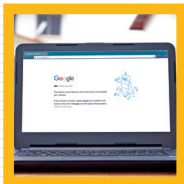




پاسخگویی و شفافیت پیش نیاز طرح اصلاح اقتصادی
گام نخست مدیریت توزیع عادلانه یارانه‌ها روندی است که در آینده اثرات مثبت آن بیشتر دیده می‌شود

۱۰



۱۱

سایت مورد نظر چرا در دسترس نیست؟
با راهکارهای ساده فنی می‌توان مشکل از دسترس خارج شدن سایت‌های دولتی را رفع کرد



۱۲

آرامش خرید در تهر بار
گزارش همشهری از وضعیت عرضه کالاها ی اساسی با قیمت‌های جدید در تعدادی از میدان میوه و تره‌بار تهران

همیشه یک جامعه



کتاب همشهری حقیقی کیوردی

اتاقی از آن خود

نگاهی به زندگی جمعی در مراکز شبانه‌روزی شیر خوار گاه‌ها، خانه سالمندان و مراکز شبانه‌روزی نگهداری از نوجوانان فاقد سرپرست

گزارش
مرضیه موسوی
روزنامه‌نگار

شیر خوار گاه‌ها، مراکز شبانه‌روزی تحت حمایت بهز یستی برای نگهداری از نوجوانان، مراکز نگهداری از معلولان و مراکز سالمندان از جمله مراکزی هستند که روح زندگی جمعی در آنها جریان دارد؛ زندگی‌ای که شناسنس تجربه‌های خصوصی و داشتن حریم شخصی در آن کم‌رنگ‌تر است. اگر بای ز ددل افرادی که در این مراکز شبانه‌روزی زندگی می‌کنند یا مددکاران و داوطلبانی که در این مراکز مشغول فعالیتند بنشینید، جزئیاتی از زندگی روزمره را مثال می‌زنند که جایشان در زندگی در آسایشگاه‌ها خالی است. جزئیاتی که می‌توانند تأثیر عمیقی روی کودکی و نوجوانی افراد بگذارند و اغلبشان ختم می‌شود به نداشتن اتاقی از آن خود.

احتمالا فرد بر تن کودک دیگری است. «اسباب‌بازی‌ها، وسایلی عمومی هستند که در اتاق بازی همه با هم از آنها استفاده می‌کنند. زندگی جمعی در شیرخوار گاه‌ها و مراکز نگهداری از کودکان، حسرت‌های کوچک اما عمیقی در دل بچه‌ها می‌کارد. شیرین می‌گوید: «به یکی از بچه‌هایی که به مهد کودک می‌رفت، چند بو چسب کار تونی دادم. هدیه بسیار کم‌ارزشی بود. اما می‌دیدم که از داشتن آن چه دوقی در چشمانش می‌درخشید؛ این بچه چیزی را در اختیار داشت که دیگران نداشتند و منحصر به خود او بود. بارها به چشم دیده‌ام که حتی یک شکلات کوچک، برای بچه‌ها چقدر با ارزش‌تر از تئذیه پر و پیما یی است که هر روز با خود به مهد کودک می‌برند. برای آنها، با همه کوچکی‌شان، مهم است که چیزی از آن خود داشته باشند.»

«پهنوش» ۱۲سال دارد. قبل از اینکه به ۷سالگی برسد از شیر خوار گاه آمینه به مرکز شبانه‌روزی باغ فرشته منتقل شد و تا همین یک سال پیش ساکن این مرکز بود و در کنار بیش از ۶۰دختر دیگر زندگی می‌کرد. پهنوش که از ناحیه دو دست و دو پا دارا ی معلولیت است، یک سالی است که به کمک خیران توانسته زندگی مستقلی برای خود دست‌وپا کند و اصطلاحا از مرکز شبانه‌روزی ترخیص شده است. او می‌گوید: «از زمان تولد تا ۲۶سالگی در فضای جمعی زندگی کردم اما هیچ وقت نتوانستم به این نوع زندگی عادت کنم. هیچ روزی از همه این سال‌ها خلوتی برای خودم نداشتم و حتی هنگام شب هم احساس می‌کردم خبری از آسایش نیست. با وجود داشتن وسواس، مجبور به استفاده از سرویس بهداشتی و حمام عمومی بودم. همه دارایی من در ۲۶سال گذشته، چند دست لباس بود که در کشو و کمد در مرکز باغ فرشته نگهداری می‌کردم.»

