه، در خیابان، در شهر، کنار دریا، در جنگل، در هتل و در رستوران و... نمی‌بینیم. چرا؟ چون این گروه حذف شده‌اند. از شهر، از کشور و از روی زبان ما. این گروه، در گفت‌وگوی جاری جامعه، در سیاست‌گذاری‌ها، در تخصیص بودجه و... هم حضور ندارند. وقتی پیاده‌روی مناسب برای افرادی که با ویلچر یا عصا حرکت می‌کنند وجود ندارد، یعنی در مدیریت شهری و در شهرداری‌ها و در شهرسازی به افراد دارای معلولیت توجهی نمی‌شود. وقتی در شهر و زندگی افراد دارای معلولیت را نمی‌بینیم یعنی در نظر گرفته نشده‌اند. اما از طرفی وظیفه ما که قدرت نداریم و مردم عادی هستیم چیست؟ امروز نگاه ما به فرد دارای معلولیت یک نگاه نیکوکارانه است. از آنجا که حقوق افراد دارای معلولیت در تحصیل، در دانشگاه، در جامعه و در اشتغال رعایت نمی‌شود، این کمبودها با نگاه‌های نیکوکارانه و دلسوزانه جایگزین شده است. و این نگاه‌های نیکوکارانه و خیریه‌ایی آنها را به افرادی ضعیف و وابسته تبدیل کرده است. افراد دارای معلولیت از ادبیات رسمی کشور، از شهر، کوچه، خیابان، از خانواده و از جامعه حذف شده‌اند. آنها حتی گاهی از خانواده هم حذف می‌شوند. کمتر خانواده‌ای، کودک اوتیسم یا دارای معلولیت

هدف ما از آغاز، تولید کتاب‌های صوتی با شعار "ادبیات خوب را خوب بشنویم" بود

خود را از سایرین پنهان نمی‌کند. در نتیجه این جمعیت وسیع، از مولد و سازنده و تولیدکننده، به مصرف‌کنندگان وابسته و ضعیف تبدیل شده‌اند. در صورتی که این افراد از نظر سیاسی و اقتصادی و اجتماعی سرمایه‌های کشورند و باید پر قدرت و تاثیرگذار باشند.

شما چطور به این موضوعات علاقه‌مند شدید؟

یک تجربه شخصی و ساده. زمانی که پای من دچار شکستگی شد، متوجه کاستی‌های شدیدی در زندگی معمولی خودم شدم. نمی‌توانستم با عصا در کوچه راه بروم چون پیاده‌رو نبود، نمی‌توانستم در خیابان بروم چون پل نبود، نمی‌توانستم سوار تاکسی شوم، چون سوارم نمی‌کردند! شاید اگر چنین اتفاق برای من نیفتاده بود، متوجه این بی‌انصافی و نادیده‌گرفتن ده درصد جامعه در شهر و زندگی نمی‌شدم.

شما به عنوان یک فرد دغدغه‌مند در این مورد چه اقداماتی را انجام دادید؟

حال چه باید کرد؟ آیا باید منتظر ایجاد شرایط مناسب از طرف دولت و حاکمیت برای افراد دارای معلولیت بمانیم و یا هر کدام به اندازه توان محدود خود به این موضوع توجه کرده و کاری را انجام دهیم.

وقتی شما در جایگاه دولت و قدرت نباشید، بودجه و نیروی انسانی و امکانات لازم را برای رشد و توسعه در چنین پروسه‌هایی را ندارید. در بخش خصوصی انجام چنین فعالیت‌هایی، نیاز به بودجه مناسب دارد. ولی ما به عنوان فرد، در اطراف زندگی خود و در محیط کسب و کار خود می‌توانیم تلاش برای برابری انسانی کنیم. من با همکاری دوستان و در حد توانایی‌هایمان، توانستم قدمی در دسترس‌پذیری اپلیکیشن اندروید "آی‌قصه" برداشته و برای کودکان نابینا و کم‌بینا و پدر و مادرهای نابینا و کم‌بینا، اپلیکیشن را دسترس‌پذیر کنیم. کودکان کم‌بینا یا نابینا می‌توانند، از این اپلیکیشن مستقلاً استفاده کرده و قصه گوش دهند. این کسب و کار در حوزه فرهنگ است و سودآور نیست ولی سعی کردیم با تمرکز بر این موضوع، آرزویی را که در صدد اجرایش بودیم را برآورده کنیم. در رادیو گوشه، جلسات متعددی را با کمک خانم گلاره عباسی و مجموعه سوبنا، برای نقد و بررسی کتاب‌های صوتی برگزار کردیم. در این جلسات که با ترکیبی از اعضای انجمن‌های نابینایان و افراد بینا برگزار می‌شود، از کسانی که صلاحیت نقد و بررسی کتاب‌های صوتی داشتند، دعوت به عمل آوردیم.

در حوزه محتوا هم اقداماتی کرده‌اید؟

بله. به تدریج برای اپلیکیشن "آی‌قصه" حدود ششصد داستان صوتی تولید و ضبط کردیم. اهمیت "آی‌قصه" در این است که از منابع ترجمه شده استفاده نمی‌کند. در این مجموعه یک سریال صوتی را به نام "شهر آی‌قصه" می‌نویسم و کارگردانی می‌کنم. شهر آی‌قصه، شهری خیالی است که در آن دختر و پسر به نام مینا و سینا و دایناسوری به نام داینامینا و همچنین یک آدم فضایی و شخصیت‌هایی به نام

کرگدنی به نام کرگدن و هاپ‌هاپ و گربه شماره ۶ زندگی می‌کنند. این سریال در بیست و چهار قسمت تهیه، ضبط و منتشر شده‌است. بچه‌ها به شنیدن این قصه‌ها علاقمندند و جای خوشحالی است که شخصیت‌های داستان، در ناخودآگاه آنها وارد شده و با آنها ارتباط گرفته‌اند. این اثر به عنوان بهترین سریال صوتی کودک و نوجوان در ده سال گذشته شناخته شد و جوایزی را دریافت کرده است. من همیشه دغدغه لذت بردن و سرگرم شدن کودکان با قصه را داشتم. پس سعی کردم در قصه‌ها، جهانی را ترسیم کنم که در آن آدم‌ها با هر تفاوتی، هم‌سنگ و برابر باشند. مدتی طولانی به این موضوع فکر کردم و روی آن کار کردم که چگونه در "شهر آ‌ی‌قصه" دو شخصیت که یکی مهاجر باشد و یکی معلولیت داشته باشد وارد قصه کنم. چون هدف "آ‌ی‌قصه"، لذت بردن و سرگرم کردن بچه‌ها بود باید مراقب می‌بودم که به عنوان نویسنده و کارگردان، خودم یا شنوندگان برای این دو شخصیت دل نسوزانیم.

برای ضعیف جلوه ندادن شخصیت‌های داستان، وسواس زیادی به خرج دادم. اگر قصه‌ای را می‌نوشتم که ناخودآگاه مخاطبان دلشان برای شخصیت‌های دارای معلولیت یا مهاجرش می‌سوخت، نقض غرض می‌شد. بارها این نقش‌ها را نوشته و تغییر می‌دادم. ولی بالاخره بعد از مدت‌ها کار فشرده و مصاحبه با فعالان حوزه مهاجرت یا پناهندگی و گفت‌وگو با افراد دارای معلولیت، امسال توانستم شخصیت مهاجر را در قالب "بیر برفی"، که نماد کشور افغانستان است و در قصه بگنجانم. حدود هفتصد، هشتصد هزار کودک ایرانی در خارج از ایران و حدود یک میلیون کودک غیرایرانی در ایران زندگی می‌کنند وارد شهر آ‌ی‌قصه کنم. کودکان مهاجر، چه کودکان ایرانی مهاجر در خارج کشور و چه کودکان افغانستانی

اگر در داستان مخاطبان دلشان برای شخصیت‌های دارای معلولیت یا مهاجران بسوزد، نقض غرض است

مهاجر در ایران، شهروند درجه دو هستند. مثلاً همه ایرانیانی که در خارج ایران زندگی می‌کنند، نخبه نیستند و در شرایط مناسبی زندگی نمی‌کنند. خیلی از مهاجرانی که در ایران زندگی می‌کنند نیازمند توسعه فردی و مهارت‌افزایی هستند. من که نمی‌توانم چنین بحرانی را حل کنم، ولی در شهر آ‌ی‌قصه که در مورد شهری خیالی است، می‌توانم به کودکانی که آن را گوش می‌کنند، درباره برابری انسان مهاجر و انسان میزبان قصه تعریف کنم. از همین رو است که ببر برفی، شهر قصه خود را ترک و وارد شهر آ‌ی‌قصه می‌شود، شهر جدیدی که بدون قید و شرط پذیرای اوست. بچه‌ها، شخصیت ببر برفی را که صدایش توسط خانم فرشته حسینی، که اصالتاً افغانستانی است، خیلی دوست دارند. در این قصه، نگاه برابر، میان شخصیت‌های داستان وجود دارد. شخصیت‌های قصه، با هم دوست هستند، با هم بازی می‌کنند و با هم ارتباط دارند. یک شخصیت دارای معلولیت هم به قصه اضافه کرده‌ام با نام کیمیا. کیمیا کودکی است که با صدلی چرخدار رفت و آمد می‌کند. کیمیا درست است که معلولیت دارد ولی برابر با باقی شخصیت‌های شهر آ‌ی‌قصه است و تفاوتی ندارد.

سریال صوتی شهر قصه‌ها با همکاری چه کسانی ساخته می‌شود؟

در سریال صوتی "شهر آ‌ی‌قصه" تعداد زیادی از دوستان مشغول به فعالیت هستند. از همکاران این پروژه می‌توان به هنرمندانی چون؛ بامداد افشار و نیوشا قربانی که موسیقی شهر آ‌ی‌قصه را ساخته‌اند و لیلی رشیدی که راوی اصلی شهر آ‌ی‌قصه است و از پیمان فاطمی، بهادر مالکی، آزاده مویدی‌فرد، یاشار ابراهیمی، فرشته حسینی، اکرم عبدی، الکا هدایت و... نام برد. مجتبی حیدرپناه هم تصویرساز مجموعه است. تا به حال دو سه نفر در نوشتن داستان‌ها به من کمک کرده‌اند.

آیا برای صداگذاری شخصیت دارای معلولیت در داستان، نمی‌توانستید از خود این افراد استفاده کنید؟

به این موضوع فکر کرده بودیم ولی چون به دنبال افراد حرفه‌ای بودیم و نمی‌خواستیم موقعیت خاصی را برای فردی ایجاد کنیم که هنوز تخصص کافی در ایفای نقش ندارد و فقط به خاطر معلولیتش انتخاب شده است. خود این توجه‌های افراطی و غیرحرفه‌ای به افراد دارای معلولیت در بلندمدت آسیب می‌زند. در نتیجه ما از این‌کار صرف‌نظر کرده و به سمت افراد حرفه‌ای رفتیم. راستش به نظرم هر نوع توجه خاص دقیقاً مثل بی‌توجهی به انسان، آسیب‌زاست.

بازخوردی از مخاطبان خود دارید؟

قصه‌های ما، مورد توجه بسیاری از کودکان قرار گرفته‌اند. بچه‌ها صادق هستند و اگر قصه‌ای را در آ‌ی‌قصه دوست نداشته‌باشند، در لحظه متوجه آن می‌شوید چون گوشش نمی‌کنند. به نظر من هر قصه‌ای که در آ‌ی‌قصه، منتشر می‌شود، بهتر از قصه قبلی بوده، چون بازخورد این قصه‌ها را رصد می‌کنیم.

آیا مخاطبان داستان‌های شما با موضوع کودکان دارای معلولیت یا مهاجرات، فقط کودکان دارای معلولیت



و کودکان مهاجر هستند؟

خیر. مخاطبان ما هم عمومی هستند و هم بچه‌های دارای معلولیت و هم مهاجران. اگر کاری خوب باشد مخاطب آن محدود نیست.

بازخورد هم گرفته‌اید؟

بله. تعداد زیادی مخاطب ایرانی در خارج از ایران داریم که آی‌قصه را گوش می‌کنند و از شخصیت مهاجر ببر برفی خیلی لذت برده‌اند. ببر برفی هم مهاجر است و هم به زبان دری حرف می‌زند. کیمیا هم دختری است که روی صندلی چرخدار است اما برفی با دیگران ندارد. آی‌قصه چون با رویکرد انسانی و بدون تبعیض ساخته شده، مورد توجه بچه‌ها و بزرگ‌ترها قرار گرفته است. تلاش داریم با انجمن‌های فعال در حوزه مهاجران و پناهندگان و گروه‌های دارای معلولیت ارتباط گرفته و این قصه‌ها را به بچه‌های آنها معرفی کنیم. بسیاری از کودکان مهاجر ممکن است به موبایل و اینترنت دسترسی نداشته باشند و ما تصمیم گرفتیم خودمان به سراغ آنها برویم. قصد داریم با کمک همکارانی چون، لیلی رشیدی به مدارس که این بچه‌ها در آنها حضور دارند رفته و داستان‌ها را

حدود هشتصد هزار کودک ایرانی در خارج از ایران و حدود یک میلیون کودک غیرایرانی در ایران زندگی می‌کنند که نباید نادیده گرفته شوند

برایشان بخوانیم.

شما در حوزه کتاب کودک کارهای زیادی کرده‌اید. در مورد این کارها هم بیشتر بگویید؟

یک مجموعه از کتاب‌هایی که مربوط به کودک و نوجوان کار کرده‌ام، به مفهوم الفبای فارسی اختصاص دارد. در این قصه‌ها، حروف الفبا، جان‌بخشی و هویت‌دار شده و هرکدام، داستانی را دنبال می‌کنند. مثلاً آ با کلاه صبح از خواب بیدار می‌شود و می‌بیند کلاه سرش نیست! یکی از داستان‌ها، داستان "ه" آخر تنهاست. این داستان، به

بجگی‌های خودم و به باقی بچه‌های تنها تقدیم شده‌است. در الفبای فارسی، خاصیت "ه" آخر تنها، بسیار عجیب است، چون حرفی است که نه از ابتدا و نه از انتها، به حرف دیگری نمی‌چسبد و واقعا تنهاست. این حرف، به نوعی شرایط کودکان خاص را در جامعه نمایندگی می‌کند؛ "ه" آخر تنها یعنی اگر کودکی، اوتیسم، نابینا و یا دارای معلولیت باشد، از هیچ طرف به کسی نمی‌چسبد و از جامعه طرد می‌شود. حالا در این کتاب نکته این است که "ه" آخر تنها خودش قبول دارد که تنهاست و سعی می‌کند از اول یا از آخر به بقیه حروف نزدیک شود اما نجسبند تا از انزوا خارج شود. "ه" آخر تنها چه می‌تواند انجام دهد؟ یک راهش این است که برای بیرون آمدن از تنهایی و انزوا، بخواهد جهان را عوض کند و از بقیه بخواهد که به او احترام گذاشته و به او توجه کنند و یا این که بپذیرد که "ه" آخر تنهاست و برای ارتباط با دیگران نیاز نیست خودش را عوض کند. وقتی او هویت خود را پذیرفت، خودش را دوست خواهد داشت و از دیگران هم انتظار پذیرفتنش به عنوان "ه" آخر تنها" دارد. در قدم اول احساس



تنهایی و خستگی و افسردگی می‌کند و نیاز به کسی دارد که با او غصه بخورد، پس با آی با کلا، دوست می‌شود و با هم "آه می-کشند. وقتی آه کشیده و خودش را می‌پذیرد، تصمیم می‌گیرد به جلو حرکت کند و با "ر" و "ا" دوست شده و با هم "راه" بسازند. حالا که حرکت کرده، دوست دارد خودش را توسعه دهد، پس با "آ" و "گ" و "ا" دوست شده و "آگاه" می‌شود و به سمت دانایی حرکت می‌کند. بعد، در کنار حرفی که او را زیباتر کرده و دوستش دارند قرار می‌گیرد. پس در کنار "م" و "ا" قرار می‌گیرد و "ماه" می‌شود.

این داستان کتاب است که بچه‌ها دوستش دارند و با آن ارتباط برقرار می‌کنند. من کارهایی برای بزرگسالان هم انجام داده‌ام ولی در دنیای بزرگسالان، نوعی معامله‌گری مرسوم است که در دنیای کودکان وجود ندارد. وقتی کودکی می‌گوید داینامینا را دوست دارد و یا می‌گوید این کتاب را بیست بار خوانده و حفظ شده است، بسیار لذت می‌برم چون می‌دانم، این گفته از روی صداقت است.

علاقه‌مندان چطور می‌توانند به داستان‌های "آی‌قصه" دسترسی پیدا کنند؟

اپلیکیشن اندروید به نام "آی‌قصه" را می‌توان از طریق کافه‌بازار پیدا و در لپ‌تاپ یا گوشی نصب کرد. برای آی‌یواس

ios و لپ‌تاپ باید از app.ighe۳.com استفاده کنند. استفاده از این اپلیکیشن رایگان نیست، چون توسط بخش خصوصی ارائه شده و بزرگ‌ترین حسن آن همین است که توانسته در کار کودک، خصوصی و مستقل بماند.

در مورد جوایزی که گرفته‌اید بگویید؟

ما برای چندین سال، به عنوان بهترین اپلیکیشن و سایت کودک و نوجوان در ایران مطرح بودیم و در جشنواره وب و موبایل به عنوان بهترین اپلیکیشن کودک و نوجوان و

می‌خواهم به دوستان دارای معلولیت بگویم که ما، چه دارای معلولیت باشیم و چه نباشیم، باید امکان فرصت‌های برابر را برای خودمان ایجاد کنیم و منتظر نباشیم که دیگران برای ما کاری انجام دهند

یکی از نشست‌های آی‌قصه با عنوان شصت‌نشست به بهانه دسترس‌پذیرکردن اپلیکیشن اندروید آی‌قصه حول موضوع افراد دارای معلولیت و کودکان دارای معلولیت همراه دوستان عزیز هم‌چون وحید رجب‌لو، ابوذر سمیعی و فریدون عموزاده خلیلی درباره این مفهوم ارائه‌های مختلفی داشتیم. در نشست توان‌تک نیز ارائه‌ای داشتیم و در آن نشان دادم با در نظر نگرفتن افراد دارای معلولیت، جمعیتی به اندازه اصفهان و شیراز را عملاً از ایران و زندگی حذف می‌کنیم.

و سخن آخر...؟

می‌خواهم به دوستان دارای معلولیت بگویم که ما، چه دارای معلولیت باشیم و چه نباشیم، باید امکان فرصت‌های برابر را برای خودمان ایجاد کنیم و منتظر نباشیم که دیگران برای ما کاری انجام دهند. این که در اقلیت باشیم یا در اکثریت فرقی نمی‌کند، امکان برابر را خودمان باید برای خودمان ایجاد کنیم. باید آنقدر توانایی و شخصیت خود را قوی کنیم که شایسته رسیدن به بهترین موقعیت‌ها باشیم. همه‌چیز از «من» شروع می‌شود. نباید منتظر باشیم ما را کشف کنند یا به داد ما برسند. البته بسترسازی، وظیفه حکومت و دولت‌هاست اما اگر آنها دغدغه این بسترسازی را ندارند، به این معنی نیست که من دست روی دست بگذارم و منتظر بمانم و زندگی خود را از بین ببرم. من می‌توانم و باید حاکم بزرگ سرزمین کوچک خود باشم و در اطراف و در حیطه کار و زندگی خودم، برای زن، مرد، دختر، پسر، دارای معلولیت، اقلیت مذهبی، اقلیت جنسی و... حقوق برابر ایجاد کنم. باید تلاش کنیم تا حاکم بزرگ سرزمین کوچک خود باشیم.

بهترین سایت کودک و نوجوان در سال‌های مختلف انتخاب شدیم. همچنین به انتخاب خانواده‌ها، بهترین اپلیکیشن در این حوزه بودیم و چند سال پشت سرهم در هر سال، سه تا جایزه را دریافت کردیم. از طرف دانشگاه استنفورد هم تقدیر شدیم. در رویداد رویازی، به داوری داوران روسیه اول شدیم. در جایزه فیل که بهترین‌های ده سال گذشته را معرفی کرد "آی‌قصه" بهترین ناشر صوتی معرفی شد و جایزه فیل بهترین سریال صوتی را نیز همین سریال صوتی شهر آی‌قصه دریافت کرد. آی‌قصه در JCI به عنوان سی‌کسب و کار اثرگذار اجتماعی در جهان در سال ۲۰۲۲ انتخاب شد.

آیا رادیو گوشه و آی‌قصه در توان‌تک حضور پیدا کرده‌است؟

امسال به دعوت دوست عزیزم شاهین طبری در رویداد توان‌تک شرکت کردیم. راستش جز این نمایشگاه تا به حال چه به‌عنوان رادیو گوشه و چه به‌عنوان آی‌قصه در هیچ نمایشگاه دیگری شرکت نداشته‌ایم، چون تمرکز ما بیشتر بر تولید است.

دعوت از من در توان‌تک، فکر کنم به دلیل دسترس‌پذیرکردن اپلیکیشن اندروید آی‌قصه برای افراد نابینا و کم‌بینا است. در





گفت‌وگو با تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال دیوار

هنگامی که حقوق افراد دارای معلولیت در کسب‌وکارهای دیجیتال به رسمیت شناخته می‌شود

امید هاشمی: دیوار با دریافت بازخوردهای افراد دارای معلولیت، اجرای استانداردهای دسترسی‌پذیری را در اولویت خود قرار داد

دسترسی‌پذیری دیجیتال دیوار، پس از دریافت این جایزه آن را افتخاری برای تیم دسترسی‌پذیری دیوار و نتیجه تلاشی گروهی دانست. او تأکید کرد دسترسی‌پذیری دیجیتال حق همه کاربران است.

پس از آشنایی با این تیم، قراری برای گفت‌وگو با آنها ترتیب دادیم. در یکی از ساختمان‌های شرکت دیوار، که در خانه‌ای قدیمی، زیبا و بازسازی‌شده واقع شده است، با چهار نفر از اعضای تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال به گفت‌وگو نشستیم. یکی از افراد تیم، سپیده داودی، که در زمان مصاحبه در کشور فنلاند اقامت داشت، از طریق اسکایپ به ما پیوست و پاسخگوی

استارت‌آپ‌های دیگر برگزار کرد. علاوه بر این، دیوار در زمینه استخدام افراد دارای معلولیت و ارتباط با سازمان‌های مردم‌نهاد مرتبط با معلولان هم فعال است. مجموعه این تلاش‌ها باعث شده دیوار شایسته دریافت این جایزه شناخته شود. «امید هاشمی»، کارشناس

در جریان رویداد توان‌تک، با تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال دیوار آشنا شدیم؛ تیمی که بیش از یک سال است در حال بهبود دسترسی‌پذیری این پلتفرم است.

جایزه کسب‌وکار برگزیده دسترسی‌پذیری دیجیتال ششمین دوره رویداد «توان‌تک» در نمایشگاه الکامپ ۱۴۰۳ به «دیوار» رسید.

دیوار در کنار بهبود دسترسی‌پذیری دیجیتال پلتفرم خودش، به این منظور تیم فنی و محصولی اختصاصی هم تشکیل داده است. این پلتفرم در روز آگاهی از دسترسی‌پذیری دیجیتال (GAAD)، ۲۷ اردیبهشت، رویداد دسترسی‌پذیری دیجیتال را نیز با حضور کسب‌وکارها و



سؤال‌اتمان شد.
امید هاشمی نخستین فردی بود که
پاسخگوی سؤالات ما شد.

لطفاً خودتان را معرفی کنید.

امید هاشمی هستم. من در رشته مترجمی زبان انگلیسی و زبان‌شناسی تحصیل کرده‌ام و حدود دوازده سال است که در حوزه دسترسی‌پذیری دیجیتال (Digital Accessibility) فعالیت می‌کنم. تسلط به زبان انگلیسی باعث شد بتوانم به شکل خودآموز، کار با کامپیوتر را یاد بگیرم. به دلیل آشنایی‌ام با تکنولوژی روز، از نیمه دهه ۸۰، همکاری‌هایی را با انجمن‌های مردم‌نهاد و سازمان‌های مختلف در حوزه نابینایان، سازمان آموزش و پرورش استثنایی و سازمان بهزیستی آغاز کردم. از سال ۱۳۹۲ با شروع فعالیت‌های مطبوعاتی، به حوزه ترویج دسترسی‌پذیری ورود کردم و با روزنامه‌هایی چون ایران، ایران سپید و چند مجله دیگر به‌عنوان ترویج‌گر دسترسی‌پذیری دیجیتال فعالیت نمودم. در همین حوزه، در توییت، اینستاگرام و تلگرام به تولید محتوا در زمینه دسترسی‌پذیری پرداختم و با مجموعه‌های مختلفی چون تپسی و اسنپ هم همکاری داشتم. همکاری داوطلبانه خود با مجموعه دیوار را از سال ۱۳۹۸ به‌عنوان کارشناس دسترسی‌پذیری آغاز کردم و از بهمن‌ماه سال ۱۴۰۲، در این شرکت به‌صورت رسمی مشغول به کار شدم.

شرکت دیوار از چه زمانی به فکر دسترسی‌پذیری دیجیتال در اپلیکیشن و وبسایت افتاد؟

■ امید هاشمی:

شعار دیوار از آغاز، «دیوار برای همه» بود. مدیران مجموعه از سال ۱۳۹۸، به‌واسطه بازخوردهایی که از افراد دارای معلولیت دریافت کردند، به فکر پیاده‌سازی استانداردهای دسترسی‌پذیر این اپلیکیشن و وبسایت افتادند. انجمن‌های نابینایان از این رویکرد استقبال کردند و من هم در روزنامه ایران سپید و صفحات اجتماعی مجلات دیگر، سعی در برجسته کردن این موضوع

سپیده داودی: تلاش کردیم
دسترسی‌پذیری را در فرآیندهای
توسعه وارد کنیم تا همه تیم‌ها به آن
پایبند باشند

نمودم. با این‌حال، دسترسی‌پذیری که در دیوار آغاز شده بود، به دلیل تغییر در تیم اجرایی و تغییراتی که در نحوه عرضه محصولات به وجود آمد، برای مدتی به فراموشی سپرده شد.

در اواخر تابستان ۱۴۰۲، بر اساس چشم‌انداز دیوار و با توجه به اهمیت تنوع و فراگیری، دسترسی‌پذیری دیجیتال در دیوار در اولویت قرار گرفت و تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال با هدف اطمینان از پیاده‌سازی دسترسی‌پذیری که حتی در تغییرات محصول نیز پایدار بماند، تشکیل شد.

در آغاز دوباره، از طریق نظرسنجی، گفت‌وگو و آمارگیری، با مشکلات گروه‌های دارای معلولیت در بهره‌مندی از خدمات اپلیکیشن و وبسایت دیوار آشنا شدیم. پس از جمع‌بندی نظرات، استراتژی چگونگی دسترسی‌پذیری در مجموعه دیوار مشخص شد و بر اساس آن، تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال در دیوار شکل گرفت. من نیز پس از چهار ماه از تشکیل تیم، در بهمن‌ماه ۱۴۰۲، به‌عنوان کارشناس به این مجموعه پیوستم.

با محمدرضا کشاورزی، مدیر مسئولیت اجتماعی دیوار، گفت‌وگو کردیم تا درباره نقش ایشان و فعالیت‌های دیوار بیشتر بدانیم.

■ محمدرضا کشاورزی: من مدیر مسئولیت‌های اجتماعی دیوار هستم. وظیفه اصلی من، توجه به جنبه‌های اجتماعی و محیط‌زیستی این کسب‌وکار

است. برخلاف تصور عمومی که حوزه مسئولیت‌های اجتماعی در کسب‌وکارها را به‌عنوان نقشی حاشیه‌ای در نظر می‌گیرند، در دیوار سعی کرده‌ایم هسته اصلی فعالیت را بر مبنای ارزش‌هایی مانند تنوع، گوناگونی و دیگر موضوعات مسئولیت اجتماعی شکل دهیم. در شرکت دیوار، جایگاه مسئولیت اجتماعی مخصوص افراد خاصی نیست؛ بلکه همه همکاران، از مدیران و سهام‌داران گرفته تا کارشناسان، همه و همه بر اهمیت این حوزه در مجموعه تأکید دارند. یعنی اگر محصولی ارائه می‌شود، باید برای همه افراد جامعه با هر نوع ویژگی قابل دسترس باشد. شعار «دیوار برای همه» هم بر همین مبنا شکل گرفته است. خدمات دیوار، چه برای فردی که در تهران و چه فردی که در شهرستان زندگی می‌کند، چه فردی که دارای معلولیت است و چه اتباع خارجی که در ایران به‌صورت قانونی زندگی می‌کنند، بدون هیچ تبعیضی ارائه می‌شود.

سعی کرده‌ایم همکاران را با موضوعاتی مانند دسترسی‌پذیری دیجیتال آشنا کنیم تا در هیچ حوزه‌ای شاهد تضییع حقوق کاربران با هر نوع ویژگی، یا لطمه به محیط زیست نباشیم. به همین دلیل، در چشم‌اندازی که از دو سال قبل در مجموعه دیوار تعریف شد، شعار «دیوار برای همه» مطرح گردید. دیوار قصد دارد سهولت در داد و ستد را برای همه مردم جامعه با هر توانایی، جنسیت، باور و از هر شهر و قشر، بدون هیچ محدودیتی فراهم کند.

دیوار از چه زمانی و با چه هدفی شروع به کار کرده است؟

■ کشاورزی: دیوار از سال ۱۳۹۱ با هدف سازمان‌دهی و توسعه بهتر خدمات آگهی آنلاین راه‌اندازی شد. همان‌طور که از نامش پیداست، دیوار اشاره به آگهی‌هایی دارد که بر روی دیوارها نصب می‌شد و شماره‌تلفن‌هایی که در زیر آن‌ها اعلام می‌گردید. شرکت دیوار، جزئی از هلدینگ «هزاردستان» است که توسط آقای حسام آرمندهی و تعدادی دیگر، از سال ۱۳۹۱ به‌عنوان یک کسب‌وکار تأسیس شد و شروع به کار کرد. فعالیت





دیوار با پنج نفر آغاز شد و اکنون حدود چهارصد نفر کارمند دارد. در مورد نقش دیوار در حفاظت از محیط زیست بیشتر بگویید.

■ **کشاورزی:** کسب‌وکار دیوار به اقتصاد چرخشی کمک می‌کند. اقتصاد چرخشی مدلی از اقتصاد است که در آن با استفاده مجدد، تعمیر، بازتولید و بازیافت محصولات و مواد، مصرف منابع طبیعی کاهش یافته و تولید ضایعات به حداقل می‌رسد. در این مدل، برای آسیب کمتر به منابع محدود زمین، کالاهای دست‌دوم به جای کالاهای نو برای فروش عرضه می‌شوند. کالاهای مصرف‌شده به‌جای انبار شدن یا دور ریختن، به فروش می‌رسند و دوباره وارد چرخه مصرف می‌شوند. دیوار، مسیر ارائه کالای دست‌دوم به دست مردم را تسهیل کرده و با فرهنگ‌سازی، موانع این نوع کسب‌وکار را برطرف می‌کند.

در این مسیر با چه چالش‌هایی روبه‌رو بودید؟

■ **کشاورزی:** خرید و فروش کالای دست‌دوم با چالش‌های متعددی مواجه است. بسیاری از این کالاها لوکس نیستند و برخی افراد تمایلی به استفاده از آن‌ها ندارند، بنابراین نیاز به فرهنگ‌سازی در این زمینه وجود دارد. ما در دیوار تلاش کرده‌ایم آگاهی مردم را نسبت به تأثیر مثبت خرید و فروش کالای دست‌دوم بر حفظ محیط زیست افزایش دهیم.

برای این منظور، کمپین اقتصاد چرخشی را راه‌اندازی کردیم که ارتباط مستقیم با هسته کسب‌وکار ما دارد. این کمپین با تمرکز بر خرید و فروش کالای دست‌دوم، که قلب فعالیت‌های دیوار است، توانست پیام اصلی ما را به مخاطبان منتقل کند. پیام ما این بود: «با خرید و فروش کالای دست‌دوم از طریق دیوار، شما می‌توانید به حفاظت از محیط زیست کمک کرده و در ترویج اقتصاد پایدار نقش مؤثری ایفا کنید.»

امسال مجموعه دیوار برای اولین بار در توان‌تک شرکت کرد. چه دستاوردی از شرکت در این رویداد به دست

دسترسی پذیری فضای مجازی

محمد رضا کشاورزی: هدف ما این است که سهولت در دادوستد را برای تمام مردم ایران، با هر توانایی، جنسیت، باور و از هر شهر و قشر فراهم کنیم

آوردید؟

■ **امید هاشمی:** امسال برای نخستین بار در توان‌تک شرکت کردیم و از اینکه دسترسی‌پذیری دیجیتال بخشی از موضوع این رویداد بود، بسیار خرسند شدیم. حوزه فعالیت ما دسترسی‌پذیری دیجیتال در دیوار است و همواره از همکاری با مجموعه‌های دیگر در این زمینه استقبال می‌کنیم. در توان‌تک، فرصتی برای معرفی فعالیت‌هایمان به ما اختصاص یافت و امکان آشنایی با سایر افرادی که در حوزه دسترسی‌پذیری فعالیت داشتند، فراهم شد.

کسب‌وکارهایی، هم به واسطه شرکت در توان‌تک و هم به واسطه کمپین‌ها و برنامه‌هایی که در این مدت برگزار کردیم، به ما مراجعه کردند تا با موضوع دسترسی‌پذیری دیجیتال بیشتر آشنا شوند. توان‌تک بستری برای همفکری و همکاری با دیگران را برای ما فراهم کرد. برای ترویج دسترسی‌پذیری دیجیتال، علاوه بر حضور در رویداد توان‌تک، برنامه‌های دیگری را نیز اجرا کرده‌ایم.

در زمینه دسترسی‌پذیری چه کارهایی در مجموعه دیوار انجام شده است؟

■ **محمد رضا کشاورزی:** در گذشته با مشکلاتی در زمینه دسترسی‌پذیری دیجیتال مواجه بودیم که پس از هر مرحله از توسعه محصول، موارد جدیدی نیز به آن‌ها اضافه می‌شد. برای رفع این مشکلات، تصمیم گرفتیم تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال را متعهد به شناسایی و حل آن‌ها کنیم. علاوه

بر این، منابع مطالعاتی و آموزشی را برای همکاران در سطوح مختلف شرکت فراهم کردیم تا آن‌ها نیز نسبت به دسترسی‌پذیری دغدغه‌مند شوند. با پیشبرد این دو مسیر به‌صورت هم‌زمان، اطمینان حاصل کردیم که دسترسی‌پذیری محصولات دیوار به‌صورت مستمر حفظ شود. تجربه نشان داده است که مشکلات دسترسی‌پذیری ممکن است در به‌روزرسانی‌های بعدی مجدداً ظاهر شوند. بنابراین، به دنبال آن هستیم که پس از حل هر مشکل، اطمینان حاصل کنیم که دیگر تکرار نخواهد شد و از این بابت آسوده‌خاطر باشیم.

تاکنون حدود ۸۰ درصد مشکلات نسخه اندرویدی دیوار برطرف شده و در حال حاضر مشکل عمده‌ای بر سر راه کاربران در اپلیکیشن اندروید دیوار وجود ندارد. به این ترتیب، افراد دارای معلولیت اکنون می‌توانند بدون مشکل، تمامی مراحل مورد نیاز در اپلیکیشن اندروید و وب‌سایت دیوار را طی کنند. ۲۰ درصد مشکلات باقی‌مانده نیز به‌زودی برطرف خواهند شد.

