

محک

خبرنامه مؤسسه خیریه حمایت از
کودکان مبتلا به سرطان

شماره ۴۹
تابستان ۱۳۹۰



محک

سازمانی

است که از انگیزه والای کمک توجه خود را معطوف بیماری سرطان حوزه های امور خیریه، درمان و تحقیقات نموده است. حمایت همه جانبه از کودکان مبتلا به سرطان و خانواده آنان در بخش خیریه، درمان کودکان مبتلا به سرطان در چهارچوب منشور حقوق بیمار و بر اساس جدید ترین و کارآمد ترین روش ها و آخرین دست آورد های علم پزشکی در بخش درمان و انجام تحقیقات علمی در زمینه بیماری سرطان برای کشف علل بروز بیماری، روش های تشخیص، پیشگیری و روش های نوین درمان مأموریت این سازمان است. این سازمان خیریه، غیر انتفاعی، غیر سیاسی و غیر دولتی است و با اتکاء به جلب مشارکت های مردمی و انواع کمک های بشر دوستانه اعم از نقدی، کالا، خدمات و دانش فنی اداره می شود. کارکنان و داوطلبان صمیمانه در کنار یکدیگر برای تحقق اهداف بشر دوستانه محک تلاش می کنند. محک نه تنها به سرطان کودکان می پردازد بلکه اندیشه والای کمک به همنوع را ترویج می نماید. شفافیت، اعتماد سازی و پاسخگویی ممتاز ترین ویژگی های محک هستند

محک یعنی عشق

خبرنامه مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان "محک"

شماره ۴۹، تابستان ۱۳۹۰

سردبیر: فرخ امیرفریار

مدیر داخلی: صبا کامکار

دبیر تحریریه: افسانه سمیعی تلفن: ۲۳۵۰۱۲۹۰

تحریریه: افسانه سمیعی، علی ترابی، امینه نیکخواه، الهام السادات انصاری، مهدیه زاهدی

صفحه آرایی و طراحی: ونوس توسلی

طراح پوستر و روی جلد: شهرزاد الهی

تصویرگر: لیدا معتمد

عکاسان: علی فرید، علیرضا کرباسی زاده

همکاران این شماره: ارسلان حسین زاده، سعید فاضل

چاپ و لیتوگرافی: چاپ رواق / ۶۶۶۴۹۶۴۴

این خبرنامه بر روی سایت محک قابل مشاهده و ذخیره کردن است: www.mahak-charity.org

نشانی دفاتر محک در تهران:

- **دفتر مرکزی:** ابتدای بزرگراه ارتش، سه راه ازگل، بلوار شهید مژدی، بلوار محک، مؤسسه خیریه و بیمارستان فوق تخصصی سرطان کودکان «محک»
تلفن: ۲۳۵۰۱۰۰۰، جلب مشارکت: ۲۳۵۴۰، تضمین کیفیت (پیشنهادهای و انتقادات): ۲۳۵۰۱۱۸۰، نمابر: ۲۲۴۸۵۴۵۶ • **دفتر ستارخان:** تهران، خیابان ستارخان، سه راه تهران ویلا، خیابان شهید صفویان (خیابان چهارم)، شماره ۵۵، تلفن: ۶۶۵۵۴۰۸۱ / ۶۶۵۰۴۱۳۶ • **دفتر چیذر:** تهران، میدان چیذر، خیابان خراسانی، پائین تر از شهروند، ابتدای کوچه حوزه علمیه، ساختمان برایا، پلاک ۲۸، طبقه سوم، واحد ۱۱، تلفن: ۲۲۲۱۳۹۴۶ • **دفتر ملت:** تهران، خیابان ولی عصر، روبروی پارک ملت، نبش کوچه صداقت، برج ملت، طبقه همکف تجاری، شماره ۳۶، تلفن: ۴-۲۲۰۳۷۴۷۳ • **دفتر گلستان:** شهرک قدس، فاز ۱، مرکز خرید گلستان، هسته مرکزی، جنب فروشگاه سلیم اپتیک • **دفتر کرج:** کرج، خیابان دانشکده، جنب مدرسه دهخدا، نبش خیابان اوجانی، طبقه فوقانی بانک تجارت، تلفن: ۲۲۲۰۱۷۷-۲۶۱ / ۲۲۵۵۹۵۵-۲۶۱ • **دفتر فرودگاه:** فرودگاه بین المللی امام خمینی، ترمینال پروازهای خارجی (طبقه اول)، ضلع شرقی، تلفن: ۵۱۰۷۵۹۲

تمامی دستگاه های خودپرداز بانک های ملی، صادرات و کشاورزی در سراسر کشور گزینه "کمک به محک" را دارند.

شماره حسابهای محک:

- بانک صادرات (سیهر): ۰۱۰۴۴۴۰۴۴۴۰۰۰
- بانک سامان: ۸۰۱-۸۱۰-۸۲۰-۵۰۰-۱
- بانک پاسارگاد: ۱-۴۴۴۴۴۴۴-۸۱۰-۲۶۳
- بانک اقتصاد نوین: ۱-۴۸۴۴۴۴۴-۸۵۰-۱۳۵
- بانک پارسیان: ۹-۴۴۴۴-۸۱۰
- بانک ملی: ۰۱۰۵۰۵۸۱۸۱۰۰۱



فهرست مطالب:

۳۰	● پرچم محک در بلندترین قله جهان	۶	● پیام بنیانگذار
۳۲	● بازار تابستانه	۷	● یادداشت سردبیر
۳۴	● اهدای یک دستگاه وانت پیکان به محک	۸	● با هنرمندان
۳۵	● دفتر چیذر محک افتتاح شد	۱۲	● داستان موفقیت
۳۶	● قلک محک	۱۴	● داستان کودکان
۳۷	● مشکلات توزیع خبرنامه	۱۷	○ اخبار محک
۳۸	○ از میراث گذشتگان	۱۷	● آشنایی با وبسایت جدید محک
۴۱	○ بهداشت و درمان	۲۰	● شبی با محک
۴۱	● نقش گیاهان دارویی در درمان بیماری‌ها	۲۲	● افتتاح بوستان برای پدر و مادرها در محک
۴۳	○ آشنایی با مؤسسه‌های خیریه	۲۳	● پوستر هدیه بیست سالگی محک
۴۳	● انجمن خیریه "مهرانه"	۲۶	● فرم عضویت
۴۴	○ پرسش و پاسخ	۲۷	● نمایشگاه خوشنویسی استاد محمد سلحشور به نفع کودکان محک
۴۵	○ معرفی کتاب	۲۸	● جشنی برای پروانه‌ها
۴۶	○ تقویم و کارت تبریک سال ۱۳۹۱	۲۹	● موفقیتی دیگر برای خانواده بزرگ محک

حقیقتی که پس از چند دهه جستجو در وادی محبت متعالی به آن رسیده‌ام آن است که انسان‌ها در وادی عشق ورزی بر سه گروه‌اند:

گروه اول، آنان که هنوز در مسیر تعالی قدم نگذاشته و به عبارتی هنوز اسیر سیراب نمودن تمناهای غریزی و یا امیال نفسانی خویش‌اند.

گروه دوم، کسانی هستند که از ذهنی پخته‌تر برخوردار بوده و سودای کمک به هم‌نوع را در سر می‌پرورانند، لیکن از آن‌جا که کمک، همواره و در نهایت به قیمت جریحه‌دار شدن منزلت انسان‌ها تمام می‌شود، شاید مصلحت در آن باشد که این مردم به اموری چون حفاظت محیط زیست یا حفظ حیات وحش یا حراست میراث فرهنگی و اموری از این قبیل بپردازند، که ابداً هم از اهمیت کمتری برخوردار نیستند، اما نفس کار فارغ از مبحث منزلت می‌باشد.

گروه سوم، آنانی هستند که سودای خدمت در سر دارند و هر چند تعدادشان اندک‌تر از آن دو دیگر است، اما چنان وجود پر برکتی دارند که آثار حضورشان قرن‌ها بعد از خودشان، چراغ راه آیندگان خواهد بود.

از جمله اینان افرادی چون زنده‌یاد، دکتر قریب را می‌توان نام برد که شاگردان و هم‌اندیشان او حتی سال‌ها پس از رفتنش در وانفسای این روزگار نیز، حامیان سازمان‌های مردم‌نهاد چون محک می‌باشند تا خدمت راستین به نیازمندان را با حاصل هستی خود جان و توان بیشتر بخشند و هم اینان‌اند که بقای سازمان‌هایی دیگر مانند محک را رقم می‌زنند.

جناب آقای علی اصغر سلیم یکی از همان رادمردان هستند که با احداث بخش پیوند در محک، خدمتی ماندگار کرده‌اند، درود بر ایشان و همت والایشان.



زیست توجه کنند بدون یک برنامه‌ریزی همه جانبه ملی برای حفظ محیط زیست بسیاری از کوشش‌ها و احساس مسئولیت‌های فردی به نتیجه نخواهد رسید.

موضوع دیگری که در این یادداشت به آن اشاره می‌کنیم بخش تازه‌ای است که از این شماره به برنامه افزوده خواهد شد. عنوان این بخش "از میراث گذشتگان" است. در این قسمت بخش‌هایی از آثار دانشمندان پزشکی سده‌های پیشین را می‌آوریم تا نشان دهیم گذشتگان ما با وجود محدودیت‌های بسیاری که داشته‌اند چه اندازه کوشش کرده‌اند تا توانسته‌اند علت بیماری‌ها را بشناسند و راه‌هایی برای علاج آن‌ها بیابند. دانش پزشکی امروز بر پایه‌ی کوشش و تلاش پیشینیان بدین پایه رسیده و البته این کوشش‌ها همچنان ادامه خواهد داشت.

تصحیح

در یادداشت سردبیر در شماره‌ی گذشته اشتباهی رخ داده بود که در این جا تصحیح می‌شود. در پایان بند دوم آن یادداشت سابقه‌ی کار قدیمی‌ترین شرکت مقاطعه‌کاری در ژاپن، هم‌زمان با پادشاهی سلسله‌ی هخامنشیان ذکر شده‌است که زمان هخامنشیان اشتباه و زمان ساسانیان درست است. این شرکت قدیمی‌ترین شرکت دنیاست که هنوز هم فعال است، شرکت ساختمانی ژاپنی "کنگوگومی" است که حدود ۱۴۳۰ سال پیش در شهر "اوساکا" تأسیس شده است.

در هوای گرم تابستان امسال، متأسفانه اخبار ناخوشایند و نگران‌کننده‌ای درباره‌ی محیط زیست کشور خواندیم: خشکسالی و کم‌آبی در بسیاری از شهرها. اما نگران‌کننده‌ترین مطالب سخنان محمد علی شاعری، قائم مقام سازمان حفاظت محیط‌زیست بود که در روزنامه اطلاعات هفتم تیر ماه امسال درج شده بود. وی گفته بود: هم اکنون در ۲۳ استان کشور دیگر به راحتی نمی‌توان نفس کشید و امید به زندگی هم دست کم، سه سال در ایران کاهش یافته است.

شاعری در بخش دیگری از سخنانش تأکید کرده بود که محیط زیست ایران دیگر تحمل فشار بیشتر را ندارد و قدرت خود پالایی آن هم مانند قدرت تجدید حیات جنگل‌ها از بین رفته است. در خبری دیگر که در روز ۲۰ مرداد امسال در روزنامه‌ی اطلاعات چاپ شده بود از قول دکتر اسماعیل اکبری رئیس مرکز تحقیقات سرطان آمده بود: نرخ ابتلا به سرطان در کشور ما رو به افزایش است و بالاترین میزان رشد سرطان را نسبت به سایر کشورها دارا است.

این هشدارها از زبان دو مسئول برجسته کشور یکی در حوزه‌ی اجرایی و دیگری در حوزه‌ی علمی و پژوهشی بیان شده است، از این رو باید با دقت بیشتری به آنها توجه کرد. ارتباط سلامت محیط زیست با سلامت انسان‌ها کاملاً روشن است و بدون محیط‌زیست سالم انسان سالم نخواهیم داشت. همچنین با توجه به هزینه‌های فراوان و کوشش‌هایی که در زمینه‌ی پیشگیری و درمان بیماری‌هایی نظیر سرطان می‌شود باید بررسی کرد که ریشه مشکلات و افزایش بیماری‌ها از جمله سرطان در چیست.

البته همانطور که اشاره کردیم بی‌تردید بخشی از این مشکل ناشی از آلوده بودن محیط زیست ما است که از زبان قائم مقام سازمان حفاظت محیط زیست نقل کردیم. باید توجه داشت هر اندازه هم که تک تک افراد به مسئولیت‌های خود در زمینه حفاظت محیط

گفتگو با مهرداد اسکویی

مستند ساز، عکاس، پژوهشگر و مدرس فیلم سازی
مستند، مدیر مرکز پژوهشی میراث تصویری



ورنر هرتزوگ، ویم وندرس، آنتونی مینگلا، والتر مرچ، نیک برومفیلد، کیم لانگنیتو و ویکتور کوزاکوفسکی.