زندگی برای او، از وقتی توانسته مستقل شود شکل دیگری به خود گرفته. پهنوش در یک سال گذشته ساده‌ترین خوشی‌هایی را که هر فردی در زندگی شخصی تجربه می‌کند با ن‌تک‌تک سلول‌های خود در ک کرده است. او می‌گوید: «در

ایران به‌سوی سالمندی
کتکته

۲۳دهه پیش‌رو، سال‌های تعیین‌کننده‌ای برای سلامت جسم و روان جمعیت ایران خواهد بود؛ سال‌هایی که طی آن پیش‌بینی می‌شود جمعیت جوان و میانسال کشور رو به پیری و کهنسالی حرکت کند. طبق آمارهای رسمی سرشماری سال ۱۳۹۵، بیش از ۴۴درصد از جمعیت ۸۰میلیونی کشور را گروه سنی ۳۰ تا ۶۰سال دربر می‌گیرد؛ بازه‌سنی‌ای که بعد از ۱۴۳۰ در رده سالمندان قرار می‌گیرند. به‌نظر می‌رسد تجربه زندگی جمعی در آسایشگاه‌ها برای تعداد قابل توجهی از این جمعیت سالمند گریزناپذیر باشد. این در حالی است که زیرساخت‌های اجتماعی برای سلامت جسمی و روحی سالمندان در همین سال‌ها هم فراهم نیست.

تجربه سال‌ها فعالیت مراکز نگهداری از سالمندان نشان می‌دهد این مجموعه‌ها نیاز اساسی به تغییر ساختار فیزیکی دارند. اداره تعاملی این مراکز و انجام فعالیت‌هایی که به ساکنان آسایشگاه‌ها احساس مفید بودن بدهد، یکی از مؤثرترین راه‌حل‌ها برای از بین بردن مشکلات سالمندان با این مراکز است؛ مسئله‌ای که باعث می‌شود بر خلاف گروه‌های سنی پایین‌تر، از زندگی جمعی با گروه همسالان خود احساس رضایت بیشتری داشته باشند.

زندگی جمعی تصمیم‌ها به صورت جمعی گرفته می‌شود. خیلی وقت‌ها ممکن است دلت نخواهد کسی را ملاقات کنیبد، اما ساعت برخی برنامه‌ها از قبل مشخص شده و نمی‌توان از آنها گریزی داشت. تصور کنیبد که هر روز مجبور به دیدن فردی هستیبد که علاقه‌ای به معاشرت با او نداریبد. یا مثلاً اگر دوستی در مدرسه و جاهای دیگر پیدا کرده‌ایبد، نمی‌توانیبد او را به محل زندگی خودتان دعوت کنیبد چون فکر می‌کنیبد امکان پذیرایی دلخواهتان را نداریبد.»

پهنوش قوانین ساده‌ای را که در مراکز شبانه‌روزی باید به آنها پایبند بود مثال می‌زند که زندگی جمعی را برای او سخت‌تر از هر زمانی می‌کرد: «برای رفت‌وآمد به بیرون از مرکز، باید برگه‌ای را بر می‌کردیم تا مسئولان مرکز در جریان باشند. همین یک اتفاق به ظاهر کوچک باعث می‌شد فکر کنم در زندانی بزرگ زندگی می‌کنم و همیشه تحت کنترل هستم» و یادآوری می‌کند که به زندگی‌ای فکر کنیبد که هیچ حریم شخصی‌ای برای پنهان کردن هیچ چیزی، حتی یک برگه کاغذ، در آن نداریبد: «لطیفان‌های دوره بلوغ و بسیاری دیگر از مراحل رشد ما در شرایطی گذشت که هیچ کنج دنجی برای خودمان نداشتیم؛ جایی که هیچ کس به آن راه نداشته باشد و مثلاً بتوانیم یک دل سیر گریه کنیم.» ترخیص پهنوش از مرکز شبانه‌روزی، برای او حکم شروع زندگی را داشت و استقلال کرایه‌ها و احتمال بازگشت او به مرکز شبانه‌روزی، کابوس شبانه‌روزی‌اش شده. او می‌گوید: «پدرم که اتفاقاً وضع مالی خوبی هم دارد، بسیار فرد خسیسی است. برای مستقل شدن، مدیر مرکز بارها و بارها با او صحبت کرد تا راضی‌اش کند پول پیش این خانه ۰۰متری را برای من بپردازد. حالا که شنیده باید ۰۰ میلیون تومان به پول پیش اضافه کند من را تحت فشار گذاشته که به مرکز شبانه‌روزی برگردم. به برگشت به زندگی جمعی که فکر می‌کنم انگار دارم کابوس سختی را می‌بینم. در یک سال گذشته معنای آرامش و در اختیار داشتن حریمی شخصی را به‌خوبی حس کردم. هرچه از هر روزش که تعریف کنم،

کشوه‌ای ۳طبقه‌ای است که کنار تخت هر فرد قرار دارد. از عکس‌های خانوادگی گرفته تا کیف پول رنگ و رو رفته و تک و توک خوراکی‌هایی که طعم زندگی گذشته را برای آنها زنده می‌کنند در کشوها به چشم می‌خورد؛ به‌ویسکیت‌های وانیلی و فنگ نمکی و... که به ندرت و با وسواس گاهی یکی دو پر از آن خورده می‌شود. زمان در این مراکز برای ساکنان آن به کندی می‌گذرد. احساس بیپهودی و ناکارآمدی، مهم‌ترین مشکلی است که مراکز شبانه‌روزی هرقدر هم که خدمات می‌کنند خوشایند نیست؛ زندگی جمعی بسیاری از اختیارات را از آنها می‌گیرد و آنها را با محدودیت‌های زیادی روبه‌رو می‌کند. البته با شرایط امروز چنین اتفاقی اجتناب‌ناپذیر می‌شود.»