گروه‌های مختلف افراد دارای معلولیت نیازهای متفاوتی دارند. آیا این تفاوت‌ها در بحث دسترسی‌پذیری دیجیتال در دیوار دیده شده‌اند؟

■ **امید هاشمی:** استانداردی برای دسترسی‌پذیری به نام WCAG (شیوه‌نامه دسترسی‌پذیری محتوای وب)، که مصوبه کنسرسیوم جهانی وب است، وجود دارد. این استاندارد از قبل وجود داشته و مرتباً به‌روز می‌شود. هدف ما در دیوار، پیاده‌سازی صحیح این شیوه‌نامه است. در این شیوه‌نامه فقط به نابینایان، ناشنوایان و افراد دارای معلولیت جسمی حرکتی اشاره نشده، بلکه برای افرادی که به دلیل افزایش سن دچار پیرچشمی شده‌اند یا افرادی که به دلیل آسیب کوتاه‌مدت قادر به استفاده از دست خود نیستند نیز کاربرد دارد. هدف ما پیاده‌کردن استانداردها و بهره‌مندی همه افراد از خدمات اپلیکیشن و وب‌سایت دیوار است.

چگونه درباره دسترسی‌پذیری دیوار

اطلاع‌رسانی می‌کنید و چه آماری از تعداد افراد دارای معلولیتی که از این خدمات استفاده می‌کنند، دارید؟

■ امید هاشمی: ما از ابزارها و روش‌هایی استفاده می‌کنیم که به ما امکان می‌دهند روند رشد کاربران دارای معلولیت را شناسایی و تحلیل کنیم. شناسایی نابینایانی که از ابزارهایی مانند صفحه‌خوان‌ها استفاده می‌کنند، نسبتاً آسان است و برای شناسایی سایر گروه‌های دارای معلولیت نیز اقداماتی را انجام می‌دهیم. حضور نابینایان در دیوار پیش از بهبودهای دسترسی‌پذیری، کمتر از صد نفر در هفته بود، اما پس از اعمال تغییرات مرتبط با دسترسی‌پذیری، این تعداد به حدود هزار و دویست نفر در هفته افزایش یافت.

■ محمدرضا کشاورزی: از آنجا که هنوز نتوانسته‌ایم تمامی موانع را به‌طور کامل برطرف کنیم، تاکنون اطلاع‌رسانی گسترده‌ای انجام نداده‌ایم. اما در ماه‌های آینده، با رفع موانع دسترسی‌پذیری در دیوار، اطلاع‌رسانی را افزایش خواهیم داد. برای تشویق کاربران به تعامل با دیوار، اطلاع‌رسانی را از طریق پلتفرم‌ها و کانال‌ها و صفحاتی که افراد دارای معلولیت از آنها استفاده می‌کنند انجام می‌دهیم. همچنین به این منظور، کمپین‌ها و رویدادهایی را هم ویژه کاربران دارای معلولیت برگزار می‌کنیم. دغدغه اصلی ما، رعایت حقوق و نیازهای کاربران با هر ویژگی است؛ حتی اگر ده نفر با نیازهای ویژه از این پلتفرم استفاده کنند، برای ما ارزشمند است. می‌دانیم که جمعیت افراد دارای معلولیت، به‌گفته سازمان بهداشت جهانی، پانزده درصد از جمعیت کشورهاست، اما دسترسی‌پذیری در دیوار برای هر تعداد از افراد، برای ما اهمیت دارد.

■ امید هاشمی: استفاده مناسب از رنگ‌ها، رعایت فاصله بین خطوط و اندازه فونت‌ها، از نکات مهم در دسترسی‌پذیری است. به‌عنوان مثال، پدر من با گوشی خود در اپلیکیشن‌های خارجی به راحتی کار می‌کند، اما وقتی وارد یک اپلیکیشن ایرانی می‌شود، نیاز به عینک پیدا می‌کند! زیرا استانداردهای دسترسی‌پذیری در اپلیکیشن‌های ایرانی

امید هاشمی: افراد دارای معلولیت اکنون می‌توانند بدون مشکل، تمامی مراحل مورد نیاز در اپلیکیشن اندروید و وبسایت دیوار را طی کنند

کمتر رعایت می‌شود. معمولاً اندازه فونت‌ها کوچک است، فاصله بین خطوط مناسب نیست و گاهی استفاده نامناسب از رنگ‌ها باعث خستگی چشم می‌شود. اما وقتی اصول دسترسی‌پذیری در طراحی و توسعه اپلیکیشن‌ها رعایت شوند، همه افراد جامعه می‌توانند به‌خوبی از آن بهره‌مند شوند.

چه برنامه‌هایی برای آینده دیوار در حوزه دسترسی‌پذیری دیجیتال دارید و چشم‌اندازتان چیست؟

■ امید هاشمی: در دیوار دو هدف اصلی را دنبال می‌کنیم؛ نخست، حل مشکلات دسترسی‌پذیری در دیوار، و دوم، جا انداختن مفهوم دسترسی‌پذیری در سطح دیوار و کمک به شناساندن این مفهوم در اکوسیستم دیجیتال ایران. آگاه کردن همکاران در دیوار نسبت به موضوع دسترسی‌پذیری، کار کوچک و ساده‌ای نبود. با ارتباطاتی که با فعالان این حوزه در شرکت‌های بزرگ دنیا برقرار کردیم، متوجه شدیم که این فرایند در همه‌جای دنیا طولانی و زمان‌بر است. در حال حاضر، در صدد آموزش نیروهای جدیدی هستیم که به دیوار می‌پیوندند، تا از ابتدا با مفاهیم دسترسی‌پذیری آشنا باشند.

هدف دوم ما، ترویج دسترسی‌پذیری در اکوسیستم دیجیتال ایران است. بسیاری از مجموعه‌ها از مقوله دسترسی‌پذیری اطلاعی ندارند و با چنین مفهومی آشنا نیستند. تلاش می‌کنیم از تمامی ابزارها برای ترویج دسترسی‌پذیری دیجیتال

استفاده کنیم و این فرهنگ را در میان شرکت‌ها و سازمان‌های مختلف گسترش دهیم.

در این زمان، ارتباطمان با سپیده داودی، مدیر تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال دیوار که اکنون در کشور فنلاند ساکن است، از طریق اسکایپ برقرار شد. از او درباره فعالیت‌های این تیم سؤال کردیم.

■ سپیده داودی: من فعالیت‌م در مجموعه دیوار را از سال ۱۴۰۰، به‌عنوان مدیر محصول آغاز کردم. وقتی صحبت از تشکیل تیم دسترسی‌پذیری در دیوار مطرح شد، فکر می‌کردم استقبال قابل توجهی از آن صورت نگیرد، ولی چون ورود به این حوزه برای هسته اصلی مدیران شرکت اهمیت داشت، طرح به تصویب رسید و برای اجرای آن، تیم فنی شکل گرفت. در ابتدا، شناسایی مشکلات در حوزه دسترسی‌پذیری دیجیتال را با شرکت پکتوس که از قبل در این زمینه فعال بود، آغاز کردیم. این شرکت در دسترسی‌پذیر کردن اپلیکیشن‌های بانکی تجربه داشت. در همکاری با پکتوس، امید هاشمی نیز حضور داشت و از قبل با او آشنا بودیم. از آنجایی که امید تسلط خوبی در این زمینه داشت، به او پیشنهاد همکاری تمام‌وقت دادیم و او به تیم ما پیوست. با اضافه شدن امید به تیم ما، هم مشکلات دسترسی‌پذیری برای نابینایان را شناسایی کردیم و هم فرهنگ همکاری با افراد با ویژگی‌های متفاوت در مجموعه دیوار تا حدی جا افتاد.

ابتدا، مشکلات دسترسی‌پذیری اپلیکیشن و وبسایت را توسط یک تیم مرکزی حل می‌کردیم. اما بعدها متوجه شدیم که در توسعه‌های جدیدی که توسط تیم‌های دیگر ایجاد می‌شود، به دسترسی‌پذیری توجه نمی‌شود. این مسئله را با افراد مختلفی در میان گذاشتیم و به این نتیجه رسیدیم که لازم است دسترسی‌پذیری توسط همه تیم‌ها رعایت شود. یعنی استانداردی وجود داشته باشد که هر تیمی به آن پایبند باشد و نیاز نباشد که ما مشکلات آن‌ها را حل کنیم. در واقع، می‌خواستیم ساختاری بسازیم که تیم دسترسی‌پذیری در گذر زمان نقش مشاوره‌ای داشته باشد.





با مدیران ارشد صحبت کردیم و تلاش نمودیم دسترسی پذیری را در فرایندهای توسعه، یعنی در طراحی، کدنویسی و تست، وارد کنیم. قسمت سخت کار، دغدغه‌مند کردن تیم‌های فنی دیگر بود که اهداف دیگری را دنبال می‌کردند و به مسئله دسترسی پذیری توجه نداشتند. با آن‌ها ارتباط برقرار کردیم و سعی کردیم پایبندی به استانداردهای دسترسی پذیری را تقویت کنیم. با وجود اینکه هنوز در ابتدای راه هستیم، اما توانسته‌ایم دسترسی پذیری را ترویج دهیم. اکنون همکارانمان در دیوار تا حد قابل قبولی دسترسی پذیری را می‌شناسند و نسبت به آن دغدغه دارند.

آیا در کشورهای توسعه یافته در حوزه دسترسی پذیری دیجیتال، اقدامات جدیدی انجام می‌شود که ما هنوز از آن‌ها بی‌خبر باشیم؟

■ امید هاشمی: ما با دوستانی که در کشورهای پیشرفته با مجموعه‌های بزرگ همکاری دارند، در ارتباط هستیم و در جریان روش‌های جدید در دسترسی پذیری قرار داریم. یکی از آن‌ها که در هلند مشغول به کار است، نابیناست و مدیر دسترسی پذیری Booking.com می‌باشد. دوست دیگری مقیم کاناداست و مسئول تیم دسترسی پذیری در شرکت Thomson Reuters است. ما در جلساتی با این دو دوست، از جدیدترین اتفاقاتی که در حوزه دسترسی پذیری دیجیتال در جهان رخ می‌دهد، باخبر می‌شویم و سعی می‌کنیم خود را به‌روز نگه داریم. علاوه بر این، امروزه با امکانات ارتباطی گسترده، امکان ندارد تکنولوژی جدیدی در کشورهای پیشرفته مطرح شود و ما از آن بی‌خبر بمانیم.

شما در یکی از دوره‌های رویداد توان‌تک شرکت کردید. توان‌تک را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

■ محمدرضا کشاورزی: من در جریان اخبار توان‌تک‌های قبلی بودم، اما این بار به همراه تیم دسترسی پذیری دیجیتال دیوار به‌طور رسمی در این رویداد حضور داشتیم. معتقدم هم شرکت‌هایی مانند

از آنجایی که برخی فعالیت‌ها مانند ثبت آگهی و ارتقای آن در پلتفرم دیوار نیازمند پرداخت آنلاین هستند و با توجه به اهمیت دسترسی پذیری برای نابینایان، ما در دیوار اقداماتی انجام داده‌ایم تا فرایند پرداخت در اپلیکیشن و وبسایت به‌طور کامل برای همه افراد دسترسی پذیر باشد

دیوار و هم مؤسسات مردم‌نهادی چون رعد، باید برنامه‌های بیشتری برای آشنا کردن اکوسیستم دیجیتال با مسائل و مشکلات افراد دارای معلولیت برگزار کنند. موانع بسیاری در زندگی افراد دارای معلولیت و نابینایان در فضای دیجیتال وجود دارد. شاید اگر شرکت‌های مختلف با کمبودها و چالش‌هایی که در زندگی افراد دارای معلولیت بیشتر آشنا شوند، اتفاقات مثبتی رخ دهد.

لطفاً درباره رویداد GAAD که امسال توسط دیوار برگزار شد، توضیح دهید.

■ سپیده داودی: روزی در جهان به نام «روز جهانی آگاهی از دسترسی پذیری» (Global Accessibility Awareness Day - GAAD) نام‌گذاری شده است. امسال، این رویداد توسط دیوار برگزار شد. ما با دعوت از همه افراد و شرکت‌هایی که در این حوزه فعال هستند، تلاش کردیم توجه بیشتری به موضوع دسترسی پذیری دیجیتال جلب کنیم. افرادی مانند حسین شرفی، پرهام دوستدار—مدیر دسترسی پذیری Booking.com—حسام آرمندهی، بنیان‌گذار دیوار، و تعدادی دیگر در این رویداد به‌صورت حضوری و مجازی شرکت داشتند. همچنین پنلی با حضور شرکت‌هایی چون فیدیبو، کافه‌بازار، پازلی، دیوار، تپسی و اپلیکیشن‌هایی که در حوزه دسترسی پذیری فعالیت می‌کنند، برگزار کردیم. هدف ما این بود که اپلیکیشن‌ها

و شرکت‌های دیگر نیز با موضوع دسترسی پذیری و چالش‌های آن آشنا شوند و تجربیات خود را به اشتراک بگذارند. این رویداد برگزار شد و به نتایج مورد انتظار دست یافتیم. هدف ما برجسته کردن دیوار نبود؛ بلکه می‌خواستیم مجموعه‌های دیگر را نیز با حوزه دسترسی پذیری دیجیتال همراه کنیم و به ارتقای سطح آگاهی و تعهد به این مسئله در صنعت فناوری کمک کنیم.

ما به‌واسطه شرکت در توان‌تک و رویداد روز جهانی دسترسی پذیری، با مجموعه‌های مختلفی آشنا شدیم. بسیاری از شرکت‌ها به سراغ ما آمدند و برای دسترسی پذیر کردن فعالیت‌های خود پیش‌قدم شدند. از آنجایی که برخی فعالیت‌ها مانند ثبت آگهی و ارتقای آن در پلتفرم دیوار نیازمند پرداخت آنلاین هستند و با توجه به اهمیت دسترسی پذیری برای نابینایان، ما در دیوار اقداماتی انجام داده‌ایم تا فرایند پرداخت در اپلیکیشن و وبسایت به‌طور کامل برای همه افراد دسترسی پذیر باشد. در یکی از این اقدامات، با همکاری «بازاری»، کاربران نابینا که از صفحه‌خوان‌ها استفاده می‌کنند را به درگاه‌های پرداختی متصل می‌کنیم که از قابلیت‌های دسترسی پذیری لازم برخوردارند. این امکان به کاربران ما اجازه می‌دهد تا به‌راحتی و با اطمینان از خدمات پرداخت آنلاین استفاده کنند.

همچنین، دیوار به منظور بهبود دسترسی پذیری، با شرکت‌های ارائه‌دهنده خدمات پرداخت (PSP) (ها) وارد همکاری شده است. با توجه به دسترسی‌ناپذیر بودن بسیاری از درگاه‌های پرداخت بانکی، «سداد» اولین درگاه پرداختی بود که با تیم دسترسی پذیری دیجیتال دیوار وارد همکاری مشترک شد. با علاقه و پیگیری تیم «سداد» و از طریق برگزاری جلسات و انتقال دانش دسترسی پذیری دیجیتال از سوی ما، این درگاه پرداخت با توسعه‌های فنی که تیم سداد انجام داد، به دسترسی پذیر کامل دست یافت. ما مسیر همکاری با PSP را با تعامل با «پرداخت الکترونیک سامان» ادامه

می‌دهیم تا به تدریج تمامی درگاه‌های پرداخت دسترسی‌پذیر شوند. هدف ما این است که فرایند پرداخت آنلاین برای همه کاربران، بدون هیچ مانعی، امکان‌پذیر باشد و تجربه‌ای راحت و امن را برای آن‌ها فراهم کنیم. در این زمان، رضا وزینی که از کاربران دیوار و همچنین کارشناس QA دیوار و نابیناست، به جمع ما پیوست. او ساکن قم است و در دیوار به خرید و فروش لپ‌تاپ‌های دست‌دوم می‌پردازد.

لطفاً شما هم خودتان را معرفی کنید و از فعالیت‌هایتان در دیوار بگویید.

■ **وزینی:** من رضا وزینی هستم، لیسانس کامپیوتر و نرم‌افزار دارم و یک سال است که با مجموعه دیوار به‌عنوان کارشناس QA همکاری می‌کنم. پنج سال است که از طریق دیوار، خرید و فروش لپ‌تاپ، موبایل و وسایل الکترونیکی مانند پلی‌استیشن، ایکس‌باکس و ساعت را انجام می‌دهم. هر نوع وسیله الکترونیکی را از تهران، کرج و شهرهای اطراف خریداری کرده و از طریق آگهی در دیوار، در شهر قم به فروش می‌رسانم. اگر نیازی به تعمیرات، ارتقاء و تعویض قطعات باشد، این کارها را انجام داده و سپس برای فروش عرضه می‌کنم.

با وجود نابینایی، چگونه تشخیص می‌دهید که این وسیله نیاز به تعمیرات دارد؟

اگر بخواهم لپ‌تاپی بخرم، ابتدا با دست آن را لمس می‌کنم تا ببینم زدگی یا شکستگی دارد یا نه، چون مهم‌ترین عامل در فروش لپ‌تاپ، ظاهر آن است که نباید شکستگی و فرورفتگی داشته باشد. اگر زدگی یا شکستگی داشته باشد، باید قاب آن عوض شود. برای چک کردن سخت‌افزار هم از برنامه‌هایی مانند Hard Disk Sentinel استفاده می‌کنم که به وسیله آن، هارد دستگاه را چک می‌کنم. این برنامه را روی یک فلش دارم و از فروشنده درخواست می‌کنم تا زمان بگذارد و هارد، CPU و

امید هاشمی: تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال دیوار با تلاش‌های خود سعی دارد تا تجربه کاربری بهتری برای همه کاربران فراهم کند

گرفتم و گفتم: «من یک تی‌شرت سبزرنگ پوشیده‌ام و عصایم را بالا گرفته و تکان می‌دهم.» ایشان گفت: «من نابینا هستم و نمی‌بینم.» من هم گفتم: «من هم نابینا هستم.» این خانم فکر کرد شوخی می‌کنم یا قصد اذیت کردنش را دارم. تماس را قطع کرد؛ دوباره تماس گرفتم و او باز هم قطع کرد. با سیم‌کارت دیگری تماس گرفتم و به این رفتار اعتراض کردم. بالاخره خودم را معرفی کردم و با کمک دامادمان او را پیدا کرده و پرنده را خریدیم.

اصلاً فکر نمی‌کردم که از طریق دیوار بتوانم در همان شهر رشت، فرد نابینایی را پیدا کنم که بخواهد پرنده‌اش را بفروشد! این تجربه برای من بسیار جالب و شگفت‌انگیز بود.

به‌عنوان آخرین سؤال، اگر صحبتی با دوستان دارای معلولیت که این مصاحبه را می‌خوانند دارید، بفرمایید.

■ **امید هاشمی:** ما یک راه ارتباطی برای کسانی که از دیوار استفاده می‌کنند ایجاد کرده‌ایم و درخواست داریم که اگر دوستان با مشکلی در حوزه دسترسی‌پذیری روبه‌رو هستند یا ایده‌ای برای کمک به کاربران دارای معلولیت به ذهنشان می‌رسد، با ما در میان بگذارند.

ایمیلی به آدرس ally@divar.ir و یک شناسه تلگرامی به آدرس [@divara11y](https://t.me/divara11y) برای این منظور اختصاص داده‌ایم که دوستان می‌توانند از این دو مسیر با ما در ارتباط باشند. دریافت بازخورد از کاربران دیوار، به‌ویژه از افراد دارای معلولیت، برای ما بسیار ارزشمند است تا بدانیم در مسیر دسترسی‌پذیری کجاها را درست یا اشتباه رفته‌ایم.

تیم دسترسی‌پذیری دیجیتال دیوار با تلاش‌های خود سعی دارد تا تجربه کاربری بهتری برای همه کاربران فراهم کند و امیدوار است با مشارکت و همکاری جامعه، این هدف به‌طور کامل محقق شود.

گرافیک دستگاه را بررسی کنم. در صورتی که نیاز به تعمیرات داشته باشد، این کارها را انجام داده و سپس دستگاه را در دیوار آگهی کرده و به فروش می‌رسانم.

■ **امید هاشمی:** رضا یک‌بار قصه جالبی را برای من تعریف کرد. ما ماهنامه‌ای در حوزه نابینایان به نام «نسل مانا» منتشر می‌کنیم که من سردبیر آن هستم و صاحب‌امتیازش انجمن نابینایان است. می‌خواستم این داستان را در ماهنامه بنویسم، اما از رضا می‌خواهم که خودش این ماجرا که مربوط به خرید و فروش در دیوار است را برای شما تعریف کند.

رضا وزینی: داستان از این قرار است که من با خانواده خواهرم از قم به شمال سفر کرده بودم. خواهرزاده دوازده‌ساله‌ام اصرار داشت که پدرش همان‌جا برایش پرنده‌ای (عروس هلندی) بخرد. پدرش مخالفت می‌کرد و خرید پرنده را به بازگشت به قم موکول کرده بود. اما این بچه دست از اصرارش بر نمی‌داشت. وقتی اوضاع را این‌گونه دیدم، پیشنهاد کردم که از طریق دیوار این کار را پیگیری کنیم. وارد اپلیکیشن دیوار شدم و به قسمت خرید و فروش پرنده‌گان رفتم. آگهی‌ای دیدم که قیمتش مناسب بود. با فروشنده که خانمی بود تماس گرفتم و درباره پرنده سؤال کردم. اتفاقاً منزل آن خانم در شهر رشت بود و برای ما لوکیشن فرستاد. من و خواهرزاده‌ام به آن آدرس رفتیم. با آن خانم تماس



علی نصرآبادی، در رشته مهندسی نرم افزار تحصیل کرده و از دوران دانشجویی با کافه بازار همکاری دارد. با او که در حال حاضر مسئول توسعه اپلیکیشن‌های اندرویدی در شرکت کافه بازار است، به گفت‌وگو نشستیم.



علی نصرآبادی، مسئول توسعه اپلیکیشن‌های اندرویدی؛

معلولیت هیچ فردی، مانع همکاری او با کافه بازار نشده است

کافه‌بازار از حدود سال ۸۹ شروع به فعالیت کرد و اکنون به عنوان یکی از بزرگ‌ترین فروشگاه‌های اندرویدی در ایران و جامعه فارسی‌زبان مطرح است

هزاردستان را راه اندازی کرده‌اند. علاوه بر کافه‌بازار، شرکت‌هایی مانند؛ دیوار، ستون و بلد هم توسط همین هولدینگ راه‌اندازی شده‌است.

کاربران کافه بازار چه تعدادی هستند؟

کافه‌باز در حال حاضر ۴۵ میلیون کاربر فعال ماهانه در ایران دارد.

چشم انداز کافه‌بازار چیست؟

چشم انداز کافه بازار این است که مرکز و مرجعی برای نصب اپلیکیشن‌های اندرویدی باشد و به جایگاهی برای پرکردن اوقات فراغت کاربران برسد. کافه‌بازار مرجع قابل اعتمادی در صنعت اپلیکیشن‌های

اندرویدی در ایران و جامعه فارسی‌زبان مطرح است. اپلیکیشن کافه‌بازار دو زبانه است و برای کاربران انگلیسی زبان هم قابل استفاده می‌باشد. افرادی که به زبان فارسی یا انگلیسی مسلط باشند، می‌توانند از اپلیکیشن‌های کافه‌بازار استفاده کنند. موسس کافه بازار، آقای حسام آرمندهی هستند که هولدینگ

لطفا خودتان را معرفی و از فعالیت‌های کافه‌بازار بگویید؟

علی نصرآبادی، متولد سال ۷۵ هستم. تحصیلاتم را در رشته مهندسی نرم‌افزار کامپیوتر در دانشگاه آزاد گذراندم و از دوران تحصیل، در کافه بازار مشغول به کار شدم. از سال ۹۷ بطور تمام وقت به کافه‌بازار پیوسته و مسئول توسعه اپلیکیشن‌های اندرویدی و برنامه‌نویسی آن هستم. کافه‌بازار یک فروشگاه اندرویدی است و کاربرانی که گوشی اندروید دارند می‌توانند با نصب آن در گوشی خود، اپلیکیشن‌های مورد نیازشان را دانلود کنند. کافه‌بازار از حدود سال ۸۹ شروع به فعالیت کرد و اکنون به عنوان یکی از بزرگ‌ترین فروشگاه‌های



موبایل است و تلاش دارد در زمینه ترویج تکنولوژی، به شرکت‌های مختلف هم یاری رساند.

چه تعدادی در حال حاضر در کافه‌بازار مشغول به کار هستند؟

در حال حاضر حدود صد نفر به طور تمام وقت در کافه بازار مشغول به کار هستند.

کافه بازار چه تسهیلاتی برای استفاده افرادی که معلولیت دارند، قائل شده و آیا مناسب‌سازی و دسترس‌پذیری برای استفاده این افراد صورت گرفته است؟

از ابتدا تلاش داشتیم تا حوزه فعالیت‌های خود را دسترس‌پذیر کرده تا برای کاربران دارای معلولیت در استفاده از این اپلیکیشن، مشکلی وجود نداشته باشد. به فکر تعبیه ابزار مناسبی برای استفاده این افراد افتادیم. یکی از این ابزارها، ابزار سوییچ است که افراد دارای معلولیت با کمک آن می‌توانند در صفحه جابه‌جا شوند. آنها می‌توانند از قابلیت‌هایی که در سیستم عامل وجود دارد، برای گشت و گذار در اپلیکیشن‌ها استفاده کنند. کاری هم که از دو سال قبل، در روز جهانی دسترس‌پذیری شروع کردیم، دسترس‌پذیری برای افراد دارای مشکلات بینایی بود. این اقدامات از دو سال قبل شروع شدند و مرتباً به‌روز رسانی می‌شوند. کافه‌بازار چون محتوای صوتی ارائه نمی‌کند، برای افراد ناشنوا یا کم‌شنوا دسترس‌پذیر است ولی اگر در بعضی از اپلیکیشن‌ها، بازی‌های ویدیویی صدا دار باشند، حتماً زیرنویس می‌شوند تا برای این افراد قابل استفاده باشد.

چه شد که به فکر دسترس‌پذیری امکانات کافه‌بازار برای افراد دارای معلولیت افتادید؟

در بحث استانداردها، این امکان از قبل وجود داشت و ما کار فوق‌العاده‌ای انجام ندادیم. اپلیکیشن‌های کافه‌بازار در بستر سیستم عامل اندروید شکل گرفته و در این سیستم عامل، به دسترس‌پذیری توجه شده است.

از دو سال قبل، دسترس‌پذیری برای افراد دارای مشکلات بینایی را شروع کردیم

رفتیم، ارزشی بود که برای افراد با ویژگی‌های مختلف قائل بودیم. شرکت با افرادی که معلولیت دارند همکاری دارد. در تیم حقوقی کافه‌بازار، فرد متخصص نابینایی مشغول به کار است. هیچ‌وقت معلولیت افراد، مانع همکاری آنها با مجموعه ما نشده است.

با انجمن‌هایی که در حوزه معلولیت فعالیت دارند هم ارتباط دارید؟

متأسفانه هنوز نتوانستیم ارتباط پایداری با انجمن‌های فعال در حوزه معلولیت ایجاد کنیم. دوست داریم با انجمن‌های مربوط به نابینایان، ناشنویان و افراد دارای معلولیت جسمی حرکتی ارتباط داشته باشیم. امیدواریم که از طریق موسسه رعد بتوانیم این ارتباطات را برقرار کنیم.

کافه‌بازار از طریق شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام و ... اطلاع‌رسانی انجام می‌دهد؟

کافه‌بازار در همه شبکه‌های اجتماعی حضور فعال دارد ولی نمی‌دانم که در این شبکه‌ها، به دسترس‌پذیری این سایت و اپلیکیشن اشاره شده است یا نه؟ تلاش داریم که این موضوع را به اطلاع مخاطبان خود برسانیم. سعی در تشویق توسعه‌دهنده‌ها به سمت مناسب‌سازی‌ها داشته و به دنبال ترویج آن هستیم.

آیا برای شرکت‌هایی که اپلیکیشن تولید می‌کنند، دستورالعملی وجود دارد؟

اندروید برای توسعه‌دهندگان برنامه اندرویدی، دستورالعمل کاملی ارائه کرده تا به وسیله آن توسعه دهندگان بتوانند برنامه‌های خود را برای انواع معلولیت‌ها از جمله؛ نابینایی دسترس‌پذیر کنند. هدف این دستورالعمل‌ها دسترس‌پذیر برنامه‌های اندویدی است که افراد کم بینا و نابینا بتوانند از آنها به درستی استفاده کنند.

شما امسال در توان‌تک و در نمایشگاه کامپ شرکت داشتید. چه

هرسال در شرکت، یک رویداد سه روزه به نام "هکتون" برگزار می‌کنیم. در این سه روز، شرکت تعطیل می‌شود و همکاران برای رددو بدل کردن ایده‌های جدید در حوزه کاری خود، دور هم جمع شده، با هم گفت‌وگو و تبادل نظر می‌کنند. ایده بررسی و رفع مشکلات دسترس‌پذیری کافه‌بازار برای نابینایان، دو سال پیش، قبل از روز جهانی دسترس‌پذیری، در یکی از این رویدادها مطرح شد. افرادی که به این ایده علاقمند بودند، با تشکیل یک تیم ده نفره در عرض سه روز قسمت‌های مختلف اپلیکیشن را بررسی و همه جوانب آن را مورد بررسی قرار دادند. در انتهای سه روز، این ایده آماده‌سازی و یک نسخه کامل که از همه جوانب دسترس‌پذیری به آن پرداخته شده بود، منتشر گردید. یکی از بزرگ‌ترین تیم‌های هکتون در آن سال، تیم دسترس‌پذیری بود. کار دیگری که به عنوان مرجع در این صنعت انجام می‌دهیم، ترویج دیدگاه اهمیت دسترس‌پذیری در شرکت‌ها و افراد مختلف است. مستندات فنی را آماده و برای شرکت‌های مختلف ارسال کرده تا با کمک آن بتوانند اپلیکیشن‌های اندروید خود را دسترس‌پذیر کنند. به همه توسعه‌دهنده‌ها، ایمیل می‌زنیم تا اگر در حوزه دسترس‌پذیری نیاز به کمک دارند، به ما اطلاع دهند. ما به عنوان یک فروشگاه اندرویدی، خود را مرجع معتبر این صنعت می‌دانیم. دلیلی که به سراغ دسترس‌پذیری‌ها



سحر تهرانی فر، (همکار نابینایمان) تاحدودی با این حوزه آشنا شدیم و سعی در بهبود عملکردمان داشتیم ولی هنوز در ابتدای راهیم. جدا از کسب و کارها، شاهد دسترس پذیر نبودن مکان‌های عمومی، خیابان‌ها، پیاده‌روها و سایر امکانات شهری هستیم که برای فردی که با ویلچر رفت و آمد می‌کند، دسترس پذیر نیست و همین باعث عدم حضورشان در جامعه شده‌است.

و سخن آخر... ؟

من می‌خواهم از افراد دارای معلولیت درخواست کنم که برای احقاق حقوق خود بیشتر تلاش کنند تا صدایشان شنیده شود. برای شنیدن صدایشان باید بیشتر در جامعه حضور پیدا کنند و از انزوا و خانه نشینی خارج شوند. گوشه‌نشینی چیزی را حل نمی‌کند، باید در جامعه حضور داشته و حق و حقوقشان را مطالبه کنند. این مطالبه‌گری در مورد افراد دارای معلولیت باید بیشتر از افراد دیگر باشد.

از همه افراد در هر کسب کاری که هستند، می‌خواهم که قدمی، حتی یک قدم، در زمینه مناسب‌سازی و دسترس‌پذیری بردارند. بدانیم که معلولیت کمتر از یک دقیقه با هر کدام از ما فاصله دارد!

کار دیگری که به عنوان مرجع در این صنعت انجام می‌دهیم، ترویج دیدگاه اهمیت دسترس‌پذیری در شرکت‌ها و افراد مختلف است

دستاوردی از شرکت در این رویداد بدست آوردید؟

امسال اولین دوره‌ای بود که در توان‌تک شرکت کردیم. در این رویداد، ایده‌های بسیار خوبی مطرح شدند. مدتی در کنار دوستان و مدیران موسسه رعد بوده و با فعالیت‌های این موسسه و با دیدگاه آنها نسبت به دغدغه‌های افراد دارای معلولیت از نزدیک آشنا شده و برای همکاری اعلام آمادگی کردم. مهم‌ترین دستاورد توان‌تک، ارتباطی خوبی بود که بین ما و جامعه افراد دارای معلولیت ایجاد شد.

توان‌تک امسال را چگونه ارزیابی می‌کنید و چه پیشنهادی برای بهبود آن دارید؟

این رویداد تنها مخصوص جامعه معلولان جسمی و حرکتی بود و من نمی‌دانم آیا رویداد بزرگ‌تری وجود دارد که معلولیت‌های دیگر را هم پوشش دهد یا نه؟ در توان‌تک، غرفه‌ای برای نابینایان که از طریق آن با مشکلات و مسائل این افراد هم آشنا شویم، وجود نداشت. من به عنوان فردی که کسب و کاری دارم، به نیازها و مشکلات این افراد آگاه نیستم. اگر رویدادی مانند توان‌تک بتواند به کسب و کارها در آشنا کردن آنها با انواع معلولیت‌ها کمک کند،





دبیرکل انجمن صنفی کارفرمایی شرکت‌های فناوری هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران؛

لازم است دیپلماسی فناوری در کشور فعال‌تر شود

برای آگاهی‌رسانی به شرکت‌ها و صناعی که هنوز کسب و کارشان را به صورت سنتی و با هزینه بالا و بهره‌وری پایین انجام می‌دهند آموزش‌هایی را ارائه می‌دهیم

متخصصان و علاقه‌مندان به این حوزه از دیگر وظایف من است. بر این باورم که هوش مصنوعی و فناوری‌های دیجیتال می‌توانند به بهبود کیفیت زندگی و افزایش بهره‌وری در صنایع مختلف کمک کنند. همچنین، تأکید زیادی بر اهمیت دیپلماسی فناوری، همکاری‌های بین‌المللی و تبادل دانش دارم. هدف من ایجاد بستری مناسب برای رشد و توسعه این فناوری‌ها در ایران است و امیدوارم با همکاری همه ذی‌نفعان، بتوانیم به تحقق این اهداف دست یابیم. در مورد انجمن صنفی کارفرمایی شرکت‌های فناوری هوش مصنوعی و

طراحی و اجرای استراتژی‌های کلان برای ترویج هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال در کشور را بر عهده دارم. من به ایجاد ارتباط مؤثر با دانشگاه‌ها، صنایع و نهادهای دولتی اعتقاد دارم تا بتوانیم از ظرفیت‌های این حوزه بهره‌برداری کنیم. همچنین، رهبری برنامه‌های آموزشی و تحقیقاتی برای ارتقاء سطح دانش و مهارت‌های

لطفا خودتان را معرفی کنید؟

داود مسعودی، دبیرکل انجمن صنفی کارفرمایی شرکت‌های فناوری هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران هستم. دارای مدرک مهندسی نرم افزار، کارشناسی ارشد مدیریت تکنولوژی و دکتری حرفه‌ای هوش مصنوعی هستم و بعنوان یک کارآفرین، مدیر و پژوهشگر بیش از ۲۵ سال تجربه در صنعت فناوری اطلاعات و ارتباطات دارم. در طول این سال‌ها، تمرکز من بر روی نرم افزار، فناوری اطلاعات و ارتباطات، هوش مصنوعی، تحلیل داده‌ها و تحول دیجیتال بوده است. به عنوان دبیرکل انجمن، مسئولیت



اقتصاد دیجیتال ایران و علت تاسیس آن بگویند:

از سال‌ها قبل نیاز به تشکیل انجمنی در حوزه فناوری‌های نوظهور، هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال در سطح ملی احساس می‌شد. انجمن صنفی کارفرمایی شرکت‌های فناوری هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران، با هدف ایجاد یک اکوسیستم حمایتی و توسعه‌ای برای شرکت‌های فعال در این حوزه با گرد هم آمدن فعالان، کارآفرینان، مدیران و کارشناسان حوزه فاوا تأسیس شد و به دنبال ارتقاء سطح دانش، فناوری و همکاری بین اعضا و سایر ذی‌نفعان است.