این هنرمند و عکاس، آثار برجسته‌ای در سینمای مستند دارد که از جمله آن‌ها می‌توان به "خانه مادری ام مرداب"، "روزگیران"، "بیوه مرد"، "رو به جایی دور"، "مریم جزیره هنگام"، "از پس بُرقع"، "دماغ به سبک ایرانی"، "ایران من"، "روزهای بی تقویم" و "آخرین روزهای زمستان" اشاره کرد. اسکویی در بیش از هفتاد جشنواره‌ی معتبر فیلم، فیلمنامه و عکس ملی عضو گروه داوری بوده است. وی ضمن برگزاری کارگاه‌های آموزش فیلم‌سازی و فیلمنامه نویسی فیلم مستند، عکاسی، ارائه‌ی مقاله و سخنرانی در دانشگاه‌ها و مراکز معتبر علمی و فرهنگی ایران و جهان، در کمیته‌ی تخصصی فیلم مستند فرهنگستان هنر، هیأت مؤسس موسسه‌ی انسان‌شناسی و فرهنگ، مدیریت صفحه‌های فیلم مستند و عکس مستند، سایت انسان‌شناسی و فرهنگ، انجمن مستندسازان ایران، هیأت مؤسس انجمن فیلم کوتاه ایران، انجمن مستندسازان جهان (IDA)، شبکه مستند اروپا (EDN) عضویت دارد و به عنوان سفیر فرهنگی بخش انسان دوستانه سازمان ملل متحد (UCHA) فعالیت می‌کند.

در چهاردهمین جشن بزرگ سینمای ایران "جشن خانه سینما ۱۳۸۹"، از نقش و تأثیر مهرداد اسکویی در اعتلای سینمای مستند ایران طی مراسم نکوداشت وی از سوی انجمن مستند سازان و انجمن تهیه کنندگان سینمای مستند، تقدیر و ستایش شد.

اسکویی در سال ۲۰۱۰ جایزه‌ی چهره فرهنگی سال جهان را از نهاد فرهنگی «پرنس کلاوس» هلند دریافت کرد. این جایزه یکی از معتبرترین و ارزشمندترین جوایز جهانی است که هر ساله به یازده شخصیت فرهنگی یا حقوقی جهان که بیشترین تلاش را برای ایجاد توسعه در فرهنگ‌های بومی خود انجام داده‌اند، تقدیم می‌شود.

متولد ۱۳۴۸ تهران - دانش‌آموخته‌ی رشته کارگردانی سینما از دانشکده‌ی سینما تئاتر، دانشگاه هنر ۱۳۷۵. گذراندن دوره‌های آموزشی در کمپ استعدادهای جوان جشنواره برلین، آکادمی هنرهای زیبای آلمان، آکادمی جشنواره مستند آمستردام هلند و کشورهای انگلستان، لهستان، فرانسه و سوئیس زیر نظر استادانی چون ریچارد لیکاک، فردریک وایزمن، آلبرت مایزلز، داپنه بیکر،

"امروز ما، من و همکارانم، سخت اما پیوسته و پرشور فیلم مستند می‌سازیم، عکس می‌گیریم و به جمع‌آوری و تحلیل و بررسی کارت پستال‌های تصویری و تاریخی ایران برای انتشار می‌پردازیم. می‌خواهیم راوی صادق روایت‌های ساده باشیم از زندگی آدم‌های دیروز و امروز ایران، کسانی که می‌خواستند و می‌خواهند در شرایطی به نسبت خوب و انسانی زندگی کنند، فقط همین. به این دلایل ساده، خوشحالم که از آدم‌ها فیلم مستند می‌سازم و تصمیم دارم که همواره مستند ساز زندگی آدم‌ها باقی بمانم."

مسئولیت اجتماعی از دیدگاه مهرداد اسکویی...

سال‌ها است که در جای‌جای کشورم پرسه می‌زنم، جستجو می‌کنم، پای صحبت آدم‌ها می‌نشینم و نفس به نفس و چهره به چهره با آن‌ها زندگی می‌کنم و از این میان شخصیت‌هایم را انتخاب می‌کنم و تلاش می‌کنم تا در بیم و امید، ترس و روبا، رنج و آرزو و نیز تجربه‌ها و احساسات عمیق انسانی‌شان شریک شوم و این تجربه‌ی مشترک را با همراهی گروه همکاران صمیمی‌ام که امروز در کنارشان هستم به تماشاگران فیلم‌هایم عرضه کنم. صلح جهانی، فقر بشری، فرهنگ و آموزش و پرورش از مضامینی است که پیوسته ذهن مرا به خود مشغول می‌دارد و طی این سال‌ها تلاش کرده‌ام، در حد توانم و با مستندهایم توجه و حمایت دیگران را به کسانی که هیچ چیز ندارند جلب کنم؛ به درد و رنج آن‌هایی که گُرده‌های کوچک و ضعیف‌شان تحمل و توان این همه بار رنج را ندارند، کودکان بی‌پناه و کودکان بیمار، معلولان، زنان آسیب‌دیده و تحت ستم و نیز سالخوردگان تنها و بی‌بضاعت...

من چیزی نمی‌دانم؛ شاید آنقدر کم می‌دانم که می‌توانم به آسانی این دانش اندک را هیچ تلقی کنم، زیرا در مقایسه با آنچه برای تصمیم‌گیری صحیح باید بدانم هیچ است، اما خوب می‌دانم که امروز مسئولیت سنگینی بر دوش ما نهاده شده است و آینده‌ی ما، کودکان و محیط زیست‌مان در گرو کارهایی است

که من و شما و بسیاری دیگر از مردم امروز، فردا و پس فردا به انجام می‌رسانیم.

چگونه هنرمندان را متوجه مسئولیت اجتماعی‌شان کنیم؟ آنچه از ما سر می‌زند به نوبه خود به اندیشه‌ها، آروزها، بیم‌ها و امیدهای ما و به نحوه تلقی ما از عالم بستگی دارد. هنرمندی که علاقه‌مند به انجام امور اجتماعی است به دلایل بیرونی و درونی این کار را انجام می‌دهد. من فقر و درد و رنج را تجربه کرده‌ام پس در آینده فیلم سازی آن را به نمایش می‌گذارم.

دغدغه اصلی شما برای ساخت مستند با دیدگاه اجتماعی چیست؟ بسیار علاقه‌مندم کاری کنم که توجه جامعه را نسبت به آدم‌هایی که از دردی رنج می‌برند جلب کنم. ما انسان‌ها مانند حلقه‌های یک زنجیر به یکدیگر متصل‌ایم و شکستن یک حلقه از زنجیر باعث از هم گسستن حلقه‌های دیگر می‌شود. پس برای داشتن اجتماعی متعادل و به سامان باید به تمام بخش‌ها و افراد آن توجه کرد.

در مستندهایتان بیشتر به چه چیز توجه می‌کنید؟ در عکاسی و فیلم سازی به مقوله‌های فرهنگی می‌پردازم، زیرا مسئله اصلی فرهنگ است. اگر ما بتوانیم از فرهنگ خوب بهره بگیریم می‌توانیم آدم‌ها را نسبت به یکدیگر مسئول کنیم.

نوع دوستی از دید شما ذاتی است یا اکتسابی؟

در مسیر زندگی ام فهمیدم انسان‌ها سه گروه‌اند:

انسان‌هایی که تنها به خود می‌اندیشند، انسان‌هایی که علاوه بر خود به خانواده‌شان نیز می‌اندیشند و انسان‌هایی که علاوه بر خود و خانواده به جامعه نیز می‌اندیشند.

و گروه سوم انسان‌های والایی هستند که از مهر اصیل خود به دیگران می‌بخشند و درد و رنج دیگران را درد و رنج خود می‌دانند. هر چند در وجود همه انسان‌ها مهر هست، ولی ما از یکدیگر نیز مهرورزی می‌آموزیم و رفتارهایمان برای هم، انگیزه می‌شود.

زمانی که شما علاوه بر صیانت ذات، به جهان، طبیعت و هم‌نوعان خود فکر می‌کنید یک گام به پیشرفت فرهنگ و صلح بشر کمک می‌کنید.

ما باید به یکدیگر بیاموزیم که هم‌دیگر را دوست داشته باشیم، انسانها را آشنا کنیم به وظایف انسانی‌شان تا با مهر به دیگران کمک کنند. این مسیری است که باید توسط متولیان امور خیر آموزش داده و اجرا شود.

این روزها به چه کاری مشغول هستید؟

من همراه گروهی تخصصی در حال جمع‌آوری کارت پستال‌ها و عکس‌های قدیمی هستیم تا حافظه بصری کشورمان را حفظ نماییم.

چگونه می‌توانیم مسئولیت اجتماعی خود را انجام دهیم؟

همه چیز پول نیست، من به مرکز کودکان بی‌سرپرست رفتم و گفتم من می‌خواهم با بچه‌ها صحبت کنم، مسئول آن‌جا به من گفت لوازم مورد نیاز این کودکان با نیت خیرخواهانه مردم تأمین می‌شود ولی داشتن یک هم‌صحبت برای این کودکان بسیار لازم است. از ۱۰ صبح تا ۸ شب با آن‌ها صحبت و بازی کردم. من هیچ

کمک مالی به آن‌ها نکردم ولی موقع خداحافظی احساس می‌کردم آن‌ها نمی‌خواهند من از کنارشان بروم و زمان دیدار بعدی را از من می‌پرسیدند. من مسئول‌ام که به نیازهای این کودکان به داشتن هم‌صحبت پاسخ بگویم.

نقش رسانه‌ها در درونی کردن مفاهیم والای انسانی چیست؟

رسانه‌ها در بسیاری از برنامه‌هایشان می‌توانند این مفاهیم را به طور غیر مستقیم به بینندگان القا کنند.

محک

وقتی به محک آمدم دقایقی منتظر فردی بودم که با او قرار ملاقات داشتم. من همیشه دو نگاه دارم، یکی نگاهی که به فرد، به عنوان کسی که در محک کار می‌کند و یک سری اطلاعات به من می‌دهد و دیگر کشف درک و دریافت من نسبت به یک انسان مستقل درخصوص محیطی که در آن قرار دارم.

در محک افرادی دیدم که آمده بودند تا در خصوص فعالیت‌های محک بیشتر بدانند و افرادی برای پاسخگویی در اتاقی به نام اتاق خوش‌آمد بسیار خوب و باحوصله اطلاعات را در اختیار آنها می‌گذاشتند. فضاهای درمان و بچه‌ها و بازی‌هایشان را دیدم. همه محیط رنگ شادی داشت. حقیقتاً اولین احساسی که به من دست‌داد، غرور و شادی بود. من به عنوان یک ایرانی چقدر خوشبخت‌ام که چنین توانمندی‌هایی را در کشورم می‌بینم، خوشحال‌ام که مردم از محک حمایت می‌کنند، خوشحال‌ام که انسان‌ها به درک و دریافت و جایگاهی رسیده‌اند که حمایت از کودک مبتلا به سرطان دغدغه آن‌ها شده است.

چیز دیگری که بسیار تأثیر گذار بود، پذیرش کودکان از افغانستان، عراق، ساحل عاج، باکو و... بود که این نشانه‌ی درک والای این مؤسسه از مفهوم نوع‌دوستی است که حد و مرز نمی‌شناسد.

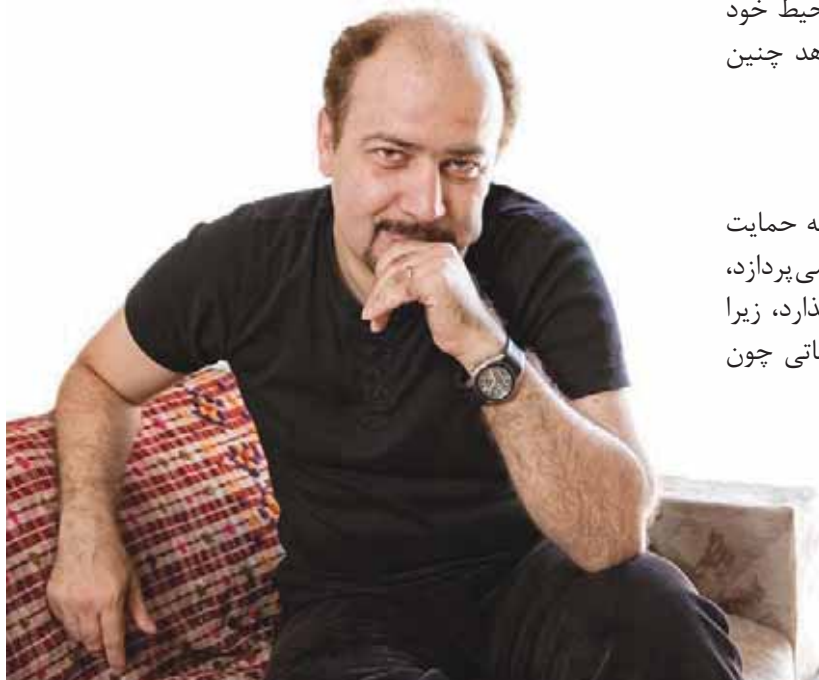
سرشار از امید که تمام جنبه‌های عشق‌ورزی و نوع‌دوستی نسبت به کودکان مبتلا به سرطان را نشان دهد.

و در آخر

به همه آن‌هایی که لحظه‌هایشان را ایثارگرانه با مهر به کودکان مبتلا به سرطان می‌بخشند غبطه می‌خورم و امیدوارم در این راه ثابت قدم باشند.

این‌ها انسان‌هایی هستند که خواسته‌های شخصی‌شان را کنار گذاشته‌اند و بخشی از مهم‌ترین سرمایه زندگی‌شان را که عمرشان است می‌بخشند. پول مهم‌ترین چیز نیست، لحظات عمر را با هیچ قیمتی نمی‌توان سنجید.

به امید آنکه همواره برق شادی در چشم‌های کودکان متبلور باشد!