او در سال‌های گذشته ۱۰انفر از دختران ساکن در مرکز شبانه‌روزی باغ فرشته را ترخیص کرده تا زندگی مستقل یا نیمه مستقل خودشان را تجربه کنند. سعد آبادی می‌گوید: «بهترین حالت این است که تا قبل از سن قانونی، مهارت‌های لازم را به بچه‌ها یاد دهیم تا بتوانند بدون وابستگی به کسی زندگی مستقلی داشته باشند. متأسفانه شرایط مالی و امکانات موجود در مراکز کمتر چنین فرصتی در اختیار ما می‌گذارد. با فرض اینکه بچه‌ها چنین توانایی‌هایی را هم به‌دست بیاورند، برای مستقل کردن آنها به امکانات مالی زیادی نیاز داریم؛ تأمین مسکن و وسایل اولیه زندگی و مستمری‌ای که این بچه‌ها بتوانند با آن روزگار بگذرانند کار ساده‌ای نیست. همین امروز ما حدود ۱۵دختر در مرکز باغ فرشته داریم که آمادگی مستقل شدن را دارند اما بودجه و حمایت مالی کافی برای این اتفاق را ندارند.»

مهارت‌آموزی، همان کلید گمشده‌ای است که به کمک آن می‌توان سلامت روحی و جسمی سالمندان در دهه‌های آینده را هم بالاتر برد.

میانسانی و سالمندی
«خانه سالمندان» با آنچه معمولاً در فیلم‌های تلویزیونی به تصویر کشیده می‌شود تفاوت دارد؛ ساختمانی که در اتاق‌های چند نفره آن، سالمندانی با چهره‌های مات و مهیوت از آلزایمر روی تخت خود نشسته‌اند یا در گروه‌های چند نفره کوچک، روی ویلچر نشسته و دور هم جمع شده‌اند و به‌نظر می‌رسد سال‌هاست که دیگر حرفی برای گفتن ندارند. حمام بردن یک روز در میان، غذا در دهان سالمندان گذاشتن، کمک به گذاشتن سالمندان از تخت روی ویلچر و از ویلچر روی تخت، رساندن بموقع دارو‌ها، تعویض لباس‌هایی که در روز چندباری کثیف می‌شود و... فرصتی برای مددکاران و کارمندان مراکز نمی‌گذارد تا به احوالات شخصی سالمندان رسیدگی کنند؛ زندگی جمعی در مرکز نگهداری از سالمندان بیشتر حول محور سلامت می‌گذرد و گذران زندگی با کمترین رنج. میزهای شش‌پرچ داخل حیاط خالی است. اغلب سالمندان رغبتی به بافتنی و گلدوزی ندارند و در سکوت روزگار می‌گذرانند. شخصی‌ترین فضای آسایشگاه‌های سالمندان،

عددبازی



۱۰هزار

کودک هم‌کنون در شیر خوار گاه‌ها و مراکز شبانه‌روزی نگهداری از کودکان بی‌سرپرست و فاقد سرپرست مؤثر زندگی می‌کنند.



۸۰میلیون نفر

تخمین حدودی جمعیت کشور ایران طبق سرشماری سال ۱۳۹۵ است.



۹٫۹درصد

جمعیت کل کشور را امروز سالمندان بالای ۶۰سال تشکیل می‌دهند. افراد بالای ۶۵سال اسامال ۶٫۴درصد از جمعیت کشور را به‌خود اختصاص داده‌اند.



۳٫۶۲درصد

نرخ رشد جمعیت سالمندی در ایران در دهه اخیر است که نسبت به رشد کلی جمعیت افزایش ۱۳برابری دارد.



۴۰درصد

از جمعیت کشور، طبق پیش‌بینی‌های جمعیت‌شناسان در دهه ۳آینده ایران، جمعیت سالند هستند.