انجمن فعالیت خود را از سال ۱۴۰۲ با عنوان "انجمن صنفی کارفرمایی شرکت‌های فناوری هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران" در سطح ملی آغاز نمود. دفاتر انجمن در مراکز استان‌ها و شهرستان‌ها در جهت توسعه فعالیت‌ها و کمک به رشد اقتصاد دیجیتال و فناوری هوش مصنوعی در سراسر کشور، در حال راه اندازی هستند.

هدف اصلی انجمن چیست؟

هدف اصلی ما ترویج دانش و آگاهی در زمینه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال است. ما بر این باوریم که با افزایش آگاهی عمومی و تخصصی در این حوزه‌ها، می‌توانیم به بهبود شرایط اقتصادی و اجتماعی کشور کمک کنیم. این هدف شامل آموزش‌های عمومی و تخصصی برای دانشجویان، پژوهشگران و همچنین فعالان صنعت می‌شود.

چگونه می‌خواهید به این اهداف برسید؟

با برگزاری کارگاه‌ها، سمینارها و کنفرانس‌های علمی، و ایجاد فضای تبادل نظر و همکاری بین متخصصان و علاقه‌مندان، به این هدف خواهیم رسید. همچنین، انتشار مقالات علمی و گزارش‌های تحقیقاتی در این زمینه به گسترش دانش و تبادل اطلاعات کمک خواهد کرد.

از دیگر اهداف انجمن، پشتیبانی از صنایع و استارت‌آپ‌های جدید و حمایت از آنها است

انجمن چه نقشی در حمایت از استارت‌آپ‌ها دارد؟

ما به استارت‌آپ‌ها مشاوره و منابع لازم را برای رشد و توسعه ارائه می‌دهیم. این شامل دسترسی به شبکه‌ای از متخصصان، سرمایه‌گذاران و مشاوران است که می‌توانند به استارت‌آپ‌ها در مراحل مختلف راه‌اندازی و توسعه، کمک کنند. همچنین، ما برنامه‌های شتاب‌دهنده‌ای را برای حمایت از استارت‌آپ‌ها در نظر داریم.

آیا برنامه‌ای برای همکاری‌های بین‌المللی هم در دست دارید؟

بله، ما به دنبال ایجاد همکاری‌های بین‌المللی برای تبادل تجربیات و دانش هستیم. این همکاری‌ها می‌توانند شامل پروژه‌های مشترک تحقیقاتی، تبادل دانش و فناوری و همچنین شرکت در کنفرانس‌ها و نمایشگاه‌های بین‌المللی باشد. هدف ما این است که ایران را به عنوان یک مرکز نوآوری در حوزه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال معرفی کنیم.

انجمن چگونه به دولت کمک می‌کند؟

ما به دولت در زمینه سیاست‌گذاری‌های مرتبط با هوش مصنوعی مشاوره داده و استانداردها را تعیین می‌کنیم. این شامل ارائه پیشنهادات برای تدوین قوانین و مقررات مناسب و همچنین کمک به شناسایی فرصت‌های سرمایه‌گذاری

در این حوزه است. هدف ما این است که به دولت کمک کنیم تا از ظرفیت‌های هوش مصنوعی و فناوری‌های دیجیتال بهره‌برداری کند.

برنامه‌های آینده انجمن چیست؟

برنامه‌ریزی برای پروژه‌های تحقیقاتی و توسعه‌ای و گسترش فعالیت‌ها در سطح ملی و بین‌المللی از جمله اهداف آینده ماست. ما همچنین قصد داریم دوره‌های آموزشی جدیدی را برای ارتقاء مهارت‌های نیروی کار در زمینه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال طراحی کنیم. علاوه بر این، ایجاد یک پلتفرم آنلاین برای تبادل اطلاعات و تجربیات میان اعضای انجمن نیز در دستور کار ما قرار دارد. انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران در تلاش است تا با هدف ارتقاء دانش، حمایت از کسب‌وکارها و همکاری‌های بین‌المللی، به توسعه فناوری‌های نوین و بهبود شرایط اقتصادی کشور کمک کند. ما امیدواریم که با همکاری همه ذی‌نفعان، بتوانیم به اهداف خود دست یافته و نقشی موثر در آینده دیجیتال ایران ایفا کنیم.

برنامه انجمن برای ترویج، فرهنگ سازی و آموزش فناوری هوش مصنوعی در صنایع و سازمان‌ها چیست؟

برنامه انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران برای توسعه و ترویج فناوری هوش مصنوعی شامل برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی تخصصی برای صنایع و سازمان‌ها است. این انجمن همچنین با ایجاد شبکه‌های همکاری بین دانشگاه‌ها و صنایع، تبادل دانش و تجربیات را تسهیل می‌کند. علاوه بر این، انجمن به ترویج فرهنگ هوش مصنوعی از طریق برگزاری رویدادها و نمایشگاه‌ها پرداخته و به حمایت از استارت‌آپ‌ها و پروژه‌های تحقیقاتی مشترک کمک می‌کند. هدف نهایی این برنامه‌ها، افزایش آگاهی و مهارت‌های فنی در سازمان‌ها و بهبود استفاده از

فناوری‌های هوش مصنوعی در صنایع مختلف است.

آیا ایران به جایگاه صادرات در حوزه فناوری رسیده است؟

به طور کلی، ایران به تدریج به این هدف نزدیک شده است، اما هنوز چالش‌هایی وجود دارد. در سال‌های اخیر، با رشد استارت‌آپ‌ها و شرکت‌های فناور، به ویژه در زمینه‌های هوش مصنوعی، نرم‌افزار و فناوری اطلاعات، شاهد افزایش صادرات محصولات و خدمات فناوری بوده‌ایم.

چه عواملی در این روند مؤثر بوده‌اند؟

چند عامل کلیدی وجود دارد:

۱. رشد اکوسیستم استارت‌آپی: ظهور شرکت‌های نوآور و خلاق در حوزه فناوری، به ویژه در شهرهای بزرگ.
۲. حمایت‌های دولتی: برخی سیاست‌ها و برنامه‌های حمایتی که به توسعه صادرات فناوری کمک می‌کنند.
۳. بازارهای هدف: شناسایی و ورود به بازارهای جدید، به ویژه در منطقه و کشورهای همسایه.

آیا موانع خاصی هم وجود دارد؟

بله، موانع اقتصادی و تحریم‌ها از بزرگ‌ترین چالش‌هاست. همچنین، کمبود زیرساخت‌های لازم و نیاز به بهبود کیفیت محصولات و خدمات نیز از دیگر مشکلاتی است که باید برطرف شوند.

در مجموع، ایران در مسیر دستیابی به جایگاه صادراتی در حوزه فناوری قرار دارد، اما برای رسیدن به یک جایگاه پایدار و مؤثر، نیاز به تلاش‌های بیشتر و رفع موانع موجود دارد.

تفاوت بین انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران و سازمان ملی هوش مصنوعی و وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات چیست؟

انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران به ترویج و فرهنگ‌سازی و همچنین مرکز تعامل و بهم رسانی بخش خصوصی و

استارت‌آپ‌های فعال در حوزه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال.

- کمک به جذب سرمایه و منابع لازم برای رشد و توسعه کسب‌وکارها.

۴. برگزاری رویدادها و کنفرانس‌ها: - سازماندهی همایش‌ها، سمینارها و نمایشگاه‌ها برای معرفی آخرین دستاوردها و فناوری‌ها.

- فراهم کردن بستر مناسب برای شبکه‌سازی و تبادل نظر بین فعالان صنعت.

۵. ترویج فرهنگ هوش مصنوعی: - نشر مقالات، گزارش‌ها و محتوای آموزشی به منظور افزایش آگاهی عمومی درباره هوش مصنوعی و کاربردهای آن.

- برگزاری کمپین‌ها و فعالیت‌های فرهنگی برای معرفی مزایای هوش مصنوعی در جامعه.

۶. تحقیقات و پروژه‌های مشترک: - حمایت از پروژه‌های تحقیقاتی در حوزه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال.

- همکاری با دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی برای انجام پروژه‌های مشترک.

انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران با ارائه این خدمات، به دنبال ارتقاء سطح دانش و مهارت‌های مرتبط با هوش مصنوعی و تسهیل فرآیندهای دیجیتالی در صنایع و سازمان‌ها است. هدف نهایی این انجمن، ایجاد یک اکوسیستم پویا و نوآور در زمینه فناوری‌های هوش مصنوعی در کشور می‌باشد.

در مورد ساختار اداری انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران توضیح بفرمایید؟

انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران دارای یک ساختار منظم و چندلایه است که شامل بخش‌های مختلفی می‌باشد. در ادامه به تشریح این ساختار، از جمله دبیرکل، کمیته‌ها و کمیسیون‌ها پرداخته می‌شود.

۱. هیئت مدیره - وظایف: مسئول تصمیم‌گیری‌های

از طریق برگزاری نمایشگاه، رویدادها و مذاکرات، به ارتقاء کسب‌وکارها و ایجاد بازار جدید کمک می‌کنیم

دولت در حوزه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال می‌پردازد، در حالی که سازمان ملی هوش مصنوعی به سیاست‌گذاری و نظارت در این زمینه اختصاص دارد. وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات نیز به عنوان یک نهاد دولتی، مسئولیت‌های وسیع‌تری در زمینه فناوری اطلاعات و ارتباطات را بر عهده دارد.

خدمات انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران را بیشتر توضیح دهید؟

انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران به عنوان یک نهاد فعال در حوزه فناوری، خدمات متنوعی را به منظور توسعه و ترویج هوش مصنوعی و فرهنگ‌سازی در اقتصاد دیجیتال ارائه می‌دهد. این خدمات شامل موارد زیر است:

۱. برگزاری دوره‌های آموزشی: - دوره‌های تخصصی در زمینه هوش مصنوعی، داده‌کاوی، یادگیری ماشین و دیگر فناوری‌های مرتبط.
- کارگاه‌های عملی برای توانمندسازی افراد و سازمان‌ها.
۲. توسعه شبکه‌های همکاری: - ایجاد و تقویت ارتباطات بین دانشگاه‌ها، پژوهشگران و صنایع.
- تسهیل تبادل دانش و تجربیات میان اعضای انجمن.
۳. حمایت از استارت‌آپ‌ها: - ارائه مشاوره و راهنمایی به



کلان و تعیین استراتژی‌های انجمن.
- ترکیب: شامل اعضای منتخب از میان فعالان حوزه هوش مصنوعی، دانشگاهیان و کارآفرینان.

۲. دبیرکل
- وظایف:

- مدیریت کلی انجمن و نظارت بر فعالیت‌های روزمره.

- هماهنگی بین هیئت مدیره و دیگر بخش‌ها.

- نمایندگی انجمن در رویدادها و مذاکرات رسمی.

۳. کمیته‌های تخصصی
- وظایف:

- هر کمیته به یک حوزه خاص از هوش مصنوعی یا اقتصاد دیجیتال می‌پردازد و مسئولیت برگزاری دوره‌های آموزشی، گردهمایی‌ها و پروژه‌های تحقیقاتی را بر عهده دارد.

- کمیته‌ها می‌توانند شامل کمیته‌های آموزش، استارت‌آپ‌ها، فرهنگ‌سازی و فناوری باشند.

۴. کمیسیون‌ها
- وظایف:

- کمیسیون‌ها به بررسی و تحلیل موضوعات خاص در حوزه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال می‌پردازند.

- ارائه مشاوره و تدوین پیشنهادات به هیئت مدیره در زمینه‌های تخصصی و سیاست‌گذاری.

۵. دبیرخانه

- وظایف: مدیریت امور روزمره انجمن، ثبت و پیگیری مصوبات هیئت مدیره و کمیته‌ها.

- نقش: تسهیل ارتباطات داخلی و خارجی و هماهنگی بین بخش‌های مختلف.

۶. اعضای انجمن

- ترکیب: شامل شرکت‌ها و استارت‌آپ‌های فناوری، پژوهشگران، دانشجویان، کارآفرینان و علاقه‌مندان به حوزه هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال.

- مزایا: اعضا از خدمات و امکانات ویژه‌ای مانند دسترسی به دوره‌های آموزشی، مشاوره و شبکه‌سازی بهره‌مند می‌شوند.

بر این باورم که هوش مصنوعی و فناوری‌های دیجیتال می‌توانند به بهبود کیفیت زندگی و افزایش بهره‌وری در صنایع مختلف کمک کنند

۷. شورای مشورتی

- وظایف: ارائه مشاوره به هیئت مدیره، دبیرکل و کمیته‌ها در زمینه‌های تخصصی.

- ترکیب: شامل کارشناسان و متخصصان برجسته در حوزه‌های مرتبط.

ساختار انجمن هوش مصنوعی و اقتصاد دیجیتال ایران به گونه‌ای طراحی شده است که بتواند به طور مؤثر به ترویج و توسعه هوش مصنوعی و فرهنگ دیجیتال در کشور بپردازد. هر یک از بخش‌ها با وظایف مشخص خود، در راستای اهداف کلان انجمن فعالیت می‌کنند و به ایجاد یک اکوسیستم پویا و نوآور در این حوزه کمک می‌نمایند.

تا امروز فناوری هوش مصنوعی چه خدماتی برای افراد دارای معلولیت داشته‌است؟

فناوری هوش مصنوعی در سال‌های اخیر خدمات متنوعی را برای افراد دارای معلولیت ارائه کرده است. در زیر به برخی از این خدمات اشاره می‌شود:

۱. تشخیص تصویر و بینایی ماشین

- اپلیکیشن‌های شناسایی محیط: برنامه‌هایی مانند Be My Eyes که به کاربران نابینا یا کم‌بینا کمک می‌کنند تا از طریق دوربین تلفن همراه خود، اشیاء و محیط اطراف را شناسایی کنند.

- برنامه‌های خواندن متن:

ابزارهایی مانند Seeing AI که متن‌ها را از روی صفحه شناسایی و به صورت صوتی خوانده می‌شوند.

۲. پردازش زبان طبیعی (NLP)

- تبدیل گفتار به متن: خدماتی مانند Google Live Transcribe که گفتار را به متن تبدیل می‌کند و به افراد ناشنوا یا کم‌شنوا کمک می‌کند.

- مترجم‌های زبان اشاره: ابزارهایی که زبان اشاره را به متن یا گفتار تبدیل می‌کنند.

۳. روبات‌های کمک‌رسان

- روبات‌های خانگی: روبات‌هایی که می‌توانند در انجام کارهای روزمره به افراد دارای معلولیت کمک کنند، مانند Jibo یا ElliQ که با کاربران تعامل می‌کنند و به آن‌ها در فعالیت‌های روزمره یاری می‌رسانند.

۴. سیستم‌های هوشمند خانگی

- کنترل صوتی: سیستم‌هایی مانند Amazon Alexa و Google Assistant که به افراد دارای معلولیت امکان کنترل لوازم خانگی، نورپردازی و دیگر دستگاه‌ها را از طریق دستورات صوتی می‌دهند.

۵. ابزارهای آموزشی و توانبخشی

- برنامه‌های آموزشی: نرم‌افزارهایی که به افراد دارای معلولیت‌های شناختی کمک می‌کنند تا مهارت‌های جدید را یاد بگیرند و تمرین کنند.

- بازی‌های تعاملی: بازی‌هایی که به تقویت مهارت‌های حرکتی و شناختی افراد کمک می‌کنند.

۶. تحلیل داده‌ها و پیش‌بینی نیازها

- پلتفرم‌های شخصی‌سازی شده: فناوری‌هایی که می‌توانند به شناسایی الگوها در رفتار کاربران کمک کنند و خدمات متناسب با نیازهای خاص آن‌ها ارائه دهند.

۷. توسعه پروتزهای هوشمند

- پروتزهای با کنترل هوشمند: پروتزهایی که با استفاده از تکنولوژی هوش مصنوعی قابلیت‌های حرکتی بهتری را برای افراد دارای معلولیت‌های حرکتی فراهم می‌کنند.

فناوری هوش مصنوعی به طور قابل توجهی به بهبود کیفیت زندگی افراد دارای معلولیت کمک کرده است. این خدمات، از تشخیص تصویر و پردازش زبان طبیعی گرفته تا روبات‌های کمک‌رسان و سیستم‌های هوشمند خانگی، به افراد این امکان را می‌دهند که به طور مستقل‌تر و راحت‌تر زندگی کنند. با ادامه پیشرفت‌های فناوری، می‌توان انتظار داشت که این خدمات همچنان توسعه یابند و به نیازهای بیشتری پاسخ دهند.

وضعیت فناوری هوش مصنوعی در ایران و سایر کشورها را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

فناوری هوش مصنوعی به سرعت در حال پیشرفت است و کشورهای مختلف در این زمینه به شیوه‌های متفاوتی عمل می‌کنند.

۱. سطح توسعه و سرمایه‌گذاری کشورهای پیشرفته مانند آمریکا و چین، سرمایه‌گذاری‌های کلانی در تحقیق و توسعه (R&D) انجام می‌دهند و دارای شرکت‌های بزرگ فناوری هستند که در زمینه هوش مصنوعی فعال‌اند. در مقابل، ایران با سرمایه‌گذاری‌های محدودتری مواجه است، هرچند که شاهد رشد استارت‌آپ‌ها و شرکت‌های فناوری در این حوزه هستیم.

۲. تحقیقات و آموزش در کشورهای پیشرفته، دانشگاه‌ها و

مراکز تحقیقاتی معتبر مانند MIT و Stanford در زمینه هوش مصنوعی پیشرو هستند و برنامه‌های آموزشی متنوعی ارائه می‌دهند. ایران نیز دارای دانشگاه‌های معتبری است، اما نیاز به بهبود کیفیت آموزش و افزایش همکاری بین دانشگاه‌ها و صنعت دارد.

۳. کاربردهای عملی

در کشورهای پیشرفته، هوش مصنوعی در صنایع مختلفی مانند پزشکی، خودروسازی و خدمات مالی به کار گرفته می‌شود. در ایران، کاربردهای هوش مصنوعی هنوز محدودتر است و نیاز به توسعه بیشتر در زمینه‌های مختلف وجود دارد.

۴. چالش‌ها و موانع

کشورهای پیشرفته با چالش‌هایی مانند حریم خصوصی و تبعیض الگوریتمی مواجه‌اند. ایران نیز با چالش‌هایی مانند تحریم‌ها و کمبود منابع مالی و فناوری روبرو است که بر پیشرفت این حوزه تأثیر می‌گذارد.

۵. آینده و چشم‌انداز

در کشورهای پیشرفته، پیش‌بینی می‌شود که رشد و نوآوری در زمینه هوش مصنوعی سریع‌تر باشد. ایران نیز پتانسیل‌های قابل توجهی برای رشد در این حوزه دارد، به ویژه با توجه به نیروی انسانی متخصص و جوان. ایجاد زیرساخت‌های مناسب و حمایت‌های دولتی می‌تواند به تسریع این روند کمک کند.

فناوری هوش مصنوعی در کشورهای

پیشرفته با سرعت بیشتری در حال رشد است، اما ایران نیز در تلاش برای توسعه این فناوری است. با وجود چالش‌ها، پتانسیل‌های زیادی در ایران وجود دارد که می‌تواند به پیشرفت‌های بیشتری در زمینه هوش مصنوعی منجر شود.

و سخن پایانی.....؟

فناوری هوش مصنوعی به عنوان یکی از پیشرفته‌ترین و تأثیرگذارترین حوزه‌های علمی و صنعتی، می‌تواند به توسعه و پیشرفت کشورها کمک شایانی کند. در ایران، با وجود چالش‌ها و محدودیت‌ها، پتانسیل‌های زیادی برای رشد در این زمینه وجود دارد.

همکاری بین دانشگاه‌ها، صنعت و نهادهای دولتی می‌تواند به تسریع این روند کمک کند و فرصتی برای ایجاد نوآوری‌های جدید فراهم آورد. همچنین، توجه به آموزش و پرورش نیروی انسانی متخصص در این حوزه امری حیاتی است.

در نهایت، با حمایت و سرمایه‌گذاری در فناوری‌های نوین، می‌توانیم آینده‌ای روشن‌تر و پیشرفته‌تر برای کشور عزیزمان ایران بسازیم و در عرصه جهانی در زمینه هوش مصنوعی جایگاه مناسبی پیدا کنیم.





الهام سلامتی، مدرس رشته فورم و حرکت؛

بیشتر از اینکه بخواهم به بچه‌ها یاد دهم، از آنها یاد می‌گیرم!

شب به اینکه چطور می‌توانم با افرادی که محدودیت حرکتی دارند، آموزش دهم فکر می‌کردم و به این نتیجه رسیدم که وقتی افراد در زمینه‌ای توانایی ندارند، حتماً توانایی‌هایشان در زمینه‌های دیگر بیشتر است.

استقبال کارآموزان رعد از کلاس فورم و حرکت چگونه بود؟

در ابتدا تعداد بیشتری از بچه‌ها در کلاس ثبت‌نام کردند ولی به تدریج تعدادشان کمتر شد. شاید یکی از علت‌ها، همزمانی با کلاس‌های دیگر و شاید هم احساس ناتوانی در همراه شدن با این حرکات و انجام آنها جلوی چشم بقیه بود. هدف من از تحصیل در رشته روانشناسی ورزشی، آشنا شدن با نقشی که ترکیب روان و حرکت در انسان می‌تواند داشته باشد بود. قبلاً اعتقاد بر این بود که فعالیت

به همان میزان که به خواب و خوراک نیاز داریم، به حرکت و تحرک هم نیازمندیم

پیامی، پیشنهاد کار با کارآموزان رعد را به من دادند. از این پیشنهاد استقبال و به رعد مراجعه کردم. با مدیر عامل رعد، خانم میناسیان صحبت کرده و پیشنهاد برگزاری کلاس آموزش فورم و حرکت را به ایشان دادم. با موافقت ایشان، از اول خردادماه امسال، کارم را به عنوان مدرس این رشته در مجموعه رعد شروع کردم. قبل از شروع به کار، هر

لطفاً خودتان را معرفی کنید؟

الهام سلامتی، دانشجوی مقطع دکتری رشته روانشناسی ورزشی و کارشناس ارشد روانشناسی کودکان استثنایی هستم. حیطه کاری من، روانشناسی است و مدت‌ها با کودکان استثنایی کار کردم و در قالب بازی به آنها آموزش دادم. در کار با این کودکان شاهد علاقه‌ای که به حرکات موزون، همراه با موسیقی داشتند بودم و آرزو داشتم بتوانم در حوزه فورم و حرکت، بیشتر با آنها کار کنم.

چطور با رعد آشنا شدید؟

نام مجموعه رعد را از قبل به عنوان یک مرکز خیریه شنیده بودم ولی از نزدیک با آن آشنایی نداشتم. تا اینکه، در اینستاگرام، خانمی که بعداً متوجه شدم از همکاران واحد توانبخشی مجموعه هستند در



مغز، محدود به جمجمه است، ولی بعد به نقش حرکت‌های فیزیکی و ورزشی در افزایش فعالیت مغز پی برده و این که چنین فعالیت‌هایی چقدر می‌تواند در احساسات و خلق و خوی افراد تغییر ایجاد کند. فهمیدند که وقتی انسان دچار تنش‌های روانی مانند؛ افسردگی، اضطراب و تنگ‌خلقی می‌شود، چقدر انجام حرکت‌های فیزیکی و ورزشی می‌تواند. به تنظیم فعالیت مغز بر کل بدن، تاثیرگذار باشد. این شد که تاثیر حرکت و ورزش بر روان انسان اهمیت پیدا کرد و هنر درمانی، ورزش درمانی، بازی درمانی و رشته‌های اینچنینی، توسعه یافت. من هم به همین دلیل به روانشناسی ورزشی علاقمند شدم.

در شروع هر جلسه از بچه‌ها می‌خواهم از غم‌ها و مشکلاتشان بگویند و به نوعی برون‌ریزی کنند تا سبک شوند. با آنها در مورد غم و غصه که جزئی از زندگی همه انسان‌هاست حرف می‌زنم و اینکه طبیعی است که روزهایی ناراحت و غصه‌دار و روزهایی خوشحال و سرحال باشیم. اوایل بچه‌ها سعی می‌کردند با سوال‌هایی مرا به چالش بکشند. مثلاً یکی از آنها به من گفت: شما را برای آموزش حرکات موزون به افراد دارای معلولیت مسخره نمی‌کنند؟ من که با اشتیاق و علاقه زیاد این کار را شروع کرده‌بودم، از این سوال شوکه شدم ولی بعد به آنها گفتم که برای قضاوت دیگران نسبت به خودم، اهمیتی قائل نیستم و در ادامه به مورد تمسخر قرار گرفتن بسیاری از افراد موفق و معروف در دنیا اشاره کردم که هر روز برای تک‌تک ویژگی‌های شخصی‌شان مسخره می‌شوند و آنها اهمیتی نمی‌دهند. خیلی تلاش کردم که بچه‌ها فعالیت با آنها را حمل بر احساس ترحم و دلسوزی نکنند و طول کشید تا به من اعتماد کنند. دوست داشتم بچه‌ها ویلچر را جزئی از خودشان دانسته تا بتوانند با این وسیله حرکت‌های موزون و ورزشی انجام دهند. بعضی‌ها هر روز بهانه‌ای برای علت همراه نشدنشان با کلاس بیان می‌کردند؛ ویلچرمان سنگین است، ویلچر ما خارجی نیست، ویلچر ما برقی نیست و... یک روز تصمیم گرفتم که خودم هم روی ویلچر نشسته و با هم ورزش و حرکات موزون را

من به افراد دارای معلولیت حق می‌دهم که خشمگین و از بقیه طلبکار باشند، چون رسانه‌ها و جامعه نسبت به آنها بی‌توجهی کرده‌است

انجام دهیم. بالاخره بچه‌ها قبول کردند که با ویلچر هم می‌شود، این حرکات را انجام داد و شاد شد. حالا آنها با ویلچر حرکت می‌کنند، می‌چرخند، دستانشان را بالا می‌برند، تکان داده و شادی می‌کنند. به همان میزان که به خواب و خوراک نیاز داریم، به حرکت و تحرک هم نیازمندیم.

در کلاس فورم و حرکت، بحث لمس کردن (touch)) را هم داریم تا بفهمیم هر کدام از بچه‌ها از کدام قسمت بدنشان خوششان می‌آید و از چه قسمتی بدشان می‌آید. از بچه‌ها خواستم گاهی دست همدیگر را بگیرند و با هم حرکت کنند. آنها دست همدیگر را گرفتند و با هم شروع به چرخیدن و حرکات موزون کردند. ارتباط بچه‌ها با همدیگر و با من خیلی خوب است و اگر یک روز یکی از آنها در کلاس نباشند، دل تنگش می‌شوم.

چند نفر در کلاس فورم و حرکت شرکت دارند و چگونه در مورد این کلاس اطلاع‌رسانی شد؟

فعلاً فقط با سه هنرآموز دختر، یک روز در هفته کلاس کلاس داریم. واحد آموزش برای معرفی این کلاس، در گروه‌ها و صفحه‌های اجتماعی رعد اطلاعیه داده و از علاقمندان ثبت نام کرد. به نظرم بچه‌ها، هوش حرکتی خوبی دارند، فقط باید دل بدهند و به حرکت دست‌های من بیشتر دقت کنند. قبل از شروع حرکت‌ها، مدتی با هم برون‌ریزی می‌کنیم تا سبک

شویم چون برای حرکت کردن، فرد باید سبک و رها باشد. اگر یکی از بچه‌ها عصبانی و درهم باشد، موزیک پخش می‌کنیم تا جو کلاس تغییر کرده و برای شروع فعالیت‌ها آماده شوند.

شما تجربه کار با گروه‌های مختلف معلولیتی و غیره را دارید. کارآموزان رعد را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

قطعا بچه‌های رعد قابلیت‌های بسیار خوبی دارند و توانایی‌ها و قابلیت‌هایشان کمتر از بقیه نیست. اگر خودشان را باور کرده و با بدنشان آشتی کنند، خیلی جلو می‌روند. حرکاتی را هم نشسته و چشم در چشم با هم انجام می‌دهیم و سعی می‌کنیم احساسات خود را از طریق نگاه کردن، به هم منتقل کنیم. افرادی که در حوزه فورم و حرکت کار می‌کنند، تجربه‌های روانی مختلف را برای همراه کردن این حرکات با احساسات خود تجربه می‌کنند. اوایل بالابردن دست‌ها و حرکت دادنشان برای بچه‌ها دشوار بود، ولی به آنها می‌گفتم، باید با دست خود آشتی کنی تا او هم به حرفت گوش دهد. در واقع آنقدر از بدنشان کار نکشیده و آنقدر در انزوا زندگی کرده‌اند، که بلد نیستند نخ‌هایی که به دست و پایشان پیچیده است را پاره کنند. بچه‌ها در کلاس به مرور پیشرفت کرده و با آن کسی که از قبل بودند، متفاوت شدند.

در واقع فورم و حرکت حوزه‌ای از روانشناسی است. آیا کار با افراد دارای معلولیت در این حوزه تخصص خاصی نیاز دارد؟

بله. فرم و حرکت بخشی از روانشناسی ورزشی است و من به دلیل علاقه به کار با افراد دارای معلولیت و تجربه با کودکان استثنایی، این فعالیت را در رعد شروع کردم. خانمی ایرانی در کانادا همین فعالیت‌ها را با افراد ویلچری انجام می‌دهد. من ویدیوهای او را دنبال کرده و به بچه‌ها هم نشان می‌دهم تا انگیزه بگیرند. من به افراد دارای معلولیت حق می‌دهم که خشمگین و از بقیه طلبکار باشند، چون رسانه‌ها و جامعه



نسبت به آنها بی‌توجهی کرده اند. روزهای اول به آنها می‌گفتم؛ سرکلاس باید لباس زیبا بپوشیم، لبخند بزنیم و خوش اخلاق باشیم. مدتی طول کشید تا قبول کنند به ظاهرشان اهمیت داده و خودشان را باور کنند. در این کلاس، هم روی روحیه و هم روی سلامت جسمیشان کار می‌کنیم.

آیا این حرکات و تمرین‌ها را خودتان طراحی می‌کنید؟

در کار با افراد تندرست، الگوهای تعریف شده‌ای را دنبال و یک‌سری حرکات را پشت سرهم جلو می‌بریم. ولی طی آن مسیر با بچه‌هایی که محدودیت جسمانی طبیعتاً متفاوت است. قبل از هر جلسه، طرح درس را مشخص کرده تا بدانم امروز کدام حرکت دست را با کدام موزیک انجام دهند بهتر است تا در جلسه بعد بتوانند همان حرکت را پیشرفته‌تر انجام دهند.

آیا این کلاس را می‌شود نوعی درمان برای افراد دارای معلولیت محسوب کرد؟

بله می‌توانیم نام این فعالیت را گروه درمانی بگذاریم. چون گروه درمانی، هدف مشخصی دارد. ما در ابتدای هر جلسه با هم صحبت کرده و احوالات روحی خود را بیان می‌کنیم؛ مثلاً یکی می‌گوید، امروز خوشحالم، یکی می‌گوید امروز دلتنگم. روزهایی من هم به دلیل فشارهایی که تحمل کرده‌ام، خستگی را ابراز می‌کنم. هر چهار نفر با هم صحبت می‌کنیم و تصمیم می‌گیریم که امروز از کجا آغاز کنیم؟ اغلب خود بچه‌ها تصمیم می‌گیرند که چه حرکاتی را با چه موزیکی انجام دهند، ولی طرح درس برای هر جلسه، از قبل مشخص است. خاطره جالبی از یکی از این روزها در کلاس دارم. یکی از بچه‌ها به من که روی صندلی می‌نشستم تا بتوانم دامنه حرکت را مشخص کنم گفت تو چرا می‌نشینی؟ تو که می‌توانی بایستی.

طول کشید تا بچه‌ها بپذیرند که باید به ظاهرشان بیشتر اهمیت داده و خودشان را بیشتر باور کنند

کلاس دارید؟

امیدوارم روزی بتوانیم اجرایی در آمفی‌تئاتر رعد داشته باشیم تا کارآموزان دیگر با دیدن این حرکت‌ها از طرف دوستانشان، برای آشنایی بیشتر با این رشته، انگیزه پیدا کنند. با سه نفر هنرجوی این کلاس هم گفت‌وگو کرده و از آنها خواستیم با معرفی خود، از کلاس‌هایی که در رعد گذرانده و از نظرشان در مورد کلاس فورم و حرکت بگویند:

الهه خانی هستم، از بهمن ماه سال ۱۴۰۲ با معرفی یکی از دوستانم به رعد آمدم و در کلاس‌های هنری مثل؛ قیطون‌دوزی، پانچ و دوخت کاربردی شرکت کردم. از خرداد امسال هم با شرکت در کلاس فورم و حرکت، آموزش می‌بینم. شرکت در این کلاس را خیلی دوست دارم، چون به غیر از انجام تمریناتی که بر جسم و سلامت روحی و روانی من تاثیر گذار است، با برون ریزی‌هایی که در شروع کلاس، می‌کنم حالم بهتر می‌شود.

نفیسه رحیمی هستم، متاهل و یک پسر ۱۱ ساله دارم. به دلیل حادثه، دچار آسیب نخاعی شدم و از طریق دوستانم با مجتمع رعد آشنا شدم. از محیط و آموزش‌های رعد خیلی استفاده کردم و از موسسین، مدیرعامل و سایر دست‌اندرکاران رعد برای فراهم کردن چنین محیط و امکاناتی بسیار سپاسگزارم. در کلاس‌های کامپیوتر، زبان انگلیسی و کلاس فورم و حرکت شرکت می‌کنم. شرکت در کلاس‌های رعد، برایم بسیار مفید بوده و به بالابردن مهارت‌هایم کمک کرده‌است. با واحد کاربایی و اشتغال صحبت کرده و مایلیم در جایی مشغول به کار شوم.

مهدیه مقصدجو هستم. ضایعه نخاعی مادرزادی دارم. من هم از تیرماه ۱۴۰۲ به رعد آمدم و در کلاس‌های پانچ، قلاب‌بافی و فرورم و حرکت شرکت کرده‌ام. دوست دارم به اشتغال برسم. البته از طریق قلاب‌بافی، اندک درآمدی، کسب کنم. کلاس فورم و حرکت را هم چون در روحیه‌ام بسیار موثر بوده، بسیار دوست دارم.

خیلی خوشحال شدم در حالی که خودش روی ویلچر است، قبول کرد که من بایستم و حرکت کنم. یعنی که ما همدیگر را پذیرفته و با وجود یک‌سری تفاوت، در کنار هم فعالیت و کار کنیم.

کلاس‌ها بصورت ترمی برگزار می‌شوند؟

ثبت‌نام فعلاً بصورت چهار جلسه‌ای در رعد انجام می‌شود ولی این دوره انتهایی ندارد که بگوییم، روزی تمام می‌شود. من هفت سال است که خودم هنرآموز هستم و همچنان هنرآموز هم خواهیم بود. من هم آموزش می‌بینم و هم آموزش می‌دهم. هنر دنیایی بی‌نهایت است و انتها ندارد. وقتی موسیقی هم‌کنار حرکت می‌آید، دنیایی دیگری می‌شود.

آیا این کلاس‌ها بصورت مقدماتی و پیشرفته برگزار می‌شوند؟

حتماً همین‌طور است. تا به حال ۹ جلسه با بچه‌ها کار کردیم و آنها نسبت به روز اول بسیار پیشرفت کرده‌اند. اگر افراد جدیدی بخواهند در این کلاس ثبت‌نام کنند، نمی‌تواند با این سه نفر در یک کلاس بنشینند. چون این بچه‌ها به سطح دو رسیده‌اند و افراد جدید باید در سطح یک بنشینند. کلاس‌ها باید بصورت مبتدی، متوسط و پیشرفته برگزار شوند.

