



۱۴

## کنترل قند خون با نسخه طب سنتی



۱۶

## طعم ماندگار سفر با سفرنامه نویسی



۱۵

## آنچه از انواع خودروهای فرودگاهی و ویژگی های آنها باید بدانید ماشین های پای پرواز



# زندگی

پنجشنبه ۲۲ آبان ۱۳۹۹ :: شماره ۵۸۰۱

### باتمام قوا علیه کرونا

سخت است؛ این که در آن واحد هم باید پرستار باشید، هم روان شناس، هم مدیر و هم مددکار تا بتوانید بحران را مدیریت کنید. این کاری است که کادر درمان این روزها انجام می دهند و به نظر نمی رسد جبرانی برایش وجود داشته باشد. البته خیلی وقت است بحث اصلی، جبران نیست؛ قدردانی است. یکی از پرستاران یزدی می گوید ما طی این سال ها با ویروس های زیادی سر و کار داشته ایم و تمام اینها را با همدلی و همکاری هم پشت سر گذاشتیم؛ الان هم قصد قربت می کنیم و هر روز با وضو سر کار حاضر می شویم. می گوید همین که بدانند ما کارمان را انجام می دهیم، برامان ارزشمند است؛ می گوید پرستارها گاهی تنها بر بالین بیمار مشکوک و حتی مثبت، ساعت ها در پوششی که نفس کشیدن هم در آن سخت است به هیچ چیز غیراز بهبود هرچه زودتر بیماران فکر نمی کنند. انگار آنها مصداق آیه ۳۲ سوره مانده هستند که می فرماید هرکس انسانی را از مرگ نجات دهد گویا همه مردم را از مرگ نجات داده است.

کادر درمان برای مراقبت از بیماران از یکدیگر سبقت می گیرند و می دانند کارشان جهاد در راه خداست و قطعا خداوند حافظ آنها خواهد بود.



غلامرضا گوگوانی، پرستار دیگری در اصفهان است که این روزها خودش هم مبتلا به کرونا شده است. او می گوید چیزی که باعث خوشحالی پرسنل می شود بهبود یکی پس از دیگری بیماران درگیر به کرونا بود و هست. آن لحظه اشک شوق جاری می شود و لبخند بر لبان خشکیده پرستاران می نشیند. غلامرضا می گوید چیزی که می تواند خستگی این روزها را از تن مان به در کند این است که مردم در کمال آرامش، نکات بهداشتی را رعایت کنند و هرکدام یک سفیر سلامت باشند برای دیگران تا بتوانیم از انتقال این ویروس جلوگیری کنیم و افراد کمتری مبتلا شوند و کمتر راهی مراکز درمانی گردند. به این ترتیب نگرانی ما هم کمتر خواهد شد. هرچه تعداد مراجعه کنندگان به بیمارستان کمتر باشد، ما آدم های خوشحال تر و سرحال تر خواهیم بود.

او این روزها که خودش هم درگیر بیماری شده است، از پلاسماهایی می گوید که اهدایش می تواند نجات بخش بیماران دیگر باشد. انگار آنها جز کمک به قطع این زنجیره، توقع دیگری از هیچ کس ندارند. حالا هم همگی می گویند که تا پای جان می ایستیم و با تلاش و همت تیم درمان با این ویروس می جنگیم و پیروز خواهیم شد.



هنرمندان جوان در پویش مرهم، آثار دست سازشان را به کادر درمان اهدا می کنند.



اندازه یک پلاک، دین خودشان را به این آموزش ها و از آن مهم تر به کادر پزشکی ادا کنند. آران می گوید حتی اگر کسی فقط با دیدن آموزش ها کار را یاد گرفته بود اما ابزاری نداشت، بچه های کارگاه اجازه ندادند این اتفاق، مانعی برای انجام کارش باشد. «هرکسی در هر شهری که توانایی و علاقه انجام این کار را در خودش دید، اعلام آمادگی برای حضور در این پویش مردمی کرد. آنهایی که ابزار و وسایل برای طراحی و ساخت پلاک مرهم نداشتند که هیچ، اما برای کسانی که ابزار کار نداشتند، ما آنها را شناسایی کردیم و هرچه را لازم بود از ابزار آلات تا حتی ابتدایی ترین وسیله این کار، یعنی چوب را برایش ارسال کردیم تا لازم نباشد برای تهیه این وسایل از خانه بیرون بروند.» و همگی کل فروردین را در خانه ماندند و محتوا تولید کردند.