یادداشت

خلوتی برای رشد خودشناسی و آرامش

حریم خصوصی از زمان کودکی تا کهنسالی برای ما انسان‌ها کاربردهای مختلفی دارد و می‌توان گفت در هر سنی داشتن این حریم ضروری است. بحث مهمی که امروزه در جوامع پیشرفته مطرح است، حفظ حریم خصوصی کودکان در سنین پایین و در اجتماع کوچک خانواده است. کودکان در این سن با داشتن فضای شخصی، فرصت می‌کنند خودشان را بهتر بشناسند، بدانند که در چه زمینه‌ای استعداد دارند و به چه چیزی علاقه‌مند هستند و از چه چیزهایی خوششان نمی‌آید. حریم شخصی در سنین پایین باعث اهمیت دادن کودکان به خودشان می‌شود؛ نه به معنای خودشیفتگی و خودخواهی بلکه به معنای خودشناسی و درک بهتر درونیات خود.

کشورهای پیشرفته امروز کودکان فاقد سرپرست مؤثر را نه در مراکز جمعی بزرگ، بلکه به شبهه خانواده‌ها می‌سپارند تا در آنجا فضایی بسیار شبیه فضای یک خانه را تجربه کنند و آنجا رشد کنند. حتی برای خانواده‌هایی که امکان تشکیل این شبهه خانواده‌ها را دارند حمایت‌هایی قائل هستند و آنها را تشویق می‌کنند. این اتفاق دلیل مشخصی دارد؛ وقتی از یک مرکز بزرگ با تعداد زیادی کودک صحبت می‌کنیم، می‌دانیم که صرفاً مشغول «نگهداری» از این کودکان هستیم چرا که مربی‌ها و کارکنان این مراکز مدام در گیر برطرف کردن نیازهای اولیه‌ای مثل نگهداری و غذا دادن و سلامت جسمی کودکان هستند. کودکان در چنین فضایی، حریم شخصی ندارند و به همین اندازه از تربیت و پرورش هم محروم می‌شوند. در چنین مراکزی که زندگی جمعی در گروه بزرگی جریان دارد، کودکان شناسن زیادی برای مهارت‌آموزی هم ندارند. همچنین در اغلب موارد در ارتباط برقرار کردن با دیگران هم دچار مشکل می‌شوند. وقتی جمعیت را در این مراکز کمتر کرده و تمرکز بیشتری روی هر کودک داشته باشیم، می‌توانیم تربیت مؤثرتری هم داشته باشیم.

زندگی در آسایشگاه‌هایی که بزرگسالان و سالمندان در آن نگهداری می‌شوند هم چندان خالی از اشکال نیست. نداشتن حریم شخصی و گذران زندگی عادی، این افراد را هم با مشکلات زیادی روبه‌رو می‌کند. هر چه افراد به سن میانسانی و پیری نزدیک می‌شوند، علاقه کمتری به قضاوت شدن توسط دیگران، امر و نهی شنیدن و سر و کله زدن با نظرات مختلف دارند. برای همین حریم شخصی و داشتن خلوتی برای خود در این سنین برایشان بسیار مقتمن است؛ برای هر فردی مهم است زمانی که نیاز به تنهایی دارد، بتواند به خلوت خود برود بدون اینکه کسی مزاحمتی برای او ایجاد کند. با از بین رفتن این خلوت در مراکز، مثل خانه‌های سالمندان، افراد از سالمندانی خوش‌رو و خوش‌خلق به افرادی گوشه‌گیر و منزوی تبدیل می‌شوند که حتی حوصله خودشان را هم ندارند. الگوهای رفتاری در بین این گروه از سالمندان نشان می‌دهد آنها یی که فاقد خلوتی خصوصی از آن خود هستند، از دیگران فاصله بیشتری می‌گیرند و با افسردگی و انزوا دست و پنجه نرم می‌کنند؛ درحالی‌که در این سن در عین حال به شاد‌های گروهی و جمعی هم نیاز دارند.

از طرفی می‌دانیم زندگی در مراکزی مثل آسایشگاه سالمندان، مسئولیت‌های و فعالیت‌های این افراد را محدودتر از هر زمان دیگری می‌کند. فعالیت‌های روزمره‌ای مثل غذا پختن، رسیدگی به نظافت خانه، حتی کارهایی مثل آب دادن به یک گلدان و میزبانی از دوستان و فرزندان هم دیگر توسط این سالمندان انجام نمی‌شود. معمولاً این افراد سرگرمی و مهارت سرگرم‌کننده دیگری هم ندارند یا اگر مهارتی داشته باشند دلیل انزوایی که به آن دچار شده‌اند، سراغش نمی‌روند. در این شرایط است که احساس بیپهودی سراغ افراد می‌آید و زندگی روزمره سالمندان فکری جدی کنیم و ساختار مفید و در عین حال سالمی را برای این گروه تعریف کنیم.

بهتر است قبل از اینکه جمعیت کهنسال کشور به اوج خود برسد، برای بهبود زندگی این گروه از جامعه در مراکزی مثل خانه‌های سالمندان فکری جدی کنیم و ساختار مفید و در عین حال سالمی را برای این گروه تعریف کنیم.