چه برنامه‌ای برای ترویج و تشویق سایر کارآموزان برای شرکت در این

عادلہ مخبری کارشناس روانشناسی در شاخه کودکان استثنایی و مترجم است. او که متولد سال ۱۳۶۷ در تهران است از بدو تولد به دلیل ابتلا به فلج مغزی، از دو پا و یک دست، دچار معلولیت شد. عادلہ بعد از طی فراز و نشیب‌های فراوان در زندگی و با کنار آمدن با نامهربانی اطرافیان، در دانشگاه الزهرا درس خواند و با تکیه بر توانایی‌هایش، رشد و پیشرفت کرد. با او گفت‌وگو کردیم و از زندگی و آرزوهایش پرسیدیم.



عادلہ مخبری:

آرزو دارم با پذیرش تفاوت‌ها و کمی مهربان‌تر بودن، دنیای انسانی‌تری داشته باشیم!

حضور در اردوهای مدرسه محروم بودن و فرصت دوستیابی و اجتماعی شدن را پیدا نمی‌کردم. تمام بار این مسائل، بر دوش خانواده‌ام بود که همیشه حامی‌ام بوده و هستند. تقریباً تمام اغلب در خانه و شامل خواندن کتاب و بازی‌های فکری و نشستنی بود. در پیش‌دانشگاهی، به دلیل فشارهای مختلف و استرس زیاد، دچار حمله‌ی صرع شدم که با مصرف دارو، کنترل می‌شود. البته همه این مشکلات، موجب عقب‌نشینی و دلسردی من از ادامه مسیر نشد. تصمیم داشتیم در دانشگاه تاریخ بخوانم اما از پیشنهاد استاد مصطفی ملکیان برای خواندن روانشناسی به جای تاریخ، استقبال کردم. ایشان معتقد بود آشنایی‌ام با حوزه روانشناسی، به سازگاری درونیم کمک می‌کند. با ورودم به دانشکده‌ی روانشناسی دانشگاه الزهرا در سال ۱۳۸۶، فهمیدم دانشگاه هم فرقی با مدرسه، خیابان و کوچه ندارد و

همیشه درصدد انجام فعالیتی در جهت راحت‌تر شدن وضع زندگی افراد دارای معلولیت بودم و هدفم بالا بردن سطح آگاهی مردم از زندگی، رنج‌ها و مشکلات آنها بود

بار مدرسه‌ام را به دلایلی عوض کردم. اولین دلیل، نبودن مناسب‌سازی در مدرسه و دلیل دوم، برخورد نامناسب بعضی از مسئولان مدرسه و اولیای دانش‌آموزان که مایل به نشستن من در کنار فرزندانشان نبودند، بود. درس خوب بود و شاگرد اول مدرسه هم می‌شدم، ولی بعضی از همشاگردی‌ها پذیرای من در کنار خود نبودند. اغلب از

لطفاً خودت را معرفی و کمی از خودت بگو:

من عادلہ مخبری متولد سال ۱۳۶۷ در تهران هستم. از بدو تولد مبتلا به فلج مغزی شدم که بر عملکرد هر دو پا و دست راستم تأثیر گذاشت. اکنون همه کارهایم را با یک دست انجام می‌دهم و بدون کمک، نمی‌توانم بیش از بیست قدم راه بروم. بالا رفتن از پله بدون نرده برایم ممکن نیست و برای طی مسیرهای طولانی هم از ویلچر استفاده می‌کنم. به دلیل عدم مناسب‌سازی اماکن شهری و تفریحی و ناکارآمدی سیستم حمل و نقل و مهم‌تر از همه، عدم پذیرش جامعه، به‌ندرت از خانه بیرون رفته و از حضور در بسیاری از مکان‌ها محروم هستم.

دوران تحصیل خود را چگونه گذراندید؟

در تمام دوران تحصیل، در مدارس غیرانتفاعی درس خواندم. حدود ده



مشکلات مقابل فردی مانند من، همه جا یکسان است. در آنجا هم مثل دوران مدرسه، با دو مشکل روبه‌رو بودم؛ مناسب‌سازی نبودن محیط دانشگاه و برخورد نامناسب دانشجویان و اساتید. اساتید دانشگاه با اینکه روانشناسی کودکان استثنایی را تدریس می‌کردند، ولی نه شیوه‌ی رفتار صحیح با افراد دارای معلولیت را می‌دانستند و نه از رفتارهایی چون؛ تحقیر، ترحم، دوری می‌کردند. با روبه‌رو شدن با چنین اساتیدی، فهمیدم که همه جا آسمان به همین رنگ است! فهمیدم که فقط باید به خودم تکیه کرده و از هیچکس انتظاری نداشته باشم.

فکر می‌کردم که مشکل از من است و سعی داشتم آن‌همه رنج و فشار را در سکوت تحمل کنم. به درس خواندن و افزایش توانایی‌هایم ادامه داده و به پیشرفت‌هایی رسیدم.

پس از فارغ التحصیلی از دانشگاه در سال ۱۳۹۰، تصمیم گرفتم برای پیدا کردن شغل مناسب و رسیدن به استقلال نسبی، زبان انگلیسی‌ام را تقویت کنم. دو سال در انتظار ماندم تا قرارداد میان سازمان بهزیستی کشور و کانون زبان ایران برای تشکیل کلاس در محل‌های مناسب‌سازی‌شده عملی شود که این قرارداد هرگز نوشته نشد. با سختی فراوان به یکی از مراکز کانون زبان ایران رفتم و مشغول به زبان‌آموزی شدم. من تنها فرد دارای معلولیتی بودم که به شعبه شهید بهشتی کانون زبان ایران در خیابان شریعتی می‌رفتم، ولی باز هم با مشکلات همیشگی مواجه شدم.

دوباره مشکلات محیطی از قبیل؛ نداشتن توالت فرنگی، پله‌های فراوان و نبودن رمپ و نگاه‌ها و رفتارهای نامناسب همراه شد. در هر ترم، هم معلم‌ها و هم هم‌شاگردی‌هایم تغییر می‌کردند و امکان ایجاد ارتباط و دوستی، کم و کمتر می‌شد. در آنجا دیگر در مقابل برخوردهای ناشی از ناآگاهی و نامهربانی‌ها طی سه سال تلاش کردم با رفتارم به آنها نشان دهم که محتاج ترحم نیستم

با ترجمه کتاب‌هایی در حوزه معلولیت، متناسب با رشته‌ی تحصیلی و تجارب شخصی‌ام، به اهدافم در زندگی نزدیک‌تر شدم

و بیماری من مسری نیست و اگر کنارم بنشینید، مبتلا نمی‌شوید و چون جزو بهترین شاگردان مؤسسه هم بودم، متوجه شدند که کندی دست من، به دلیل کندی ذهنم نیست. بالاخره زبان انگلیسی را با هر شرایطی که بود، آموختم و مدرک گرفتم.

از شرایط شغلی خود بگویید:

پس از پایان دوره کامل کانون زبان ایران با نمره عالی، خواندن کتاب‌های انگلیسی به زبان اصلی را ادامه دادم و شروع به ترجمه بعضی از مطالبی که دوست داشتم کردم. این شد که به فکر ترجمه کتاب افتادم.

اولین کارم را به چند تن از اساتید نشان دادم و چون مورد تأیید و تشویق قرار گرفتم، با ناشری برای انتشار کتاب وارد گفت‌وگو شده و کتاب اولم را به چاپ رساندم. بعد از مدتی دومین کتابم هم به چاپ رسید و اکنون در حال تمام کردن سومین کتاب هستم. در خانه کار می‌کنم و با ناشر در تماسم تا کتاب به بهترین نحو به چاپ برسد. همیشه درصدد انجام فعالیتی در جهت راحت‌تر شدن وضع زندگی افراد دارای معلولیت بودم و هدفم بالا بردن سطح آگاهی مردم از زندگی و رنج‌ها و مشکلات آنها بود. با ترجمه کتاب‌هایی در حوزه معلولیت که متناسب با رشته‌ی تحصیلی و نیز تجارب شخصی‌ام هست، به هدفم نزدیک می‌شوم.

با مؤسسه‌ی رعد چگونه آشنا شدید؟

در سال‌های دانشگاه، وقتی برای پژوهشی، به‌دنبال جامعه‌ی آماری افراد دارای معلولیت می‌گشتم، به کتابخانه‌ی

سازمان استثنایی کشور مراجعه کرده و در آنجا رعد را به من معرفی کردند. این‌گونه به جمع رعد پیوستم و دوره‌هایی را هم در این مؤسسه گذراندم.

در طول این مدت چه کار دیگری را هم انجام دادی؟

در زمان همه‌گیری کرونا در سال ۱۳۹۸، و با توجه به آنلاین شدن کلاس‌ها و عدم نیاز به رفت و آمد، با مؤسسه‌ی «انتخاب بهتر» آشنا شدم و برای ارتقاء و به‌روزرسانی آموخته‌های روانشناسی‌ام، در دوره‌های روانشناسی دکتر علی صاحبی شرکت کردم و چندین دوره‌ی بسیار عالی و کاربردی را زیر نظر ایشان گذراندم.

چه توصیه‌ای برای دوستان دارای معلولیتتان دارید؟

دوستان عزیز، من از عمق جان با شما همدردم و درک می‌کنم که برای انجام کوچک‌ترین کاری چه مشکلات بزرگی بر سر راهمان وجود دارد. دستیابی به هر سطح از پیشرفت، دل شیر می‌خواهد و پوستی ستر تا از گفتارها و رفتارهای آزارنده، چشم بپوشیم و برای هر گام رو به جلو، چندین برابر تلاش کنیم. اما اجازه ندهیم که محدودیت‌ها، معلولیت، یا هرچه که هست جسارت اقدام و شهادت ادامه راه از ما بگیرد. به خودمان تکیه کنیم و جلو برویم.

چه آرزویی دارید؟

آرزو دارم با پذیرش تفاوت‌ها، با هم مهربان‌تر باشیم و دنیای انسانی‌تری از خود برجاگذاریم.

راه‌های خرید کتاب نفرین شده:

• خرید اینترنتی از سایت سی‌بوک
<https://www.30book.com/book/146977>

• خرید اینترنتی از سایت ایران کتاب
IranKetab.ir

• خرید تلفنی از پخش پیام امروز
 ۰۲۱۶۶۴۸۶۵۳۵

• خرید بالای ۵ جلد از ناشر @shoorbooks

• خرید نسخه‌ی الکترونیکی از فیدیبو
<https://fidibo.com>

با آذر کوپال و خلیل معمارزادگان طبق قرار قبلی، در مکان جامعه معلولین ایران، آشنا شده و گفت‌وگو کردیم. خلیل در سن بیست سالگی به تشویق دوستی در فدراسیون جانبازان و معلولان، ورزش دو میدانی را در ورزشگاه شهید شیروودی شروع کرد. آذر هم که با ورزش والیبال از دوران مدرسه آشنا شده بود، بعد از دیپلم این رشته را ادامه داد و هنوز هم به عنوان مربی در این رشته ورزشی فعالیت دارد. با این دو ورزشکار حرفه‌ای، که موفق به دریافت مدال‌های فراوان در سطوح جهانی بوده‌اند، گفت‌وگو کردیم که می‌خوانید.



در گفت‌وگو با زوج توانمند و ورزشکار؛

یا علی گفتیم و عشق آغاز شد!

در مغازه برادرم به کارهای فنی و ترانس پیچی مشغول شدم. همیشه به کارهای فنی و الکترونیکی، علاقه داشتم. در سن بیست سالگی، به تشویق استاد منوچهر بهمنی، مربی فدراسیون جانبازان و معلولان در ورزشگاه شهید شیروودی، ورزش دومیدانی را شروع کردم. در سال ۶۹ در رشته پرتاب وزنه در مسابقات قهرمانی کشوری، شرکت کرده و رکوردی را که از رکورد جهانی بالاتر بود، به ثبت رساندم. در مسابقات جهانی دومیدانی در لندن هم شرکت کرده و مقام آوردم. ورزش قهرمانی را تا زمانی که برادرم در سال ۱۳۷۲ در اثر سرطان ریه از دنیا رفت، ادامه می‌دادم. ولی این شوک بزرگ، برای مدتی

آذر: کاپیتان تیم والیبال نشسته در تهران هشتم و هفته‌ای یک روز تمرین دارم

کودکی از بربیس و کفش‌های طبی هم استفاده می‌کردم.

دوران تحصیل و دوران جوانی را چگونه گذراندید؟

■ **خلیل:** در مدارس عادی درس خواندم و از کودکی برای ثابت کردن توانایی‌هایم به دیگران، بیشتر تلاش می‌کردم. بعد از دیپلم،

لطفا خودتان را معرفی کنید:

خلیل معمارزادگان، متولد تهران هستم. در اثر ابتلا به بیماری فلج اطفال در سن دوسالگی، از ناحیه پای راست دچار مشکل حرکتی شدم. در یک خانواده پرجمعیت به دنیا آمدم و فرزند هشتم خانواده هستم. پدر و مادرم اهل تفرش هستند ولی من در تهران به دنیا آمدم.

آذر کوپال، متولد تهران هستم. من هم به دلیل ابتلا به بیماری فلج اطفال در دوسالگی، در پای راست، دچار معلولیت شدم. زحمات من همیشه بر دوش مادرم بود، او مرا بغل می‌کرد و به بیمارستان شفا یحیایان برای فیزیوتراپی و آبدرمانی می‌برد. در



روز در هفته هم تمرین دارم.

در مورد خانواده‌های خود بگویید؟

■ **خلیل:** من در یک خانواده پرجمعیت، با هفت برادر و یک خواهر زندگی کردم. پدرم معمار بود و در خانه‌ای با حیاطی بزرگ، زندگی می‌کردیم. من اهل بیرون رفتن از خانه نبودم و بیشتر در کنار مادرم در خانه بودم و گلکاری می‌کردم. به کارهای فنی هم علاقه زیادی داشتم.

■ **آذر:** من در خانواده‌ای با دو خواهر و سه برادر بزرگ شدم. پدرم کارمند بود و بیشتر در سفر و ماموریت به سر می‌برد. بیشترین بار زحمات من برداشته شد. توجه بود که به دلیل بیماری‌ام، توجه بیشتری به من داشت. به خاطر جراحی‌های متعدد، یک‌سال دیرتر مدرسه را شروع کردم.

چطور با هم آشنا شدید و ازدواج کردید؟

■ **آذر:** دوستی در دانشگاه داشتم که در رشته مدیریت بازرگانی تحصیل می‌کرد. او نامزد داشت و بعضی از روزها با نامزدش که با ماشین دنبالش می‌آمد، به خانه برمی‌گشت. بعضی از روزها برادر نامزدش که خلیل بود هم در ماشین حضور داشت. یک بار که با آنها هم مسیر شدم، خلیل را برای اولین بار دیدم. من در سال ۷۶ پس از ۷ ترم، لیسانس گرفتم و مشغول به کار و ورزش شدم. آن زمان انجمن جامعه معلولان در خیابان بهارستان بود و من در کلاس‌هایی که در آنجا برگزار می‌شد، گل‌سازی با خمیر چینی را یاد گرفتم. در آنجا با خانمی که همکار جاری من در بانک بود آشنا شدم. خانواده همسر من پس از اتفاقات ناگواری که برای خلیل افتاده بود، به دنبال انتخاب همسری برای او بودند. من از طریق جاری بزرگم، به خانواده ایشان معرفی شدم. شماره تلفن‌ها رد و بدل شد و خواهر او از خانواده،

آذر: من و همسرم در فعالیت‌های ورزشی، همیشه پشتیبان و یاور هم بودیم، بطوری‌که با وجود داشتن دو فرزند، توانستم در مسابقات تیم ملی شرکت کنم

پس از مصاحبه و گزینش، در محیط جدید مشغول به کار شدم.

ورزش والیبال را از دوران مدرسه شروع کرده‌بودم و بعد از دیپلم آنرا در باشگاه سمیه در میدان خراسان که برای افراد دارای معلولیت، مناسب‌سازی شده بود، ادامه دادم. در آنجا علاوه بر والیبال نشسته، ورزش تنیس روی میز و شنا را هم که به تقویت روحیه و افزایش اعتماد به نفس کمک می‌کرد، شروع کردم. در سال ۷۴، کنکور دادم و در رشته مدیریت بیمه قبول شدم و با وجودی که عمل جراحی انجام داده بودم و پایم در گچ بود، با دو عصا و به هر زحمتی که بود، سر کلاس حاضر می‌شدم. همزمان با تحصیل در رشته کارشناسی مدیریت بیمه، ورزش را هم ادامه دادم. وقتی تیم والیبال نشسته بانوان شکل گرفت، عضو تیم شدم و در مسابقات والیبال نشسته متعددی شرکت کردم. مربی من در تیم ملی، استاد بزرگ والیبال، آقای هادی رضایی، مربی قدرتمند والیبال نشسته ایران بودند. بعد از عضویت در تیم ملی والیبال نشسته، با وجود دو فرزند، توانستم در مسابقات قهرمانی کشوری متعددی شرکت کرده و به همراه تیم تهران، افتخارات زیادی را کسب کنم.

در حال حاضر هم کاپیتان تیم والیبال نشسته تهران هستم و یک

باعث افسردگی و انزوایم شد. با کمک دوستان و اطرافیان، به تدریج به شرایط عادی برگشته و وارد حوزه طلا سازی شدم. این حرفه، به قدرت بدنی نیاز داشت و چون ورزشکار بودم، از پس آن برآمدم. طلاسازی را ادامه دادم تا اینکه در سال ۷۵، دزد به کارگاهم زد و حدود هشت کیلو طلا را از دست دادم. بدهکار شدم و خیلی تلاش کردم تا توانستم بدهی‌هایم را به تدریج بپردازم. در سال ۷۶ مادرم و در سال ۷۷ هم برادر دیگرم را از دست دادم. تحمل این حوادث بزرگ برایم بسیار دشوار بود و طول کشید تا دوباره به کار برگردم. به کارهای فنی و ساختمانی روی آوردم. مدتی هم به نصب ضبط‌صوت و سیستم‌های صوتی در خودروها پرداختم. دست به آچار بودم و کارهای زیادی را انجام می‌دادم. در خانواده، نقش مثبتی داشتم و به افراد مختلف در صورت نیاز، کمک می‌کردم. تا اینکه در سال ۷۹، با همسرم آذر آشنا شدم.

■ **آذر:** من هم به مدرسه عادی می‌رفتم و جزو شاگردان ممتاز مدرسه بودم. دوران دبستان را با کمک خانواده و گاهی هم به تنهایی به مدرسه می‌رفتم. در رشته علوم تجربی، دیپلم گرفتم. در دبیرستان، یکی از معلمان که هنوز هم با ایشان در ارتباطم، خانم پروانه الله‌داد بودند که تأثیرات بسیار مثبتی در زندگی‌ام ایفا کردند. ایشان دبیر جغرافیا بودند و نقش راهنما و مشاور را هم برایم داشتند. خانم الله‌داد مرا به ادامه تحصیل و شاغل شدن تشویق می‌کردند. بعد از دیپلم دوره‌های آموزشی حسابداری و تایپ را گذراندم و مشغول به کار شدم. در محیط کار همکاران خوبی داشتم که به من در رشد مهارت‌هایم یاری می‌رساندند. بعد از مدتی، به شرکت بیمه البرز معرفی شدم که



برای صحبت کردن من و خلیل در بیرون از خانه اجازه گرفت. مدتی با هم گفتگو کردیم و بعد از توافق با همدیگر، خانواده او برای خواستگاری به منزل ما آمدند. بعد از طی مقدمات، در سال ۷۹ با یکدیگر ازدواج کردیم.

■ **خلیل:** بعد از آشنایی اولیه در ماشین برادرم، دیدار دیگری در خارج از منزل با هم داشتیم و بعد با خانواده برای خواستگاری به منزل ایشان رفتیم. وقتی خانم برادرم به من گفت که تو این خانم را یک بار در ماشین برادرت هم دیده بودی، فکر کردم که حتما حکمتی در آن آشنایی اولیه وجود داشته است. وقتی قرار شد برای بار دوم با هم ملاقات کنیم، دعا کردم که چنانچه قرار است با هم خوشبخت شویم، مهربان به دل همدیگر بیفتد. در اولین ملاقاتمان، بسیاری از صحبت‌هایی که معمولاً بین زوج‌ها قبل از ازدواج رد و بدل می‌شود، بین ما رد و بدل نشد. هیچ‌کدام در مورد مال و دارایی صحبت نکردیم، بیشتر روی عقاید، علائق و باورهایمان حرف زدیم. بعد از این دیدار، به همراه خانواده، برای خواستگاری به منزل ایشان رفتیم. در همان جلسه احساس کردم موردپسند مادر او چون ما فارس بودیم و آنها آذری بودند، قرار نگرفته‌ام. در آن جلسه خواهر بزرگش از من سوال کرد که آیا ترکی بلد هستم یا نه؟ من هم به زبان ترکی جواب دادم: کمی بلدم. مادر آذر لبخندی زد و من هم گفتم: مبارک است انشالله.

■ **آذر:** من در مراسم خواستگاری سینی چایی را نیاوردم تا مرا با همین شرایط و توانایی ببینند و بپسندند. ولی در دیدارهای بعدی، خودم در دوره‌های پذیرایی می‌کردم.

خلیل: هدفمان این بود که از اول فرزندان را در جریان فعالیت‌های ورزشی خود قرار داده تا متوجه توانایی و تلاش ما قرار گیرند

در مورد فرزندانمان بگویید. آیا آنها هم به ورزش علاقمندند؟

■ **آذر:** ما یک دختر به نام حورا و یک پسر به نام ایلیا داریم. حورا متولد سال ۸۴ و ایلیا متولد سال ۸۹ است. حورا دانشجوی سال دوم رشته مهندسی مکانیک در دانشگاه شهید بهشتی است و ایلیا هم در دبیرستان درس می‌خواند. یکی از افتخارات ما مهیا کردن شرایط مناسب برای زندگی بهتر فرزندانمان است. بچه‌ها از همان اول در کنار ما و در محیط ورزشی بزرگ شدند. آنها حتی در باشگاه در کنار زمین والیبال، حضور داشتند تا به ما توپ برسانند. به این طریق، از کودکی ورزشکار بار آمده‌اند.

■ **خلیل:** من و همسرم چون هر دو ورزشکار بودیم از ابتدا سعی داشتیم فرزندان را با محیط‌های ورزشی آشنا کنیم و خدا را شکر می‌کنم که هر دوی آنها در حوزه ورزشی، موفق و سربلند هستند. دخترمان تا کلاس نهم را در مدرسه دولتی درس خواند و همیشه جزو نفرات برتر در مدرسه بود. ما که متوجه توان و استعداد بالایش شدیم، با وجود هزینه‌های سنگین مدارس غیرانتفاعی، نام او را در چنین مدرسه‌ای نوشتیم.

■ **آذر:** یکی از بهترین مربی‌های

من، خانم فریبا سلیمانی که از بهترین مربیان در رشته والیبال نشسته هستند، مربی دخترم حورا، در رشته والیبال هم بودند. حورا هم از نوجوانی به والیبال علاقمند شد و در مسابقات کشوری مختلفی شرکت کرد. فعلاً به واسطه کنکور و دانشگاه، از ورزش کمی فاصله گرفته است. پسرمان هم مدتی در رشته‌های فوتسال و فوتبال روی چمن کار کرد و او هم در نهایت به والیبال علاقمند شد و در این رشته فعالیت دارد.

زندگی شما بعد از ازدواج، چه مسیری را طی کرد. آیا ورزش را ادامه دادید؟

■ **خلیل:** بعد از ازدواج چندسالی بی‌کار بودم. در دوران مجردی در کارگاهی مشغول به کار شدم و مدتی با برادرم کار می‌کردم. مدتی هم مغازه‌ای را با عده‌ای از دوستان برای انجام کارهای تاسیساتی کرایه کردیم که به دلایلی ادامه پیدا نکرد. از کودکی به گل و گیاه علاقمند بودم و چندسالی است که به پرورش گل و گیاه روی آورده‌ام. اکنون به طور تخصصی، در زمینه تولید چراغ‌های رشد گیاه در محیط تاریک و آپارتمان فعالم و مشاوره می‌دهم که چگونه از گیاهان نگهداری کرده و از چه سم و چه کودی استفاده کنند. همین که بتوانم مشکل کسی را در این زمینه حل کنم، حالم بهتر می‌شود.

■ **آذر:** قبل از ازدواج به همسرم گفته بودم که هم شاغلم و هم به ماموریت‌های کاری و ورزشی می‌روم. می‌خواستم از نحوه برخوردش با چنین مساله‌ای، مطلع شوم. او چون خودش هم ورزشکار بود، دید بازی داشت و با این مساله خیلی راحت کنار آمد. بعد از ازدواج، وارد تیم ملی والیبال نشسته شدم و به اردوهای ورزشی می‌رفتم. برای آمادگی برای شرکت در مسابقات



برگزار می‌شود، شرکت می‌کنند تا حالشان بهتر شود. دختر جوانی با با دامن و پروتز فلزی در پاهایش در برنامه‌های مدلینگ شرکت می‌کند، و از دیده شدن معلولیت پایش توسط دیگران ابایی ندارد. من بیست سال سابقه در رشته والیبال نشسته دارم. بارها به من پیشنهاد مربی‌گری در این رشته شده است ولی عشق من نشستن روی زمین و بازی با دیگران است. هدفم الگو شدن برای افراد دارای معلولیت و جذب آنها به ورزش است.

آذر: ورزش برای افراد دارای معلولیت، علاوه بر این که حال آنها را خوب می‌کند، نوعی درمان هم هست و باعث دیده شدن و حضورشان در جامعه می‌شود

■ **خلیل:** من و همسرم بر این باوریم که ورزش، محدودیت سنی ندارد و در هر سن و در هر شرایط فیزیکی قابل ادامه دادن است. خانواده‌ها باید بدانند که فرزند دارای معلولیتی که در خانه دارند، به شرط حمایت خانواده، جامعه و خودباوری خودش، می‌تواند توانمندتر از سایر فرزندانشان باشند. همینطور که اکنون هم بسیاری از افراد دارای معلولیت را در زمینه‌های علمی، تحصیلی، هنری و ورزشی داریم که توانمندتر و موفق‌تر از بسیاری از افراد تندرست در جامعه هستند.

■ **آذر:** من و همسرم از ابتدای ازدواج تا کنون همیشه پشتیبان هم بودیم، بارها زمین خوردیم

بسیار ضعیف است و هیچ باشگاه مناسبی برای این افراد وجود ندارد. من خودم به باشگاهی در اطراف تهران که مناسب‌سازی هم نیست می‌روم. ورزش برای افراد دارای معلولیت، علاوه بر این که حال آنها را خوب می‌کند و باعث دیده شدن و حضورشان در جامعه می‌شود، نوعی درمان هم هست. یکی دیگر از کارهایی که در این چندسال به کمک همسرم انجام دادم، مدلینگ افراد دارای معلولیت بود. این حوزه در مجموعه رعد توسط خانم رحیمیان شروع شد. وقتی ایشان، برند "محبوب تهران" را راه‌اندازی کرد، از من به عنوان یکی از مدل‌های این برند دعوت کرد. یک‌سری از بچه‌های سندروم داون هم در دوره‌های ما جشن‌هایی که به این مناسبت‌ها

۲۰۰۲ اسلوونی، یک هفته تا ده روز در ماه اردو داشتیم. با وجودی که تازه ازدواج کرده بودیم، خلیل از مشوقانم برای شرکت در این مسابقات بود و کمک کرد تا وارد تیم ملی شوم. مربی من، از دوستان همسر و بسیار مقتدر و جدی بود. او تا بعد از انتخاب من در تیم ملی، نمی‌دانست که همسر خلیل هستم. یعنی انتخاب من برای اعزام به تیم ملی، به خاطر توانایی و امتیازی بود که خودم کسب کرده بودم. به هر حال من در مسابقات اسلوونی از ایران به عنوان تنها کشور مسلمان در این مسابقات، انتخاب شدم و شرکت کردم.

من و همسرم در فعالیت‌های ورزشی، همیشه پشتیبان و یاور هم بودیم، بطوری که با وجود داشتن دو فرزند، توانستم در مسابقات تیم ملی شرکت کنم. ما در رشته‌های ورزشی دیگری هم که یکی از آنها، پارا بهکاپ که زیر مجموعه رشته گلف است بود فعالیت داشتیم. خلیل در این رشته رکورد ۲۸ متر را در آقایان و من رکورد ۲۴ متر را در بانوان ثبت کردم. در رشته‌های دیگری مثل؛ تنیس روی میز، تیراندازی، اتومبیل‌رانی، رالی و اسلاولوم هم فعالیت و در آنها هم مقام آوردیم. متأسفانه امکان برگزاری مسابقات ورزشی افراد دارای معلولیت در تهران



ولی دست همدیگر را گرفتیم و بلند شدیم. یکی از چیزهایی که به آن معتقدم این است که وقتی در زندگی با فرد دیگری یا علی گفتیم و بلند شدیم، باید تا آخر کنار هم باشیم و هیچوقت همسفر زندگی خود را فراموش نکرده و پایبند به تعهدات خود در زندگی مشترک باشیم.

توصیه شما برای ازدواج افرادی که معلولیت دارند چیست؟ توصیه می‌کنید که دو فرد دارای معلولیت بهتر است که با یکدیگر ازدواج کنند؟

■ **آذر:** با این رویکرد موافق نیستیم. زوج‌هایی را می‌شناسم که فقط یکی از آنها معلولیت دارد ولی سال‌هاست که عاشقانه با هم زندگی می‌کنند. البته نظر خانواده‌ها هم در چنین وصلت‌هایی بسیار مهم است. توافق داشتن زوجین از لحاظ شخصیتی و فکری، برای ادامه زندگی کافی نیست. چون وقتی فرد دارای معلولیت وارد خانواده‌ای که نسبت به این موضوع حساس هستند می‌شود، دخالت‌ها و کنایه‌ها به تدریج شروع شده و زندگی را بر آنها تلخ می‌کنند. به نظر من هر دو طرف باید به دور از احساسات و منطقی به این موضوع نگاه کرده و سعی در جلب رضایت هر دو خانواده باشند.

■ **خلیل:** اکثر زوجها در شروع زندگی، همه چیز را مثبت می‌بینند ولی اگر دو طرف از ابتدا به همدیگر تکیه و اعتماد نداشته باشند، به تدریج مسائل حاشیه‌ای، مانند دخالت خانواده‌ها عمده شده و زندگی‌شان با بحران روبه‌رو می‌شود. ما قبل از ازدواج، در مورد تاثیراتی که ممکن است خانواده‌ها بر زندگی‌مان داشته باشند، خیلی حرف زدیم. ولی با همدلی و علاقه‌ای که به هم پیدا کردیم، با احترام، اجازه دخالت‌های ناروا را به هیچکدام از

خلیل: خانواده‌ها باید بدانند که اگر فرزند دارای معلولیتی در خانه دارند، او به شرط حمایت خانواده، جامعه و خودباوری می‌تواند توانمندتر از سایر فرزندان باشد

هم باید مشکلاتمان را حل کنیم. در دوسالی که پای من دچار آسیب شد و نتوانستم کار کنم، آذر، دست به کار شد و بساط فینگر فود را راه‌اندازی کرد.

■ **آذر:** چون همسر در زمینه آشپزی وارد است و خودم هم دوره کلاس آموزش فینگر فود را گذرانده‌بودم، تصمیم گرفتیم صفحه‌ای را در اینستاگرام باز کنیم و برای مراسم و جشن‌ها، انواع غذاهای خانگی و فینگر فود را سفارش گرفته و ارسال کنیم.

■ **وسخن آخر...؟**

■ **آذر:** با اینکه افراد دارای معلولیت با محدودیت‌های زیادی در جامعه مواجه هستند (اشغال جای پارک زیر تابلوی مخصوص، دسترسی به بانک‌ها، عابر بانک‌ها، حمل و نقل عمومی نامناسب و...)، شعار معلولیت، محدودیت نیست اصلاً معنایی ندارد. ولی بسیاری از این افراد با وجود محدودیت‌های بسیار، توانستند در جامعه بدرخشند و خود را به عنوان انسان‌هایی توانمند به جامعه عرضه کنند.

افراد دارای معلولیت نیاز به دلسوزی و ترحم ندارند، نیاز به اجرای درست قوانین حمایت از حقوق که متأسفانه هنوز اجرایی نشده‌است را دارند. همین که نیازهای این افراد دیده شود، با آنها در جامعه درست برخورد شود، مناسب‌سازی در ساخت‌وسازهای جدید رعایت شوند، ورزشگاه‌ها بیشتر و مناسب‌سازی شوند و حقوق شهروندی‌شان رعایت شود، می‌توانند رشد کنند و موفقیت‌هایشان، زبان زد خاص و عام قرار گیرد.

باید از مادران و پدران دارای معلولیتی که فرزندان موفقی و صالح به جامعه ارائه داده‌اند هم تقدیر و قدردانی شود.

به امید ساخت جامعه‌ای آرمانی که مناسب زندگی همه شهروندان باشد.

طرفین ندادیم.

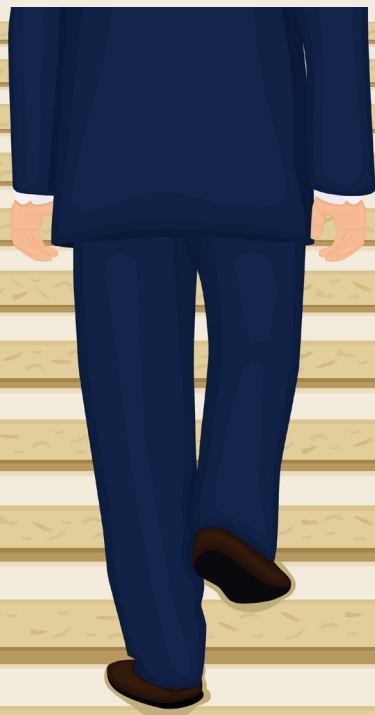
اعتقاد ندارم که برای یک زندگی ماندگار و علاقمندانه، هر دو نفر باید معلولیت داشته یا نداشته باشند، ولی باید آگاهانه و با چشم باز انتخاب و ازدواج کنند.

■ **آذر:** نکته‌ای که در ازدواج افراد دارای معلولیت، چه هر دو دارای معلولیت باشند، یا یکی از آنها معلول باشد مهم است، این است که دو طرف رازدار یکدیگر باشند. اگر برای من و همسر من یا من با خانواده همسر کوچک‌ترین موردی پیش بیاید، باید آن را در دایره زندگی خودم نگه داشته و حتی با محرم‌ترین افراد خانواده، مثل مادرم هم منتقل نکنم. اگر به بلوغ کافی برای ازدواج رسیده‌باشم، خودم باید زندگی‌ام را مدیریت و از پس مشکلاتش بر بیایم. مشکل از آنجا شروع می‌شود که دو طرف فکر کنند با انتقال مشکلاتشان به خانواده، نتیجه بهتری می‌گیرند، در صورتی که پدر و مادر ممکن است از سر دلسوزی، به اختلافات فرزندانشان دامن زنند.

■ **خلیل:** در مسائل و مشکلاتی که در زندگی پیش می‌آید، زن و شوهر باید خودشان برای رفع آن اقدام کنند. نزدیک‌ترین فرد به من همسر است، پس به کمک



روز جهانی معلولین روز نمایش و شعار!



معلولیت شرایطی است که باعث می‌شود ما با مشکلات و محدودیت‌های زیادی مواجه شویم و این مشکلات با شعار دادن و جملات انگیزشی و زیبا حل نمی‌شود. از دیدگاه من تمام این موانع و محدودیت‌ها بر سر راه زندگی معلولین، باید دیده شوند و باید راجع به آن‌ها صحبت شود و در نهایت این موانع مرتفع شوند. دلیل وجود روزی به نام معلولین همین بیان خواسته‌ها و مشکلات است و البته حل شدن آن‌ها.

به هر حال معلولیت در کشور ما وضعیتی است متفاوت با معلولیت در تمام جهان. شاید فکر کنید که این تفاوت فقط در امکانات و درمان و حقوق معلولین است؛ اما ما معلولین در تقویم هم مشکلات خاص خودمان را داریم.