نکته قابل تأمل دیگر کارکنان قسمت‌های مختلف بودند، افرادی که یک بخشی داوطلب و بخشی موظف بودند. احساس کردم در انتخاب نیروهای تخصصی و عمومی (خدمات و نگهبانان...) دقت خاصی شده بود. افراد مثل کارمندانی نیستند که به طور یکنواخت کارشان را برای دریافت حقوق انجام می‌دهند. آن‌ها خیلی مسئولانه‌تر کارشان را انجام می‌دادند؛ مثلاً در آسانسور در حال بالا رفتن بودیم خانم همراه ما گفت: اینجا در بخش‌ها ۱ کانال پخش فیلم و کارتون داریم. مأمور خدماتی که با ما در آسانسور بود بلافاصله حرف او را تصحیح کرد و گفت: ما ۲ کانال پخش کارتون و فیلم داریم!

این نشان‌گر آن است که او علاوه بر کاری که برعهده‌اش است به بخش‌های دیگر نیز توجه دارد و برایش اهمیت دارد که در معرفی محل کارش چیز اشتباهی گفته نشود، چون دلبسته محیط خود است. این‌ها همه باعث غرور ملی است و امیدوارم شاهد چنین برخوردهایی در حد کلان در سایر موسسه‌ها نیز باشیم.

مسئولیت سنگینی که برعهده محک است

محک مسئولیت سنگینی برعهده دارد، علاوه بر اینکه به حمایت همه جانبه از کودکان مبتلا به سرطان و درمان آن‌ها می‌پردازد، می‌بایست تجربه‌های خود را هم در اختیار دیگران بگذارد، زیرا جامعه در زمینه‌های مختلف به شدت به دانش مؤسساتی چون محک نیازمند است.

دغدغه اسکویی نسبت به کودکان مبتلا به سرطان
کودکان مبتلا به سرطان از دیر باز دغدغه من برای ساخت یک مستند بوده‌اند. وقتی محک را دیدم این دغدغه در ذهنم بال و پر گرفت، خیلی دلم می‌خواهد در محک فیلمی بسازم. مستندی

کودک دیروز محک، جوان موفق امروز

رد نگاهش را دنبال می‌کنم. نگاهش را از لابه‌لای پرده نیم باز اتاق خوشامد گویی بیمارستان محک دوخته است به کوه‌های اطراف. چشم‌هایش مشتاقانه سنگ‌ها را می‌کاود و می‌گوید: «در ارتفاع ۳۸۵۰ متری علم‌کوه پناهگاهی است به اسم "سرچال". دور تا دورش پر است از قله‌های بالای ۴۰۰۰ متری چون سیاه‌کمان، تخت‌سلیمان، سیاه‌گوک، سیاه‌سنگ... پناهگاه کوچکی است که تقریباً ۲۰۰ نفر ظرفیت دارد. وقتی از علم‌کوه برمی‌گردی، به لبه پرتگاهی می‌رسی که این پرتگاه آخرین نقطه و لحظه‌ای است که می‌توانی برگردی و قله‌ها را با هم نگاه کنی، بارها شده وقتی می‌خواهم از آن نقطه پایین بیایم و برای آخرین بار پشت سرم را نگاه می‌کنم، بغضم می‌گیرد. نمی‌دانم باز آنجا می‌روم یا نه. آن نقطه برای من آرامش بخش‌ترین جای دنیا است.

کسی که اینطور عاشقانه از کوه‌ها و کوهنوردی می‌گوید، کوهنوردی است که نه تنها در سپردن راه‌های سخت کوهستانی بلکه در سپردن سختی‌های زندگی هم توان خود را ثابت



نفر دوم از سمت راست، جمشید بیگلریان کودک دیروز محک



خودشان هستند. من در زمان بیماری در تهران غریب بودم اما آن موقع هم برخورد مددکاران محک طوری بود که احساس می‌کردم در محله خودم هستم. برخوردشان خیلی صمیمی و راحت بود. یکبار وقتی برای درمان و شیمی‌درمانی در نزدیکی‌های عید به تهران آمدم دلم گرفته بود که عید در خانه نیستم. اما از طرف محک برگه‌ای دریافت کردیم و نشانی ساختمانی را دادند تا برویم و برای عید هر مدل لباسی را که می‌خواهیم بگیریم. یاد می‌آید که خیلی ذوق کردم. این خاطره از محک هنوز هم برایم شیرین است.»

جمشید بر این باور است که دیدن افرادی که قطع درمان شده‌اند، در بهتر شدن روحیه کودکان مبتلا به سرطان و خانواده‌هایشان بسیار مؤثر است و بهتر با واقعیت کنار می‌آیند و می‌توانند افق بهتری برای خود ترسیم کنند. برای همین همیشه از اینکه خود به عنوان یک نمونه موفق در غلبه بر بیماری سرطان و همچنین موفق در تحصیل و ورزش به آنها امید دهد، استقبال می‌کند.

جمشید بیگلریان امروز مهندس جوانی است که در سلامتی کامل مراحل پیشرفته تحصیلی را با موفقیت سپری می‌کند. مشغول نقشه‌کشی و طراحی ساختمان است و در کنار درس به علایق دیگرش چون دوچرخه سواری، اسکی و کوهنوردی می‌پردازد. او تا کنون به قله‌های بسیاری همچون دماوند، دنا، زردکوه، الوند، علم کوه، تخت سلیمان، آزادکوه و آراتر ترکیه صعود کرده است.

جمشید برای محک آرزویی است که تحقق یافته است. آرزویی که محک برای همه کودکان تحت حمایت‌اش دارد. اینکه با روحیه و امید، بیماری را در جاده زندگی جا بگذارند و به سوی افق‌های موفقیت پیش روند.

کرده است. جمشید بیگلریان، دبیر کمیته کوهنوردی کلاردشت است که روزگاری نه‌چندان پیش از این، یکی از کودکان تحت حمایت محک بود و بیماری سرطان را هم مانند قله‌هایی که امروز فتح می‌کند، در نوردید.

او ۲۸ سال دارد. اهل کلاردشت و دانشجوی کارشناسی‌ارشد مهندسی عمران است. وقتی ۱۲ ساله بود بیماری سرطان از نوع لنفوم غیر هوچکین (NHL) در او تشخیص داده شد و برای درمان راهی تهران شد. وقتی در بیمارستان علی‌اصغر بود از طریق مددکارهای محک که به بیمارستان‌ها سر می‌زدند با محک آشنا شد و تحت حمایت محک قرار گرفت. جمشید عقیده دارد که سختی‌های آن دوران را بیش از خودش پدر و مادر و خانواده تحمل کرده‌اند که هم شاهد بیماری فرزندشان بودند و هم همه تلاش و توان خود را گذاشتند تا او را به سوی سلامتی پیش ببرند. درمان جمشید سه سال طول می‌کشید تا اینکه سرانجام با امید و اراده، بر بیماری سرطان غلبه می‌کند. حتی زمانی هم که شیمی‌درمانی می‌شد همراه یکی از اقوام که عضو تیم ملی کوهنوردی بود به کوه می‌رفت. او می‌گوید بیماری هرگز سد راهش نشده و نگذاشت بیماری حتی در دوران بحرانی هم زندگی و لذت‌هایش را از او بگیرد.

جمشید از روحیه آرام و خونسردی مردم شهرش می‌گوید. اینکه همه افراد فامیل و هم محله‌ای‌ها در تمام دوران بیماری با مهربانی‌ها و روحیه عالی به کمک جمشید و خانواده‌اش آمدند و نگذاشتند نا امید شوند. جمشید می‌گوید: «امروز که به محک می‌آیم می‌بینم کارکنان محک نیز نظیر همان برخوردها را با کودکان بیمار دارند. گویی که بچه‌ها یکی از بستگان و آشنایان

از روز اول تا امروز

از آن زمانی که برای اولین بار به دارآباد، بیمارستان محک آمدم خیلی نگذشته است. من برای تشکیل پرونده و گرفتن کارت محک به بیمارستان آمدم، بعد از پرس و جو و گذشتن از چندین خیابان خاکی که حتی یک چراغ نداشت و آدم‌هایی که اصلاً نمی‌دانستند این ساختمان برای چی این‌جا ساخته شده است. وقتی ما توضیح می‌دادیم که دنبال بیمارستان محک که بچه‌هایی که مبتلا به سرطان شده‌اند را درمان و به آن‌ها کمک می‌کند، می‌گردیم، با تعجب نگاه می‌کردند. از آن روزها زمان زیادی نگذشته و محک همراه ما بچه‌ها بزرگ شده، همانطوری که همه مردم خوب به بزرگ شدن محک کمک کردند برای مجهز شدن

بیمارستان و شناساندن آن هم تلاش کردند. امروز که بیست سال از تأسیس محک می‌گذرد دیگه از اون جاده‌های خاکی و بیمارستان نیمه‌کاره خبری نیست. امروز این بیمارستان را تمام مردم روستاها و شهرهای کوچک هم می‌شناسند، امروز محک را تمام دنیا می‌شناسد، امروز در محک پزشکان دلسوز و پرستارهای مهربان و تمام تجهیزات پیشرفته درمان بیماری سرطان، تلاش می‌کنند تا بچه‌ها را درمان کنند.

امروز دیگر هیچ خانواده‌ای نگران هزینه درمان بیماری فرزندش نیست. امروز آن ساختمان نیمه تمام با عشق و محبت و ایثار تمام شده و پر از انسان‌هایی است که شب و روز تلاش می‌کنند تا خانواده‌ها با خاطری آسوده از همه جای ایران حتی کشورهای همسایه به بیمارستان محک بیایند. امروز تمام طبقات این ساختمان پُر است از کسانی که در هر شغل و مقامی یک هدف مشترک نیز دارند: تلاش برای درمان بچه‌هایی که به بیماری سرطان مبتلا شده‌اند.

علی (کودک محک)





خداوندا من با تو راز و نیاز دارم...

می دانم هر انسانی که گرفتار مشکلات زندگی و سختی روزگار می شود در دیگری برایش باز می شود، ولی من مشکلات زندگی را بزرگ نمی کنم و آن ها را شیرینی های زندگی می دانم.

به عنوان مثال میم مشکلات را برداریم چه می شود؟ شکلات! ببین چقدر شیرین است وقتی که به خدا اعتقاد داشته باشی و

با او راز و نیاز کنی و او را از ته ته دل دوست داشته باشی. می گویند یکی از بهترین حالات یک انسان با معبود خویش راز و نیاز کردن است؛ می گویند خدا را نمی شود دید ولی این درست نیست، او را می بینم در وجود طبیعت زیبا و سرسبز و مهم تر از همه در قلب خود آدم، به شرطی که انسان خدا را خیلی دوست داشته باشد و مهم تر از همه در وجود مادر. من می دانم که خودت مهر مادری را در وجود مادر گذاشتی تا بچه ای که ناتوان به دنیا می آید از او به خوبی مراقبت کند تا خیال تو راحت باشد. از تو خواهش می کنم تمام بیماران دنیا را شفا بدهی و بعد اگر خودت خواستی من را هم شفا بده. از همه مهم تر می دانم اگر بنده ای دچار مریضی یا مشکلات یا سختی های زندگی بشود دوستش داری. خداوندا بیش از آن که خودت می دانی دوستت دارم.



ارسلان (کودک محک)

نقش اول



گاهی اوقات صحبت کردن درباره احساسات سخت است. وقتی برای درمان به بیمارستان محک آمدم آنجا را مثل یک بیمارستان ندیدم، مثل یک کودکستان و یا مهدکودک بچه های کوچک تر و بزرگ تر از خودم را دیدم که موهای سرشان ریخته بود. باید درمان می شدم. به مرور من هم موهای سرم مثل بچه های دیگر شروع به ریختن کرد، اصلاً دلم نمی خواست خودم را ببینم، ناراحت بودم و همیشه دلم برای موهای سرم می سوخت که چرا این طور شدم. همه ی اطرافیانم همیشه می گفتند خیلی زیبا شده ای، بهت می آید، همیشه سرت را بگذار این طور باشد، از حرف هایشان ناراحت می شدم. یک روز خوب خودم را توی آینه دیدم و عکسی که خواهرم روی بوم کشید از من برای امتحانش، استادش خیلی خوشش آمده بود. من با چهره جدیدم دوست شدم و دیدم آنقدر هم که فکر می کردم زشت نشده ام بلکه توی چهره بچه های دیگر هم که نگاه می کردم می دیدم هر کس به نوبه خود زیبایی خاصی دارد. این چهره ها زیبا تر از چهره های با مو هستند. هر روز با چهره جدیدم مهربان تر شدم. وقتی هم بیرون می رفتم کلاه سرم داشتم بچه های کوچک شهرکمان می پرسیدند: سعید چرا این طور شده ای؟ به آن ها می گفتم چون دارم فیلم بازی می کنم و کلی با کچلی ام به آن ها پُز می دادم.

سعید (کودک محک)



آشنایی با وبسایت جدید محک

محک در سومین دهه فعالیت خود و در جهت ترویج ارزش های حاکم بر سازمان که شفافیت و پاسخگویی می باشد، علاقمند به گسترش ارتباطات خود با مخاطبان در همه رسانه ها به ویژه در رسانه های گروهی است. وب سایت جدید محک حاصل همین رویکرد است که در نهایت شفافیت، فعالیت ها، دست آوردها و عملکرد محک را در معرض دید مخاطبان قرار داده و محلی برای طرح سؤالات ذیربطان و پاسخگویی به آنان است.



ارائه کمک‌های غیر نقدی در قالب کالا، تجهیزات و خدمات و انجام انواع پروژه‌های مسئولیت اجتماعی شرکت‌ها با مؤسسه محک.

