

خانوادگی



مثل همیشه و به روال عادی زندگی کنید.

نگذارید حال خانه به هم بریزد.

مادر بمانید، زن بمانید و خانه را و خانواده را در آغوش بگیرید.

در خانه، موسیقی حماسی گوش کنید و از پایداری، مقاومت و جهاد حرف بزنید.

از خاطرات جنگ بگویند که چگونه نسل قبل، کشور را در برهه های سخت، نجات داده و به دست ما سپرده است.

به دخترهایتان یاد دهید که آن ها هم نقش آفرین باشند و در کارها به شما کمک کنند.

با بچه ها صحبت کنید. از امنیت ملی و داخلی بگویند و نگذارید بترسند، یکی از وظایف شما این است که قهرمان پروری کنید.

در خانه، پیروزی های تحقق وعده صادق را جشن بگیرید و شادی کنید.

صدقه بدهید.

اجتماعی



ندری های خوشمزه بپزید و چون کمی وضعیت خاص است، فقط به خانواده هایی بدهید که شمارامی شاسند و اعتماد دارند.

نذر صلوات بردارید و مثلاً در یک گروه مجازی خانوادگی، تعداد صلوات ها را تقسیم کنید.

از مسئولیتی بگویند که بر دوش ماست. از عشق عاشورایی و ظهوری سبز بگویند که در سینه ماست. از وطن، از ایران و از امنیتی بگویند که ثمره خون شهیدان است.

سفره ندی پهن کنید و همین همسایه های ساختمان خودتان را دعوت کنید تا بیایند و دور هم برای نابودی اسرائیل دعا کنید.

اقتصادی



هزینه های ضروری مانند مسکن، خوراک، بهداشت و درمان را در اولویت قرار دهید و برای آن ها بودجه بندی کنید.

هزینه های غیرضروری مانند تفریحات، خرید کالاهای لوکس و اشتراک های غیرضروری را کاهش دهید.

مقداری از درآمد خود را برای پس انداز و سرمایه گذاری کنار بگذارید.

از خرید های غیرضروری پرهیز کنید.

بهداشتی



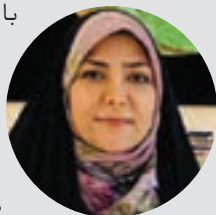
بهتر است کیفی از داروهای مورد نیاز در شرایط اضطراری و برخی اقلام بهداشتی را آماده کنید و کنار بگذارید. مسکن ها و داروهای بیماری های خاص در اولویت هستند.

ابزاری مانند دماسنج، انبر، قیچی کوچک، ضد عفونی کننده از جمله بتادین و الکل، گاز استریل، بانداژ و چسب زخم همراه داشته باشید.

زنان فعالان رسانه ای در بحران

+ یادداشت

فاطمه محمدزاده
دکترای علوم سیاسی و روابط بین الملل



با نگاهی به دوران هشت سال دفاع مقدس، شاهد این هستیم که زنان در پشت جبهه، در تدارکات، پخت غذا، دوخت لباس رزم، جمع آوری کمک های مردمی و مراقبت از مجروحان، نقش مهمی داشتند. آن ها گاه شبانه روز کار می کردند تا فرزندان، همسران و پدرانشان با قوت قلب بیشتری به میدان نبرد بروند. فراتر از این در زمانه ای که اضطراب، داغ دیدگی و ناامنی روانی در جامعه رواج یافته بود، زنان با نقش های مادری، همسری، معلمی و پرستاری، ستون فقرات جامعه باقی ماندند. آنان نگذاشتند که خانواده از هم بپاشد یا کودکان از تحصیل بازمانند و در کنار آن نیز به فعالیت های رسانه ای، فرهنگی و هنری نیز پرداختند. در آن ایام و حتی تا به امروز زنان نویسنده، شاعر، خبرنگار و هنرمند در عرصه بیان رشادت ها و ایثارگری های هشت سال دفاع مقدس، به دنبال حفظ این میراث غنی و فرهنگ عظیم شهادت بودند و با خلق آثار فرهنگی خود به روایت مقاومت و تبیین واقعیت های جنگ پرداختند. آن ها نه فقط حافظ حافظه تاریخی، بلکه سازنده گفتمان مقاومت بودند.

و اما امروز در بحبوحه حملات و تجاوز به حریم کشورمان توسط رژیم منحوس اسرائیل، بار دیگر زنان کشورمان به نقش آفرینی خود ادامه خواهند داد؛ چراکه ایران همیشه با حفظ وحدت و همگرایی مردمش، در هر نبردی پیروز بوده و شیر زنان ما همیشه در خط مقدم خانواده خود به ایفای نقش پرداخته اند؛ از قوت قلب دادن به فرزندان و همسران برای دفاع از میهن تا پشتیبانی در عرصه های مختلف. در همین راستا لازم است به چند راهکار برای نقش آفرینی بیشتر بانوان در این عرصه اشاره کنیم.

ثبت و بازخوانی روایت زنان از جنگ

بیان روایت ها و تاریخ نگاری از جنگ ها، هویت فرهنگی یک ملت است. نوشتن و نگارش خاطرات، ساخت مستند، فیلم و تولید محتوای دوران جنگ و نقش آفرینی افراد به ویژه زنان، می تواند هم به حفظ میراث فرهنگی کمک کند و هم الگویی الهام بخش برای نسل های آینده باشد.

نهادینه سازی فرهنگ پایداری در خانواده

با آموزش های رسانه ای یا آموزش های چهره به چهره در مساجد، محلات یا در اقوام و دوستان می توان روحیه ایثار و مشارکت را از طریق نقش های مادری و تربیتی زنان، در میان نوجوانان و جوانان نهادینه کرد.

استفاده از ظرفیت رسانه برای بازنمایی نقش زنان در جنگ

امروز هر نفر خود یک رسانه است و زنان به جای نگرانی از روایت های حاشیه ای، دامن زدن به شایعات و ابهامات جنگ، تصویری واقعی و قدرتمند از مبارزه غیورمردان ایرانی در دفاع از میهن را می توانند به جامعه ارائه دهند. ساخت کلیپ، عکس نوشت، پادکست ها و کمپین های رسانه ای می تواند در این مسیر مؤثر باشد و روایت درستی از آنچه در جامعه در حال رخ دادن است، به تصویر کشیده شود.