

اجرای طرح «ترنم زندگی» در منطقه ۴ حائز رتبه برتر در میان مناطق سیزده گانه مشهد شد

## طرحی برای آرام تر زیستن

۴

عیدگاه

دریافت مشاوره فردی به مراکز تخصصی آستان قدس رضوی معرفی کردیم تا کمک دقیق تری برای مسائلشان دریافت کنند.» وی با اشاره به محلات تحت پوشش این طرح می گوید: محلات رده، التیمور، پنجتن، شهید قربانی، فجر، کوی مهدی، وحید، گلشور و تلگرد در قالب این طرح، خدمات متنوع اجتماعی و فرهنگی دریافت می کنند.

### ● مشاوره دیگر غریب نیست

زینت سادات رئوف علیزاده، یکی از مشاوران حاضر در کلاس های ترنم زندگی، معتقد است این طرح، مشاوره را از قاب غریب و نا آشنا برای خانواده ها بیرون آورد و به یکی از نیازهای روزمره زندگی شان تبدیل کرد؛ «ما خیلی از تصورات اشتباه را در همین کلاس ها تغییر دادیم؛ مثلاً اینکه مشاوره فقط برای وقتی است که کار از کار گذشته.» رئوف علیزاده به درخواستی همیشگی از سوی مادران اشاره می کند: «اغلب آن ها بعد از پایان جلسات، می پرسند چرا این کلاس ها فقط برای مادران است؟ چرا پدران یا زوج ها نباید حضور داشته باشند؟ این درخواست کاملاً بجاست. وقتی هر دو طرف آموزش ببینند، تغییر ماندگارتر خواهد بود.» و البته همه این حرف ها، زمانی جان می گیرد که به روایت مادری برسیم که تأثیر ترنم را در زندگی شخصی اش دیده است. خانم حسینی، یکی از شرکت کنندگان، درباره تجربه اش می گوید: مدت ها بود که رابطه پسر و همسرش تلخ شده بود. من هم پراز استرس و نگرانی بودم. حضور در این جلسات، به من آموخت که چطور حرف بزنم، چطور رفتار کنم. همین نکات ساده باعث شد فضای گفت و گو بینشان باز شود و زندگی مان شیرین شود.

آن انجام دادیم که هم استاد بهتر بتواند ارتباط بگیرد، هم مخاطب راحت تر سؤال هایش را بپرسد. نتیجه اش هم مشخص شد؛ هم در رضایت شرکت کنندگان و هم در خروجی بهتر جلسات.»

### ● فراتر از کلاس، از همایش تا نمایشگاه

به گفته او، فعالیت های طرح ترنم زندگی تنها محدود به کلاس ها نبوده است. همایش، نمایشگاه، اکران فیلم و جلسات نقد و بررسی نیز ذیل همین طرح در مساجد محوری و مدارس منطقه برگزار شده است. خاتونی به آمار سال گذشته اشاره می کند: «طرح را از خرداد سال گذشته تا اسفند برگزار کردیم. در این بازه زمانی ۴۲ مسجد و یازده مدرسه میزبان برگزاری کلاس ها و همایش ها بودند و در مجموع ۴۲۹ کلاس برای حدود ۲ هزار نفر از شهروندان منطقه برگزار شد. همچنین هفتاد نفر از شهروندان را برای

فیضی | حدود چهار سال پیش، طرح «ترنم زندگی» از سوی سازمان اجتماعی و فرهنگی شهرداری مشهد به مناطق سیزده گانه شهر ابلاغ شد تا مناطق بر اساس دستورالعمل و آیین نامه مشخص، مجری آن باشند. این طرح که با هدف آموزش تاب آوری، مهارت افزایی و ارائه مشاوره های فردی طراحی شده بود، از خرداد سال گذشته در منطقه ۴ شهرداری مشهد با جدیت بیشتری پیگیری شد و در ۹ محله این منطقه به اجرا درآمد. نتیجه این تلاش ها، کسب رتبه برتر در میان مناطق شهری مشهد بود؛ جایگاهی که نشان می دهد «ترنم زندگی» نه فقط روی کاغذ، بلکه در زندگی روزمره شهروندان منطقه نیز اثرگذاری ملموسی داشته است.

### ● طرحی که فراگیر شد

معاون فرهنگی اجتماعی شهرداری منطقه ۴، در گفت و گو با ما، آغاز اجرای این طرح را چهار سال پیش عنوان می کند: «سال ۱۴۰۰ بود که اجرای طرح ترنم زندگی به منطقه ابلاغ شد. ما ابتدا طرح را محدود اجرا کردیم اما از خرداد پار سال با چارچوبی دقیق تر و محورهای مشخص پرشورتر ادامه دادیم. مخاطب ما عمدتاً مادران و دختران بودند و کم کم موضوعات را گسترده تر کردیم.»