سایت محک یک رسانه اختصاصی تحت مدیریت محک است که به عنوان پایگاه اطلاع‌رسانی رسمی در خدمت اهداف مؤسسه در حمایت همه‌جانبه از کودکان مبتلا به سرطان است. درج اطلاعات، انعکاس رویدادهای داخلی و بازارها، پیام‌های مدیرعامل در مناسبت‌های گوناگون، توضیح فعالیت‌ها و نحوه عملکرد، فرآیندهای کاری مؤثر در تبدیل منابع مالی به خدمات، گزارش عملکرد و... از وظایف اطلاع‌رسانی است که در سایت محک انجام می‌شود.

این سایت می‌تواند فضایی را ایجاد کند که مخاطب با منطق و احساس خود در آرامش و آگاهی کامل از تمامی شرایط موجود در خصوص هرگونه اطلاعات، از جمله نحوه خدمات رسانی محک به کودک مبتلا به سرطان و خانواده‌اش و چگونگی ارائه کمک یاوران به محک اطلاعات کسب کرده و در خصوص ارتباط خود با محک تصمیم‌گیری کند.

عمل به اصل پاسخگویی و پیش‌قدم شدن در برطرف کردن سؤالات و نیاز اطلاعاتی مخاطبان در همه زمینه‌ها، پایدارسازی روابط و برقراری ارتباط مستمر با کلیه ذیربطان محک و توسعه ارتباطات محک با آن‌ها و ایجاد فضایی که ذیربطان بتوانند از طریق آن با سازمان گفتگو کنند از ویژگی‌های این رسانه محک است.

همچنین همه مخاطبان از طریق بخشی که با عنوان بازدید از محک در وبسایت قرار دارد می‌توانند، علاوه بر ابراز تمایل برای بازدید حضوری از مؤسسه با مراجعه به تور مجازی مؤسسه محک در وبسایت، به وسیله رایانه خود سفری به جای جای مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان محک را آغاز کنند.

پایگاه مجازی محک در شبکه اینترنت رسانه‌ای است که امکان ارتباط مستقیم و دوسویه با کلیه مخاطبان را فراهم می‌کند. نمایش نحوه مصرف منابع در محک، بالا بردن سطح پاسخگویی سازمان به کلیه ذیربطانش و ارتباط دوسویه، مهم‌ترین وظایف این سایت است. محک با دارا بودن سایت اینترنتی به نشانی:

www.mahak-charity.org

علاوه بر درج کلیه اطلاعات، گزارش‌ها و اخبار داخلی خود، پایگاه مجازی ۲۴ ساعته‌ای را برای جلب مشارکت‌های مردمی دارد که بخش‌هایی از پروژه‌های جلب مشارکت را معرفی کرده و امکان ثبت ابراز تمایل برای شرکت در آن را فراهم می‌کند. مانند:

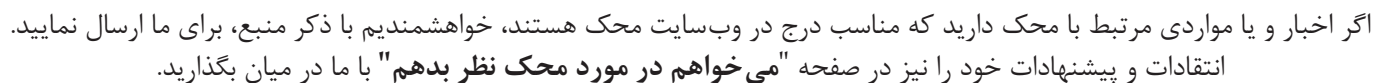
- امکان عضویت در محک، که با پرداخت ماهیانه حداقل ۱۰۰۰ تومان می‌توانید به خانواده بزرگ اعضای محک پیوسته و ما را در حمایت مستمر از کودکان مبتلا به سرطان یاری دهید.

- امکان پیوستن به جمع درمان‌یاران محک، با پذیرفتن درمان یاری یک یا چند کودک مبتلا به سرطان برای مدت یک یا چند ماه محک را در تامین هزینه‌های دارو و درمان آنان یاری کرده و همراه آنان در مسیر بهبود باشید.

- امکان دریافت قلک‌های سفالی و یا سازمانی محک برای افراد و شرکت‌هایی که در تهران یا کرج ساکن هستند. با داشتن قلک محک شما می‌توانید کمک به محک را تبدیل به یکی از کارهای روزانه خود کرده و هر روزتان را با عشق آغاز کنید.

- ابراز تمایل برای اهدای کمک‌های نقدی در قالب کمک‌های عمومی و نذورات خاص به کودکان مبتلا به سرطان.

- و به طور کلی آشنایی با روش‌های مختلف کمک‌های فردی و سازمانی همچون اجاره سالن‌های محک، کمک به عنوان داوطلب، تهیه استندهای تبریک و تسلیت مؤسسه محک (به جای اهدای گل)،



امیدواریم از دریچه این وبسایت تمامی اعضای خانواده بزرگ محک نتایج حمایت و پشتیبانی خود از کودکان مبتلا به سرطان را به روشنی مشاهده فرمایند.

شبی با محک

مراسم شبی با محک، ۲۶ خرداد ماه به مناسبت بیست سالگی محک و همزمان با تأسیس بیمارستان فوق تخصصی محک که وارد پنجمین سال فعالیت خود گردید، با حمایت شرکت کارگزاری بانک صادرات ایران، در سالن آمفی تئاتر محک برگزار شد. این مراسم از جمله فعالیت‌هایی است که هر ساله برگزار می‌شود. امسال بیست سالگی محک بهانه‌ای بود برای برگزاری این مراسم و نگاهی به آن چه در محک اتفاق افتاده، آن چه دستاورد محک در این سال‌ها بوده و چشم‌اندازی که هم‌اکنون پیش روی این مجموعه است. در ابتدای مراسم دکتر مرداویژ آل‌بویه از اعضای هیأت امنای محک، ضمن خوش‌آمدگویی و سپاس از یاوران، همراهی آنان را در طول بیست سال گذشته ارج نهاد.

دکتر آل‌بویه در سخنانش با اشاره به گذشت چهار سال از آغاز فعالیت بیمارستان و موقعیت مناسبی که در آغاز پنجمین سال فعالیت‌اش به عنوان تنها بیمارستان فوق تخصصی سرطان کودکان در خاورمیانه بدست آورده، زحمات و تلاش‌های پزشکان، پرستاران و کلیه یاوران و همراهان محک را نیروی اصلی در طی این مسیر دانست و از دلسوزی‌ها و تلاش‌های مستمر پروفیسور پروانه وثوق، قطب اصلی پزشکی بیمارستان محک سپاسگزاری کرد. در ادامه دکتر ستایش یکی از یاوران همیشگی محک و از اعضای هیأت مدیره شرکت کارگزاری بانک صادرات ایران، که حامی مالی این برنامه بود، در سخنان خود پس از تبریک این روز به بیان اهمیت مفهوم مسئولیت اجتماعی پرداخته و گفت: یکی از مسائل و مشکلاتی که در جوامع امروز با آن مواجه هستیم، عدم توجه و پابندی سازمان‌ها و مدیران به وظایف و مسئولیت‌های اجتماعی آن‌ها است، مسئولیت اجتماعی سازمان‌ها و شرکت‌ها به مجموعه فعالیت‌هایی گفته می‌شود که صاحبان سرمایه و

بنگاه‌های اقتصادی به صورت داوطلبانه به عنوان یک عضو مؤثر جامعه در جهت بهبود شرایط جامعه انجام می‌دهند، در واقع مسئولیت اجتماعی نوعی احساس تعهد است که مدیران سازمان در بخش‌های خصوصی به آن پایبند هستند تا در کنار کسب سودی که در سازمان‌ها به آن نایل می‌شوند، بتوانند سطح رفاه اجتماعی را هم افزایش بدهند.

با توجه به مسئولیت اجتماعی، شهروند خوب بودن نیز معنا می‌یابد، بدین معنی که بنگاه باید در انواع فعالیت‌هایی که معضلات جامعه را کاهش می‌دهد و کیفیت زندگی را بهبود می‌بخشد مشارکت کرده و از مزایای این مشارکت نیز می‌تواند بهره‌بردار، که عبارتند از: افزایش ارزش نام شرکت، دسترسی بیشتر به منابع مالی، کار سالم‌تر، وفاداری مشتری و کارکنان، تقویت وجهه عمومی مؤسسه و...

ستایش در ادامه سخنانش گفت: حضور گرم شما در این نشست نشان‌دهنده این است که مسئولیت‌های اجتماعی را درک کرده‌اید و به آن باور دارید، هر یک از ما می‌توانیم با انتخاب هنرمندانه پذیرش مسئولیت اجتماعی خود، اثری ماندگار از خود و سازمان‌مان به جای بگذاریم.

مراسم شبی با محک با اهدای تابلوی نقاشی کودکان محک، توسط ارسال یکی از کودکان درحال درمان، از طرف تمام کودکان و به پاس مهربانی‌ها و دلسوزی‌های زنده یاد افسانه دبیری، که به خواست ایشان بیمارستان محک ساخته شده است، خدمت همسر ایشان دکتر جواد کرباسی زاده تقدیم گردید.

وی در سخنانی این هدیه ارزشمند را به تمام یاوران محک اهدا کرد و از زحمات و تلاش‌هایی که تمام یاوران در بیست سال فعالیت محک برای حمایت همه‌جانبه از کودکان مبتلا به سرطان صرف کردند، قدردانی به عمل آورد.

مدیر عامل محک در سخنرانی خود ضمن تبریک این روز و

قرار گرفته و کامل بودن را هدف‌گذاری کرده است. احمدیان در پایان ابراز امیدواری کرد روزی بتوانیم سلامتی و شادی تمام کودکان مبتلا به سرطان را با هم جشن بگیریم. در ادامه مراسم جناب آقای کاظم زاده مدیر عامل موسسه خیریه نیکسا(خیریه کارکنان سایپا)، هدیه کارکنان این سازمان، یک دستگاه خودرو پراید صفر، را تقدیم محک کردند و به سنت هر ساله مراسم شبی با محک طی برنامه‌ی ویژه‌ای درمان یاری ۲۱۲ کودک (هزینه دارو و درمان یک کودک در یک ماه که معادل ۱۲۵ هزار تومان است) توسط یاوران عزیز محک پذیرفته شد. این مراسم با اجرای زیبای موسیقی توسط استاد محمد سریر و نگین سریر و صدای زیبای محمد صادقی به پایان رسید.

بدین ترتیب مراسم شبی با محک خاطره‌ای شد عزیز و ماندگار برای محک و تمام یاوران و نیکوکارانی که در طول این بیست سال همراه محک بودند و ما را در مسیر حمایت از کودکان مبتلا به سرطان یاری کردند، همراهی و عشقشان به محک را ارج می‌نهیم.



خوش‌آمدگویی به تمام یاورانی که در این مراسم حضور داشتند، به اختصار محک را معرفی کرده و به ترسیم دستاوردها و مسیری که محک طی بیست سال فعالیت خود پشت سر گذاشته و آنچه که در پیش رو دارد، پرداخت. احمدیان در سخنانش ضمن معرفی بیانیه دیدگاه و مأموریت محک به طرح و پاسخ به دو سوال پرداخت:

احمدیان در پاسخ به سوال **محک چه هست؟**

گفت: محک سازمان آرزوهای بزرگ و همت‌های بلند است، مانند آرزوی کمک به کودکان مبتلا به سرطان، آرزوی ساخت یک بیمارستان فوق تخصصی، آرزوی قرارگرفتن در زمره ۱۰ سازمان برتر جهان، آرزوی منحصر به فرد بودن در حوزه فعالیت‌های مختلف و... اینها آرزوهای بزرگی بودند، که همت‌های بلند آن‌ها را محقق ساخت. همت بلند اعضای عزیز و گرامی این خانواده، اعضای محترم هیأت‌امنا و هیأت‌مدیره، خیرین، داوطلبان، کارمندان و حتی دوستان کوچک ما، مانند ارسلان.

محک جایی برای انجام مسئولیت‌های اجتماعی است، چنانچه امروز شرکت‌های زیادی حامی فعالیت‌های ما هستند و محک را در مسیر حمایت همه‌جانبه از کودکان مبتلا به سرطان یاری می‌کنند. محک شفاف و پاسخگو است و این دو اصل را ارزش‌های بنیادین خود قرار داده و همواره به دنبال آن است تا اطلاعات را به روشنی در اختیار ذیربطان سازمان قرار دهد.

و اما **محک چه نیست؟**

محک پولدار نیست، بلکه ثروت محک در نیروهایی است که به یاری ما می‌آیند، ثروت محک در اندیشه یاورانی است که نیکوکاری را به عنوان سرمایه‌ای مد نظر قرار می‌دهند. محک سازمان مغروری نیست، محک سازمانی است که به مشارکت‌های جمعی و عمومی احترام می‌گذارد. محک کامل نیست، همان‌طور که هیچ سازمانی نمی‌تواند ادعای کامل بودن داشته باشد، محک نیز می‌داند که کامل نیست و به دنبال آن است تا در یک چرخه بهبود مستمر

افتتاح بوستان برای پدر و مادرها در محک

سپس بوستان توسط یکی از مادران که عضو انجمن والدین نیز هست با همراهی یکی از کودکان محک افتتاح شد. اعضای انجمن والدین نیز با حضور خود در این بوستان با والدین دیگر مشاوره و صحبت می‌کنند و مسائل‌شان را با یکدیگر مطرح می‌کنند. اعضا این انجمن ۱۰ نفر از والدین کودکان محک هستند که در فواصل زمانی مشخص و طی برگزاری جلساتی با بخش روانشناسی و مددکاری، آموزش‌های لازم در خصوص مشکلات والدین، نحوه برخورد والدین با بیماری و نحوه برخورد کودک با بیماری به آنها آموزش داده می‌شود.