#### یک قدردانی همگانی

کارگاه برخی هنرمندان مانند هنرمندان گزارش ما از اسفندماه تا به همین امروز تعطیل است؛ حالا مدرسه های این کارگاه هرچه را بلد هستند، به صورت مجازی آموزش می دهند و هنرچوها هرچه را یاد گرفته اند، روی چوب پیاده می کنند. بعضی هایشان می روند در بسته بندی های زیبا و هدیه ای برای کادر درمان می شود. بعضی هایشان هم تبدیل به هنری دست ساز می شوند که راهی برای کسب درآمد از هنر دست خودشان در این روزهای آشفته اقتصادی است. درواقع اینجا مشارکتی به وسعت تمام ایران رخ داده است. این را مرهم های چوبی که از شهرها و آدم های مختلف به دست بچه های کارگاه و بعد هم به دست کادر درمان برخی از بیمارستان ها رسیده است، نشان می دهد. طرح هایی چوبی که با مغار و به دقت و ظرافت برش خورده اند و به شکل کلمه مرهم درآمدند و حالا به پلاکی زیبا با مفهومی زیباتر تبدیل شده اند. این طور که متولیان پویش می گویند، این ایده آن قدر به دل اهالی هنر و حکاکی نشست که حتی بعضی از علاقه مندان به این رشته، اگر چوب هم در دسترس شان نبود، با سرامیک، شیشه، فلز و هر چیزی که از دست شان برمی آمد این طرح را زدند تا بالاخره هرطور که هست، هدیه شان به دست کادر درمان برسد. این طور که طاه آران می گوید، بیمارستان های مسیح دانشوری تهران و امام حسین (ع) کرج، دوتا از اصلی ترین بیمارستان های بودند که هدیه هنرمندان کشور به دست شان رسید. اما این طرح ها به شهرهای دیگری مانند سنجند، کهگیلویه و بویراحمد، ارومیه، نیشابور، تبریز، بابل، ساری، اصفهان، کاشان، سمنان، مشهد، سبزوار، اراک، بیرجند، قزوین، تفرش، آمل و خیلی شهرهای دیگر هم رسیده و البته قرار است که برسد.

برای مردم است. طرح روی چوب مان یک مرهم گرافیکی است که نماد پویش مرهم ایران است؛ کلمه مرهم برای همه آدم های که مرهم مان در این روزهای سخت هستیم. و شروع به طرح زدن و بریدن و مرهم ساختن کردند. همه کسانی که این کار را بلد بودند و حتی کسانی که از نیازهای این کار، فقط علاقه را داشتند و انجام کار را بلد نبودند هم در این کار شریک بودند. اما اصل پویش همین بود؛ این که بلدی نمی خواهی، خودمان یادتان می دهیم. طاه آران می گوید وقتی کارگاه تعطیل شد آموزش های شان را به فضای مجازی و در فضای گسترده تری منتقل و آدم های بیشتری را با هنر چوب و طراحی آشنا کردند و حالا که کارگاهی حضوری برقرار نبود از امکان شبکه های اجتماعی و آموزش آنلاین استفاده کردند. «فیلم های آموزشی را مرحله به مرحله تهیه کردیم در صفحه مان منتشر کردیم.» سعی کردند همه چیز را با جزئیات بگویند تا چیزی از قلم نیفتد؛ آنقدر که حتی آموزش مراحل بسته بندی کار را هم یاد دادند و هرکسی در خانه و پای آموزش شان نشسته بود، می توانست هم هنری را یاد بگیرد و هم به نیت خیر در این پویش شرکت کند.