در ایران مدت‌هاست که این روز تبدیل به یک جشن

از فاطمه کنهانی، شاعر، نویسنده و فعال اجتماعی خواستیم در مورد روز جهانی معلولین برایمان بنویسد. فاطمه با اشراف بر مشکلات و موانعی که بر زندگی خود و هم‌نوعانش سایه افکنده، با نگاهی انتقادی از جشن‌ها و مراسمی که به بهانه این روز برپا می‌شود نوشت.



شده که مانند جشن‌های دیگر فقط در تقویم برای شادی و سرور برگزار می‌شود! و شاید بدترین نکته در این روز، تبریک گفتن آن به معلولین باشد. «تبریک می‌گویم که معلول هستی» یا «امیدوارم جهان بدون معلولیت باشد». در روز جهانی معلولین، معلولیت مانند یک تاج بر سر معلولین قرار می‌گیرد و این روز فرخنده را جشن می‌گیرند. به مناسبت افتخاری بی‌همتا مانند معلولیت، نمایش‌های زیادی برگزار می‌شود؛ کارهایی از قبیل اهدای جوایز و تقدیرنامه به معلولین، مقدس‌سازی و بت ساختن از معلولین، سخنرانی‌های انگیزشی و قهرمان‌سازی از معلولین از جمله برنامه‌های تکراری هر سال برای این روز است.

سال‌هاست در این چنین مراسم‌های توهین‌آمیز نه شرکت می‌کنم و نه این روز را به رسمیت می‌شناسم. دوست معلولی را می‌شناسم که آرزو می‌کرد این روز را از تقویم حذف کنند. در شرایطی که هیچکس حتی نمی‌داند که این روز برای اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی است، حذف آن از تقویم شاید حداقل از تبریک‌های آزاردهنده جلوگیری کند.

واقعیت این است که ما معلولین از این همه رنگ و لعاب و به سخره گرفته شدن خسته‌ایم. از اینکه دستمایه‌ای برای افتخارات دیگران باشیم، از اینکه با ما عکس سلفی بگیرند و شعارهایی برای کم‌رسانی بدهند یا از ما به عنوان عروسک‌های نمایش خود استفاده کنند خسته‌ایم. روز جهانی معلولین فقط یک روز در سال است و در تمام روزهای دیگر سال، معلولین و شرایط زندگی آن‌ها در ایران نادیده گرفته می‌شود.

مشکلات و موانع به جای برطرف شدن، به راحتی با شعارهایی مانند «معلولیت محدودیت نیست» نادیده گرفته می‌شوند. در این شرایط اگر شخص معلولی از مشکلات و سختی‌ها صحبتی بکند، این را به حساب ضعف روحیه و ناامیدی آن شخص می‌گذارند و تلاش می‌کنند به او امید و انگیزه بدهند! این رفتار مانند این است که شما برای شخصی گرسنه، موسیقی پخش کنید و نیاز او به غذا را نادیده بگیرید. در سال‌های اخیر نیازهای معلولین به همین سادگی نادیده گرفته شده و بزرگ‌ترین لطف در نهایت دادن وعده‌هایی پوچ که هیچگاه محقق نشده‌اند، بوده.

تمام ابعاد زندگی معلولین با همین روش به سخره گرفته شده و به جای حل کردن مشکلات، صورت

مسئله پاک می‌شود. وقتی صحبت از حق تحصیل و نامناسب بودن مدارس و دانشگاه‌ها می‌شود، پاسخ جامعه نه حل کردن موضوع، بلکه ارائه راه‌حل تبعیض‌آمیز است: «معلولین نیازی به تحصیل ندارند.» یا «تحصیلات جزو نیازهای مهم زندگی نیست.» با همین روش کم‌هزینه و کارآمد، همه‌ی نیازها و مشکلات کنار گذاشته شده و جای آن‌ها را تخیلات بی‌عیب و نقصی گرفته که هنوز شعار می‌دهند و با لیخندهای دندان‌نما، معلولین را فرشتگان آسمانی خطاب می‌کنند.

ما معلولین برای تحصیل و اشتغال مشکلات فراوانی داریم. برای تردد در شهر و مکان‌های عمومی و حتی یک تفریح ساده با موانع زیادی روبه‌رو هستیم. فرهنگ‌سازی و اطلاع‌رسانی راجع به معلولیت هنوز در مراحل ابتدایی و ساده است. معیشت معلولین در وضعیتی است که می‌توان گفت در شأن هیچ انسانی نیست. دردناک‌ترین بخش این مشکلات، بی‌توجهی محض به حقوق معلولین است. به طوریکه برخی از معلولین از ساده‌ترین حقوق و امکانات مانند تحصیل محرومند.

در آخر به جای شنیدن حرف دل معلولین، به جای گوش دادن به مشکلات و سختی‌هایی که اکثراً قابل حل هستند، می‌توانیم بلندتر فریاد بزنیم «معلولیت محدودیت نیست» مبادا که صدای معلولین هم به جایی برسد و محدودیت‌ها نمایان شوند. به امید روزهای بهتر برای همه



محمد اسمعیل شیخ‌قزایی مدیرعامل انجمن فرهنگی ورزشی گردشگری معلولان پارس (پاراتور) و دبیر میز گردشگری دسترس‌پذیر وزارت میراث فرهنگی است. او انجمن گردشگری پارس را در سال ۹۱ با کمک تنی چند از نخبگان و اساتید دارای معلولیت و آشنا به مباحث ورزش، گردشگری و اوقات فراغت با هدف رعایت استاندارد در گردشگری افراد دارای معلولیت تاسیس کرد و اولین هدفش جا انداختن واژه "پاراتور" در گردشگری افراد دارای معلولیت بود. شیخ قزایی، بعد از مدت‌ها فعالیت در حوزه پاراتور، به حوزه خوراک و اهمیت آن در تورهای گردشگری پرداخت. با ایشان در مورد فعالیت‌هایی که با نگاه جدید در پاراتوریسم ادامه می‌دهند، گفت‌وگو کردیم.



در گفت‌وگو با مدیرعامل انجمن فرهنگی، ورزشی و گردشگری پارس بنیانگذار پاراتوریسم در ایران بررسی شد؛

یک رویداد ملی در بخش معلولیت و خوراک

زمان و با چه هدفی دنبال کردید؟
از آنجا که بحث خورد و خوراک، از ارکان مهم گردشگری در دنیاست، از حدود سال ۹۵ به فکر برگزاری مسابقه آشپزی با حضور افراد دارای معلولیت در شهرهای مختلف برای نشان دادن توانمندی آنها افتادیم. در همان ایام، یکی از دوستان که از افراد دارای معلولیت هستند به نام خانم اعتضاد که قصد داشت در مسابقه آشپزی مخصوص افراد دارای معلولیت در شهر استانبول شرکت کند، از من خواست که یکی از اعضای انجمن را هم همراهشان کنم. اینکار انجام شد و دوستان برای شرکت در این مسابقه به استانبول رفتند. در این مسابقه، خانم اعتضاد، باقالی‌پلو را به عنوان یک غذای ایرانی ارائه کرد و جایزه گرفت. چنین رویدادی، به آنچه از مدت‌ها

انجمن فرهنگی، ورزشی و گردشگری پارس، در سال ۹۱ برای برگزاری تورهای گردشگری دسترس‌پذیر بطور تخصصی و با هدف رعایت استاندارد در گردشگری سالمندان و افراد دارای معلولیت تاسیس و اولین هدفش جا انداختن واژه "پاراتور" در گردشگری بود

بتواند با استفاده از استانداردها و تجهیزات لازم، مستقلاً سفر کنند.

بعد از مدت‌ها فعالیت در حوزه پاراتور، به حوزه خوراک و اهمیت آن در تورهای گردشگری پرداخته و به‌تازگی، مسابقه آشپزی را با حضور داوطلبان دارای معلولیت با عنوان "طعم امید" در استان‌های مختلف برگزار کردید. این مسابقات را از چه

لطفاً مختصری از خودتان و فعالیت‌هایتان بگویید:

محمد اسمعیل شیخ‌قزایی مدیرعامل انجمن فرهنگی ورزشی گردشگری معلولان پارس (پاراتور) و دبیر میز گردشگری دسترس‌پذیر وزارت میراث فرهنگی هستیم. از سال ۱۳۶۱ فعالیت‌های داوطلبانه خود را شروع و عضو هیات‌مدیره انجمن‌های مختلف بودم. ۱۲ سال عضو هیات‌مدیره انجمن جامعه معلولین ایران و از سال ۹۱ تاکنون، مدیرعامل انجمن گردشگری پارس هستیم. انجمن "پاراتوریسم" پارس را با هدف رعایت استاندارد در گردشگری افراد دارای معلولیت تاسیس کرده و اولین هدفم، جا انداختن واژه "پاراتور" در گردشگری بود. در این رویکرد به دنبال فراهم کردن شرایط برای افراد دارای معلولیت بودم که





چیزی که در این رویداد
حائز اهمیت بود،
انجام یک فعالیت هماهنگ
میان بخش معلولیت و
بخش خوراک بود

توسط وزارت رفاه، سازمان بهزیستی و وزارت میراث فرهنگی با هدف نمایش توانمندی افراد دارای معلولیت شکل گرفت. در کنار این هدف اولیه، احیای غذاهای بومی و محلی از یاد رفته بود هم انجام شد.

چه مقدماتی را قبل از شروع این پروژه طی کردید؟

با سرآشپزان متعددی گفت‌وگو و برای ورود به این حوزه علاقمندشان کردیم. از آنها خواستیم غذاهای فراموش شده منطقه خود را پیدا کنند. مثلا غذایی در گیلان به نام بادکوبه وجود داشت که اسمش از شهری با همین نام از کشور آذربایجان گرفته شده بود. در ریشه‌یابی این غذا، متوجه اصل آن که به منطقه گیلان برمی‌گشت، شدیم. رویداد "طعم امید ۱" را آزمایشی و با آزمون و خطا پیش بردیم ولی در "طعم امید ۲" که در منطقه شمال کشور برگزار شد، سعی در رعایت استانداردها هم کردیم. اعلام کردیم افراد شرکت کننده، با هر نوع معلولیت جسمی و حرکتی باید حتما روی صندلی بنشینند تا از نظر دامنه حرکتی با معلول آسیب‌نخاعی نشسته برویلچر، برابر باشند. دومین استاندارد که دنبال کردیم، موظف کردن رستوران‌هایی که اسپانسر برنامه بودند، به مناسب‌سازی مکانشان بود. در این رویداد علاوه بر به نمایش گذاشتن توانمندی افراد دارای معلولیت، به مناسب‌سازی‌ها هم توجه شد. برای رعایت عدالت، از همه شرکت‌کنندگان،

مازندران، گیلان و تهران با سه گروه معلولیتی؛ نابینایان، سندروم داون و معلولیت جسمی حرکتی برگزار شود. بعد از ثبت‌نام قرار شد هر گروه، دو تا از پنج غذای محلی و رایج منطقه خود را با ذکر اولویت اول و دوم، انتخاب و درست کنند.

این رویداد چگونه اطلاع رسانی شد؟

اطلاع‌رسانی از طریق نصب بنر در استان گیلان شروع شد و ادارات کل بهزیستی در هر استان، تشکل‌های مردم نهاد معلولان و رسانه‌های جمعی مثل؛ خبرگزاری مهر، ایرنا و صدا و سیما هم اخبار این رویداد را پوشش دادند. فرماندار مازندران از این برنامه استقبال کرد و بهزیستی استان هم هشت ویلچر را در اختیار شرکت‌کنندگان قرار داد.

شرکت‌کنندگان چگونه انتخاب شدند؟

روال کار این‌گونه بود که در هر گروه معلولیتی، تعدادی از افراد برای شرکت در مسابقه داوطلب می‌شدند. داوطلبان، در یک مسابقه استانی شرکت کرده و برندگان، در مسابقه نهایی با هم رقابت می‌کردند. در این اتفاق چیزی که حائز اهمیت بود، انجام یک رویداد ملی میان حوزه معلولیت و بخش خوراک با هم بود. در این رویداد، فعالیتی مشترک

قبل در ذهن من جریان داشت، نزدیک بود و من هم به استقبال انجام چنین فعالیتی رفتم. برای آشنایی بیشتر و زمینه‌سازی درباره آن، با تعدادی از سرآشپزان مطرح در کشور، صحبت کردم و این موضوع را با آنها در میان گذاشتم. در سال ۱۴۰۰، برگزاری این مسابقه را تحت عنوان "طعم امید" در میزگردشگری دسترس‌پذیر وزارت میراث فرهنگی، مطرح کردم که بعد از تأیید، قرار شد با همکاری فدراسیون گردشگری خوراک و میزگردشگری وزارت میراث فرهنگی، این مسابقات را برگزار کنیم. سال گذشته این مسابقه را بطور آزمایشی در تهران برگزار کردیم. مجموعه رستوران‌های رفتاری، اسپانسر ما شد و توانستیم با حضور داوطلبانی از افراد آسیب‌نخاعی و اوتیسم، یک مسابقه آشپزی را برگزار کنیم. از هر گروه، شش نفر شرکت‌کننده داشتیم که از آنها خواستیم هر غذایی که بلدند را بپزند. یکی از شرکت‌کنندگان که اهل جنوب کشور بود، قلیه ماهی درست کرد، یک نفر هم که از اهالی رودبار بود، شامی کباب رودباری را پخت. بعد از استقبال از این مسابقه، پیشنهاد برگزاری مسابقه "طعم امید ۲" را هم ارائه دادیم. از استان‌های شمالی کشور که از تنوع غذایی فراوانی برخوردارند، شروع کردیم. قرار شد که این مسابقه در استان‌های؛ گلستان،



در این رویداد علاوه بر به نمایش گذاشتن توانمندی افراد دارای معلولیت، به مناسب سازی ها هم توجه ویژه شد



داد. مسابقه "طعم امید ۲" در رستوران رفتاری، واقع در خیابان سعادت آباد تهران برگزار شد.

برای امتیاز دهی، چه مواردی باید رعایت می‌شود؟

در این مسابقات پنج گزینه باید رعایت می‌شود: ۱- نظافت محیط کار ۲- طمع غذا ۳- پخت ۴- چیدمان ۵- بهداشت و تمیزی. مورد دیگری را هم که ما اضافه کردیم، نشستن همه شرکت کنندگان بر روی ویلچر یا صندلی بود. هدف از شرکت بچه‌ها در این مسابقه، نشان دادن توانمندی آنها بود و مواردی را هم مورد اغماض قرار دادیم. مثلاً اگر چشم‌بند، فرد نابینایی را اذیت می‌کرد اجازه داشت، زمان کوتاهی آن را از روی چشمش بردارد. یا مثلاً؛ خانواده افراد سندروم داون اجازه داشتند در آماده سازی‌هایی مثل، شستن و آوردن مواد، به آنها کمک کنند. جایزه ده میلیونی، رقم بالایی نبود، ولی فرد دارای معلولیت با گرفتن این مبلغ، نزد خانواده و اطرفیان، دارای اعتبار می‌شد. خیلی از خانواده‌های سندروم داون که از قابلیت و توانایی‌های فرزندان شان بی‌اطلاع بودند، در این مسابقه متوجه نقش آموزش در افزایش توانایی‌هایی فرزندان شان شدند.

آخرین دوره مسابقات آشپزی طعم امید، در شهر کرمانشاه برگزار شد.

تماس بود و به بعضی از داوطلبان، قبل از مسابقه آموزش‌هایی را ارائه داد. یکی از نکات مثبت این رویداد، همین آموزش‌ها بود.

حضور داوران بین‌المللی، بازتاب رسانه‌ای خوبی در منطقه داشت. فرماندار مازندران در روز مسابقه حضور پیدا کرد و مبالغی را به عنوان هدیه به همه شرکت کنندگان اهدا نمود. مردم که از یک فرد سندروم داونی، انتظار آشپزی نداشتند، در روز مسابقه شاهد این توانایی در آنها شدند. در "طعم امید ۲"، بهترین رستوران‌های هر استان که از طرف وزارت میراث فرهنگی به عنوان اسپانسر انتخاب شده بودند، موظف به تهیه مواد اولیه مثل، گوشت، برنج و روغن و... و در اختیار گذاشتن اجاق گاز و لباس و کلاه آشپزی برای شرکت کنندگان بودند. هر ۴ استان؛ مازندران، گیلان، گلستان و تهران، فضاهای بسیار خوبی را به مسابقه اختصاص داده و در حد توان همکاری کردند.

هرکدام از این مسابقات در چند روز اجرا می‌شدند؟

مسابقه در یک روز برگزار شد، ولی فراهم کردن مقدمات آن، یک ماه زمان برد. برنده مسابقه، ده میلیون تومان به عنوان جایزه دریافت کرد. وزارت میراث فرهنگی بهترین مواد اولیه و بهترین رستوران‌ها را برای مسابقه در اختیار این رویداد قرار

چه نابینا و چه کم‌بینا، خواستیم از چشم‌بند استفاده کنند. در انتخاب افراد دارای سندروم داون، سعی کردیم از آنهایی که از توانایی‌هایی برخوردار بودند، استفاده کنیم. نکته دیگر، الزام کردن همیار افراد دارای معلولیت، به دخالت نکردن آنها در طبخ غذا بود. پخت غذا حتماً باید توسط فرد شرکت‌کننده و به تنهایی انجام می‌شد.

آیا برای انجام این فعالیت، الگویی داشتید؟

به هیچ وجه در این رویداد از الگویی پیروی نکردیم. فکر می‌کنم در خاورمیانه تاکنون چنین تجربه‌ای وجود نداشته است. امیدوارم بتوانیم چنین برنامه‌ای را تا حد ارائه در گینس جلو ببریم.

داوران چه کسانی بودند؟

هم از داوران بین‌المللی که صاحب کتاب و رتبه بودند و هم از افراد دارای معلولیت فعال در استان‌ها، برای داوری در مسابقه دعوت کردیم. کار دیگری که در این مسابقات انجام شد، ثبت نام شرکت کنندگان از طریق فضای مجازی و اخذ پول از داوطلبان بود. هدفمان جلوگیری از رویه تکدی‌گری بود. داوطلبان برای شرکت در مسابقه باید مبالغی را پرداخت کرده تا قدر این فعالیت را بدانند. کسی که مبلغ ثبت نام را نمی‌پرداخت، اجازه شرکت در مسابقه را نداشت. فدراسیون خوراک، با کارشناسان هر استان در

دسترسی پذیری فضای مجازی



در این باره هم توضیح دهید؟

مسابقه "طعم امید ۳" به فاصله دو ماه، در غرب کشور که شامل پنج استان؛ ایلام، کردستان، کرمانشاه، لرستان و همدان بود، برگزار شد. استان کرمانشاه به عنوان پایتخت غذای ایران، به ثبت رسیده است. این استان با بیست نفر، استان همدان با بیست و یک نفر، استان کردستان با دوازده نفر و استان لرستان هم با پانزده نفر در این مسابقه شرکت کردند. خوراک این منطقه؛ از گوشت، روغن حیوانی و فرآورده‌های دامی تهیه می‌شوند. در این دوره هم روال کار مانند آن چیزی شده بود، دنبال شد. داوطلبان در هر گروه معلولیتی، بعد از طی مراحل اولیه در استان خود، در مسابقه پایانی برای انتخاب برنده، شرکت کردند. مسابقه نهایی "طعم امید ۲"، در تهران برگزار شد ولی مسابقه نهایی "طعم امید ۳"، در شهر کرمانشاه برگزار شد. هزینه رفت و آمد شرکت‌کنندگان با خودشان بود، ولی محل اسکان چه در تهران و چه در کرمانشاه با ما بود. محل اقامت شرکت‌کنندگان، هتل‌های مناسب‌سازی و دسترس‌پذیر بودند. قرار بود که تهیه ادویه‌جات اولیه و رایج در آشپزی، توسط اسپانسرهای تامین شوند ولی تهیه ادویه‌جات مخصوص هر غذا که به نوعی فوت کوزه‌گری هر غذا است، با شرکت‌کنندگان بود. غذاهایی که برای هر استان انتخاب شده بود، سه نوع بود که شرکت‌کنندگان می‌توانستند از بین آنها، دو نوع را انتخاب کنند. اسپانسر مرحله نهایی در کرمانشاه، بهترین رستوران شهر به نام "دایه" بود که هزینه‌های زیادی را برعهده گرفت و برنامه را به خوبی به انجام رساند. در اجرای مناسب این رویداد، سه ارگان اصلی، مشارکت کردند؛ انجمن فرهنگی، ورزشی و گردشگری پارس، فدراسیون خوراک در میزگرد گردشگری خوراک وزارت میراث فرهنگی و وزارت میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری. نقش انجمن‌های مردم

در خاورمیانه تاکنون چنین تجربه‌ای دنبال نشده است، امیدوارم بتوانیم چنین برنامه‌ای را در حدارائه در گینس جلوببریم

نهاد در اجرای چنین برنامه‌هایی، بسیار اساسی و مهم است و اگر دولت از انجمن‌ها حمایت کند، چنین پروژه‌هایی با کمترین هزینه و بالاترین کیفیت به انجام می‌رسد.

چشم‌انداز شما برای آینده چنین رویدادی چیست؟

این یک رویداد ملی است و چشم‌انداز ما این است که با منطقه‌بندی شهرها در سراسر کشور، هر بار این پروژه را در محدوده‌ای از کشور اجرا کنیم. امیدوارم به مرحله‌ای برسیم که تیم ملی آشپزی افراد دارای معلولیت راه بیفتد و بتوانیم یک مسابقه را در سطح ملی برگزار کنیم.

اگر بخواهید هدف‌تان را از برگزاری چنین مسابقه‌ای بیان کنید، این اهداف چه بودند و آیا به هدف‌تان رسیدید؟

یکی از اهداف، فرهنگ سازی در مورد توانایی‌های افراد دارای معلولیت و از انزوا خارج کردن آنها و به خودباوری رساندنشان بود. حضور این افراد در جامعه، به دیده شدن بیشتر و مطالبه حقوقشان از جامعه می‌انجامد. اگر آنها حقوق خود برای زندگی بهتر در جامعه را مطالبه کنند، به تدریج زیرساخت‌ها و مناسب‌سازی‌ها در اماکن و مراکز شهری بهبود پیدا کرده و موانع حضور آنها در جامعه کاهش می‌یابد. اگر هتل‌داران و رستوران‌داران، متوجه جمعیت بالای این افراد شوند، برای رونق کسب و کار خود، شرایط حضور آنها را فراهم می‌کنند.

هدف دیگر، ایجاد اشتغال برای افراد دارای معلولیت بود. من به عنوان یک فرد دارای معلولیت باید یاد بگیرم که به جای انتظار از کمک دولت و مردم، غذا درست کنم، بفروشم و درآمد کسب کنم. بسیاری از افراد دارای معلولیت را می‌شناسم که این کار را از قبل انجام می‌دادند.

آیا در فعالیت‌های انجمن، از نیروهای جوان و علاقمند به حوزه معلولیت هم استفاده می‌کنید؟

جوانانی که به فعالیت در این حوزه علاقمندند، وجود دارند ولی احساس عدم ثبات، گریبان جوانان ما را گرفته است. کاری که در حال حاضر انجام می‌دهم، ترویج گردشگری دسترس‌پذیر و شناخت و تعامل با افراد دارای معلولیت در حوزه گردشگری است. مدیر پروژه موزه علوم و فناوری از من درخواست برگزاری آموزش برای پرسنل موزه را کرده است. اکنون به عنوان مشاور در کنار مدیران موزه هستم و به کارمندان جوانش آموزش می‌دهم. یک کارگاه آموزشی برای مهندسی و مدیران مسئول در پروژه ساخت و احداث موزه، برگزار کردم و کارگاه دیگری هم در آینده برگزار خواهیم کرد. موضوع کارگاه اول، شناخت افراد دارای معلولیت، توسط پخش فیلم، عکس، تصویر و گفتار بود. در این کارگاه، چگونگی مناسب‌سازی‌ها هم آموزش داده می‌شوند.

ارتباط انجمن گردشگری پارس با سایر انجمن‌های مردم نهاد چگونه است و این ارتباط چه کمکی می‌تواند به بهبود گردشگری افراد دارای معلولیت کند؟

ما از همکاری با همه انجمن‌هایی که در حوزه معلولیت کار می‌کنند، استقبال می‌کنیم. با جامعه معلولین ایران برای روز جهانی معلولیت، فعالیتی را شروع کرده‌ایم که تحت عنوان "وحدت انجمن‌ها"، نام‌گذاری شد. وقتی انجمن‌ها با هم مشارکت داشته باشند، اهداف مشترکشان زودتر به نتیجه می‌رسند. به امید روزی که پیگیری اهداف مشترک، به زندگی بهتر برای همه افراد دارای معلولیت بیانجامد.



به مناسبت روز عقب ماندگی ذهنی؛

تکنولوژی‌هایی که به کمک افراد دارای معلولیت می‌آیند



فناوری‌های جدید این امکان را به افراد دارای معلولیت می‌دهند که بتوانند با وجود ناتوانی‌های جسمی و حرکتی، کارهای روزمره خود را انجام دهند.

به گزارش سرویس ترجمه ایمن، امروزه تکنولوژی و پیشرفت‌های عرصه فناوری به کمک افرادی آمده است که از اختلالات بینایی، گفتاری، حرکتی و دیگر معلولیت‌ها رنج می‌برند. ابزارها و گجت‌های هوشمند زیادی طراحی شده‌اند که با استفاده از آن‌ها افراد دارای معلولیت می‌توانند کارهای روزانه و عادی خود را راحت‌تر انجام دهند.

در ادامه به معرفی بعضی از تکنولوژی‌های مورد استفاده این افراد می‌پردازیم:

یک شارژر و سه قاشق در اندازه‌های مختلف در اختیار افراد قرار می‌گیرد. کاربران می‌توانند با هر بار شارژ کردن این دستگاه، برای چند وعده غذایی از آن استفاده کنند.

دستکش سخنگوی Ayoub

Ayoub، یک دستکش سیاه و سفید است که روی دست کاربر قرار می‌گیرد؛ افرادی که قدرت تکلم ندارند می‌توانند متن خود را بنویسند و تنها با فشار دادن یک دکمه، متن را به صدا تبدیل کنند. صدای مورد نظر از طریق یک بلندگوی کوچک پخش می‌شود. شرکت‌های میکروسافت و گوگل با سرمایه‌گذاری در پروژه‌هایی از این قبیل قصد دارند با به کارگیری هوش مصنوعی، زندگی را برای افراد دارای معلولیت راحت‌تر کنند.

اپلیکیشن Live Transcribe

هر فردی که مشکل شنوایی دارد یا کاملاً ناشنوا است، می‌تواند با استفاده از نرم افزار Live Transcribe با دیگران ارتباط برقرار کند. این اپلیکیشن به کمک رایانش‌آوری و فناوری تبدیل صدا به تصویر، مکالمات را روی نمایشگر گوشی افراد ناشنوا یا کم شنوا نمایش می‌دهد. نرم افزار Live Transcribe بیش از ۷۰ زبان دنیا را شناسایی می‌کند و کاربردی کاملاً دو طرفه دارد. علاوه بر این، نرم افزار مذکور دارای یک تقویت کننده قابل تنظیم صداست که به افراد کم شنوا کمک می‌کند از تلفن‌های خود به عنوان یک سمعک با فناوری بالا استفاده کنند.

ویلچر هوشمند خودران

ویلچرهای هوشمند خودران که محصول شرکت پاناسونیک است، افراد را بدون برخورد با موانع در ایستگاه‌های شلوغ راه‌آهن جابه‌جا کرده و بدون نیاز به دخالت انسانی، آن‌ها را به مقصد می‌رساند. این نوع ویلچرها برای شناسایی موانع ثابت و متحرک محیطی، به رادارها، حسگرها و دوربین‌های متعددی مجهز بوده و یکی از قابلیت‌های مهم آن‌ها امکان ترمز سریع و ناگهانی در صورت مواجه شدن با موانع پیش بینی نشده است.

گوشی‌های Sesame

گوشی Sesame که نیازی به لمس کردن ندارد، برای افراد دارای معلولیت تولید شده‌اند. این محصول به گونه‌ای طراحی شده که با حرکات سر و از طریق دوربین جلوی خود کار می‌کند. این افراد می‌توانند بدون استفاده از انگشتان، تنها با حرکات سر، کارهایی مانند برقراری تماس تلفنی و پخش موسیقی را انجام دهند. علاوه بر این گوشی Sesame به قابلیت کنترل صوتی نیز مجهز شده است.

ابزاری برای غذا خوردن

این ابزار با وصل شدن به قاشق یا چنگال افراد دارای معلولیت حرکتی، به آن‌ها کمک می‌کند که راحت‌تر و بدون کمک دیگران غذا بخورند. دستگاه جدید قادر است لرزش دست بیمار را تا حدود ۷۰ درصد کاهش داده و بیشتر برای افرادی که به بیماری‌هایی مانند پارکینسون مبتلا هستند، مناسب است. در کنار این وسیله، یک دستگیره ثابت کننده،



مرگ با فراموشی!

این روزها ما معلولین در ایران
بشدت در انزوا و تنهایی سر می‌بریم،
نه راه پیش داریم و نه راه پس.
اگر بخواهیم از خانه خارج بشیم آنقدر هزینه ایاب و ذهاب و
غیره زیاد شده که نمی‌توانیم حتی برای یک روز در ماه
از خانه بیرون بیاییم.
با ورود به سال جدید (۱۴۰۳) دولت تا همین امروز تمام
حمایت‌های خودش را قطع کرده؛
نه عیدی داد و نه مستقری.
دوستان، اگر ما معلولین از طرف خانواده یا شما حمایت نشویم
واقعا مرگ ما اتفاق می‌افتد.
ما هم انسان هستیم، نفس می‌آید و می‌رود ولی دلمان
اندکج شادی می‌خواهد. حالا که از طرف دولت نادیده گرفته
شدیم، شما ما را فراموش نکنید، باور کنید معلولین اگر کمی
محبت و توجه ببینند از خیلی از افراد که در جامعه که بی‌هدف و
بی‌انلیزه زندگی می‌کنند، بیشتر هدفمند و یارک‌شان هستند.
خوشحال می‌شویم با ما معلولین مهر بان باشید.
اگر فردی با معلولیت در کنار تان است، ثواب بی‌خبر نباشید؛
همیشه حمایت مالی مورد نظر نیست، گاهی به او سر بنزنید و اگر
ماشین دارید تا یک پارک حتی برای یک ساعت در ماه
همراهش باشید تا ما هم بتوانیم
همراه با شما در ایرانمان بهتر زندگی کنیم.
با تشکر
اعظم نیازمند



آینده‌ی عجیب و غریب جهان به همین زودی، در همین نزدیکی!

زیرا با جاسازی یک تراشه در مغز یک انسان در عرض چند صدم ثانیه می‌تواند با هر زبانی که دلش بخواهد صحبت کند. یا در عرض مدت‌زمان کم‌تر از یک ثانیه معادله‌های پیچیده ریاضی و مسائل علمی که نیاز به ماه‌ها و سال‌ها فکر کردن دارند حل کند.

چنین انسانی نیاز به مراجعه به پزشک یا وکیل و غیره ندارد و در هر علمی که بخواهد می‌تواند نظر بدهد و تحلیل‌های بسیار دقیق و مصون از خطا از یافته‌های علمی می‌دهد. در چنین اوضاعی انسان‌ها دیگر نیاز به صحبت کردن یا نوشتن یا خواندن برای تبادل اطلاعات نخواهند داشت و به‌وسیله هوش مصنوعی در هر کجای دنیا که هستند تبادل اطلاعات می‌کنند.

در آینده نزدیک خیلی از کارهایی که در حال حاضر رواج دارند از بین خواهند رفت و در نوع انسان یک فراگشت ایجاد خواهد شد نه از نوع ژنتیکی آن؛ بل که به‌مراتب فراتر خواهد بود که انسان حاضر به یک انسان دیگر تبدیل خواهد شد.

در اثر این تحول عظیم انسان‌های نسل آینده به نسل ما همانند انسان‌های نخستین که میلیون‌ها سال با علم و زندگی فاصله دارند نگاه می‌کنند.

در آینده نزدیک چیزی به نام زبان یا خط دیده نمی‌شود و شیوه تبادل اطلاعات میان انسان‌ها تغییر می‌کند. دین و مذهب معنی و مفهومی برای انسان‌ها در تمدن آینده ندارند، و ... روابط عاطفی و احساسات و معاشرت‌های بین افراد دچار تحول عظیم خواهند شد و شیوه زاد و ولد کردن انسان‌ها هم تغییر خواهد کرد.

شاید با این تحول شگرف انسان خیلی سریع از کره زمین به کرات دیگر که خیلی وسیع و پر نعمت هستند مهاجرت می‌کند که زمین در آینده نه چندان دور به یک مخروبه غیر قابل سکونت تبدیل خواهد شد.

دکتر غلامحسین غفاری

در هفته گذشته در جهان، خبری به گوش جهانیان رسید که (شرکت ایلان ماسک آمریکایی) مجوز جاسازی تراشه‌ای به اندازه کم‌تر از یک میلی‌متر در مغز انسان گرفته است.

این تراشه هوش مصنوعی است که بر چند حیوان از جمله میمون و خرس آزمایش شده است که میمون توانسته است به زبان انگلیسی ده‌ها؛ بلکه صدها صفحه تایپ کند و در نوشته‌هایی که تایپ کرده است، اطلاعات موجود در این تراشه بازیابی و تحلیل کرده و در طی آن از احساسات خود جملاتی همانند این که "گرسنه هستم" و "به آب و غذا نیاز دارم" یا موارد مشابه آن به مخاطبان خود ابراز نموده است. یا خرسی بدون این که قبلاً در ورزش تنیس تحت مراقبت یک انسان آموزش دیده باشد توانسته است این بازی را به نحو احسن انجام دهد.

این تراشه را در مغز یک فرد دارای معلولیت نخاعی هم جاسازی کردند که او هم به وسیله ایجاد پل ارتباطی بین اعصاب نخاع توانست سلامتی خود را باز یابد و از رختخواب بلند شده و راه برود!

با کمک جاسازی این تراشه یک نابینای مادرزاد هم توانسته بینایی خود را بازیابد و با چشمان خود، اطرافش را ببیند.

به احتمال زیاد در مدت بسیار کم که شاید از شش‌ماه تا یک سال طول نکشد، این تراشه بدست تمام انسان‌ها با قیمت مناسب که از گوشی موبایل کم‌تر باشد قرار بگیرد که در تمام زندگی انسان‌ها وارد می‌شود و انسان‌ها در زندگی شاهد یک تحول و فرگشت شگرف و بسیار مهم خواهند شد.

تحولی که آن‌ها را از انسان‌های ما قبل از ظهور این پدیده، میلیون‌ها بلکه میلیاردها سال در حد بی‌نهایت به جلو می‌برد. در اثر این پدیده محیرالعقول در آینده بسیار نزدیک نسل گوشی موبایل و کامپیوتر از بین می‌رود و پزشکی در بیش‌تر رشته‌های خود طوری به جلو خواهد رفت که برای انسان امروزی قابل تصور نیست.

مدارس و دانشگاه‌ها و مراکز آموزشی بی‌معنی می‌شوند و اگر به‌طور کلی برچیده نشوند خیلی کوچک و محدود خواهند شد؛



هوش مصنوعی

چگونه به معلولین کمک می کند



با توجه به سرعت پیشرفت تکنولوژی در دنیای امروزی، بهتراست با تغییر سبک زندگی خود از تکنولوژی‌های جدید استفاده کنیم. یکی از امکانات مفید این روزها هوش مصنوعی است که جایگاه ویژه‌ای در زمینه آموزش و یادگیری دارد. این تکنولوژی همچنین در پزشکی، داروسازی، روانشناسی، صنعت و ساخت ربات هوشمند و... کاربرد دارد.