با توجه به اینکه این والدین با مسائل و مشکلات مربوط به سرطان کودک خود قبلاً مواجه شده‌اند، می‌توانند با درک بهتر از شرایط والدینی که کودک آنها به تازگی مبتلا به سرطان شده است، از تبعات منفی این مسئله در زندگی آنان بکاهند.

به امید روزی که بهبود تمامی کودکان مبتلا به سرطان را در این بوستان زیبا جشن بگیریم.

"بوستان پدر و مادرها" با حضور والدین کودکان محک، تنی چند از اعضا هیأت امنا و هیأت مدیره و جمعی از یاوران و کارکنان محک، در روز ۱۶ خرداد ماه افتتاح شد. این بوستان در بیمارستان فوق تخصصی محک، محلی زیبا و آرامش بخش در فضای آزاد با منظره‌ی تپه‌های ارتفاعات دارآباد است که با هدف ایجاد محلی آرام و راحت برای حضور والدین کودکان محک و رفع خستگی آنها بنا شده است.

در این مراسم سعیده قدس، بنیانگذار محک، گفت: «اندیشه بنیان محک و هر آنچه در آن می‌گذرد به خاطر مادران و پدران کودکان مبتلا به سرطان شکل گرفته است. به خاطر سختی‌هایی که در مسیر درمان فرزندان وجود دارد و محک تلاش دارد این سختی‌ها را قدم به قدم کاهش دهد. افتتاح این بوستان نیز قدمی دیگر در همین راه است. شما والدین عزیز کودکان محک می‌توانید آنگاه که از روزهای پر فراز و نشیب بیماری فرزندان خسته هستید، با امید به اینکه پیامد این روزها روزهایی بهتر است، با حضور در این بوستان اوقاتتان را آسوده‌تر بگذارانید.»



پوستر هدیه بیست سالگی

با عشق و نوع دوستی شما یاوران گرامی، محک در حالی به دهه سوم فعالیت خود قدم می‌گذارد که توانسته است تنها بیمارستان فوق تخصصی سرطان کودک در خاور میانه را در کوه‌های شمال شرق تهران بنا نهد و ۱۶۲۰۰ کودک مبتلا به سرطان را تحت حمایت همه جانبه قرار دهد. از مهر و انسان دوستی و مسئولیت شما نسبت به کودکان محک سپاسگزاریم.

در صفحه بعد پوستری قرار داده‌ایم تا شما آن را، در صورت تمایل، در محل کار و یا منزل خود نصب کنید. شما می‌توانید از این پوستر به عنوان یک هدیه معنوی نیز استفاده کرده و آن را به همراه فرم عضویتی که در صفحه پشت آن قرار دارد به دوستان و آشنایان خود اهدا کرده و آنان را برای پیوستن به خانواده محک دعوت کنید.





میرزا علی

یاور گرامی با توجه به اینکه اطلاعات زیر وارد کامپیوتر خواهد شد خواهشمند است در تکمیل فرم دقت فرموده و اطلاعات خواسته شده را به تفکیک درج نمایید و پس از تکمیل فرم را به موسسه عودت دهید.

--

--

.....

=====

طَبَقَةٌ

=====

..... تلفن همراه

.....

از چه طریقی با موسسه محکم آشنا شدید؟

□ تبلیغات

.....

حق عضویت و کمک های غیر نقدی:

☐ ماهیانه ۳۰۰,۰۰۰ ریال

☐ ماهیانه ۱۰۰,۰۰۰ ریال

☐ ماهیانه ۵۰,۰۰۰ ریال

☐ ماهیانه ۱۰,۰۰۰ ریال

..... سایر مبالغ (با ذکر مبلغ)

در صورتیکه در شهر تهران ساکن هستید، لطفاً به سوال زیر پاسخ دهید.

☐ رایگان و با هماهنگی قبلی ☐ خیر

در صورتی که علاقمند به مشارکت مستقیم در فعالیتهای موسسه محک می باشید، می توانید با مراجعه به یکی از دفاتر محک و تکمیل فرم عضویت محک را بصورت داوطلبانه یاری فرمایید.

اطلاعات کامل بوده و اولین پرداخت طی رسید انجام شده است

شماره عضویت

تاریخ ثبت

نام و امضا اہراتور

ثبت کامپیوتری انجام شد



نمایشگاه خوشنویسی استاد محمد سلحشور به نفع کودکان محک



نمایشگاه خوشنویسی استاد محمد سلحشور ۲۰ تا ۲۶ خرداد ۱۳۹۰، با هدف حمایت از کودکان مبتلا به سرطان در محک برگزار شد.

این نمایشگاه دربرگیرنده حدود ۴۰ تابلو از این هنرمند و مربوط به فعالیت ۲۰ سال گذشته اش بود که در میان آن ها نمونه هایی چون: شعرهای نظامی گنجوی، شهریار، بابا طاهر و... به چشم می خورد. حدود سه سال پیش نیز یکی از آثار این هنرمند گران قدر با ابعاد ۲ و نیم متر به مزایده گذاشته شد، که در نهایت به مبلغ ۳۰ میلیون تومان به نفع کودکان محک به فروش رسید، این اثر یکی از کارهای برجسته ایشان، شامل مینیاتور و خطاطی بر روی کاغذی شبیه چرم بود که شعر "درکارگه کوزه گری رفتم دوش" از حکیم عمر خیام بر آن نگاشته شده بود.

استاد محمد سلحشور چهره ماندگار خوشنویسی ایران و از اساتید برجسته این هنر است که نمایشگاه های متعددی در ایران و خارج از کشور برگزار کرده است؛ وی همچنین عضو شورای عالی انجمن خوشنویسان است.

جشنی برای پروانه ها

نکرد. محمد علی می گفت پروانه اش به دست های او عادت کرده و نمی خواهد پرواز کند. عطر گل همواره برای پروانه ها بویی آشنا است و جمعه نیز جشن گل های محک سرشار از این عطر بود.



جشن کودکان محک به مناسبت آغاز فصل تابستان، روز جمعه سوم تیرماه ۱۳۹۰ در محک برگزار شد. کودکان تحت حمایت محک از دور و نزدیک و حتی از شهرستان ها آمده بودند تا ساعاتی شاد را همراه دوستان خود در محک سپری کنند. در این جشن مددکاران و داوطلبان با همدلی هنرمندان، با اجرای برنامه های بسیار شاد، لبخند را به لب های کودکان و والدین آن ها هدیه دادند. پویا، غرق در لذت، پدرش را که در مسابقه میان پدرها شرکت کرده بود تشویق می کرد. سمیرا عروسی را که جایزه گرفته بود محکم بغل کرده بود و با عمو قل قلی عکس یادگاری می گرفت. ارسال نامه ای را که به مناسبت تولد ۲۰ سالگی محک نوشته بود می خواند با زمزمه سرود تولد مبارک، همه بچه ها را هم آواز خود کرد. محمد علی از وقتی به محک آمد، پروانه ای روی دستش نشسته بود و در همه چند ساعتی که او مدام جست و خیز و شیطنت می کرد پروانه از روی دستش پرواز



موفقیتی دیگر برای خانواده بزرگ محک

محک موفق به دریافت تندیس نقره‌ای کیفیت (GIC) سال ۲۰۱۱ از مؤسسه بین المللی استاندارد "جی‌آی‌سی" شد. مراسم بین المللی اهدای تندیس کیفیت GIC جمعه ۲۴ تیرماه ۱۳۹۰ در کیف - اوکراین، برگزار شد و ۱۰ مؤسسه برتر از سوی نهادهای بین المللی "جی‌آی‌سی" انگلستان و "تی‌تی‌آ" کانادا پس از ارزیابی و بررسی‌های کارشناسی این دو نهاد بین‌المللی انتخاب و موفق به دریافت گواهینامه بین المللی کیفیت و تندیس مؤسسه بین المللی کیفیت شدند. در این مراسم که با حضور هیأت مدیره مؤسسه بین المللی استاندارد "جی‌آی‌سی" برگزار شد، محک موفق به دریافت تندیس نقره‌ای کیفیت شد و نام این نهاد در زمره ۱۰ سازمان برتر سال ۲۰۱۱ ثبت شد. به این ترتیب محک، به مدت ۱۰ سال از خدمات مؤسسه بین المللی ثبت ده سازمان برتر، بهره‌مند خواهد بود.

GIC از معتبرترین سازمان‌های تأیید صلاحیت کیفیت در دنیا است و این مراسم، سالانه با هدف انتخاب و معرفی شرکت‌ها و سازمان‌های برتر در ارائه خدمات، محصولات و استقرار سیستم‌های مدیریت "سری‌ایزو" با اعطای نشان ده جایزه برتر (top ten award) برگزار می‌شود. قرار گرفتن در زمره ۱۰ شرکت برتر از سوی GIC و TTA و دریافت تندیس کیفیت طی فرآیندی متشکل از بررسی‌ها و ارزیابی کارشناسان ارشد نهادهای بین المللی مزبور با اتخاذ روش‌های علمی و مدیریتی روز دنیا و تحقیقات مستمر در راستای توسعه و بهبود کیفی عملکرد حاصل می‌شود. این ۱۰ سازمان برتر از میان ۳۰۰ شرکت و سازمان آسیایی-اروپایی که فرم‌های ارزیابی را تکمیل نموده‌اند انتخاب شدند و ممیزان در محل سازمان یا شرکت برای ارزیابی حضور یافته و همچنین ارزیابی‌های نامحسوس از طریق منابعی چون نظرات مشتریان، شرکت‌ها و سازمان‌های همکار و لینک‌های مربوط به سایت‌های اطلاع‌رسانی انجام گرفته است. این اجلاس با رویکرد مدیریت دانش در کیفیت با هدف شناسایی کم و کیف شرکت‌های صنعتی، تولیدی و خدماتی در سراسر جهان با استفاده از روش‌های علمی و مدیریتی روز دنیا و تحقیقات مستمر در راستای توسعه و بهبود کیفی عملکرد شرکت‌های متولی امور اجرایی برگزار شد.

محک همواره تلاش دارد با قرار گرفتن در چارچوب استانداردهای بین المللی به توسعه، نشر و ترویج فرهنگ کیفیت و استانداردسازی فرآیندها و همچنین توسعه عملکردهای مؤثر سیستم‌های مدیریت خود بپردازد.

در اجرای این هدف مؤسسه محک در سال ۲۰۰۷ استاندارد NGO Benchmarking شرکت بازرسی بین المللی SGS را به عنوان اولین سازمان غیر دولتی در منطقه خاورمیانه اخذ کرده و بر اساس گزارش سیستم Benchmark of Benchmarks رتبه هفدهم در بین ۱۰۲ سازمان در جهان را کسب نمود و اکنون نیز با دریافت تندیس نقره‌ای کیفیت (GIC) امید داریم که هر روز در مسیر تعالی گام برداشته و افتخار بیشتری برای خانواده بزرگ محک کسب کنیم.



پرچم محک در بلندترین قلّه جهان

حمید دهقان کوهنورد ایرانی با عشق به کودکان محک در بیستمین سال تأسیس این مجموعه، پرچم محک را در بلندترین قلّه جهان برافراشت.

وی بعد از صعود و بازگشت به ایران، ۲۸ تیرماه در مراسمی در سالن آمفی تئاتر محک حاضر شد. در این مراسم تعدادی از کوهنوردان سرشناس کشورمان، همکاران اداری حمید دهقان، کارکنان محک و همچنین علاقمندان ورزش کوهنوردی حضور داشتند. در ابتدای مراسم شیرین صدیق نژاد، مدیر بخش خدمات حمایتی محک، از فعالیت‌های تنها مرکز تخصصی سرطان کودک در خاورمیانه و همچنین ۲۰ سال فعالیت مداوم محک گزارشی ارائه داد و در مورد صعود حمید دهقان به بلندترین قلّه جهان "اورست" گفت: به جرأت می‌توان گفت این اولین صعود به اورست بر مبنای عشق به کودکان مبتلا به سرطان بوده است. صدیق نژاد تاکید کرد: در محک فارغ از دین، نژاد و ملیت از کودکان مبتلا به سرطان حمایت همه جانبه صورت می‌گیرد و تنها به این فکر می‌کنیم که کودک مبتلا به سرطان، باید شاد و خوشحال زندگی کند و مراحل درمان را سپری کند. در بخش دیگری از این مراسم «حمید دهقان» گزارشی از صعود خود به بلندترین قلّه جهان "اورست" ارائه داد و گفت: «برای صعود به این قلّه، تمرینات زیادی انجام دادم و در مطالعاتی که داشتم متوجه شدم تمام کوهنوردان به داشتن یک انگیزه مثبت اشاره کرده بودند و آن انگیزه را عامل اصلی صعود خود می‌دانستند. این برای من خیلی مهم بود که فهمیدم در کنار قدرت بدنی، یک انگیزه معنوی خاص می‌تواند نقش بسیار مثبتی





برای کوهنورد داشته باشد و انگیزه من بالا بردن پرچم محک در بیستمین سال تأسیس‌اش به قله اورست بود. محک انرژی مثبتی به من داد زیرا این کودکان که به سرطان مبتلا شده‌اند بایستی با علاقه و تلاش زیاد مراحل درمان را سپری کنند و این تلاش را من برای آنها شبیه‌سازی کردم. بعد از اینکه تصمیم گرفتم موفقیت‌آمیز را به بچه‌های محک تقدیم کنم، احساس کردم که اورست را به طور کامل صعود کرده‌ام.»