صادق خاتونی خادار از موضوعات متنوع این دوره ها می گوید: از آموزش تاب آوری و کنترل هیجان گرفته تا تربیت فرزند و مهارت های پیش از ازدواج. او معتقد است یکی از دلایل اصلی استقبال شهروندان، کیفیت خوب کلاس ها بوده است: «برای هر کلاس، سقف هجده نفر تعیین کردیم. این کار را برای



مسجد حسین بن علی<sup>(ع)</sup>، در سالروز شهادت حضرت رقیه<sup>(س)</sup>، میهمانانی ویژه داشت

## روضة مادر فرزندی

۳



مکان نما



### ● به یاد کودکان مظلوم غزه

۱۵۰ مادر شرکت کننده در این مراسم از محلات مختلف گلشهر تا پنجتن، طبرسی شمالی، مهرگان، عباس آباد و گاز، در دورهمی معنوی خود به یاد کودکان غزه هم بودند و از جنایات ددمنشانه رژیم صهیونیستی علیه آنان اعلام انزجار کردند؛ برزنونی می گوید: برخی مادران حاضر در این برنامه که قصد برگزاری مراسم عقیقه، سور و تولد داشتند، هزینه این برنامه ها را برای کمک به غزه تقدیم کردند. مادر دیگری هم که بعد از چندین سال صاحب فرزند شده بود و بنا داشت مراسم دندانی برای فرزندش برگزار کند، به یاد رنج و محرومیت کودکان غزه، از این اقدام منصرف شد و به جایش چند بطری شیرخشک به مادران نیازمند اهدا کرد.

در پایان مراسم که هم زمان بود با برگزاری اردوی جهادی درمان ناباوروری، بسته پوشک و غذا در اختیار مادران و خانواده هایشان قرار گرفت که روی آن ها جملات مشوق فرزندآوری و نقش مادر در محور مقاومت نقش بسته بود. خانم برزنونی معتقد است: این دست برنامه ها ضمن کمک به تغذیه و سلامت مادر، جنین و کودکان، نوعی ارزش گذاری به جایگاه مادران و اعلام حمایت از آن ها است که بدانند ولو در همین حد مورد توجه هستند و فراموش نشده اند. مسئول گروه جهادی شهدای برزنون با اشاره به اینکه این گروه مکان استقرار مشخصی ندارد و بیشتر در فضای مجازی آن هم با

زهر شریعتی | مسجد حسین بن علی<sup>(ع)</sup> طبرسی شمالی سه شنبه گذشته، میزبان مراسمی متفاوت بود؛ برنامه ای فرهنگی، سیاسی، معنوی اما از جنس مادر و فرزندی که به بهانه سالروز شهادت حضرت رقیه<sup>(س)</sup> و همت گروه جهادی شهدای برزنون و با همکاری هیئت زینب کبری<sup>(س)</sup> و پایگاه ام لیلیا برگزار شد تا فرصتی باشد برای حمایت از مادران و کودکانی که در هیاهو و دغدغه های بی پایان زمانه تقریباً فراموشی شده اند.

### ● توزیع غذا، متفاوت با همیشه

معصومه برزنونی، مسئول گروه جهادی شهدای برزنون، توضیح می دهد: با توجه به اینکه محور فعالیت ما در گروه جهادی، حمایت از فرزندآوری و مادران است، همراه تعدادی غذای گرم تهیه و در مهد کودک خود ما مساجد محله بین مادران و خانواده هایشان توزیع می شد اما این ماه با توجه به تقارن روز توزیع غذا با ایام شهادت حضرت رقیه<sup>(س)</sup> و از طرفی درخواست مادران برای برگزاری دورهمی های مستمر، تصمیم گرفتیم توزیع غذا در قالب مراسم روضه صورت گیرد.

این طور می شود که فراخوان برنامه را برای مادران باردار و دارای شیرخوار کمتر از یک سال در کانال خودشان اعلام می کنند که با استقبال خوب مادران مواجه می شود.

### ● عزاداری بدون استرس

مریم خانم، یکی از مادران شرکت کننده در مراسم که از برگزاری آن بسیار راضی و ذوق زده است، می گوید: ما خانم هایی که چند فرزند داریم در ایام محرم و صفر یا نمی توانیم به روضه برویم یا اگر برویم یک یا دو بچه همراهمان است و بچه های دیگر در خانه اند. این باعث می شود چیزی از روضه متوجه نشویم؛ چون همه حواسمان به خانه است و نگران بچه ها هستیم. این برنامه مجالی شد تا با خیال راحت با همه فرزندانمان در یک روضه و دورهمی شرکت کنیم و بچه ها هم آزادانه در فضای امن مسجد بازی کنند.