حال این سوال مطرح می‌شود که هوش مصنوعی چیست و چه کمکی به بهبود زندگی مردم می‌کند؟

«هوش مصنوعی شاخه‌ای از علم کامپیوتر است که منجر به تولید ماشین‌های هوشمند می‌گردد»

«هوش مصنوعی توانایی یک ماشین در انجام عملیات شناختی نظیر دریافت، استدلال، گفتار، تعامل با محیط، بازی، حل مسئله، شناسایی الگوها و حتی تولید خلاقیت است که مغز انسان انجام می‌دهد. به عبارت دیگر، هوش مصنوعی به ماشین‌ها اجازه می‌دهد تا قابلیت‌های مغز انسان را مدل‌سازی کرده یا حتی آن‌ها را بهبود بخشد.»

گردآورنده: نازنین رحیم زاده

۲- افزایش سرعت اساتید

هوش مصنوعی می‌تواند وظایف اداری؛ مانند نمره دهی را خودکار کرده و زمان را برای مربیان آزاد کند تا آنها با فراغ بال بتوانند روی دیگر جنبه‌های مهم تدریس تمرکز کنند؛ در صورتی که مربیان زمان آزاد بیشتری داشته باشند، دغدغه‌های آنها کاهش می‌یابد و می‌توانند کیفیت تدریس خود را نیز افزایش دهند.

۳- یادگیری آنلاین

با کمک هوش مصنوعی می‌توان با نشستن در هر نقطه از کره زمین به آموزش دسترسی داشت. برای دانش‌آموزانی که نمی‌توانند در کلاس‌های حضوری شرکت کنند، هوش مصنوعی یک پدیده نجات‌بخش به حساب می‌آید؛ از آنجایی که داده‌ها با تعداد زیادی از دانش‌آموزان به اشتراک گذاشته می‌شود، هر کدام

مزایای استفاده از هوش مصنوعی در آموزش و یادگیری^۲

۱- شخصی‌سازی یادگیری

«یکی از مهم‌ترین مزایای هوش مصنوعی در صنعت آموزش، توانایی این پدیده در شخصی‌کردن تجربه یادگیری هر دانش‌آموز است. با استفاده از هوش مصنوعی، مربیان می‌توانند از عملکرد دانش‌آموز و داده‌های دریافتی، برای ایجاد طرح درس‌های سفارشی استفاده کنند. همچنین ارزیابی‌ها با توجه به نقاط قوت و ضعف منحصر به فرد هر دانش‌آموز هماهنگ شده و بازخورد اعلام می‌شود. این موضوع می‌تواند مشارکت و انگیزه دانش‌آموزان را بهبود بخشد و در نهایت منجر به پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان شود.»

۱- وبلاگ ابر فردوسی

۲- نویسنده: حلیه آقا میری

۳- تأثیرات هوش مصنوعی در آموزش و یادگیری، نویسنده: علیزضا حیدری



از دانش‌آموزان با استفاده از هوش مصنوعی می‌توانند با همه مربیان و حتی دیگر دانش‌آموزان در ارتباط باشند.

۴ - دسترسی ۲۴ ساعته پشتیبان

تا پیش از رشد تکنولوژی و گسترده شدن هوش مصنوعی، دانش‌آموزان در روش سنتی باید برای یادگیری در یک دوره زمانی محدود، منتظر می‌ماندند. رفع اشکال از سوی معلم هم باید در مدت زمان محدودی صورت می‌گرفت، اما در دوره کنونی دسترسی شبانه‌روزی به هوش مصنوعی، این امکان را برای دانش‌آموزان فراهم آورده است، تا مشکلات خود را در پلتفرم‌های مختلف موجود مطرح کرده و شک و تردیدهای خود در خصوص موضوعات درسی مربوطه را برطرف کنند.»

- معضلات هوش مصنوعی بر آموزش و یادگیری

یکی از بزرگ‌ترین چالش‌هایی که در رابطه با استفاده از هوش مصنوعی در صنعت آموزش وجود دارد، عدم دسترسی یکسان افراد به این پدیده است. متأسفانه علیرغم پیشرفت‌های خیره‌کننده تکنولوژی در سال‌های اخیر، هنوز هم در برخی از شهرها و روستاها همه مردم گوشی هوشمند یا کامپیوتر ندارند. همین امر در دوره همه‌گیری ویروس کرونا به جا ماندن بسیاری از دانش‌آموزان از دروس خود منجر شده بود؛ در صورتی که همه افراد به دلیل وضعیت اقتصادی و اجتماعی توانایی استفاده از وسایل هوشمند را نداشته‌باشند، از این تکنولوژی سودمند محروم می‌شوند و رقابت نابرابری بین طبقات مختلف اجتماعی پدیدمی‌آید. علیرغم مزایای بسیاری که فناوری برای آموزش به ارمغان آورده است، نگرانی‌هایی نیز در مورد تأثیر آن بر مؤسسات آموزش عالی وجود دارد. افزایش آموزش آنلاین و دسترسی روزافزون به منابع آموزشی در اینترنت، باعث شده است تا بسیاری از مراکز آموزشی سنتی به آینده خود در این صنعت به دیده شک و تردید بنگرند. در چنین فضایی، تنها آن دسته از مؤسسات و مراکز آموزشی امکان بقا و رشد را به دست خواهند آورد که بتوانند خود را با متدهای جدید آموزشی مبتنی بر هوش مصنوعی تطبیق دهند.»

کاربرد هوش مصنوعی در پزشکی^۱

الگوریتم‌هایی برای نظارت بر بیماران از راه دور به وجود آمدند و ابزارهای جدید غربال‌گری مجهز به هوش مصنوعی ساخته شدند به‌طور کلی هوش مصنوعی تأثیر زیادی بر عملکرد پزشکی دارد، زیرا سرعت تحقیقات و دقت تشخیص و تصمیم‌گیری را چند برابر می‌کند.

کاربرد هوش مصنوعی در سلامت پوست

- تاکنون کاربرد هوش مصنوعی در علم پزشکی شگفت‌انگیز بوده است و یکی از بهترین کاربردهای آن در زمینه پوست است. - از این مدل هوش مصنوعی می‌توان جهت طبقه‌بندی و کمک به پزشکان برای تشخیص سرطان پوست، ضایعات

پوستی و پسوریازیس استفاده نمود - پیش‌بینی و درمان زود هنگام بیماری‌های کلیه می‌تواند تأثیر زیادی در کاهش مرگ و میر، درمان مادام‌العمر و هزینه دیالیز کلیه داشته‌باشد.

- یک پزشک شخصی با هوش مصنوعی:

- هوش مصنوعی قادر به ارائه توصیه‌های پزشکی، تغذیه‌ای و ورزشی به‌صورت انفرادی و شخصی در ۲۴ ساعت شبانه‌روزی است.

- این فناوری با کمک شناسایی ترکیب ژنتیکی بیماران، محیط و سبک زندگی آن‌ها قادر به ارائه و ساخت داروهای مخصوص بیمار است.

- هوش مصنوعی در زمینه سرطان بسیار پرکاربرد است. این فناوری با تجزیه و تحلیل DNA تومور بیمار، جهش‌هایی را که باعث رشد تومور می‌شوند را شناسایی می‌کند.

- سپس برنامه‌های درمانی شخصی‌سازی شده‌ای را برای هر فرد طراحی می‌نماید تا علاوه بر کاهش

کاربرد هوش مصنوعی در تصویربرداری پزشکی:

شبکه‌های عصبی موجود در یادگیری عمیق می‌توانند همانند یک پزشک یا رادیولوژیست قهار، تصاویر پزشکی را مطالعه نمایند.

- هوش مصنوعی در تصویربرداری پزشکی بسیار پرکاربرد است و به سرعت می‌تواند علائم یک بیماری، از قبیل سرطان سینه را در مراحل اولیه شناسایی کند.

- حتی درمان یک بیمار اورژانسی با اسکن و بررسی تصاویر پزشکی آن توسط این فناوری سریع و دقیق تر است.

- الگوریتم‌های هوش مصنوعی می‌توانند یک مجموعه بزرگ از داده‌ها را به گونه‌ای که هیچ چیز از چشم آنها پوشیده نماند، تجزیه و تحلیل کنند.

- این تصاویر می‌توانند شامل نتایج سی تی اسکن، اشعه ایکس، ام آر آی یا اسکن تشخیص سرطان، بیماری‌های قلبی یا اختلالات عصبی باشند.

- این روند مدرن باعث می‌شود که حجم کاری رادیولوژیست‌ها کاهش یابد و از طرفی نتایج تشخیص یکسان‌سازی و استانداردسازی شوند.

- زیرا ممکن است یک تصویر توسط چندین متخصص انسانی به شیوه‌های متفاوتی تفسیر شود که در نتیجه به درمان‌های متفاوتی منجر می‌شود.

کاربرد هوش مصنوعی در صنعت داروسازی^۲

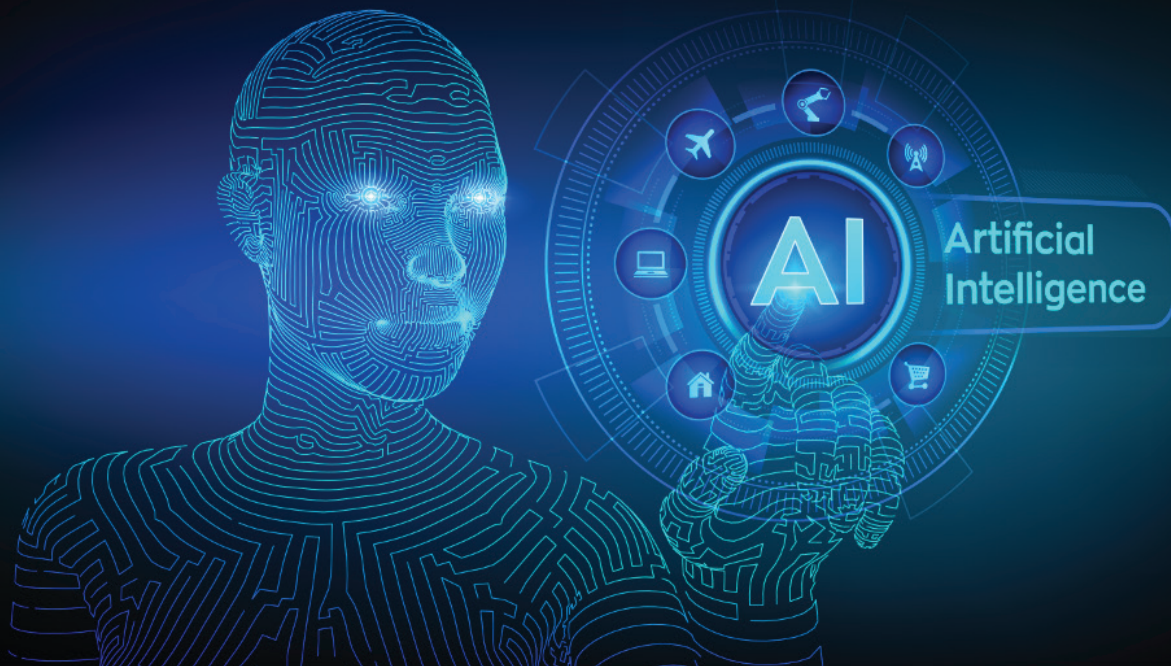
- کشف داروهای جدید

هوش مصنوعی با تجزیه و تحلیل حجم عظیمی از داده‌های بیولوژیکی و شیمیایی به شناسایی ترکیبات و کشف داروهای جدید کمک می‌کند. الگوریتم‌های یادگیری ماشین می‌توانند الگوها و روابط در داده‌ها را کشف کنند و مولکول‌هایی را پیشنهاد دهند که به عنوان ترکیبات اصلی داروها به طور

۲- شرکت الکتروفارم آذین گستر، تولید کننده ماشین آلات داروسازی

۱- کاربرد هوش مصنوعی در صنعت پزشکی، نویسنده شیزین رحیم دل





موثر عمل می‌کنند.

متناسب با نیاز مردم به آنها ارائه بدهند.

– پیش‌بینی عوارض جانبی

هوش مصنوعی با تحلیل داده‌های گسترده بالینی و بیولوژیکی به شناسایی الگوها و روابطی که ممکن است منجر به عوارض جانبی شوند، کمک می‌کند. الگوریتم‌های یادگیری ماشین و مدل‌های پیش‌بینی می‌توانند واکنش‌های بدن به داروهای مختلف را شبیه‌سازی کرده و احتمال وقوع عوارض جانبی دارو را بر اساس ویژگی‌های ژنتیکی و سابقه پزشکی بیماران پیش‌بینی کنند.

– طراحی دارو با هوش مصنوعی

هوش مصنوعی با استفاده از مدل‌های شبیه‌سازی مولکولی و الگوریتم‌های یادگیری ماشین به طراحی دارو و ترکیبات شیمیایی آن و همچنین مراحل تولید دارو کمک می‌کند. هوش مصنوعی می‌تواند ساختارهای مولکولی را تجزیه و تحلیل کند و ترکیبات جدید با خواص مناسبی پیشنهاد دهد. این فرایند شامل شبیه‌سازی تعاملات مولکولی با اهداف بیولوژیکی است.

کمک‌های هوش مصنوعی به علم روان‌شناسی^۱

در دنیای امروز، به‌لطف هوش مصنوعی، کلان‌داده (بیگ‌دیتا)، اطلاعات زیادی را در اختیار متخصصان سلامت روان قرار می‌دهد و تجزیه و تحلیل داده‌ها و تصمیم‌گیری براساس آنها هم به کمک هوش مصنوعی، سهولت و سرعت بیشتری گرفته‌است.

برای مثال هوش مصنوعی با بررسی داده‌های جست و جوی کاربران در اینترنت (درباره روش‌ها و ابزارهای خودکشی)، می‌تواند بگوید که در کدام مناطق، احتمال دست‌زدن به خودکشی بیشتر است. متخصصان بهداشت روان، از این داده‌ها استفاده می‌کنند تا برنامه‌های ارتقای سلامت روان را

۱- کاربرد هوش مصنوعی در روانشناسی، بلاگ روان‌آموز تیم تحریر روان‌آموز

– دستیاری برای روان‌شناس

هوش مصنوعی با توسعه نرم‌افزارهای دستیار شخصی می‌تواند به روانشناسان کمک می‌کند که بازدهی بیشتر و خطای کمتری داشته‌باشند. برای مثال، نرم‌افزاری که خلاصه‌ای از محتوای جلسه درمانی قبل در اختیار درمانگر قرار می‌دهد، به او کمک می‌کند که برای جلسه بعدی حضور ذهن بیشتری داشته‌باشد.

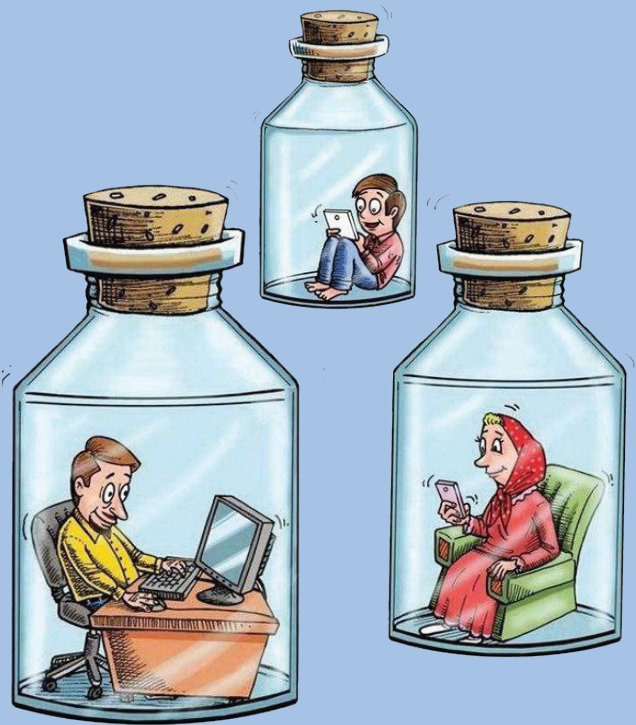
نرم‌افزاری که در طول هفته، احساسات مراجع را پایش می‌کند، اطلاعاتی در اختیار درمانگر قرار می‌دهد تا بتواند روی مهارت‌ها و تمرین‌هایی مانور بدهد که بیش از همه موردنیاز مراجعش است؛ به‌طور کلی هوش مصنوعی در نقش دست‌یار شخصی روانشناس، با جمع‌آوری، سازماندهی و خلاصه کردن اطلاعات، به بهبود رابطه درمانی منجر خواهد شد.

– کمک به تشخیص و پیش‌گیری

الگوریتم‌های یادگیری ماشینی، با تحلیل داده‌های افراد؛ شامل علائم، زمینه ژنتیکی، تاریخچه شخصی و خانوادگی، می‌توانند برای موقعیت‌های مختلف سلامت روان، محتمل‌ترین تشخیص را ارائه بدهند و حتی کمک کنند که درمانگر یک برنامه درمانی شخصی‌سازی شده‌ای را برای فرد ایجاد کند.

برای مثال الگوهای خاص در گفتار می‌تواند نشان‌دهنده افسردگی یا اضطراب باشد و شناسایی این الگوها به واسطه هوش مصنوعی ممکن می‌شود. الگوهای یادگیری ماشینی همچنین می‌توانند با تحلیل داده‌های آزمون‌های شناختی، طیف مختلفی از بیماری‌های روانی؛ مثل زوال عقل و آلزایمر را پیش‌بینی کنند و متخصصان براساس این پیش‌بینی‌ها می‌توانند سیر بیماری‌ها را کندکنند.





PHUBBING

فابینگ چیست

و چگونه تهدیدمان می‌کند؟

راه‌های مقابله با فابینگ

- ۱- تلفن را کنار بگذارید: هنگام غذا خوردن یا حضور در جمع، تلفن را در حالت «مزاحم نشوید» قرار دهید یا آن را از دسترس خارج کنید.
- ۲- زمان‌های مشخصی برای استفاده تعیین کنید: سعی کنید در ساعت‌های مشخصی به پیام‌ها و اعلانات پاسخ دهید.
- ۳- ایجاد چالش: خودتان را به دور نگاه داشتن تلفن در موقعیت‌های خانوادگی یا اجتماعی به چالش بکشید.
- ۴- ارتباط چهره‌به‌چهره را تقویت کنید: با اطرافیان خود به گفت‌وگو بپردازید و زمان بیشتری برای تعامل حضوری اختصاص دهید.

چگونه به دیگران کمک کنیم؟

الگوی مناسبی باشید: با کنار گذاشتن تلفن خود، به اطرافیان نشان دهید که اولویت با روابط انسانی است.

صحبت کنید: با مهربانی در مورد تأثیر منفی این رفتار بر روابط صحبت کنید.

صبور باشید: تغییر عادت زمان‌بر است. با دلسوزی اما محکم رفتار کنید.

جمع‌بندی:

تلفن‌های هوشمند به همان اندازه که زندگی ما را ساده‌تر کرده‌اند، می‌توانند روابط انسانی‌مان را دچار چالش کنند. برای حفظ این روابط و جلوگیری از تأثیرات منفی فابینگ، بهتر است توجه و حضور خود را به عزیزان‌مان هدیه دهیم و به‌صورت آگاهانه گوشی را کنار بگذاریم.

فابینگ (Phubbing) به معنای بی‌توجهی به افراد حاضر با نگاه کردن به تلفن همراه است. این رفتار که از سال ۲۰۱۲ نام‌گذاری شد، ترکیبی از دو کلمه «Phone» (تلفن) و «Snubbing» (بی‌اعتنائی) است.

در حقیقت، فابینگ نوعی بی‌توجهی به روابط اجتماعی یا خانوادگی محسوب می‌شود که می‌تواند تأثیرات منفی بسیاری به همراه داشته باشد.

تأثیرها بر روابط

- ۱- مطالعات نشان داده‌اند فابینگ می‌تواند روابط حضوری را مختل کند. این بی‌توجهی، به‌خصوص در روابط زناشویی، کاهش رضایت و افزایش ناراضی‌ت را به دنبال دارد.
- ۲- در روابط والدین و فرزندان، این رفتار می‌تواند منجر به افسردگی کودکان و حس طردشدگی شود.
- ۳- فابینگ نیاز به تعلق و اهمیت دادن را در روابط از بین می‌برد و حس اعتماد را کاهش می‌دهد.

تأثیرهای منفی بر روابط اجتماعی

- مطالعات متعدد نشان داده‌اند که فابینگ تأثیرات گسترده‌ای بر روابط بین فردی، خانوادگی و حتی زناشویی دارد:
- تضعیف ارتباط چهره‌به‌چهره: توانایی مکالمه و ایجاد روابط حضوری کاهش می‌یابد.
 - افزایش تنش‌های زناشویی: تحقیقاتی نشان داده است که حضور فابینگ در روابط زناشویی می‌تواند رضایت را کاهش داده و حتی به افسردگی زوجین منجر شود. در این حالت، شریک زندگی حس می‌کند اولویتی نسبت به تلفن همراه ندارد.
 - روابط والدین و فرزندان: والدینی که به‌طور مداوم درگیر تلفن همراه خود هستند، احتمالاً فرزندان‌شان را به سمت گوشه‌گیری، افسردگی و حتی پرخاشگری سوق می‌دهند.



صدای پای باران

صدای پای باران توی گوشم بی هوا پیچید
نسیمی نرم رقصید و میان قطره‌ها پیچید

نگاهم رو به بالا بود که برقی به چشمم زد
عوض شد قبله‌ام ناگاه و سمت ناکجا پیچید

وجودم جذب احساس نجیبی شد، نفهمیدم
نگاهم را چه کس چرخاند و پای من چرا پیچید؟

و قامت را به سوی سرو می‌بستم که سجاده
ورای آن چه می‌دیدم بسمت ماورا پیچید

خودم را در میان جنگلی بی‌انتها دیدم
که در بین درختانش نوایی آشنا پیچید

به من گفتند: "بشنو از نوای نی حکایت‌ها"
میان تک‌تک سلول‌هایم نینوا پیچید

پزشک حاذقی گویی رسید از راه و بی‌وقفه
برای دردهایم نسخه‌ای، رنگ خدا پیچید

#عظیمه-ایرانپور

@harfhaiy_shabihesher



معرفی کتاب



نام کتاب: گردشگری قابل دسترس برای همه با تأکید بر گردشگران دارای معلولیت جسمی و حرکتی

نویسنده: نادر کردی

ناشر: انتشارات پشتیبان

سال انتشار: ۱۳۹۶

به سیاست‌های گردشگری در کشور که بر گردشگری تاریخی و فرهنگی متمرکز است و با توجه به افزایش سن جمعیت جهان و افزایش سن گردشگران داخلی و خارجی، نوع تقاضای گردشگران تغییر کرده، تقاضای گردشگری تفریحی و ساحلی به سمت تقاضای گردشگری فرهنگی و تاریخی می‌رود.

همه اینها لزوم و اهمیت توجه به گردشگری قابل دسترس برای همه افراد با نیازهای خاص و مناسب‌سازی زیرساخت‌های صنعت گردشگری (اقامتگاه، جاذبه و حمل و نقل) را اثبات می‌کند. از دید بازاریابی گردشگری در این کتاب، این بخش از بازار گردشگری را می‌توان به عنوان گوشه بازار به حساب آورد؛ چرا که تاکنون نادیده گرفته شده است، پس بنگاه‌های گردشگری می‌توانند با توجه بیشتر به این حوزه سهم بازار خوبی را به دست آورده و از مزیت رقابتی برخوردار شوند. رسیدن به این اهداف زمانی ممکن می‌شود که این بنگاه‌ها بتوانند خدمات و کالاهای خود را طبق تقاضای افراد با نیازهای خاص مناسب‌سازی کنند. برای نشان دادن اهمیت و جذابیت این بخش از بازار، به‌تراست که به ویژگی‌های گردشگران دارای معلولیت توجه ویژه شود.

این کتاب در حوزه جهانگردی و گردشگری نوشته شده است. نویسنده در این کتاب، گردشگری قابل دسترس را برای همه افراد با تأکید بر گردشگران دارای معلولیت، توصیه می‌کند. در حالی که ایجاد زیرساخت و دسترس‌پذیری همه‌امکان برای گردشگری بدون تبعیض برای افراد با نیازهای خاص، موجب رونق در حوزه گردشگری می‌شود.

امروزه اهمیت گردشگری قابل دسترس و مهیا کردن امکان «سفر برای همه» برای کشورهای جهان مشخص و ثابت شده است تا جایی که سازمان جهانی گردشگری، شعار روز گردشگری در سال ۲۰۱۶ را «گردشگری برای همه» نام‌گذاری کرد. پس تا دیرنشد ما هم باید برای برخورداری از این بازار و ایجاد زیرساخت‌ها و دسترس‌پذیری گردشگری بدون تبعیض برای همه افراد با نیازهای خاص به برنامه‌ریزی، مدیریت و بازاریابی کنیم.

ایران کشوری است که با افزایش سن جمعیت روبه‌روست، از طرفی جزء کشورهای نخست در آمار تصادفات هم هست است و به دلیل هشت سال دفاع مقدس و جنگ تحمیلی، جانبازان نیز در این آمارها قرار دارند.

در کتاب «گردشگری قابل دسترس برای همه»، آمده؛ اکنون که با توجه



معرفی کتاب

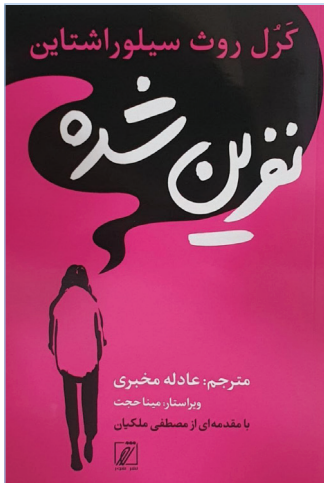
نام کتاب: نفرین شده

با رنج‌هایم آشتی می‌کنم

مترجم: عادلہ مخبری نویسنده: کزل روث سیلوراشتاین

مترجم: عادلہ مخبری مقدمه: مصطفی ملکیان

ناشر: نشر شور چاپ اول: سال ۱۴۰۲



کتاب نفرین شده، با داستانی ساده، متنی طنزآلود و دیالوگ‌های صمیمانه، نه تنها ساعاتی خوش برای مان می‌سازد بلکه ما را آماده می‌کند که دست از جدال بیهوده با زندگی بکشیم و از قربانی پنداشتن خود دست برداریم. از همه مهم‌تر، از رنج‌های مان پله‌ای برای شکوفایی و رشد بسازیم. دریابیم که تنها خود ما مسئول ایجاد تغییر در شرایطمان هستیم و اینکه در هر شرایطی تغییر، امری ممکن و سودمند است.

مترجم کتاب که خودش نیز دچار معلولیت جسمی حرکتی است و این کتاب را متناسب با رشته دانشگاهی‌اش یعنی، روانشناسی کودکان استثنایی ترجمه کرده بر این باور دارد از آن رو که می‌تواند با شخصیت‌های کتاب‌هایی که به معلولین می‌پردازند همدلی بیشتری داشته باشد، رنج آن‌ها را درک و فضای زندگی‌شان را به‌خوبی حس کند، او سعی کرده تا با آگاهی‌دادن به جامعه از راه ترجمه کتاب‌هایی در این حوزه، از درد و رنج این گروه عظیم از انسان‌ها بکاهد و همگام با کسان دیگری که در این راه می‌کوشند، امیدوارانه چشم‌به‌راه فردایی مهربان‌تر باشد.

کتاب نفرین شده که دومین ترجمه مترجم و در حال حاضر تنها ترجمه فارسی آن است با الهام از زندگی خود نویسنده نوشته شده است. این کتاب در سال ۲۰۱۹ به چاپ رسیده و در سال ۲۰۲۰ جایزه اشنایدر را از سوی انجمن کتابخانه‌های آمریکا دریافت کرده است، جایزه‌ای که به بهترین کتاب در میان کتاب‌هایی با قهرمانان دارای معلولیت اهدا می‌شود.

راه‌های خرید کتاب نفرین شده:

- خرید اینترنتی از سایت سی‌بوک

<https://www.30book.com/book/146977>

- خرید اینترنتی از سایت ایران کتاب IranKetab.ir

- خرید تلفنی از پخش پیام امروز ۰۲۱۶۶۴۸۶۵۳۵

- خرید بالای ۵ جلد از ناشر shoorbooks@

- خرید نسخه‌ی الکترونیکی از فیدیبو <https://fidibo.com>

در نگاه اول و با دیدن نام کتاب نفرین شده شاید این تصور به ذهن خواننده برسد که با داستانی ترسناک یا علمی‌تخیلی روبه‌رو است، اما واقعیت چیز دیگری است.

کتاب نفرین شده برشی از زندگی دختری نوجوان است که دچار بیماری روماتیسم شده و به این علت بخش بزرگی از توانایی‌ها و نیروهای جسمانی‌اش را از دست داده و درد می‌کشد، اما تمام دل‌نگرانی و رنج و خشم‌اش از بابت نگاه و برخورد دیگران است. او که به نگاه دیگران نسبت به خودش بیش از اندازه اهمیت می‌دهد، درد زیادی را تحمل می‌کند تا دیگران متوجه بیماری‌اش نشوند و روابطش تحت تأثیر قرار نگیرد. ولی کم‌کم درمی‌یابد که هر کسی مشکلات خود را دارد و تنها او نیست که رنج می‌کشد. اولین گام در مسیر رسیدن به پذیرش از جایی آغاز می‌شود که قهرمان، از رنج آدم‌های دیگر آگاه می‌گردد و می‌فهمد که از این جهت با دیگران متفاوت نیست. در طول داستان پیش‌آمدهایی روی می‌دهد که موجب می‌شود پرسش بی‌پاسخ «چرا من؟» و خشم شدید ناشی از آن را کنار بگذارد و چشمانش را بر دیگران و عشق آن‌ها نسبت به خود بگشاید و آرام‌آرام از زندگی خاموش و دردناکش گذر کند.

در آغاز کتاب، ممکن است رنج قهرمان داستان را از رنج خود جدا بدانیم؛ گویی اگر بیمار نباشیم نیازی به خواندن آن نداریم، اما باید توجه داشت که موضوع اصلی این کتاب نحوه برخورد با مشکلات و چگونگی نگرش ما به جهان اطرافمان است که در پذیرش رنج، هرچه که باشد، گذار از آن به ما کمک می‌کند. نمونه موفق‌ی که در کتاب نفرین شده پیش رو داریم، عبور از رنج بیماری مزمن یا معلولیت است که تمام جنبه‌های زندگی فرد و ارتباطات او را در بر گرفته و برای همه‌ی انسان‌ها قابل مشاهده و درک است. اگر تعریف آلبرت ایس، روانشناس معروف از رنج را بی‌پذیریم که رنج؛ حاصل تفسیر ما از دردی است که دچارش شده‌ایم، می‌فهمیم دردی که روان قهرمان داستان تحمل می‌کند، بسیار بیشتر از رنجی است که جسمش تحمل می‌کند.





از لحاظ روانی

بچه هستید یا بالغ؟

اگر سن‌تان از ۲۰ سال گذشته، اما هنوز قدر داشته‌هایتان را نمی‌دانید، مسئولیت رفتارهایتان را نمی‌پذیرید و ... خودتان را بالغ ندانید! برای این‌که دیگر «بچه» محسوب نشوید یا لقب نابالغ را به شما ندهند، لازم است ویژگی‌ها و رفتارهای خاصی داشته باشید، مثلاً این‌که بتوانید از خوشحالی یک نفر دیگر شاد شوید. در ادامه به ۱۰ ویژگی شخصیتی افرادی اشاره می‌کنیم که از لحاظ روانی می‌توان به آن‌ها لقب بالغ را اعطا کرد.

متواضع و باحیا هستید

اگر شما انسان بالغی باشید، اجازه نمی‌دهید هیچ موفقیت و مقام و جایگاهی شما را متکبر کند. شما با دیگران منصفانه و محترمانه رفتار می‌کنید و برای‌تان فرقی نمی‌کند که طرف مقابل‌تان چه کسی است و چه منصبی دارد



از خودتان انعطاف نشان می‌دهید

زندگی همیشه هم طبق آن چه انتظار داریم پیش نمی‌رود و بالغ بودن یعنی این که بتوانید خودتان را با شرایط وفق دهید و از پا نیفتید.

دیگران را زود قضاوت نمی‌کنید

فرد بالغ به جای این که به دیگران بابت تفاوت‌هایی که دارند برچسب بزند، می‌تواند پذیرای تفاوت‌ها باشد و میان خود و آن‌هایی که مثل خودش فکر نمی‌کنند به جای این که فاصله بیندازد، پل ارتباطی ایجاد کند.

هیچ سنی را برای یادگیری دیر نمی‌دانید

انسان بالغ باور دارد که همیشه فرصت و جایی برای بهبود وجود دارد. زندگی پُر از یادگرفتنی‌هاست و شما همیشه می‌توانید انسان بهتری از خودتان بسازید.

هیجانات و احساسات‌تان را کنترل می‌کنید

یک فرد بالغ به جای این که به راحتی از چیزی یا کسی عصبانی شود و پرخاش کند، می‌تواند فوراً کنترل احساساتش را در دست بگیرد. بالغ بودن یعنی این که شما کمتر تحت تاثیر احساسات خود قرار می‌گیرید، به ندرت آشفته و پریشان می‌شوید و به شیوه‌ای نادرست واکنش نشان نمی‌دهید.

مسئولیت رفتارهای‌تان را می‌پذیرید

ما هر روز انتخاب‌هایی می‌کنیم و این انتخاب‌ها، پیامدهایی دارند. کسی که بالغ و عاقل است، مسئولیت رفتارها و انتخاب‌هایش را می‌پذیرد. شما زمانی می‌توانید بگویید به بلوغ رسیده‌اید که از خودتان خوب مراقبت کنید، بدانید مسئول شادی‌تان کسی جز خودتان نیست و هر چیزی که سر راه‌تان قرار می‌گیرد، نتیجه انتخاب‌های خودتان است.

خودتان را دوست دارید

کسیکه بالغ است، خود واقعی‌اش را می‌پذیرد و اعتماد به نفس دارد. اگر فرد بالغی باشید، برای آن چه هستید احساس رضایت و راحتی دارید و مدام به دنبال تایید گرفتن از دیگران نیستید.

قدر داشته‌هایتان را می‌دانید

یکی دیگر از خصوصیات یک فرد بالغ این است که به جای مدام ناله کردن بابت چیزهایی که ندارد، قدردان داشته‌هایش است. کسی که به بلوغ واقعی رسیده، صرفاً به این دلیل که خود را بدشانس می‌داند، نعمت‌ها را نادیده نمی‌گیرد.

می‌دانید که چقدر نمی‌دانید

اگر بالغ باشید، می‌توانید غرورتان را کنار بگذارید و چیزهایی را که نمی‌دانید یاد بگیرید، حتی از کوچک‌تر از خودتان.

به دیگران محبت آگاهانه دارید

محبت داشتن و همدلی کردن، بخشی از بالغ بودن است. شمایی که بالغ هستید به موفقیت‌های دیگران حسادت نمی‌کنید بلکه از شادی آن‌ها شاد می‌شوید و در غم‌شان هم کنارشان خواهید بود.