وی در ادامه گفت: در قله به این نتیجه رسیدم که قله جای زندگی کردن نیست، جای زندگی کردن در پایین قله است، رسیدن به قله تمرینی است برای برخورد با مشکلات زندگی در پایین قله. به نظرم هیچ کاری در زندگی بی نتیجه نیست و این صعود برای من نتایج بسیار مثبتی داشت، خدا چیزهای زیادی به من داد، هدف من تنها فتح قله ۸ هزار متری نبود، بلکه فتح قله‌های دیگر زندگی است که امیدوارم توانایی آن را داشته باشم.

بازار تابستانه محک

بازار تابستانه محک ۳۰ و ۳۱ تیر ماه در محک برگزار شد تا بار دیگر شاهد حضور هزاران انسان نوع دوست و با مسئولیت در کنار یکدیگر باشیم.

این بازار با غرفه‌های مختلف غذاهای خانگی، آب دوغ خیار، شربت‌های خنک، بستنی، پالوده، شیرینی و کیک، زیورآلات دست ساز و غرفه گل و گیاه، کتاب و... ۱۲۵ میلیون تومان عواید داشت که تمام آن صرف هزینه‌های درمانی و حمایتی کودکان مبتلا به سرطان می‌شود.

کودک دیروز محک، یاور امروز

بازار تابستانه میهمان‌های ویژه ای داشت. کودکان بهبود یافته با

حضور در غرفه‌های مختلف و انجام کارهای گوناگون یاری رسان کودکان امروز محک بودند. امیررضا ۱۶ ساله که یک سال است مراحل درمان‌اش به پایان رسیده است، در غرفه اطلاع رسانی با دادن بروشور و خبرنامه محک سعی در آشنا کردن مردم با فعالیت‌ها، عملکرد و دیدگاه محک داشت.

حضور مؤسسات خیریه

محک سازمانی است که علاوه بر فعالیت در زمینه خدمات حمایتی و درمانی برای کودکان مبتلا به سرطان، همواره به ترویج اندیشه والای کمک به هم‌نوع می‌اندیشد. از این رو قسمت ورودی بازار تابستانه را به مؤسسات خیریه چون انجمن آلزایمر ایران، خیریه سپاس و خیریه بهنام دهش پور اختصاص داد تا این مؤسسات با بروشور و برگه‌های اطلاع رسانی فعالیت‌های خود را معرفی نمایند.



غرفه‌های متنوع بازار



امیررضا کودک بهبود یافته در غرفه اطلاع رسانی بازار



بادکنک آرزوها

یکی از عواملی که همواره باعث نیل مجموعه‌های مردم نهاد به سوی اهدافشان می‌شود، همدلی و همراهی است. در گوشه و کنار این بازار در قالب خریدهای دسته جمعی و مشارکت‌های گروهی متبلور شده بود. در گوشه‌ای از بازار بادکنک برای نوشتن آرزوها تهیه شده و با نیت تحقق آرزوها، که بخش عمده آن سلامتی کودکان بود به آسمان فرستاده شد: خدایا سلامتی بده!

امیدوارم تمام کودکان سرزمینم شاد زیستن را تجربه کن!

خدا جون، تو چشم هیچ بچه‌ای اشک نباشه!

به امید اینکه بازارچه بعدی برای هزینه درمان نباشه و همه خوب شده باشند!

در گوشه‌ی دیگری از بازار کیک خانگی با خرید گروهی به مبلغ یک میلیون تومان به نفع کودکان محک به فروش رسید. سپس این کیک که با عشق طبخ و فروخته شده بود، به بیمارستان فرستاده شد تا کودکان محک آن را نوش جان کنند. رسانه‌ها، این یاوران همیشگی محک نیز با حضور خود در این بازار پیام رسان عشق و مشارکت و نوع دوستی مردم بودند. از یاوران عزیز و داوطلبان گرانقدر که در برگزاری این بازار محک را یاری کردند سپاسگزاریم.



بادکنک آرزوها که حامل هزاران آرزوی کوچک و بزرگ است

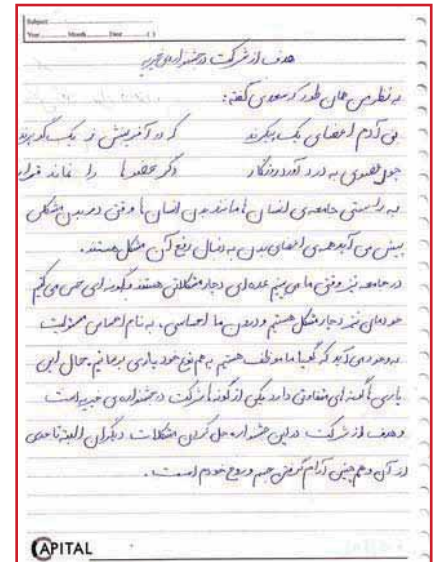
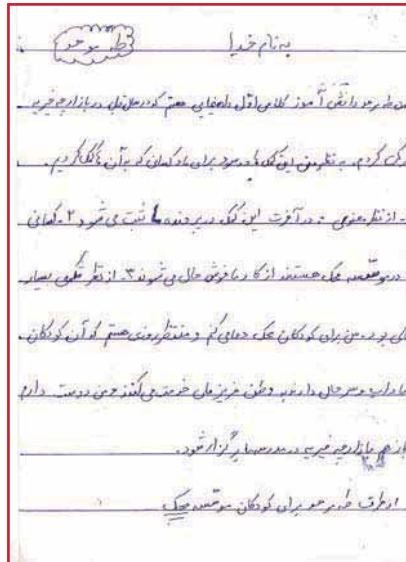
اهدای یک دستگاه وانت پیکان به محک



دانش آموزان نیکوکار مجتمع آموزشی نینما یوشیچ، یک دستگاه وانت پیکان را به محک اهدا کردند. این یاوران عزیز محک، با قلب مهربان و دستان کوچک اما پر توان خود، کودکان مبتلا به سرطان را برای پیروزی در مقابل بیماری شان یاری دادند تا نشان دهند که کمک به هم نوع و عشق به مفاهیم والای انسانی سن و سال و حد و مرز نمی شناسد.

دانش آموزان این مجتمع آموزشی با برگزاری بازار مواد غذایی که غذاهای آن را نیز خودشان تهیه کرده و به فروش رسانده بودند، هزینه خرید این وانت را جمع آوری کردند. از کادر آموزشی این مجموعه سپاسگزاریم که از سنین کودکی و نوجوانی در جهت درونی کردن مفاهیم انسانی در دانش آموزان می کوشند. به امید روزی که کودکان محک همراه با همه یاوران خود بهبودی و سلامت کامل خود را جشن بگیرند.

چند نامه ی کودکان با قلم خودشان





دفتر چیدر محک افتتاح شد

به تاریخچه محک که مراجعه می‌کنی، حکایت زیرزمینی در چیدر را می‌شنوی که همه فعالیت‌های محک از آنجا آغاز شده است و امروز این دفتر قدیمی که ریشه در گذشته‌ها دارد، به نشانی: تهران، میدان چیدر، خیابان خراسانی، پائین‌تر از شهروند، ابتدای کوچه حوزه علمیه، ساختمان برایا، پلاک ۲۸، طبقه سوم، واحد ۱۱، تلفن: ۲۲۲۱۳۹۴۶ تغییر مکان داده است.

این دفتر و تجهیزات آن به یاد دکتر احمد عرب توسط همسر ایشان خانم پریوش لاجوردی (عضو هیأت امناء و هیأت مدیره) از یاوران پیشکسوت به محک اهدا شد.

دفتر جلب کمک‌های مردمی چیدر ۲۶ شهریور ماه با حضور اعضا هیأت امناء، هیأت مدیره و جمعی از یاوران، کارکنان و همسایگان افتتاح شد.

دکتر مرداویژ آل بویه عضو هیأت امناء محک به نحوه آشنایی مرحوم دکتر عرب و خانم پریوش لاجوردی با محک اشاره کرد و از پشتیبانی همیشگی این خانواده با مجموعه محک قدردانی کرد. در ادامه آقای سلیم، یکی از حامیان همیشگی محک که هزینه ساخت بخش پیوند مغز استخوان بیمارستان محک را پرداخت نموده‌است، گفت: من با شاخه گلی با محک پیوند خوردم و امیدوارم بتوانم همواره در جهت حمایت از گل‌های محک بکوشم. محک همواره به گسترش دامنه مخاطبان و نیکوکاران و پایدارسازی روابط یاوران با این مؤسسه در جهت حمایت از کودکان مبتلا به سرطان می‌اندیشد. فعالیت‌های این دفتر عبارتست از: جذب کمک‌های مردمی در قالب روش‌های مختلف نظیر توزیع قلک، عضویت در جمع یاوران، پیوستن به گروه درمان یاران جهت پرداخت هزینه‌های درمان ماهانه و یا سالیانه یک کودک که به صورت میانگین در ماه، ۱۲۵ هزار تومان می‌باشد، جمع‌آوری کمک‌های نقدی و غیر نقدی و اطلاع رسانی در خصوص فعالیت‌های محک در قالب توزیع بروشور، خبرنامه و...

از تمام یاورانی که با حس نوع دوستی و عشق محک را در جهت حمایت همه جانبه از کودکان مبتلا به سرطان یاری می‌کنند، سپاسگزاریم.

اعضای محترم خانواده بزرگ محک

به منظور **جلوگیری** از سوء استفاده های احتمالی از اعتماد شما عزیزان به محک و با توجه به **اصل مهم امانت داری**، محک خود را موظف می داند نکاتی را در خصوص نظام دریافت کمک های مردمی در این مؤسسه خیریه و روش های ایمن و کارآمد تحویل کمک های شما به مؤسسه خدمتتان ارائه نماید. **توجه شما** به این نکات، مهم ترین عامل موفقیت ما در دستیابی به اهداف انسان دوستانه مان خواهد بود. چند نکته مهم در مورد قلک های محک:

ما همیشه خود را از قبل معرفی می کنیم!

نماینده محک که برای دریافت قلک به منزل و یا محل کار شما مراجعه خواهد کرد، حتماً از قبل یعنی زمانی که برای **همانگی نهایی** با شما تماس می گیرد، خود را با **نام و نام خانوادگی** به شما معرفی می کند؛ شما می توانید مطلع باشید که چه شخصی به در منزل یا محل کار شما مراجعه خواهد کرد.



ما فقط با دعوت به منزل شما خواهیم آمد!



محک فقط با همانگی قبلی شما و فقط با درخواست شما برای دریافت قلک های پر شده و تحویل قلک خالی به منزل و یا محل کار شما مراجعه خواهد کرد. ما سرزده به مهمانی نمی رویم!

ما دوست داریم با شما بیشتر آشنا شویم!

نماینده محک که برای دریافت قلک به منازل و یا محل کار شما مراجعه خواهد کرد، دارای یک **کارت شناسایی** است که در آن عکس، نام و نام خانوادگی او درج شده است. **نماینده محک موظف** است که این کارت را به هنگام مراجعه به شما ارائه دهد. ما بر این باوریم که **این حق مسلم شماست** که با همکاران ما آشنا شوید.



ما قلکی را که می خواهیم تحویل بگیریم می شناسیم!



نماینده محک که برای تحویل قلک به درب منزل یا محل کار شما مراجعه می کند، **شماره قلکی** را که می خواهد تحویل بگیرد به شما اعلام خواهد کرد. **شماره قلک** شما بر روی **برچسب** چسبانده شده بر روی قلک مشخص است. خواهشمندیم شماره اعلام شده از طرف نماینده محک را با شماره قلک خود قبل از تحویل کنترل فرمایید.



محک همواره علاقمند است که با اطلاع‌رسانی به ذیربطانش در خصوص عملکرد، فعالیت‌ها و برنامه‌هایش به وظایف خود که همان شفافیت و پاسخگویی است عمل نماید. از این رو در طی سال؛ ۳ شماره خبرنامه را به تمام یاورانی که در بانک اطلاعاتی محک ثبت شده اند ارسال می‌نمایند. از طریق تماس یاوران متوجه شدیم که خبرنامه به دست برخی از دوست‌داران محک نمی‌رسد، در بررسی‌های انجام شده و با توجه به گزارشاتی که دریافت کردیم می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

خبرنامه های برگشتی

دلیل برگشت تعدادی از خبرنامه‌های محک؛ عدم شناسایی آدرس گیرنده آن می‌باشد. منشأ این مشکل، عدم اطلاع‌رسانی افرادی است که آدرس محل کار یا زندگی‌شان تغییر کرده و آدرس جدیدشان را اعلام نکرده‌اند و یا تغییر پلاک‌های قدیم به جدید و عدم اطلاع‌رسانی آن موجب بروز این مشکل شده است.

ارسال تکراری

همچنین طی تماس یاوران محک، به دریافت تعداد بیشتر از یک نسخه از خبرنامه در هر شماره اشاره شده است که این امر ناشی از خطای انسانی در هنگام چاپ آدرس‌ها می‌باشد که با مکانیزه کردن چاپ آدرس‌ها این مشکل رفع خواهد شد.

مشکلات توزیع

به طور مثال یاور عزیزی از محدوده بازار بزرگ تهران تماس گرفتند و اعلام کردند یکی از توزیع کنندگان خبرنامه؛ خبرنامه‌ها را از لفاف خارج کرده و بعد از دور ریختن آدرس‌ها آن‌ها را بین مردم توزیع کرده است، این موضوع در حال بررسی است و امیدواریم در این نوبت از توزیع شاهد این گونه موارد نباشیم.