#### به شرط علاقه

«می توانستیم کار را آنقدر بزرگ نکنیم، اما آن را فقط محدود به خودمان و گروه خودمان نداشتیم. حالا که مردم با چنین مشکلی روبه رو شده بودند، بهتر بود همه در این قدردانی جمعی سهیم و شریک باشند.» و زرمزه هایش که در شبکه های اجتماعی پیچید، علاقه مندان به طراحی همدیگر را برای شرکت در این کار خبر کردند: «هنرچوها به همدیگر خبر دادند بچه های این کارگاه فیلم های آموزشی می گذارند؛ می توانیدی آنلاین هم این کار را یاد بگیری.» بعد هم یاد گرفتند و شاید هزینه این آموزش های شان این بود که در کارزار مرهم ایران شرکت کنند و حتی به

کوچک و خاک اره هایش می توانند کار بزرگی برای ما بکنند.» و خنده های عمیق، چشم های خسته اما پر ذوق و حس خوب قدردانی و این که احساس کردند ارزش کارشان را همه مردم می دانند، شاید اصلی ترین واکنش هایی بود که پرستاران به این هدیه ها داشتند؛ «البته این که ما در خانه مانده بودیم و این کار را انجام دادیم، انگار از هر چیزی بیشتر برایشان اهمیت داشت.» حالا چیزی حدود ۶۰۰۰ مرهم چوبی در شهرهای مختلف کشور ساخته شده که بخشی از آن به دست صاحبانش رسیده است و تعدادی هم در انتظار سبک تر شدن موج سنگین شیوع ویروس است تا در اوضاع آرام تری به دست مدافعان سلامت این روزها برسد.



### کارزار «مرهم ایران» از گروهی از هنرمندان تشکیل شده که تلاش می کنند با آثارشان از کادر درمان تشکر کنند

## کارگاه مرهم تراشی



نرگس خاتمی زاده

جامعه

انگار تاریخ تکرار شده است؛ دوباره در روزهایی از تاریخ هستیم که هرکسی از هرچه دارد استفاده می کند تا شاید کمی از رنج و تلخی این روزها کم کند. عده ای در بیمارستان ها و در نزدیک ترین نقطه ممکن به خطر ایستاده اند و عده ای دیگر تلاش می کنند حال روحی و جسمی این رزمندگان را تقویت کنند؛ گاهی با خانه ماندن، گاهی با تهیه آرمیوه و گاهی هم با تهیه هدیه های اختصاصی؛ کاری که بچه های کارگاه چوبی و هنری وودیانو که مبنای کارشان بر کلاس ها و رفت و آمد هایشان بود، انجام دادند و مشغول ساخت هدیه های دست ساز خودشان برای کادر درمان شدند. طرحی که در بین مدرسان و هنرچویان کارگاه باقی نماند و به یک پویش تبدیل شد: پویش «مرهم ایران». حالا آنها با هدایای چوبی شان، مرهم کوچکی بر خستگی های مدافعان سلامت می گذارند.

همه چیز مثل همیشه بوده است؛ شاید مثل همه کسب و کارها. بچه های کارگاه وودیانو هم در کارگاه کوچک شان مشغول آموزش و یادگیری طراحی روی چوب بودند؛ کاری که دوستش داشتند، اما اسفند ۹۸ و شیوع ویروس کرونا، برنامه بچه های هنرمندان این کارگاه را هم مثل خیلی های دیگر برهم زد. طاه آران، یکی از مدرسان کارگاه می گوید: «از همان اولین روزها، بچه ها را تک تک به خانه فرستادیم و در خانه ماندنی تا کار کادر درمان راحت تر باشد و به نوعی در قطع زنجیره انتقال نقشی داشته باشیم. در واقع با جدی شدن کرونا، تمام برنامه های کلاسی و روند کسب و کارمان تغییر کرد و تصمیم گرفتیم کلاس های حضوری را تعطیل کنیم و خانه ماندن را حداقل در بین اطرافیان خودمان تشویق کنیم.» اما این در خانه ماندنشان دلیلی برای بیکار بودنشان نبود؛ «در خانه بودیم اما مشغول به فعالیت و طراحی، طرح می زدیم و ایده می دادیم اما از جایی به بعد به این نتیجه رسیدیم که ما هم قدمی برای کادر درمانی بیمارستان های درگیر با کرونا برداریم.» اما چکار می توانستند بکنند؟ «همه مشغول ضد عفونی معابر، تهیه آرمیوه برای کادر درمان و... بودند؛ ما باید کار دیگری برای قدردانی از آنها انجام می دادیم. پس سعی کردیم از چیزی که بلد هستیم استفاده کنیم؛ در واقع این همه توان ما برای قدردانی از آنها بود و البته هنوز هم هست.» مثل همه