@agahi_maanayezendegi



برای حفظ سلامتی در هوای آلوده به چه نکاتی باید توجه کنیم

چه کسانی از آلودگی هوا آسیب می‌بینند؟
اگرچه همه مردم از آلودگی هوا آسیب می‌بینند، اما افرادی که در هوای آلوده بیشتر از همه در معرض آسیب هستند، عبارتند از:

افراد مبتلا به آسم
افراد مبتلا به بیماری قلبی
افراد مبتلا به بیماری تنفسی کودکان
بزرگسالان فعال که در بیرون از خانه ورزش می‌کنند
افراد مسن
افراد مبتلا به بیماری دیابت
زنان باردار

برای محافظت از خود در هوای آلوده چه کارهایی باید انجام دهید؟

- ۱- سعی کنید در خانه بمانید
اگر بررسی‌های شما نشان می‌دهد که در منطقه زندگی‌تان آلودگی هوا بالا است، سعی کنید در خانه بمانید. ماندن در بیرون از خانه می‌تواند خطر بیماری‌های ریوی، حملات قلبی، آسم و دیگر بیماری‌ها را افزایش دهد.
- ۲- از دستگاه تصفیه هوای خانگی استفاده کنید
از دستگاه تصفیه هوای خانگی استفاده کنید
یک تصفیه هوای خانگی نصب کنید تا مانع آلودگی هوای خانه شوید. فیلتر دستگاه را با توجه به توضیحات محصول هر سه تا شش ماه تعویض کنید.
- ۳- به کیفیت هوای داخل خودرو توجه کنید
برای خنک کردن فضای داخل ماشین، به جای استفاده از کولر که هوای بیرون را وارد خودرو می‌کند، از حالت گردش هوای درون ماشین استفاده کنید. این حالت

آلودگی هوا، مواد موجود در هوا (چه به صورت مصنوعی و یا طبیعی) است که می‌توانند به سلامت انسان و محیط زیست آسیب بزنند. ذرات ریز حاصل از سوختن ذغال سنگ، سوخت‌های فسیلی و یا چوب می‌توانند به اعماق ریه‌های ما نفوذ کرده و از طریق رگ‌های خونی در سراسر بدن پخش شوند.

سازمان بهداشت جهانی در سال ۲۰۱۳ در گزارشی اعلام کرد که آلودگی هوای فضای بیرون، خطر بزرگی برای سلامتی انسان است.

در این گزارش آمده است که آلاینده‌های هوا می‌توانند آسم را تشدید، سرفه را افزایش و عملکرد ریه‌ها را کاهش دهند. همچنین این آلاینده‌ها خطر برونشیت، سردرد، ضربان نامنظم قلب، حملات قلبی غیرکشنده و مرگ زودرس در افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی و ریوی را تا حد زیادی افزایش می‌دهند.

عوامل اصلی ایجاد هوای آلوده در شهرها عبارتند از: دود آگروز خودروها، اتوبوس‌ها و هواپیماها. همچنین اوزون سطح زمین، ناشی از واکنش گازهای حاصله از موتور وسایل نقلیه و سوخت‌ها در برابر اشعه خورشید، عامل دیگری برای تشدید این آلودگی است.

باران اسیدی هنگامی شکل می‌گیرد که رطوبت در هوا با نیتروژن اکساید و سولفور دی اکساید واکنش می‌دهد، این مواد از وسایل نقلیه موتوری و کارخانه‌ها و نیروگاه‌هایی آزاد می‌شوند که زغال یا نفت می‌سوزانند. جالب است بدانید نواحی روستایی نیز در برابر آلودگی هوا مصون نیستند. گرد و خاک حاصل از تراکتورهایی که زمین را شخم می‌زنند، کامیون‌ها و ماشین‌هایی که در جاده‌های خاکی و ماسه‌ای و معادن کوهستانی در حرکت‌اند، به همراه دود ناشی از آتش زدن بقایای محصولات و سوزاندن چوب‌ها، همگی می‌توانند هوای پاک را دچار آلودگی کنند.



ذرات کمتری از آلاینده‌ها را وارد خودرویتان می‌کند.
۴- کارهای بیرون از خانه و محل کار را صبح زود یا عصرها انجام دهید

آلودگی هوا زیر تابش اشعه خورشید در بالاترین مقدار خود است، در نتیجه فعالیت در هوای سرد بیرون از خانه یا فضای داخلی باشگاه به شما کمک خواهد کرد تا از قرار گرفتن بیش از حد در مقابل تابش نور خورشید اجتناب کنید.

مخزن ماشین‌تان را بعد از تاریکی هوا پر کنید. اشعه‌های خورشید منجر به انتشار بالای بنزین در طول روز می‌شوند.

۵- در هوای آلوده از خیابان‌های شلوغ و پرتدد دوری کنید

از مسیرهای دوچرخه سواری و پیاده روی استفاده کنید تا از خیابان‌های شلوغ دوری کرده باشید. کیفیت هوا در بزرگراه‌ها و اتوبان‌ها نسبت به خیابان‌های مسکونی کم ترده، پایین‌تر است.

۶- پرهیز از سیگار

از سیگار کشیدن یا رفتن به مکان‌هایی که مردم در آن‌ها سیگار می‌کشند یا آتش روشن می‌کنند اجتناب کنید. دود سیگار باعث آلودگی هوا می‌شود.

۷- به کیفیت هوای خانه توجه کنید

شومینه‌های چوب سوز را با انواع مدل‌هایی که گاز طبیعی می‌سوزانند جایگزین کنید. با این کار کیفیت هوا در خانه‌تان بالاتر می‌رود و انتشار آلودگی به خارج از منزل را نیز کمتر می‌کنید.

۸- در هوای آلوده با تغذیه خوب از خودتان محافظت کنید.

داشتن یک رژیم غذایی سالم به بدن‌تان برای مقابله با آسیب‌های ناشی از آلودگی هوا کمک می‌کند.

۹- تغذیه‌تان را تغییر دهید تا به ریه‌هایتان کمک کند اثرات آلاینده‌های هوا را تحمل کنید

بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهند غذاهای خاص غنی از ویتامین، می‌توانند به بدن شما کمک کنند تا مقاوم‌تر باشد.

۱۰- مصرف غذاهای غنی از ویتامین A و بتاکاروتن را افزایش دهید

ویتامین A به تشکیل و حفظ غشای موکوسی بینی و دستگاه گوارش شما کمک می‌کند و باعث می‌شوند سیستم گوارشی در مقابل عفونت مقاومت بیشتری داشته باشد. منابع غنی از این مواد عبارتند از مارگارین، کره، سیب زمینی شیرین، هویج و جگر.

۱۱- غذاهای غنی از ویتامین C بخورید

این ویتامین به ساخت مواد لازم برای ترمیم و همچنین مواد تقویت کننده رگ‌های خونی کمک می‌کند و باعث می‌شود سریعتر بهبود پیدا کنند. منابع مناسب عبارتند از پرتقال، توت فرنگی، انبه، گریپ فروت، کلم بروکلی و پاپایا.

۱۲- غذاهای غنی از ویتامین E مصرف کنید

ویتامین E از سلول‌ها در برابر تخریب محافظت می‌کند، اکسیژن رسانی به سلول‌ها را افزایش داده و در نتیجه سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند. برای جذب این ویتامین سبزیجات سبز برگ دار، غلات کامل، زرده تخم مرغ، کره و روغن‌های گیاهی مصرف کنید.

۱۳- مقدار سلنیوم رژیم غذایی‌تان را بالا ببرید

سلنیوم از آسیب رادیکال‌های آزاد به کبد و ریه‌ها و ابتلا به سرطان محافظت می‌کند. برای جذب کامل سلنیوم، تخم مرغ، پیاز، سیر، غلات کامل و ماهی بخورید.

منبع:

<https://www.healthline.com/health/protect-yourself-and-your-family-air-pollution>

<https://www.wikihow.com/Protect-Yourself-from-Air-Pollution>



رئیس جمهور در روز جهانی افراد دارای معلولیت از دکتر محمد کمالی تقدیر کرد

تجلیل از یک عمر تلاش دکتر محمد کمالی



عمل نوع دوستانه خویش قرار دادند. ضمن گرامیداشت روز جهانی افراد دارای معلولیت از اقدامات مؤثر و مفید جناب عالی که با پیشگامی در عرصه توانبخشی نوین، خدمات ارزشمندی را از خود به یادگار گذاشته‌اید، صمیمانه قدردانی می‌نمایم.»

این استاد پیشکسوت که سالیان متمادی عمر خود را وقف خدمت به افراد دارای معلولیت کرده، به عنوان یکی از چهره‌های ماندگار حوزه توان بخشی در کشور شناخته می‌شود.

دکتر کمالی استاد و محقق برجسته حوزه معلولیت، عضو شورای عالی سازمان بهزیستی، معاونت اسبق امور توانبخشی سازمان بهزیستی کشور در زمان مسئولیت خود با ارائه خدمات نوآورانه و تلاش برای تدوین و اصلاح قوانین و سیاست‌های ملی در ایران نقش بسزایی در بهبود کیفیت زندگی افراد دارای معلولیت داشته است.

مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد مرکب از کارآموزان، کارکنان، مدیرعامل، اعضا هیأت مدیره و هیأت امنای صمیمانه این تشویق و تجلیل را خدمت معلم همیشه درس‌آموزشان دکتر محمد کمالی صمیمانه تبریک عرض می‌کنند و برای ایشان سلامتی و استمرار خدمت به جامعه شریف و پرتوان افراد دارای معلولیت آرزو دارند.

دکتر محمد کمالی، استاد برجسته دانشگاه علوم پزشکی ایران و عضو هیئت‌امنا مجتمع رعد، لوح سپاس خود را از ریاست جمهوری دریافت کرد. در مراسمی باشکوه به مناسبت روز جهانی افراد دارای معلولیت با حضور دکتر پزشکیان رئیس جمهوری، دکتر احمد میدری وزیر کار، تعاون و رفاه اجتماعی، دکتر سید جواد حسینی رئیس سازمان بهزیستی کشور، دکتر محمود علیمحمدی مشاور امور افراد دارای معلولیت وزارت کار، دکتر عاروان مدیرعامل جامعه معلولان ایران، دکتر محمود نژاد مدیرعامل انجمن دفاع از حقوق معلولان و جمعی از فعالان اجتماعی و خانواده‌های افراد دارای معلولیت در سالن اجلاس سران کشورهای اسلامی، با اهدای لوح سپاس از یک عمر تلاش صادقانه دکتر محمد کمالی، استاد برجسته دانشکده علوم توان بخشی دانشگاه علوم پزشکی ایران توسط دکتر مسعود پزشکیان تقدیر به عمل آمد.

بر اساس این گزارش، دکتر مسعود پزشکیان رئیس‌جمهور در پیام خود آورده است: «توانبخشی و توانمندسازی افراد دارای معلولیت مسیر پرفراز و نشیبی است که بذره‌های شکوفنده دانش، آگاهی و نوآوری در آن ریشه دوانیده و بی‌تردید ثمره امروز آن حاصل همت مستمر و وافر تمامی افرادی است که اعتقاد راسخ به اثربخشی کارکرد توانبخشی را مبنای

تقدیر از بانوان نیکوکار مجتمع رعد در روز جهانی داوطلب

جمله افراد دارای معلولیت ایفا می‌کنند. مدیر گروه بانوان رعد افزود: بانوان نیکوکار ما با دستان پرتوان خود، سال‌هاست که در خیریه رعد خدمت می‌کنند و الگویی برای همه ما هستند. آن‌ها با برگزاری بازارچه‌ها، مراسم‌های فرهنگی و جمع‌آوری کمک‌های مردمی همچنین حمایت از حادثه‌دیدگان حوادث طبیعی مثل سیل و زلزله ثابت کرده‌اند که با همدلی و تلاش می‌توان به هموطنان خود کمک کرد.

در این مراسم، از ۱۵ نفر از اعضای فعال گروه همیاری بانوان رعد خانم‌ها: ناهید بروجردی، الهه مصداقی، فریده سروش، سهیلا کاشانی، فرزین مدرسی، سهیلا علاقه بند، نازنین نوروز پور، افسانه عسگری، منصوره رحمتی، مریم مرادی، منیر مجتهدی، سیما کریمیان، شهلا قاسمی، ناهید آزادی و سوسن افسر با اهدای لوح سپاس تقدیر شد. این بانوان با فداکاری و عشق، سال‌هاست که در کنار فرزندان رعد هستند و با تلاش‌های خود، لبخند را بر لبان بسیاری از آنها نشانده‌اند.

در مراسم باشکوهی که به مناسبت روز جهانی داوطلب در مرکز همایش‌های بین‌المللی برج میلاد برگزار شد، از گروه همیاری بانوان مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد تقدیر به عمل آمد.

در همایش روز داوطلب، شنبه ۱۷ آذرماه با حضور مسئولان دولتی و شهری، مدیران سازمان‌های مردم‌نهاد و تعدادی از سمن‌ها و تشکل‌های مردمی از اعضای داوطلب سازمان‌های مردم‌نهاد سراسر کشور از جمله بانوان نیکوکار مجتمع رعد با اهدا لوح سپاس تقدیر شد.

ناهید بروجردی مدیر گروه بانوان رعد با تأکید بر اهمیت جایگاه گروه‌های داوطلب در خیریه‌ها گفت: روز جهانی داوطلب، فرصتی ارزشمند برای قدردانی از تلاش‌های بی‌دریغ داوطلبان و همچنین ترویج فرهنگ داوطلبی در جامعه است. گروه‌های داوطلب به عنوان بازوان توانمند در خیریه‌هایی گران‌بها همچون مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد، نقش بسیار مهمی در ایجاد تغییرات مثبت در جامعه به خصوص در حمایت از گروه‌های مختلف اجتماعی از



رونمایی از راهنمای جامع بازنمایی معلولیت و رسانه



با حضور جمعی از اعضا هیأت‌امنا، هیأت مدیره، گروه همیاری بانوان و مدیر عامل مجتمع رعد، نتایج پژوهشی مهم و فرهنگ‌ساز برای ترسیم تصویری واقعی و منصفانه از افراد دارای معلولیت در رسانه‌های دیداری، شنیداری، مکتوب و مجازی توسط دکتر محمد کمالی، استاد دانشگاه علوم پزشکی ایران و عضو هیأت‌امنا، مجتمع رعد، تشریح و تبیین شد.

در ابتدای این نشست دکتر محمد کمالی از اهتمام و حمایت ویژه هیأت مدیره رعد در خصوص توجه به ضرورت انجام پژوهش‌های قدردانی کرد و افزود: حضور محمدرضا دشتی کارشناس روابط عمومی مجتمع رعد در طول گردآوری، استخراج، تجزیه و تحلیل و تدوین داده‌ها بسیار اهمیت داشت به نحوی که اگر وی کمک نمی‌کرد این پژوهش انجام نمی‌شد و حاصل ۹ ماه تلاش در حوزه رسانه و معلولیت به نتیجه مطلوب نمی‌رسید.

در ادامه این نشست دکتر کمالی به تفصیل مراحل انجام پژوهش و نتایج آن را تشریح کرد و افزود: این پژوهش با هدف شناخت "راهکاری مناسب برای بازنمایی صحیح افراد دارای معلولیت در رسانه‌ها" از طریق انجام مصاحبه‌های فنی و عمیق با صاحب‌نظران حوزه رسانه و معلولیت صورت پذیرفت و در نظر داشتیم به رسانه‌ها

کمک کنیم تا افراد دارای معلولیت را به شکل درست و بدون هیچ تعصبی به مردم معرفی کنند و خبرنگاران با استفاده از این راهنمای کاربردی از روش‌های درست تولید محتوا و انتقال پیام درباره افراد دارای معلولیت بهره‌برداری کنند.

وی با تأکید بر برگزاری نشست‌ها با حضور فعالان عرصه رسانه، صاحب‌نظران حوزه معلولیت و افراد تأثیرگذار در آینده نزدیک، افزود: نتایج این پژوهش در قالب راهنمایی برای انتشار صحیح اخبار و گزارش‌های رسانه در موضوع معلولیت و افراد دارای معلولیت تدوین شده است که رعایت آنها در طول زمان و به تجربه به اثبات رسیده است. همچنین گروه تحقیق به منظور حفظ این دستاورد ارزشمند پیشنهاد ایجاد دبیرخانه دائمی "رسانه و معلولیت" در مجتمع رعد را مطرح می‌کند تا این دبیرخانه به عنوان یک مرکز تخصصی تحقیقاتی و آموزشی، نقش محوری در هدایت و ترویج مباحث مرتبط با بازنمایی صحیح معلولیت در رسانه‌ها بر عهده بگیرد و به بهبود مستمر آن کمک کند. در ادامه محمدرضا دشتی دستیار دکتر کمالی با اشاره به صرف وقت زیاد توسط دکتر کمالی که برخی از روزها به ۱۸ ساعت هم رسید، از دقت موشکافانه ایشان در مطالعه تک تک مصاحبه و جمع‌بندی نتایج گفت و افزود: این پژوهش نقطه عطفی در تغییر نگاه رسانه‌ها به افراد دارای معلولیت است.

وی عقیده دارد با ارائه این راهنما، رسانه‌ها می‌توانند به عنوان پل ارتباطی از آن برای ترسیم تصویری دقیق و جامع از توانمندی‌ها و چالش‌های افراد دارای معلولیت استفاده کنند و به این ترتیب در تغییر نگرش جامعه و کاهش کلیشه‌ها، نقش مؤثری ایفا خواهد کرد.

بر اساس اعلام روابط عمومی مجتمع رعد، بخشی از این راهنما در آستانه مسابقات پارالمپیک پاریس در شهریورماه و با هدف ارتقای سطح آگاهی جامعه نسبت به ورزشکاران دارای معلولیت، به صورت مجزا در اختیار اصحاب رسانه قرار گرفته است.

در بخش دیگری از این نشست حضار ضمن قراردانی از تلاش‌های دکتر کمالی و دیگر اعضا گروه تحقیق، سوالات و نظرات خود را مطرح کردند.



برگزاری مراسم گرامیداشت روز جهانی افراد دارای معلولیت در مجتمع رعد

گزارشی از ویژه برنامه روز جهانی افراد دارای معلولیت در مجتمع رعد

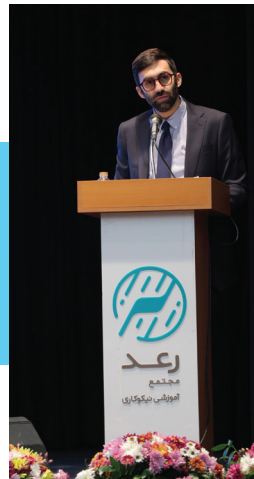


با انتشار شعار سازمان ملل برای روز جهانی افراد دارای معلولیت سال ۲۰۲۴ که به "تقویت کردن رهبری افراد دارای معلولیت برای آینده فراگیر و پایدار" تأکید دارد، مراسم گرامیداشت این مناسبت بین‌المللی با حضور جمعی از کارآموزان ورزشکار، هنرمند، شاغل و موفق در عرصه علمی و آموزشی در کنار نیکوکاران، داوطلبان گروه‌های همیاری، مدیران و کارکنان مجتمع رعد، مقامات و مسؤولان دولتی، فرهنگی، اجتماعی و ... در سالن همایش مجتمع رعد برگزار شد.

در آغاز این مراسم آنت میناسیان ضمن خوشامدگویی و خیرمقدم خدمت حضار، فرارسیدن روز جهانی افراد دارای معلولیت را که فرصتی برای مرور فعالیت‌های یک ساله و برنامه‌ریزی برای رسیدن به اهداف سال پیش‌رو را تریک گفت و افزود: از آنجا که مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد در طول سال گذشته پروژه‌های متعدد و متنوعی را به‌مورد اجرا گذاشته است در هر پروژه یکی از اشخاص مسؤول گزارش مختصری را برای آگاهی حضاران ارائه خواهند کرد.

مجتمع رعد، فرارسیدن این مناسبت را خدمت حضاران تریک گفت و در ادامه پیام دبیرکل سازمان ملل قرائت کرد که مهم‌ترین فرازهای آن عبارت‌اند از: روز جهانی افراد دارای معلولیت امسال به ما یادآوری می‌کند که بیش از پیش به رهبری و مدیریت افراد دارای معلولیت

در ادامه مراسم برای قرائت پیام دبیرکل سازمان ملل متحد که هر سال به مناسبت روز افراد دارای معلولیت منتشر می‌شود از پاشا تبریزیان نماینده این سازمان در دفتر نمایندگی ایران دعوت به‌عمل آمد و ایشان ضمن ابراز خرسندی از حضور در جمع نیکوکاران و کارآموزان



افراد دارای معلولیت با مردم و صاحب نظران این عرصه است. وی افزود: این نمایشگاه از ۹ تا ۱۲ تیرماه در نمایشگاه بین المللی تهران برگزار شد که مجتمع رعد با برپایی غرفه‌ای در ۲۰۰ متر مربع، میزبان بسیاری از بازدیدکنندگان و شخصیت‌های دولتی، رسانه‌ای و اجتماعی بود.

سپس اکبرخانی مسؤول ورزش مجتمع رعد با حضور در جایگاه از برگزاری نخستین مسابقه بوجیای استان تهران با همکاری انجمن ورزش‌های جانبازان و توان‌یابان با حضار سخن گفت و افزود: پس از چند سال عدم برگزاری این مسابقه در استان تهران به همت مجتمع رعد، مسابقه بوجیای استان با حضور ۵ تیم از خانم‌ها و آقایان و مشارکت ۴۴ نفر ورزشکار در روزهای اول و دوم آذرماه در سالن جانبازان ورزشگاه مادران و کودکان بعثت برگزار شد که در بخش بانوان به ترتیب تیم‌های کهربیزک، مجتمع رعد و شه‌ریار مقام‌های اول تا سوم تیمی را کسب کردند و در بخش آقایان تیم‌های کهربیزک، مجتمع رعد و ۲۲ بهمن مقام‌های اول تا سوم را به دست آوردند.

عاطفه پازدار کارشناس واحد روانشناسی مجتمع رعد و یکی از سازندگان فیلم مستند کوتاه روایت تصویری ارغوان درحالی که اثرش توسط داوران در زمره آثار برگزیده انتخاب نشده بود با حضور در جایگاه از تجربه متفاوت و هیجانی که رویداد هنری روایت تصویری ارغوان برای او و دیگر شرکت‌کنندگان به دنبال داشته است و نیز حس خوبی که بعد از حضور در این فعالیت فرهنگی برایش بوجود آمده با حضار سخن گفت و افزود: بعد از انتشار فراخوان روایت تصویر ارغوان به عنوان فردی که می‌توانم با زبان تصویر با جامعه و مخاطبان، ارتباط برقرار کنم و حرف‌هایم را با آنها در میان بگذارم، خیلی حس خوبی داشتم

نیاز داریم. افراد دارای معلولیت به دلیل تبعیض‌های مداوم، انگ‌زنی و موانع موجود در دسترسی به حقوق و خدمات اولیه، بیش از دیگران بار سنگین بحران‌های جهانی مانند: درگیری‌ها، بلایا طبیعی، فقر و نابرابری را به دوش می‌کشند، اما آنها اغلب از حق مشارکت در یافتن راه حل برای این بحران‌ها محروم می‌شوند.

کشورهای جهان با تصویب پیمان «برای آینده» متعهد شده‌اند که این بی‌عدالتی را از حق افراد دارای معلولیت در همه سنین و برای نسل‌های حال و آینده جبران کنند، این تعهد شامل: به رسمیت شناختن نقش اساسی افراد دارای معلولیت در شکل‌دهی به آینده فناوری‌های دیجیتال و کمکی مانند: فناوری‌های مبتنی بر هوش مصنوعی، ایجاد تغییر در جوامع و دفاع از حق آنان در مشارکت در فرآیندهای تصمیم‌گیری که بر زندگی‌شان تأثیرگذار است، می‌شود.

در پایان دبیر کل سازمان ملل اشاره دارد، افراد دارای معلولیت در هر جامعه‌ای عامل تغییر و صلح هستند. بیایید در این روز با دیگر با افراد دارای معلولیت برای «دستیابی به آینده‌ای همه‌پذیر و پایدار برای همه» همکاری کنیم.

در ادامه این مراسم با بخش کلیپ رویداد توان‌تک نازیلا صادقی کارآموز، کارآمخته، کارآفرین و ماجراجوی مجتمع رعد در جایگاه حاضر شد و در تشریح این رویداد گفت: توان‌تک ال‌کامپ افراد دارای معلولیت است که با همت فعالان فناوری‌های نوین و کسب و کارهای نوپا برای ۶ سال پیاپی توسط مجتمع رعد در کنار نمایشگاه بین‌المللی تجارت الکترونیک (ال‌کامپ) برگزار می‌شود و فرصتی برای سخن گفتن از توانایی‌ها و توانمندی‌های





برای سال‌ها فعالیت مشارکت‌جویانه در تدریس به کارآموزان دارای معلولیت قدردانی شد. در قسمت پایانی این مراسم دکتر فاطمه مهاجرانی سخنگوی دولت چهاردهم با حضور در جایگاه از نقش مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد در توانمندسازی افراد دارای معلولیت و ایجاد فرصت برای آنها تجلیل کرد و افزود: این مؤسسه و دیگر مؤسسات هم‌سو به جامعه، تکثر و تنوع انسان‌ها و توانایی‌های متفاوت افراد دارای معلولیت را یادآوری می‌کنند و این فرصت را فراهم خواهد کرد تا "جامعه هدف" استعداد‌های نهفته خود را شناسایی کرده و در شکوفایی آنها همت گمارند.

وی افزود: من افتخار می‌کنم که در جمع عزیزی هستم که می‌خواهند دنیایی بهتر از قبل بسازند. آخرین گزارش این مراسم توسط رضا سخن‌سنج مدیر روابط عمومی مجتمع رعد ارائه شد که به کسب مقام در جشنواره انتشارات روابط عمومی‌ها اختصاص داشت، وی با اشاره به کسب جایزه ویژه انجمن متخصصان روابط عمومی برای مصاحبه رسانه‌ای با ورزشکاران دارای معلولیت پارالمپیک مقام اول، مستندسازی مقام سوم، پرورشور و کاتالوگ مقام دوم، مصاحبه و تیتراژ مقام سوم، خبر داد و افزود: کسب این جایزه در ۵ سال گذشته برای چهارمین نوبت تکرار شده و به مجتمع رعد تعلق گرفته است که نشان تلاش همدلانه تمام واحدهای اجرایی، مدیریت و کارآموزان این مؤسسه است و روابط عمومی تنها بازتاب‌دهنده تلاش‌های خانواده بزرگ مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد بوده است.

شایان ذکر است در این مراسم گروه همخوانی دانشگاه فرشتگان واحد ناشنوایان دانشگاه آزاد اسلامی به همراه گروه سرود مجتمع رعد، سرودهای ملی و ای ایران را به صورت مشترک اجرا کردند، همچنین نمایشگاهی از تمبرهای کشورهای جهانیه مناسبت گرامیداشت افراد دارای معلولیت در سالن پذیرایی مجاور سالن همایش به نمایش گذاشته شد و در بسته‌های که پایان مراسم به میهمانان تقدیم شد، منتخبی از تمبرها به صورت تابلو شاسی به مدعوین اهدا شد.

گفتنی آنکه از سلسله مراسم گرامیداشت روز جهانی افراد دارای معلولیت نمایشگاه گروهی آثار کارآموزان مجتمع رعد با عنوان "از آن دیروز" جمعه ۲۳ تا پنجشنبه ۲۹ آذر ماه در گالری علیها برای دومین سال برپا خواهد شد که از علاقه‌مندان فعالیت‌های هنری برای بازدید و تشویق هنرمندان و هنرجویان مجتمع رعد دعوت می‌کنیم. این مراسم ساعت ۲۰:۰۰ با پذیرایی و گپ‌های دوستانه مدعوین به پایان رسید.

و پس از حضور در کارگاه آموزشی، یک فیلم مستند ۷ دقیقه‌ای ساختیم که البته انتخاب نشد، اما وقتی اقوام در دوره‌های خانوادگی فیلم من را می‌دیدند بسیار جذاب بود و تشویق می‌شدند سایر آثار را هم در پلتفورم هاشور مشاهده کنند و به آثار موردنظرشان رای بدهند.

در این قسمت از برنامه آنت میناسیان مسؤل پروژه تغییر نگرش در مدارس با اشاره به اینکه برای تغییر رفتار در جامعه باید روی کودکان و نوجوانان کار کنیم و به همین علت پروژه "تغییر نگرش مدارس ابتدایی" با همکاری یک تیم متخصص در عرصه‌های آموزشی آغاز شد و در یکی از مدارس دخترانه مقطع ابتدایی تهران دریاچه چهارم، دانش‌آموزان پس از شنیدن پادکست وحید رجب‌لو و اطلاع از سرگذشت این فعال عرصه‌های فناوری‌های دیجیتال که برایشان پخش شد، سپس آنها هر یک با نقاشی‌ها و نامه‌هایی برای وحید رجب‌لو تهیه کردند، پیام‌های پرمهر و جالبی تولید کردند و ما قبول کردیم، پیام‌هایشان را به دست وی برسانیم.

در ادامه کلیپ دانش‌آموزان که به همین مناسبت تهیه شده بود پخش شد.

در ادامه نماینده ورزشکاران عضو تیم ماراتن رعد؛ امیرعلی نیک‌آئین و حدیث اصلانی با حضور در جایگاه از تجربه شرکت در مسابقه ماراتن کیش که ۹ آذر با حضور ۲ هزار و ۱۵۰ نفر ورزشکار حرفه‌ای و آماتور در جزیره کیش برگزار شد با حاضران در سالن سخن گفتند، از حمایت‌های مجتمع رعد در تشکیل تیم و کمک به حضور ۱۵ نفره ورزشکاران ویلچرران در این رویداد ورزشی تشکر کردند. سپس اعضای تیم با حضور در جایگاه لوح‌های سپاس و جوایز خود را دریافت کردند.

در بخش دیگری از این مراسم ضمن قدردانی از گروه همیاری بانوان به جهت ۲۰ سال خدمت داوطلبانه در کنار مجتمع رعد و زحماتی که طی این سال‌ها مادرانه بر عهده گرفتند از علیرضا علینقیان مربی داوطلب بازی‌های فکری

جایزه ویژه نوزدهمین جشنواره ملی انتشارات روابط عمومی به مجتمع آموزش نیکوکاری رعد اهدا شد



آئین اختتامیه نوزدهمین جشنواره ملی انتشارات روابط عمومی، روز دوشنبه ۱۲ آذرماه ۱۴۰۳ با حضور دکتر مهدی باقریان دبیرکل کنفرانس بین‌المللی روابط عمومی، سعید معادی نائب رئیس انجمن متخصصان روابط عمومی و جمعی از فعالان، کارشناسان و اساتید این حوزه در مرکز همایش‌های بین‌المللی سازمان مدیریت صنعتی برگزار شد.

مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد با انتشار راهنمای جامع مصاحبه رسانه‌ای برای ورزشکاران دارای معلولیت در پارالمپیک، با برداشتن گامی مهم در جهت بازنمایی صحیح مفهوم معلولیت در رسانه‌ها موفق به کسب جایزه ویژه نوزدهمین جشنواره ملی انتشارات روابط عمومی شد. در مراسم اختتامیه که امروز یکشنبه ۱۲ آذرماه برگزار شد، آنت میناسیان، مدیرعامل مجتمع رعد، با دریافت لوح تقدیر و تندیس ویژه جشنواره برای انتشار راهنمای مصاحبه رسانه‌ای با ورزشکاران دارای معلولیت پارالمپیک و نیز کسب رتبه اول در مستندسازی، رتبه سوم بروشور و کاتالوگ، رتبه دوم مصاحبه و رتبه سوم در بخش تیتراژ دیگر موفقیت‌های روابط عمومی مجتمع رعد در این رویداد مهم به شمار می‌رود.

بر پایه این گزارش؛ در بخشی از این مراسم آنت میناسیان مدیرعامل مجتمع رعد با اشاره به نقش و اهمیت روابط عمومی‌ها در جهان حاضر، طی سخنانی کوتاه ضمن گرامیداشت فرار رسیدن روز جهانی افراد دارای معلولیت، گفت: در آینده نزدیک کتاب راهنمای نحوه صحیح بازنمایی معلولیت در رسانه منتشر خواهد شد که این تلاش، نیمی از راهی است که باید طی می‌شود، اما باقی این مسیر به همت فعالان حوزه روابط عمومی و رسانه‌ها متکی هست تا بتوانند با معرفی این اثر زمینه بهره‌مندی بیشتر اصحاب رسانه از آن محتوای سودمند را فراهم آورند.

شایان ذکر است پیش از این روابط عمومی مجتمع رعد در سال‌های ۱۳۹۸، ۱۳۹۹ و ۱۴۰۲ در رشته‌های دیگر روابط عمومی موفق به دریافت این جایزه ارزنده ملی جوایز شده است.



گزارشی از نمایشگاه گروهی «از آن دیروز»

عصر جمعه بیست و سوم آذر ماه، گالری علیها در محله تجریش میزبان گروهی از هنرمندان، هنرجویان، مدرسان، کارکنان و مدیران مجتمع رعد با همراهی علاقه‌مندان به فعالیت‌های هنری تجسمی بود تا دومین دوره نمایشگاه گروهی کارآموزان این مؤسسه که به مناسبت هفته گرامیداشت افراد دارای معلولیت ترتیب یافته بود را افتتاح کنند.

آخرین فعالیت از سلسله برنامه‌های گرامیداشت روز جهانی و هفته گرامیداشت افراد دارای معلولیت به گشایش نمایشگاه گروهی هنرمندان و هنرجویان مجتمع رعد اختصاص داشت که با حضور آنت میناسیان مدیرعامل مؤسسه افتتاح شد.

براساس این گزارش مدیرعامل مجتمع رعد با ابراز خرسندی از آثار به نمایش گذاشته در گالری علیها، افزود: دومین تلاش گروهی هنرمندان و هنرجویان رعد از جنبه‌های مختلف حائز اهمیت است و نشان از پیشرفت آنها در زمینه خلق آثار هنری مفهومی دارد.

وی در ادامه افزود: در این دوره ۲۵ هنرجو و هنرمند آثارشان را در این نمایشگاه معرض نگاه اهالی هنردوست شهرمان قرار گرفته است که نسبت به دوره پیش ۲ نفر به جمع آنها اضافه شده است و به جهت تنوع از فراوانی چشم‌گیری در این نمایشگاه استفاده شده است زیرا از ۱۵۲ اثر سال قبل به ۲۱۳ اثر افزایش یافته است. در ادامه فاطمه اکبریور مدیرآموزش مجتمع رعد با ابراز خوشحالی از برپایی این نمایشگاه، افزود: امسال گاری علیها میزبان آثار هنرمندان در رشته‌های: سفال، نقاشی زیرلعابی، پاپیه ماشه، پانچ نیدلینگ، زیورآلات، تابلوهای حجم، گلیم بافی، پرده بافی و ترکیب مواد است.

وی با اشاره به همکاری و کمک‌های ارزشمند مسؤولان گالری علیها، افزود: در این دوره نیز کسری علیها مدیر داخلی گالری تمام توافقات اجرایی و زمان برگزاری با صبوری و شکیبایی نهایی کرد و نیلوفر علیها صاحب امتیاز گالری نیز با روی خوش همچون سال قبل فضای نمایشگاه را به آثار هنرمندان رعد اختصاص داد.

مدیرآموزش با اشاره به هدف از برپایی نمایشگاه آثار حجمی کارآموزان، افزود: آشنایی با مناسبات حرفه‌ای هنرمندان عرصه‌های تجسمی، عرضه آثار در فضاهای اختصاصی نمایشگاهی، ملاقات بازدیدکنندگان و آگاه شدن از نقطه نظراتشان، مهم‌ترین انگیزه‌ها برای برپایی نمایشگاه «از آن دیروز» بود که با استقبال هنرجویان و هنرمندان مجتمع رعد نیز قرار گرفت، زیرا در این نمایشگاه ۲۰ هنرمند بانو با همراهی ۵ هنرمند آقا زیر نظر اساتید هنری تجسمی مجتمع رعد ۲۱۳ اثر هنری را آفریده‌اند.

اکبریور با اشاره به مکانیزم قیمت گذاری، گفت: کشف قیمت آثار با در نظر گرفتن محصولات مشابه با اندکی اختلاف قیمت پایین‌تر از قیمت بازار به علاوه نظر کارگروهی تخصصی مدرسان رعد تعیین شده است تا ضمن حفظ جنبه‌های انگیزشی برای هنرجویان، حس رقابت با بازار برایشان فراهم شود و همچنین در مورد قیمت محصولات باید اضافه کنم که از ۱۰۰ هزار تومان تا



۲۵/۰۰۰/۰۰۰ تومان آثار متنوعی عرضه شده است.