در صورت بروز هرگونه مشکل در دریافت خبرنامه با ۲۳۵۰۱۲۹۰ تماس حاصل نمایید.

در این قسمت آثار دانشمندان پزشکی سده‌های پیشین را می‌آوریم، تا نشان دهیم گذشتگان ما با وجود محدودیت‌های بسیاری که داشته‌اند، چه اندازه کوشش کرده‌اند تا توانسته‌اند علت بیماری‌ها را بشناسند و راه‌هایی برای مداوای آن‌ها بیابند. دانش پزشکی امروز، بر پایه‌ی تلاش پیشینیان بدین پایه رسیده و البته این تلاش همچنان ادامه خواهد داشت.

ابوعلی سینا (۳۷۰-۴۲۸ ه.ق.) فیلسوف، طبیب و ریاضی‌دان ایرانی از معروف‌ترین دانشمندان جهان است. ابوعلی سینا کتابی به نام قانون به زبان عربی نوشته است که از مهم‌ترین آثار پزشکی او و دایرة المعارف عظیمی در این علم است. این کتاب در قرون وسطی در اروپا کتاب‌های دیگر را تحت الشعاع خود قرار داد و در دانشگاه‌های اروپا تا سال ۱۶۵۰ هم تدریس می‌شد. ابن سینا در قانون، همه اطلاعات و دانش‌های پزشکی یونانی و عربی را تا دوران خود تا آنجا که از آن آگاه بود، یکجا گردآورده است. یکی از ویژگی‌های ابن سینا به عنوان پزشک، تجربه مشاهدات بالینی او در زمینه بیماری‌های گوناگون است.

در زیر گفتاری درباره سرطان را از ترجمه فارسی کتاب قانون، با عنوان قانون در طب، ترجمه عبدالرحمن شرف‌کنندی (هه ژار) کتاب چهارم (تهران: سروش، ۱۳۶۷) صص ۳۸۷ تا ۳۸۹ نقل می‌کنیم.





ورم سرطانی

ورمی را سرطان می‌نامیم که منشأش سوخته‌ی ماده‌ی خلط صفراوی تبدیل شده به ماده‌ی سودائی است. یا نوعی دیگر از خلط است که سوخته است و ماده‌ی صفراوی در آن بوده و به سودایی تبدیل شده است.

فرق میان ورم سرطان و ورم سقیروس از قرار زیر است:

ورم سرطان درد دارد، به شدت و حدت آزاردهنده است، نوعی تپیدن دارد و به سرعت افزایش می‌یابد؛ زیرا ماده‌ی به وجود آورنده‌اش در اندازه زیاد است و بادکردگی همراه دارد. سبب این بادکردگی آن است که ماده‌ی به وجود آورنده‌ی ورم وقتی از جای خود به حرکت درافتد و به سوی اندام راهی شود که در حالت غلیان و جوشش باشد.

در ورم سرطان رگ ماندهایی (شعبه‌هایی) همانند پاهای خرچنگ از ورم کشیده شده‌اند و اطراف ورم را اشغال کرده‌اند. ورم سرطان به سرخ رنگی ورم فلغمونی نیست. سرخ رنگیش تمایل به سیاه رنگی و بدرنگی و سبزرنگی دارد؛ که ورم سقیروس این حالت‌ها را ندارد.

ورم سرطان اکثراً بدون سابقه سر بر می‌آورد، اما ورم سخت که سقیروس نامیده می‌شود، اکثراً از ورم گرم نتیجه می‌شود.

ورم سرطان با ورم سقیروس خالص فرقی در این است که ورم سرطان دارای حساسیت است اما ورم سقیروس خالص هیچ حساسیتی ندارد.

ورم سرطان اکثراً در اندامان متخلخل و نافشرده بر می‌آید و از این رو بیشتر زنان بدان مبتلا می‌شوند. به عبارت دیگر ورم سرطان در اندامان متخلخل پی‌آلود بیشتر سر بر می‌آورد.

ورم سرطان وقتی که شروع می‌کند، ناپیداست و بعد از مدتی نمودار می‌شود و همینکه ظهور کرد و آشکار شد، انسان را با دشواری‌هایی روبرو می‌سازد.

اکثراً ورم سرطان اول می‌آید و بعد از آمدنش نشانی‌هایش روی می‌آورند. در نخستین مرحله‌ی پیدایش، ورم سرطان به حجم یک دانه باقالی کوچک دیده می‌شود، سخت و گرد و مدور است و به رنگ زرد مایل به سیاه مات می‌نماید، و تا اندازه‌ای حرارت هم دارد. ورم سرطان چندین نوع گوناگون دارد که از این قرارند:

۱. ورم سرطانی که بسیار درد دارد.

۲. ورم سرطانی که کمتر درد همراه آرد و آرام است.

۳. ورمی سرطانی هست که چرک می‌کند. این نوع از ماده‌ی سودایی به وجود آمده است که آن ماده‌ی سودایی نیز سوخته‌ی خلط صفراوی خالص است و با ماده‌ی دیگری مخلوط نیست.

۴. ورمی سرطانی هست که ثابت و بی حرکت است و چرکین نمی‌شود. گاهی رخ می‌دهد که ورم سرطان چرکین شده به ورم سرطانی بدون چرک تبدیل شود و گاهی اتفاق می‌افتد که ورم سرطانی بدون چرک به ورم سرطانی چرکین تبدیل گردد؛ این حالت وقتی رخ می‌دهد که طبیب آن را عمل کرده و با نیشتر زنی ورم را به چرک کردن در آورده است و در نتیجه کناره‌های ورم غلیظ‌تر و سخت‌تر شده‌اند.

- چرا این نوع از ورم را سرطان نامیده‌اند، که سرطان معنی خرچنگ را می‌دهد؟

به عقیده‌ی من در این نام‌گذاری یکی از دو حالت زیر را در نظر داشته‌اند:

۱. ورم سرطان به اندام ورم زده چنان چنگ اندر زده است که

خرچنگ شکار خود را در بر گرفته و چنگ اندر آن می‌زند. ممکن است از آن رو نامش را سرطان گذاشته باشند که ورم به شکل و شمایل خرچنگ بوده، مستدیر است، رنگش به رنگ خرچنگ شبیه است و شعبه‌هایی را از خود پراکنده است که به پاهای خرچنگ، که در پیرامونش قرار دارند، شباهت دارد.

علاج ورم سرطان

اگر در سرآغاز پیدایش ورم سرطان به علاج پردازی ممکن است بتوانی در حالتی که هست آن را نگهداری و نگذاری بزرگ‌تر شود و بیشتر نمو کند و نگذاری به چرکین شدن برسد. گاه‌گاهی اتفاق افتاده که ورم سرطانی چون در سر آغاز پیدایش به علاجش پرداخته‌اند، از بین رفته و بیمار شفا یافته است، اما اگر ورم ریشه دوانید و خود را محکم کرد، علاجش نیست و شفا نمی‌یابد. ممکن است ورم سرطان در اندرون بدن پیدا شود و به حالت پنهانی باشد؛ در این باره چنانکه بقراط فرماید بهتر آن است ورم تحریک نشود؛ زیرا همینکه به حرکت درآمد خطرناک است. اما اگر ورم را به حالت خود بگذاری و به علاجش نپردازی ممکن است مدت ماندگار بودن ورم به طول انجامد و تا حدی بیمار احساس بهبودی کند؛ به ویژه اگر غذای بیمار سازگار باشد، یعنی غذاهایی بخورد که سردی بخش و رطوبت‌زا باشند و ماده‌ی غذایی آرام و سالم تولید کنند. غذاهای سازگار با بیمار سرطان زده از قبیل: ماء‌الشعیر، ماهی رضاضی، زرده‌ی تخم‌مرغ نیم‌پند و امثال آن‌ها است. اگر با وجود سرطان حرارت هم بود، دوغ در مشک به هم زده‌ی تصفیه شده، غذاهایی که با سبزی‌های شاداب درست می‌شوند و حتی کدو هم خوب است.

اگر ورم سرطان کوچک باشد، شاید به وسیله‌ی قطع کردن از بین برود. دستور عمل کنندن و بریدن سرطان چنین است: باید علاوه بر اصل ورم هر چه که از ورم تأثیرپذیر شده و از آن منشعب گردیده و پیرامون ورم موجود است و می‌دانی که ممکن است به همه رگ‌ها چنگ بزند، همه را به کلی ریشه کن کنی و از بیخ و بن برآوری و چیزی از آن باقی نماند که از ورم آبیاری شود. بگذار خون زیاد از اثر جراحی از جای جراحی شده بیرون ریزد.

سابقاً اشاره کردیم که باید بدن بیمار را از ماده‌ی بدجنس ورم‌زا تخلیه و پاکسازی کنی و در این پاکسازی خونگیری و اسهال را به کار گیری. باید بعد از پاکسازی به وسیله‌ی غذاهای خوب و مناسب در چند و چونی، بی‌آلایشی بدن را حفظ کنی. باید به وسیله‌ی غذاهای خوب اندام سرطان زده را چندان نیرو بخشی که تاب دفع کردن ماده‌ی ورم را داشته باشد. هر چند بریدن ورم در اکثر حالات اندام ورم زده را از بد بدتر می‌کند.

ممکن است بعد از بریدن ورم نیاز به داغ گذاشتن بر جای بریده شده باشد و شاید داغ گذاشتن خطری بزرگ در بر داشته باشد. یعنی در حالتی که ورم سرطان به اندام اصلی و بسیار ارزنده نزدیک باشد و داغ بر جای ورم سرطان بگذاری، حال بیمار بسیار بد می‌شود.

یکی از طبیبان پیشینه روایت می‌کند که زمانی طبیبی را دیده است که پستان سرطان زده را از بیخ بریده و در نتیجه پستان دیگر به سرطان مبتلا شده است. من در این باره می‌گویم: پستان دومی در راه مبتلا شدن به سرطان بوده و وقتی که پستان اولی را بریده تصادفاً در آن وقت سر برآورده است یا ماده‌ی سرطان را از پستان اول، قبل از قطع شدن، یا از جای دیگری به پستان دوم منتقل شده است که این احتمال دوم را ترجیح می‌دهم.



نقش گیاهان دارویی در درمان بیماری‌ها

مقاله زیر توسط خانم دکتر فرشته افتخار، عضو هیأت علمی دانشکده علوم زیستی دانشگاه شهید بهشتی، نوشته شده است. دکتر افتخار دارای درجه دکتری در میکروبیولوژی است و چند دوره فوق تخصصی را نیز گذرانده است. خبرنامه محک از دکتر افتخار سپاسگزار است که این مقاله را به زبانی ساده برای درج در خبرنامه نوشته‌اند.

حدود ۲۵۰ تا ۵۰۰ هزار گونه گیاهی در کره زمین وجود دارد که درصد کمی (حدود ۱ تا ۱۰ درصد) از آن‌ها برای غذای انسان‌ها و حیوانات مصرف می‌شوند. گیاهانی که مصرف دارویی دارند احتمالاً درصد نسبتاً بیشتری را شامل می‌شوند، هر چند آمار دقیقی از آن‌ها در دست نیست.

مصر از نخستین مللی بود که از گیاهان دارویی استفاده فراوان می‌کرد و به عنوان منطقه‌ای غنی از گیاهان دارویی و سمی شهرت داشت. به عنوان مثال، مصریان از پوست انار برای دفع کرم استفاده می‌کردند. چینی‌ها و ژاپنی‌ها نیز بر اساس اسناد به جا مانده از حدود سه هزار سال قبل از میلاد مسیح، گیاهان طبی را می‌شناختند و به کشت آن‌ها می‌پرداختند. استفاده از گیاهان جهت درمان بیماری‌ها در هند و اروپا نیز رواج داشته و یونانی‌ها نیز خواص دارویی برخی از گیاهان را می‌دانستند. بقراط حکیم در قرن پنجم قبل از میلاد مسیح حدود ۴۰۰ گیاه دارویی را نام می‌برد و اولین کسی بود که با روش علمی از گیاهان برای معالجه بیماری‌ها استفاده کرد. دانشمندان ایرانی نیز حدود ۸۰۰ تا ۱۰۰۰ سال پیش اطلاعات جامعی از خواص گیاهان دارویی و استفاده از آن‌ها را ارائه کرده‌اند. ابوعلی سینا در دومین جلد از کتاب قانون ۸۱۱ گیاه دارویی و مورد مصرف آن‌ها را ذکر کرده است. به هر حال در طی سده‌ها گیاهان دارویی تنها راه درمان محسوب می‌شدند.

مطالعه و کشف اثرات ضد میکروبی گیاهان دارویی نیز تاریخچه مفصل و مکتوبی دارد. بررسی دقیق اثرات ضد میکروبی گیاهان دارویی از سال ۱۹۲۶ میلادی آغاز شد و با کشف آنتی بیوتیک‌ها در دهه ۱۹۵۰ میلادی، شکلی جدی‌تر یافت؛ زیرا از همان زمان مقاومت نسبت به آنتی بیوتیک‌ها در برخی از باکتری‌ها مشاهده شد. در حقیقت از اواخر دهه ۱۹۹۰ استفاده از عصاره‌های گیاهی و در برخی موارد ترکیبات شناسایی شده آن‌ها به عنوان مواد ضد میکروب باب شد. یکی از مهم‌ترین دلایل روی آوردن به گیاهان دارویی به عنوان داروهای ضد میکروبی، افزایش روز افزون مقاومت میکروب‌ها به آنتی بیوتیک‌ها و همچنین بروز بیماری‌های ویروسی مقاوم به داروهای شیمیایی بود که بهبود ناپذیر به نظر می‌رسیدند. گسترش بیماری ایدز نیز یکی از عوامل افزایش تلاش‌ها برای کشف گیاهانی با ترکیبات ویژه شد تا در کشورهای درحال توسعه که دسترسی به داروهای گران قیمت برای اغلب مردم امکان‌پذیر نیست، به جای آن داروها مورد استفاده قرار گیرند. در سال‌های گذشته بسیاری از ترکیبات ضد میکروبی از گیاهان مختلف شناسایی و حتی نحوه تأثیر آن‌ها نیز بررسی شده‌است.