#### برسان سلام ما را

حالا تعداد زیادی مرهم خوش آب و رنگ آماده و از سراسر ایران جمع شده بود که به دست صاحبان لایقش برسد. دیگر وقت توزیع رسیده بود: «ما به مسؤلان بیمارستان ها اعلام کردیم چنین قصدی داریم و قرار شد هر وقت شرایط کمی عادی و آرام شود به ما بگویند و بالاخره آن روزی رسید که آنها با رعایت پروتکل های بهداشتی و در یک اتاق کاملاً ایزوله، هدیه هایشان را به دست کسانی که به خاطر آنها مغار شده شان گرفته بودند برسانند.» می دانید؟ ما سال ها است که کارمان با چوب است؛ بدون خستگی می سازیم و می سازیم اما نمی دانستیم روزی می رسد که همین قطعه های چوب



info@amejamdaily.ir

روابط عمومی: ۲۲۲۶۳۱۴۷

#### کیف-قاپی

ژنوی از تهران:

دزدی و کیف-قاپی توسط موتورسوران متخلف به شدت افزایش یافته است. این افراد بدون هیچ علاقه بر دزدی، به افرادی که مقاومت می کنند، آسیب می رسانند. امیدوارم برخورد با این افراد افزایش پیدا کند.

#### جاده-هراز

خیلی از آمل:

چهاربند کردن جاده هراز به کندی در حال انجام است؛ با این روند به نظر نمی رسد تا پایان امسال این امر محقق شود.

#### جاده-بومهن

قیطاسی از بومهن:

آسفالت جاده آجلی به بومهن، بسیار خراب است و نیاز به نوسازی و روکش مجدد دارد. لطفا پیگیری شود.

#### آسفالت-ورسک

میری از تهران:

از پل ورسک به طول پنج کیلومتر به سمت شمال، آسفالت بسیار بد و ناهموار است و نیاز به ترمیم و رسیدگی دارد.

#### حقوق-کارگران

بشارت از تهران:

چرا بابت افزایش مجدد دستمزد کارگران هیچ اقدامی نمی شود؟ با این تورم و گرانی دو میلیون تومان، حقوق کفاف زندگی پرخرج مردم را نمی دهد.

#### پست-کرونا

یک شهروند از کرج:

مدتی است بسته های پستی در کرج توزیع نمی شود. علت را که جویا شدید گفتند اغلب پستی ها به کرونا مبتلا شده اند و شهروندان باید خودشان برای دریافت بسته ها به ادارات پست مراجعه کنند. چرا کسی به این وضعیت رسیدگی نمی کند؟

#### جوابیه

در پی درج پیامی در روز پنجشنبه مورخ ۰۸/۰۸/۱۳۹۹ با عنوان «حذف طرح ترافیک در روزهای اوج کرونا» مدیر روابط عمومی معاونت حمل و نقل و ترافیک شهرداری شهر تهران با ارسال نمایی اعلام کرد: لغو شدن یا اجرای طرح ترافیک تنها با تصمیم ستاد ملی مقابله با کرونا اجرا می شود و این بار نیت می مصوبه ای، اجرای مجدد طرح ترافیک را به منظور رفاه حال شهروندان و کم شدن بار ترافیکی و آلودگی هوا به شهرداری تهران ابلاغ شد تا با اجرای مجدد طرح ترافیک، از بار ترافیکی و آلودگی هوای تهران کاسته شود.