در حاشیه این نمایشگاه لیلا قلوبی مدرس پایه ماشه در گفت‌وگویی اختصاصی با خبرنگار روابط عمومی مجتمع رعده با اشاره به روند برپایی نمایشگاه "از آن دیروز" گفت: این نمایشگاه یک موضوع محوری و مفهومی برای یادآوری تهران قدیم داشت و ابتدا هنرجویان هر کدام تعدادی ایده برای ساخت آثار نمایشگاه ارائه کردند و از میان ایده‌های مطرح شده چند ایده انتخاب شد که برای طراحی جلساتی با حضور مدرسان و هنرجویان برگزار کردیم تا ایده‌های قابل اجرا، پردازش و ادیت شوند در ادامه متناسب با توانایی و تجربه اشخاص یک طرح به یک نفر یا یک تیم واگذار می‌شد و در تمام مراحل ساخت نیز مدرسان دوره‌های هنری بر فرآیند ساخت آثار نظارت کامل داشتند.

به یک اعتبار این نمایشگاه، تلفیقی از آثار گروهی و انفرادی هنرجویان رعده است. گاهی پیش می‌آمد که شخصی ایده را ارائه می‌داد و در ادامه فرد یا افراد دیگری ساخت آن را برعهده می‌گرفت.

مدرس آثار حجمی مجتمع رعده در پاسخ به این سؤال که برای تولید آثار نمایشگاه چقدر زمان اختصاص داده‌اید؟ گفت: واقعیت این است که برای نمایشگاه امسال از پایان نمایشگاه سال قبل کار را آغاز کردیم و ابتدا رسیدن به یک مفهوم محوری که زنده‌کننده خاطرات تهران قدیم باشد، نخستین گام بود تا وسایل قدیمی این حس به بینندگان انتقال پیدا کند. سپس دریافت ایده‌ها، طراحی‌ها، اندازه تولیدات (سایزبندی)، اجرا، ادیت، پرداخت، رنگ آمیزی و... از مراحل مختلف این نمایشگاه بود.

قلوبی از ویژگی دیگر نمایشگاه تبدیل وسایل تهران قدیم به خلق مفهومی مدرن و هنری عنوان کرد و افزود: این نمایشگاه یک گالری صنایع دستی نیست که یادآوری کلیشه‌های سنتی و رایج نقش بسته در ذهن ما باشد، بلکه پرداختن به وسایل قدیمی با ارائه‌ای متفاوت و هنرمندانه است که در ذهن مخاطب سوال ایجاد می‌کند و ساختارهای قبلی را تغییر می‌دهد.

شایان ذکر است، نمایشگاه آثار تجسمی هنرجویان از ۲۳ آذر تا ۲۹ آذر ادامه خواهد داشت و ساعات بازدید از ۱۶ تا ۲۰ تعیین شده است. مدیریت گالری علیها برای بازدیدهای خارج از ساعات تعیین شده با هماهنگی قبلی امکاناتی پیش‌بینی کرده است. گفتنی‌ست این نمایشگاه با مشارکت مدرسان و دوره‌های هنری به نام‌های: لیلا قلوبی، کیانا کیانپور، دلارام طلاکوب، طهورا مدرکیان، ملیکا آذرتاش و نازنین روستا برپا شده است.



راهنمای مصاحبه رسانه‌ای با قهرمانان پارالمپیک منتشر شد

به منظور ارتقاء کیفیت پوشش رسانه‌ای و حمایت از ورزشکاران دارای معلولیت راهنمای جامع و کاربردی برای مصاحبه‌های رسانه‌ای با ورزشکاران پارالمپیک به خصوص در رویداد پاریس ۲۰۲۴ با همت مجتمع رعد منتشر شد.

بر اساس این خبر؛ دستورالعمل جامع «راهنمای مصاحبه رسانه‌ای با ورزشکاران دارای معلولیت» در آستانه رقابت‌های پارالمپیک ۲۰۲۴ پاریس تدوین شد و شامل نکات کلیدی در مورد نحوه مصاحبه حرفه‌ای، انتخاب کلمات و پرسش‌های مناسب، استفاده از زبان صحیح و توجه حریم خصوصی در هنگام و بعد از مصاحبه و رعایت حساسیت‌های فرهنگی و اجتماعی مرتبط با ورزشکاران دارای معلولیت است.

آنت میناسیان مدیرعامل مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد در این خصوص گفت: هدف از انتشار این راهنما کمک به رسانه‌ها و خبرنگاران برای ارائه تصویری دقیق و مثبت از ورزشکاران پارالمپیک و همچنین ایجاد فضای مناسب برای گفتگو و تبادل نظر با این قهرمانان است.

وی افزود: با توجه به اینکه ورزشکاران پارالمپیک الگوهای ارزشمندی برای جامعه هستند؛ انتشار این قبیل راهنماها گامی مهم در راستای شناخت واقعی توانمندی‌های ورزشکاران و ایجاد فضایی مثبت و حمایت‌گرانه برای آنهاست. ما بر این باوریم که رسانه‌ها نقش حیاتی در افزایش آگاهی عمومی و تغییر نگرش‌ها نسبت به ورزشکاران دارای معلولیت دارند و با این دستورالعمل، قصد داریم به رسانه‌ها کمک کنیم تا با دقت و احترام بیشتری به پوشش اخبار ورزشی حوزه معلولیت بپردازند.

بر اساس اعلام روابط عمومی مجتمع رعد؛ این راهنما بخشی از راهنمای جامع بازنمایی صحیح معلولیت در رسانه‌هاست که طی مدت ۹ ماه و بر اساس یک پژوهش دانشگاهی توسط دکتر محمد کمالی مدرس مراکز علمی و محمدرضا دشتی تدوین شده است. مجتمع رعد در راستای اهداف خود همزمان با مسابقات پارالمپیک پاریس این راهنما را به صورت مجزا در اختیار اصحاب رسانه و خبرنگاران حاضر در این رویداد قرار داده است.



رونمایی از مجموعه نفیس تمبرهای منتشر شده جهان با موضوع معلولیت

نمایشگاه تصویری از تمبرهای معلولیت در مجتمع رعد افتتاح شد



در اقدامی نوآورانه، مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد نمایشگاهی دائمی از تصاویر تمبرهای منتشر شده اغلب کشورهای جهان با موضوع محوری معلولیت را افتتاح کرد.

همزمان با مراسم گرامیداشت روز جهانی افراد دارای معلولیت نمایشگاه تصویری دائمی تمبرهای حوزه معلولیت در مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد افتتاح شد. آنت میناسیان مدیر عامل مجتمع رعد همزمان با افتتاح این نمایشگاه گفت: این نمایشگاه با هدف افزایش آگاهی عمومی نسبت به حقوق و توانمندی‌های افراد دارای معلولیت و نشان دادن روند تاریخی توجه جهانی به افراد دارای معلولیت در مجتمع رعد افتتاح شده است، ما امیدواریم این اقدام گامی مهم در راستای تغییر نگرش جامعه نسبت به توانمندی‌های افراد دارای معلولیت به شمار رود.

در این نمایشگاه، مجموعه‌ای ارزشمندی از تصاویر تمبرهای مختلف با طرح‌ها و مضامین بی‌نظیر در حوزه‌های ورزش و پارالمپیک، اشتغال، دسترس‌پذیری و دسترس‌پذیری محیط‌های عمومی و شهری، شخصیت‌های دارای معلولیت همچون هلن کلر، لویی بریل و تمبرهای مرتبط با سال جهانی افراد دارای معلولیت (۱۹۸۱) به نمایش گذاشته شده است.

تمامی این تمبرها از آرشیو تمبرهای دیجیتال وبسایت شمعدانی استخراج شده و در قالب یک نمایشگاه تصویری جذاب و تعاملی در معرض نگاه بازدیدکنندگان قرار گرفته است. این آرشیو، یکی از جامع‌ترین مجموعه‌های تمبرهای دیجیتال مرتبط با موضوع معلولیت محسوب می‌شود و حاوی تمبرهایی از کشورهای مختلف در ۵ قاره در صدسال اخیر است. بر پایه این گزارش؛ همزمان با روز جهانی افراد دارای معلولیت بخش مجازی این نمایشگاه در وبسایت شمعدانی فعالیت خود را آغاز کرده است و به مرور آرشیو تمبرهای دیجیتال و محتوای نوشتاری و تحقیقاتی مرتبط با تمبرهای حوزه معلولیت در این سایت قرار خواهد گرفت.



موفقیت ورزشکاران مجتمع رعد در مسابقات

پارا دو و میدانی و ویلچررانی کشوری

کسب طلای دوگانه مصطفی خضری و درخشش دیگر ورزشکاران تیم رعد

ورزشکاران تیم ویلچررانی مجتمع رعد در مسابقات قهرمانی کشوری پارا دو و میدانی در بخش ویلچررانی که در مجموعه ورزشی آفتاب انقلاب برگزار شد، با کسب ۵ نشان رنگارنگ، بار دیگر بر توانایی‌ها و اراده‌ی قوی خود صحنه گذاشتند.

اکبر خانی، مسئول ورزش مجتمع رعد با اعلام این خبر، گفت: مصطفی خضری در کلاس ۵۳ مسابقات، در ۲ ماده‌ی ۱۰۰ و ۴۰۰ متر به مقام قهرمانی رسید. همچنین حامد لطفی نیز در همین کلاس، در مسابقه‌ی ۱۵۰۰ متر بر سکوی سوم ایستاد. در کلاس ۵۴، خلیل عظیمی و بابک بهروزان به ترتیب مقام دوم و سوم مسابقه‌ی ۱۵۰۰ متر را از آن خود کردند و تیم تهران "ب" متشکل از ورزشکاران کارآموز مجتمع رعد، در مجموع رقابت‌ها به مقام سوم دست یافتند.

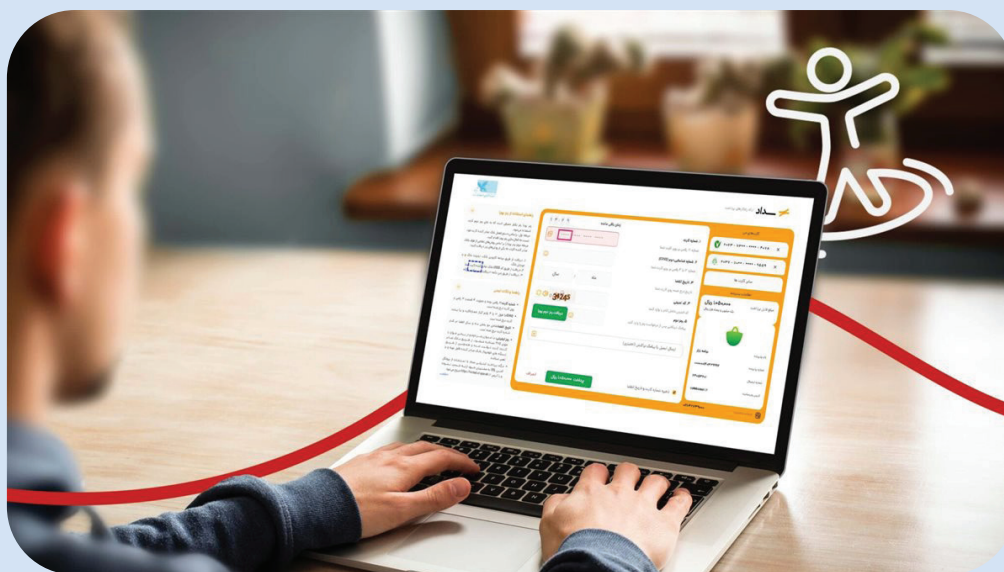
اکبر خانی مربی تیم تهران با تأکید بر اهمیت ورزش برای افراد دارای معلولیت، افزود: «ورزش نه تنها به بهبود وضعیت جسمی کارآموزان مجتمع رعد و سایر افراد دارای معلولیت کمک می‌کند، بلکه اعتماد به نفس و روحیه‌ی آن‌ها را نیز تقویت می‌کند. ما در مجتمع رعد همواره تلاش کرده‌ایم تا فضایی مناسب برای ورزش کردن تمام مددجویان فراهم کنیم و خوشبختانه نتایج این تلاش‌ها در مسابقات مختلف از جمله تیم‌های بوچیا و ویلچررانی شاهد هستیم.»

گفتنی است که تیم‌های شرکت‌کننده در این مسابقات از استان‌های مختلفی از جمله زنجان، البرز، مازندران، خراسان شمالی، چهارمحال، ایلام، سیستان و بلوچستان و تهران در این دوره از مسابقات حضور داشتند.



سایت دیوار برای افراد نابینا دسترسی پذیر شد

سداد اولین درگاه پرداختی است که در همکاری مشترک با دیوار درگاه پرداخت خود را دسترسی پذیر کرد به گزارش وبسایت دیوار، از آنجایی که برخی فعالیتها مانند ثبت آگهی و ارتقای آن روی محصول دیوار نیازمند پرداخت آنلاین است و با توجه به اهمیت دسترسی پذیری برای افراد نابینا، دیوار اقداماتی انجام داده تا فرآیند پرداخت در اپلیکیشن و وبسایت دیوار به طور کامل قابل دسترسی برای همه افراد باشد. در یکی از این اقدامات، دیوار با همکاری بازاریبی، کاربران نابینای صفحهخوان را به درگاههای پرداختی متصل می کند که از قابلیت های دسترسی پذیری لازم برخوردارند تا این کاربران بتوانند به راحتی و با اطمینان از خدمات پرداخت آنلاین استفاده کنند.



رعد میزبان نخستین دوره مسابقات دختران و پسران استان تهران شد

گزارشی از برگزاری مسابقه بوچیای تهران

امید ملایری، معصومه لعل گلستانی برای قضاوت دعوت کرد و برای نفرات برگزیده جوایزی ارزنده‌ای در نظر گرفته بود. در این مسابقات ۴۴ نفر از بانوان و آقایان ورزشکار در قالب ۵ تیم ورزشی به نام‌های مجتمع رعد، کهریزک، سبحان، شهریار و ۲۲ بهمن در کلاس‌های چهارگانه BC۱ تا BC۴ به رقابت خواهند پرداختند.

اسامی ورزشکاران حاضر در مسابقات عبارت است از: تیم مجتمع رعد مرکب از: مهرشاد نیکزادفر، داود سربالاوند، میلاد شرفی، علیرضا رسولی، عباس عباسی، دایبان، سعید ربیعی، زهرا جوادی، رومینا رحیمی، فاطمه بهمنی، نگین عسگری، فاطمه طارمی تیم کهریزک مرکب از: امیرحسین بنایی، علی معراجی، سهراب صفری، انور حسینی، لیدا شرافتی تهرانی، ظریفه احمدی، نسترن غفاری، زلیخا باقری

تیم ۲۲ بهمن مرکب از: علیرضا عزیز، امراه بداشی، امیررضایی پور، افشین پرفکر مقدم، الهام کشمند، زهرا ملکی، معصومه رحمان طلب، فاطمه کربلایی

تیم سبحان مرکب از: محمدجواد شیرازی، کسری یزدی، محمدرضا کاری، محمدمهدی هنرمند، مهلا دانش پژوه، صبا دارین، مهری اصغری، ثمینه ربیعی تیم شهریار مرکب از: برزین سوداگری، میلاد بهزادی، محمدصادق توسلی، فرهاد جاویدکار، اکرم سهراب زاده، سحر خزایی، معصومه امینی، مریم ملکی فلاح

در پایان این دوره از مسابقات که طی روزهای پنجشنبه و جمعه اول و دوم آذرماه برگزار شد، آنت میناسیان مدیرعامل مجتمع رعد، دکتر مزگان طرفی‌نژاد از اعضای کمیته ملی پارالمپیک، دکتر منصور نم‌نم رئیس هیأت ورزش جانبازان و توان‌یابان استان تهران، مهدی بیگیان نماینده جامعه معلولان ایران، حسن فیروزی مسئول ورزش آسایشگاه کهریزک، اکبر خانی مسئول ورزش مجتمع رعد، مهدی خزایی استعدادیاب هیأت ورزش جانبازان و توان‌یابان استان تهران و گروهی از خانواده‌های ورزشکاران حضور داشتند.

اعلام نتایج

در رقابت‌های تیمی دختران؛ تیم‌های آسایشگاه کهریزک، مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد و شهریار مقام‌های اول تا سوم کردند و در بخش مسابقات تیمی پسران هم تیم‌های آسایشگاه کهریزک، مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد و ۲۲ بهمن به مقام‌های اول تا سوم دست یافتند.

در این دوره محمود کوهکن از تیم کهریزک، سمانه خزایی از تیم رعد، فاطمه نوروزی از تیم شهریار، وحید مالکی از تیم ۲۲ بهمن و ملایری از تیم سبحان در سمت مربی تیم‌هایشان



همزمان با فرا رسیدن روز جهانی افراد دارای معلولیت به ابتکار مجتمع رعد، مسابقات بوچیای استان تهران با حضور تیم‌های برتر این رشته در سالن جانبازان ورزشگاه بعثت برگزار شد. در این رویداد ورزشی مهم تیم‌های برتر استان در روزهای پنجشنبه و جمعه اول و دوم آذرماه با یکدیگر به رقابت پرداختند.

این دوره از رقابت‌ها که به مناسبت گرامیداشت ۱۲ آذر روز جهانی افراد دارای معلولیت با حضور ۵ تیم از دختران و پسران ورزشکار تهرانی در سالن جانبازان مجموعه ورزشی مادران و کودکان «بعثت» برگزار شد و فرصتی بود تا ورزشکاران با نیازهای ویژه تا توانایی‌های خود را به نمایش بگذارند.

مجتمع رعد برای برگزاری هر چه با کیفیت‌تر این مسابقات از داوران برجسته‌ای هیأت ورزش جانبازان و توان‌یابان استان تهران همچون: حسن فیروزی، مسعود محمدی، وحید ابراهیمی، تینا زارعین، مرضیه عامری، فرشته خزایی، مریم





0 مقام دوم: انور حسینی
0 مقام سوم: فرهاد جاویدکار

را هدایت کردند.
در ادامه نتایج کامل رقابت‌های دختران و پسران کلاس‌های
چهارگانه به شرح زیر اعلام شد:

آنت میناسیان در مراسم اهدا جام‌ها، مدال و جوایز تیم‌های قهرمان ضمن تبریک فرارسیدن ۱۲ آذر روز جهانی افراد دارای معلولیت، افزود: یکی از برنامه‌های اصلی مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد در کنار فعالیت در عرصه‌های آموزشی و اشتغال‌عزیزان دارای معلولیت، توجه به توسعه فعالیت‌های ورزشی از طریق تشکیل تیم‌های ورزشی، حضور تیم‌های ورزشی در رقابت‌های استانی و کشوری و همچنین برگزاری مسابقات ورزشی در مناسبت‌های مختلف است.

وی در ادامه افزود: امسال برای دومین سال پیاپی در تیم ورزشکاران دارای معلولیت مجتمع رعد با حضور در ماراتن بزرگ جزیره کیش با ۱۵ نفر ورزشکار شرکت خواهد کرد.

شایان ذکر است ورزشکاران ویلچرران با حضور ۲۳ نفر برای اردوی آمادگی طی ۶ ماه تمرینات ورزشی را دنبال کردند و در نهایت با نظر کمیته فنی مرکب از مدیر آموزش، مسئول کلینیک توانبخشی و مسئول ورزش مجتمع رعد ۱۴ ورزشکار انتخاب شد و روز جمعه ۹ آذر در ماراتن بزرگ کیش شرکت کردند

گفتنی‌ست مجتمع رعد در طول ۴ دهه فعالیت خود به طور رسمی از مسابقات ورزشی افراد دارای معلولیت به ویژه رشته بوچیا حمایت کرده است. این مجتمع با برگزاری مسابقات مختلف، فراهم کردن امکانات ورزشی و حمایت از ورزشکاران دارای معلولیت به توسعه این ورزش در ایران کمک کرده است که می‌توان به حضور تیم پسران و دختران رعد در لیگ‌های مختلف کشوری اشاره کرد، همچنین چندین ورزشکار بین‌المللی ایران در رشته بوچیا از جمله فاطمه بهمنی با کسب مقام قهرمانی آسیا عضو مجتمع رعد هستند. بوچیا یک ورزش پرتابی است که برای افراد دارای معلولیت جسمی و حرکتی طراحی شده است. این ورزش در سال ۱۹۸۴ در بازی‌های پارالمپیک معرفی شد و از آن زمان به بعد به یکی از محبوب‌ترین ورزش‌های پارالمپیک تبدیل شده است. در این ورزش، بازیکنان با پرتاب توپ‌های کوچک به سمت یک توپ هدف، سعی می‌کنند تا به آن نزدیک شوند.

بخش دختران:

- کلاس BC۱
 - 0 مقام اول: زهرا جوادی
 - 0 مقام دوم: لیدا اشرفی تهرانی
 - 0 مقام سوم: اکرم سهراب زاده
 - کلاس BC۲
 - 0 مقام اول: ظریفه احمدی
 - 0 مقام دوم: رومینا رحیمی
 - 0 مقام سوم: سحر خزایی
 - کلاس BC۳
 - 0 مقام اول: صدیقه واشقای
 - 0 مقام دوم: نگین عسگری
 - 0 مقام سوم: معصومه امینی
 - کلاس BC۴
 - 0 مقام اول: زلیخا باقری
 - 0 مقام دوم: فاطمه طارمی
 - 0 مقام سوم: فاطمه کربلایی
- بخش پسران:
- کلاس BC۱
 - 0 مقام اول: امیرحسین بنایی
 - 0 مقام دوم: مهرشاد نیکزادفر
 - 0 مقام سوم: برزین سوداگری
 - کلاس BC۲
 - 0 مقام اول: داود سربالوند
 - 0 مقام دوم: علی معراجی
 - 0 مقام سوم: امراله بداشی
 - کلاس BC۳
 - 0 مقام اول: سهراب صفری
 - 0 مقام دوم: علیرضا رسولی
 - 0 مقام سوم: امیر رضایی پور
 - کلاس BC۴
 - 0 مقام اول: علی اکبر دایبان



ورود ورزشکاران تیم مارا تن مجتمع رعد به جزیره کیش



شرکت در گردهمایی توجیهی مسابقه

شامگاه پنجشنبه هشتم آذر در میان ۲ هزار و ۱۵۰ نفر ورزشکار که برای شرکت در چهارمین دوره مارا تن بزرگ کیش در مکان برگزاری مراسم حاضر شده بودند، اعضا ۱۵ نفره مجتمع رعد حضور داشتند و ضمن آگاهی از قوانین و ضوابط این دوره، از نزدیک با مدیران و برگزارکنندگان شرکت پازن آشنا شدند.

در مراسمی که با عنوان گردهمایی توجیهی چهارمین دوره مارا تن بزرگ کیش برگزار شد، پیام دیباج مدیر شرکت طبیعت‌گردی پازن ضمن ابراز خرسندی از حضور ورزشکاران حرفه‌ای، غیرحرفه‌ای و توان‌یاب در این دوره از مسابقه مارا تن کیش، حضور بیش از ۲ هزار نفر ورزشکار را تحسین‌برانگیز توصیف کرد و افزود: امیدوارم به روزی برسیم که در اغلب شهرهای کشور بتوانیم جمعیت‌های ۱۰ تا ۱۵ هزار نفر را در مارا تن تجربه کنیم.

وی با یادآوری تلاش نهم ماهه گروهی بالغ بر ۱۰۰ نفر برای برگزاری مسابقه این دوره، افزود: برگزاری مسابقه‌ای در این وسعت و گستردگی بدون همکاری صمیمانه مدیران و مسئولان منطقه آزاد کیش ممکن نبود، همچنین آن گروه از حامیان مالی که در کنار پازن از مارا تن کیش حمایت کردند، سهم مهمی در موفقیت این دوره بر عهده دارند. سپس گروه موسیقی حیدو هدایتی با اجرای چند قطعه موسیقی محلی از استان بوشهر مراسم را ادامه داد و در بخش پایانی جشنواره پایا برگزار شد که با اهدای بسته‌های غذای آماده و نوشیدنی از ورزشکاران پذیرایی کردند.

گفتنی‌ست در این مراسم چند نفر از اعضا هیات مدیره و فعال گروه همیاری بانوان رعد برای تشویق ورزشکاران ویلچرران

در ادامه مجموعه برنامه‌های مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد به مناسبت گرامیداشت روز جهانی افراد دارای معلولیت، تیم مارا تن این مؤسسه پس از پشت سر گذاشتن ۶ ماه تمرین و حضور در اردوهای آماده‌سازی با ترکیب ۱۵ نفر ورزشکار روز هفتم آذر وارد جزیره کیش شد.

دومین حضور بی‌پای تیم مارا تن ورزشکاران دارای معلولیت مجتمع رعد با افزایش ۵۰ درصدی جهت شرکت در مارا تن بزرگ کیش مورد توجه بسیاری از برگزارکنندگان و ورزش دوستان قرار گرفت. این تیم پس از ورود به این جزیره برای دریافت بسته‌های ورزشی مسابقه به مرکز خرید و تجاری میکا مراجعه کردند و بعد از تکمیل فرم‌های شرکت در مسابقه، بسته‌های ورزشی خود را دریافت کردند.

شایان ذکر است تیم مارا تن رعد مرکب از ۱۵ ورزشکار خانم و آقا به نام‌های: حدیثه اصلانی، معصومه علیزاده، فریبا عسگری، مهری ذاکری، زهرا اسدزاده، خلیل عظیمی، حامد لطفی، مهرداد صفری، مسعود اتابکی، امیر علی نیک‌آئین، مجتبی رضایی نایه، بابک بهروزان، مصطفی درویش خضری، محمد کشاورز و حمزه قربانی در این رویداد ورزشی شرکت کرد و مسئولان واحدهای آموزش، ورزش، روابط عمومی و پشتیبانی تیم را حمایت کردند. همچنین یک نفر روانشناس ورزشی در این سفر در کنار تیم حضور داشت.

چهارمین دوره مارا تن بزرگ در مسافت‌های ۵، ۱۵ و ۴۲ کیلومتر روز جمعه ۹ آذر در جزیره کیش با حضور ۲۱۵۰ نفر ورزشکار برگزار شد.





همچون سال پیش در مراسم حضور داشتند که موجب دلگرمی و افزایش روحیه تیم شدند.

در بازگشت از این مراسم، ورزشکاران دقایقی به توصیه‌های حسین خرسند امیری یکی از قهرمانان با سابقه پارا دو و میدانی در رشته پرتاب نیزه گوش کردند. ایشان با سمت روانشناس ورزشی تیم از تجربیات شب قبل از مسابقه با ورزشکاران صحبت کرد و نکات مهمی را به اعضا تیم منتقل کرد و در ادامه پیراهن‌های مخصوص ماراتن کیش که به نشان اختصاصی مجتمع رعد و شرکت پازن مزین شده بود توسط اکبر خانی مسئول ورزش مجتمع رعد و سرپرست تیم بین ورزشکاران توزیع شد تا آنها با آمادگی کامل ساعت ۷ و ۳۰ دقیقه صبح جمعه ۹ آذر در مسابقه بزرگ ماراتن کیش شرکت کنند.

آمادگی تیم رعد دقایقی پیش از طلوع آفتاب

در آغازین دقایق صبح جمعه نهم آذر تیم ورزشکاران ماراتن رعد قبل طلوع خورشید برای شرکت در مسابقه سوار خودروهای مخصوص شدند و به محل مراجعه کردند.

تیم ورزشکاران ماراتن رعد با توانی مضاعف و روحیه‌ای بالا برای شرکت در مسابقه ماراتن صبح زود سوار خودروهای مخصوص شدند و پس از طی مسافتی در اسکله دامون محل آغاز مسابقه حاضر شدند. تیم دقایقی پیش از مسابقه با تمرینات ورزشی به گرم کردن مچ دست‌ها، مفاصل، کتف‌ها و بازوها پرداختند.

آنچه تیم ۱۵ نفره ماراتن رعد را از سایر شرکت‌کنندگان متمایز می‌کرد، لباس‌های آبی‌رنگشان بود که بسیار توجه سایر شرکت‌کنندگان و تشویق‌کنندگان را به خود جلب می‌کرد و عکاسان، خبرنگاران و نفرات حاضر با گرفتن فیلم و عکس از ورزشکاران تیم رعد آنها با کلمات تحسین برانگیز تشویق کردند و برایشان آرزوی موفقیت می‌کردند.

تیم رعد برای نخستین بار با همراهی حسین خرسند امیری به عنوان روانشناس ورزشی در این رقابت حضور پیدا کرده بود.



خط آغاز مسابقه با ورزشکاران رعد مسابقه را استارت زد

مطابق توافق سال گذشته تیم ورزشکاران رعد با استقرار جلوی دیگر ورزشکاران مسابقه ماراتن کیش را آغاز کردند و ۱۵ دقیقه پس از حرکت آنها دیگر شرکت‌کنندگان حرکتشان شروع کردند. این تیم پس از گذشت حدود یک ساعت و ۳۰ دقیقه همگی به تدریج از ایستگاه ۱۵ کیلومتر با موفقیت کامل عبور کردند و مدال‌های این مرحله را از دست مسئولان برگزارکننده دریافت کردند در مسافت ۱۵ کیلومتر بابک بهروزان با زمان یک ساعت و ۲۵ دقیقه و مصطفی درویش‌خضری با زمان یک ساعت و ۳۰ دقیقه و حامد لطفی با زمان یک ساعت و ۳۹ دقیقه رتبه‌های اول تا سوم را کسب کردند همچنین مه‌ری ذاکری به عنوان نخستین ورزشکار از میان بخش بانوان با موفقیت مسافت ۱۵ کیلومتر را پشت سر گذاشت.

هر چند برابر فرم ثبت‌نام تمام اعضا تیم رعد مسافت ۱۵ کیلومتری انتخاب کرده بودند اما در این میان خلیل عظیمی بدون آنکه از پیش از تصمیم خود دیگران را مطلع کند در یک انتخاب جسورانه مسافت ۴۲ کیلومتر را در پیش گرفت و با همت ستودنی

در این مسیر سخت تلاش کرد.

بر اساس این گزارش خلیل عظیمی با زمان ۵ ساعت و ۲۱ دقیقه مسافت ۴۲ کیلومتر و ۸۸۰ متری مسابقه را با موفقیت به پایان رساند و با این نتیجه موفق شد با این رکورد عنوان اولین ورزشکار ۴۲ کیلومتری تیم رعد در چهارمین دوره ماراتن کیش را به خود اختصاص دهد.

شایان ذکر است پانزدهمین عضو تیم ماراتن رعد به نام محمد کشاورز ویلچرانی بود که به صورت انفرادی ثبت‌نام کرده بود. وی سوابقی در رشته زیبایی اندام و فیتنس داشت و با پیشنهاد اعضا تیم رعد موافقت کرد در مسابقه ماراتن با لباس تیم ماراتن رعد شرکت کند و این اتفاق علاوه بر تکمیل تیم رعد به ۱۵ نفر موجب خوشحالی دیگر اعضا تیم شد.

گفتنی‌ست مراحل آماده سازی تیم رعد از خرداد تا آذر ادامه داشت و اعضا تیم در اردوی ناپیوسته در این مدت شرکت کرده بودند و در دومین دوره حضور تیم رعد در ماراتن کیش با افزایش ۵۰ درصدی نسبت به سال قبل که اعضا تیم از ۱۰ نفر بود به ۱۵ ورزشکار افزایش داشت و این یک دستاورد بزرگ برای ورزشکاران دارای معلولیت محسوب می‌شود.



in 2012 to ensure standards in tourism for individuals with disabilities, with an initial aim of promoting the term "Paratour" in this field. After extensive work in paratourism, Sheikgharaei shifted focus to food and its importance in tourist excursions.

13. On the Occasion of Mental Disability Awareness Day:



An article on new technologies that enable individuals with disabilities to perform daily tasks despite physical and mobility limitations.

14. The Strange and Extraordinary Future of the World is Near!

An article regarding the authorization of implanting a chip smaller than one millimeter into the human brain. This artificial intelligence chip has been tested on several animals, including monkeys and bears. It has also been implanted in the brain of an individual with a spinal cord disability, allowing them to restore their health by creating a communication bridge between the nerves and the spinal cord, enabling them to rise from their bed and walk!

15. How Does Artificial Intelligence Assist Individuals with Disabilities?



A compilation of information on the role of artificial intelligence in enhancing the lives of individuals with disabilities, by Nazanin Rahimzadeh.

16. What is "Phubbing" and How Does it Threaten Us?

Phubbing refers to the act of ignoring the people present by looking at one's mobile phone. This behavior, which was named in 2012, is a combination of two words: "Phone" and "Snubbing." Essentially, phubbing is a form of neglect towards social or familial relationships, which can have numerous negative effects.

16. The Sound of Raindrops

Azimeh Iranpour - Whisper

17. Book Introduction

Accessible Tourism for Everyone with an Emphasis on Tourists with Physical and Mobility Disabilities.



6. No Individual's Disability Has Prevented Cooperation with Cafe Bazaar

An interview with Ali Nasrabadi, responsible for developing Android applications at Cafe Bazaar. He shared his journey of joining Cafe Bazaar and discussed the site's activities. Engineer Nasrabadi, who participated in the Tawantak event for the first time this year, expressed his expectations from such events concerning individuals with disabilities.

7. I Learn More from the Children Than I Teach Them



An interview with Elham Salavati, a movement and form instructor at Ra'ad. In this dialogue, the instructor talked about her activities in the class and the impact that movement activities can have on the physical and mental well-being of her students.

8. I Hope for a More Human World by Accepting Differences and Being Kinder

An interview with Adele Mokhaberi, a psychology expert specializing in exceptional children and a translator discussing her life and activities. After earning her bachelor's degree, Adele focused on enhancing her English skills, translating books on disabilities that assist in improving the lives of these individuals. To date, she has published three books.

9. We Said 'Ya Ali,' and Our Love Began!



An interview with a couple of athletes who both experienced disability due to polio in their lower limbs during childhood. Khalil started athletic training in track and field at the Shahid Shiroudi Stadium at the age of twenty, encouraged by a friend. Azar, familiar with volleyball since school, continued this sport after high school at the Samiyeh club, which accommodates individuals with disabilities. This athletic couple has won multiple medals in various competitions.

10. International Day of Persons with Disabilities: A Day of Demonstration and Slogans!



A critical note by Fatemeh Konehaneh regarding the slogans presented by government institutions in honor of individuals with disabilities on International Day of Persons with Disabilities, while noting that there is little tangible progress in improving their lives.

11. Death or Oblivion

A poem by Azam Niazmand.

12. A National Event in the Field of Disability and Food



An interview with Mohammad Ismail Sheikgharai, CEO of the Cultural and Sports Association for Disabled Tourists of Pars (Paratour) and Secretary of the Accessibility Tourism Table at the Ministry of Cultural Heritage. He founded the Pars Paratourism Association



1. Editorial

2. We Have Come Close to Many of Our Aspirations!



An interview with Shahin Tabari discussing the Tawantak event, which prominently featured individuals with disabilities both as facilitators and business owners at the international exhibition. In this conversation, Tabari emphasized the role of technology in the lives of people with disabilities. He believes that technology serves as a window through which one can access its benefits without discrimination or consideration of individual differences.

3. Let Us Be the Great Rulers of Our Small Lands

An interview with Pouria Alam, journalist and author for children and adults. With the slogan "Let's Listen to Good Literature Well," he founded the Radio Gousheh six years ago to produce audiobooks and podcasts. Alam, along with his friends, has taken significant steps toward making the Android application "Ayqesseh" accessible for visually impaired children and their parents.



4. When the Rights of Individuals with Disabilities Are Recognized on Virtual Platforms



In the context of web accessibility at the Tawantak event, we met with the managers of the Divar website, who have been considering the accessibility of this site's advertisements for several years. We arranged a discussion to learn about the history, goals, and vision of the company, engaging in dialogue with four founders and managers of the site.

5. It Is Necessary for Technology Diplomacy to Be Activated in Our Country



An interview with Davood Masoudi, Secretary-General of the Employers' Association for Artificial Intelligence and Digital Economy in Iran. In this conversation, Engineer Masoudi discussed the reasons for establishing this association and the services it can offer to various businesses, as well as the role that artificial intelligence has played in improving the lives of individuals with disabilities by introducing various tools that contribute to better living conditions.