جالب توجه است که بسیاری از ترکیبات بدست آمده از گیاهان بخصوص گیاهان دارویی و معطر، فعالیت ضد میکروبی قابل توجهی

دارند و اثر ضد میکروبی عصاره یا اسانس آن‌ها مشابه آنتی بیوتیک‌ها و در برخی موارد حتی بهتر است. اثر ضد میکروبی گیاهان دارویی در اسانس‌ها و عصاره‌های گیاهان بومی ایران نیز بسیار بررسی شده و صورت بلندی از آن‌ها را می‌توان ارائه داد. اکثر این مطالعات با استفاده از باکتری‌های آزمایشگاهی که بیماری‌زا نیستند و تعداد معدودی با استفاده از باکتری‌های بیماری‌زا انجام گرفته است. در بخش میکروبیولوژی دانشگاه شهید بهشتی اثر زیست‌شناختی برخی از گیاهان بومی ایران بر باکتری‌های بیماری‌زا، از جمله نمونه‌های باکتری مولد زخم معده (هلیکوباکتر پیلوری) که از تکه برداری معده بیماران جدا شده بودند هم در کودکان و هم در بزرگسالان بررسی شد. نتایج آزمایش‌ها نشان داد از بین گیاهانی که از نقاط مختلف ایران جمع آوری شده بودند، ۱۰ گیاه شامل: زیره ایرانی، زیره سیاه، پونه، دو نوع گیاه مریم گلی، شیرین بیان، بادیان، آویشن، کاکوتی و زردان اثرات بسیار قوی بر ضد این باکتری‌ها داشتند. نهایتاً ترکیبات موثر در برخی از این گیاهان شناسایی شد که در صد بالایی از آن‌ها پلی فنل‌ها، فلاونوئیدها و گزانتانولیدها بودند. با توجه به اینکه عفونت و به وجود آمدن زخم معده در شماری از بیماران به سرطان معده منجر می‌شود، می‌توان پیش بینی کرد که در آینده احتمال کنترل و پیش‌گیری از این نوع سرطان با استفاده از گیاهان ذکر شده و یا ترکیبات موثر آن‌ها امکان پذیر باشد.

۳۰۰۰ گیاه با اثر ضد سرطان

بنابر پژوهش‌ها حدود ۳۰۰۰ گیاه اثر ضد سرطانی دارند ولی متأسفانه در اغلب گزارشات نوع سرطان ذکر نشده و ظاهراً بررسی‌ها بیشتر در رابطه با انواع تومورها انجام شده است. از میان این گیاهان برخی با دقت بسیار بررسی و ترکیبات مختلف آن‌ها که اثرات ضد سرطانی دارند مشخص شده‌اند. بطور کلی، اکثر مواد مؤثر ضد سرطانی که قادر به پیش‌گیری از سرطان و یا درمان آن هستند، خاصیت آنتی اکسیدانی دارند. این ترکیبات شامل ویتامین‌های آ، سی، کاه، ای، کاروتنوئیدها، ترپنوئیدها، فلاونوئیدها، پلی فنول‌ها، آلکالوئیدها، تانین‌ها، ساپونین‌ها، رنگدانه‌ها و آنزیم‌هایی با خاصیت آنتی اکسیدانی قوی هستند. علاوه بر گیاهان دارویی مطالعه شده، این ترکیبات در اکثر سبزیجات، میوه‌ها و انواع چای موجودند و قادر به مهار فعالیت هورمون‌ها و مسیرهای بیوشیمیایی هستند که در نتیجه آنها سرطان ایجاد می‌شود. ابتلا به انواع سرطان در افرادی که مقدار زیادی سبزی و میوه مصرف می‌کنند بسیار کمتر از افرادی که زیاد گوشت می‌خورند گزارش شده است. همچنان گزارشات نشان می‌دهند که دستگاه ایمنی افراد سبزی خوار برای مقابله با انواع بیماری‌ها بسیار قوی‌تر است.

در مطالعه‌ای در رابطه با گیاهانی که ترکیبات ضد سرطانی دارند، رُزماری (اکلیل با خاصیت ضد توموری قوی)، آویشن شیرازی و مامیران (ضد سرطان معده)، پوست درخت عَرَعَر (حاوی ترکیبات ضد سرطان روده) و بسیاری گیاهان دیگر که بومی ایران نیستند، گزارش شده است. برخی از این گیاهان در موارد بالینی و بر روی افراد مبتلا به انواع سرطان‌ها آزمایش شده‌اند و نتایج نسبتاً امیدوارکننده‌ای حاصل شده است. در مجموع می‌توان گفت گیاهان دارویی موجب سلامتی و طول عمر در افراد می‌شوند و بیماری‌های مختلف را درمان می‌کنند، بدون آنکه در مصرف متعادل اثر سمی از خود بر جای گذارند.



و ایجاد بانک اطلاعاتی تا پایان تیرماه ۱۳۹۰ • انجام رایگان خدمات پاراکلینیکی بیماران (رادیولوژی، آزمایشگاهی، ام آر آی، سی تی اسکن و...) • پرداخت بخش قابل توجهی از هزینه‌های دارویی بیماران • صدور دفترچه خدمات درمانی برای بیماران که فاقد دفترچه هستند • مشارکت در راه‌اندازی درمانگاه شیمی‌درمانی بیمارستان ولیعصر (عج) با هزینه‌ای بالغ بر ۴ میلیارد ریال • تأسیس بخش بیماران مبتلا به سرطان در بیمارستان ولیعصر (عج) با هزینه‌ای بالغ بر ۴ میلیارد ریال • جذب کمک‌های مردمی بالغ بر ۴۰۰ میلیون ریال در ماه • سازماندهی کمیته‌های اجرایی انجمن • طراحی پایگاه اطلاع‌رسانی اینترنتی انجمن • اجرای فعالیت‌های فرهنگی و آموزشی (انتشار فصلنامه مهرانه، چاپ انواع بروشور، بنر، تراکت و پوستر، شرکت در نمایشگاه، ارتباط مستمر با رسانه‌های جمعی محلی • همفکری و تبادل نظر با انجمن‌های سایر استان‌ها به خصوص موسسه محترم محک تهران و تشویق سایر استان‌ها جهت تأسیس انجمن‌های هم‌سو • راه‌اندازی کمیته مهرانه تهران • برگزاری کنگره سراسری سرطان، چالش‌ها و راهکارهای اجتماعی در زنجان (مرداد ماه ۱۳۸۷) • فعالسازی واحد قلک

ارتباط با مهرانه

- جاری ۹۰۰۹/۶۶ بانک سپه - شعبه مرکزی زنجان
- جاری ۰۲۰۰۹۰۲۲۱۵۰۰۸ بانک پارسیان - شعبه زنجان
- شماره حساب سیبا ۰۱۰۴۹۱۵۰۹۷۰۰۰
- ساختمان دفتر مرکزی شماره ۱: زنجان، انصاریه، تقاطع خیابان بوعلی سینا و بوستان ۷ تیر، صندوق پستی ۴۵۱۵۷۴۳۵۵۱
- ساختمان دفتر مرکزی شماره ۲: زنجان، سعدی شمالی، پایین تر از خیابان بهار، کوچه دست‌افشان، پلاک ۱۶، صندوق پستی ۴۵۱۹۵۱۱۳۱
- تلفن: ۰۲۴۱-۴۲۴۴۵۵۵ ۰۲۴۱-۴۲۴۶۵۵۵ ۰۲۴۱-۲۸۱۹۱۲
- پیامک: ۳۰۰۷۲۲۷۳۷

• آدرس اینترنتی: www.mehraneh.org

• آدرس ایمیل: info@mehraneh.org

بر اساس بیانیه مأموریت، "محک" سازمانی است که علاوه بر فعالیت در زمینه سرطان کودک، همواره به ترویج اندیشه والای کمک به هم‌نوع می‌اندیشد؛ از این‌رو این بخش از خبرنامه محک را به معرفی مؤسسه‌های خیریه ثبت شده اختصاص داده‌ایم. خیریه‌هایی که علاقه‌مند به معرفی فعالیت‌های خود می‌باشند، می‌توانند با شماره تحریریه خبرنامه تماس حاصل نمایند.



انجمن خیریه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان زنجان

www.mehraneh.org

انجمن خیریه‌ی حمایت از بیماران مبتلا به سرطان استان زنجان که اختصاراً "مهرانه" نامیده می‌شود، مؤسسه‌ای است غیرتجاری که از ۱۳۸۵/۰۹/۲۲ با شماره ۲۷۰ به ثبت رسیده است و از بدو تأسیس، فعالیت خود را در راستای اطلاع‌رسانی، پیشگیری و درمان سرطان در استان زنجان شروع کرده است و در جهت نیل به اهداف خود، از امکانات موجود از قبیل چاپ و نشر جزوات و پوسترها و صدا و سیما و جراید استفاده می‌نماید. لازم به ذکر است این انجمن با پیشنهاد خانم دکتر مینوش مقیمی و آقای مهندس اصغر وثوق تشکیل شده است. مهرانه مؤسسه‌ای است خیریه، غیرسیاسی، غیرانتفاعی و مردم‌نهاد که همشهریان خیر و دلسوز استان با کمک‌های نقدی و غیرنقدی مؤسسه را یاری می‌کنند. اعضای مهرانه داوطلبانه و افتخاری برای تحقق اهداف آن کوشش می‌کنند. مهرانه علاوه بر کمک به بیماران مبتلا به سرطان فکر کمک به هم‌نوع را رواج می‌دهد و از ویژگی‌های برجسته این موسسه اعتماد سازی، تلاش شبانه‌روزی و اطلاع‌رسانی با بهره‌گیری از نیروهای نخبه و جوان می‌باشد. دیدگاه مهرانه بر آن است که حامی مستمر بیماران مبتلا به سرطان و خانواده‌آن‌ها در استان زنجان باشد و توجه ویژه خود را به مداوای بیماران معطوف و با تکیه بر ارزش‌های والای اسلامی و نوع دوستی و فداکاری امکان‌بهبودی بیماران را فراهم و روح امید به زندگی را در آن‌ها ایجاد نماید. از این‌رو هیچ بیمار سرطانی در استان از پرداخت هزینه‌های درمان و خدمات رفاهی نباید نگران باشد.

شمه‌ای از خدمات و فعالیت‌های مهرانه

- تشکیل پرونده و تحت پوشش قرار دادن ۱۶۰۰ بیمار مبتلا به سرطان

الو محک

پاسخگویی یکی از ارزش‌های حاکم بر محک است. پرسش حق ذیربطان ما و پاسخ به پرسش‌ها وظیفه ما است.

برخی از سوالات مطرح شده شما عزیزان:

۱. برروی قلم‌های محک شماره تماسی نوشته شده است که در هنگام پر شدن قلم با آن شماره تماس بگیریم، ولی ما موفق به تماس نمی‌شویم، باید بعد از پر شدن قلم‌ها به کجا مراجعه کنیم؟

با عرض پوزش نسبت به وقوع این مشکل فنی که در سامانه مرکز تلفن محک بوجود آمده (به منظور پاسخگویی بهتر و سریعتر به ذیربطان سازمان، محک اقدام به اسقرار سامانه تلفن گویا، نموده است. این امر موجب تغییر تلفن‌های محک شده است)، با تجهیز و راه‌اندازی مرکز تلفن جدید این مشکل به زودی مرتفع خواهد شد. در صورتی که از طریق تماس با شماره ۲۳۵۴۰ موفق به تماس با واحد مورد نظر نشدید، لطفاً با شماره ۲۳۵۰۱۰۰۰ تماس حاصل فرمایید. امیدواریم عذرخواهی ما را به خاطر مشکلات به وجود آمده در این مورد پذیرا باشید.

۲. زمان کافی برای مراجعه به بانک برای پرداخت حق عضویت و یا دیگر کمک‌های نقدی ندارم، چرا سیستم پرداخت اینترنتی و تلفن همراه خود را راه اندازی نمی‌کنید؟

با راه اندازی سایت جدید محک با مراجعه به قسمت - همین الان می‌خواهم به محک کمک کنم- از طریق گذرگاه بانک ملت و گذرگاه

بانک پارسیان امکان پرداخت اینترنتی فراهم است و قصد داریم در آینده امکان پرداخت اینترنتی از طریق سایر بانک‌ها را نیز فراهم کنیم.

۳. چرا بازارهای خیریه شما در خود محک برگزار می‌شود؟ بهتر نیست که این بازارها در مرکز شهر برگزار شود تا افراد بیشتری به آن مراجعه کنند؟

بازارهای محک از این رو در خود این مجموعه برگزار می‌شود که افراد از نزدیک شاهد مجموعه‌ای باشند که با عشق و کمک آن‌ها ساخته شده است.

۴. چرا قلم‌های محک سفالی است که برای محک هزینه ساز است؟ قلم‌های سفالی به نماد قلم محک تبدیل شده است و طرفداران و مشتاقان بسیاری به خصوص در بین کودکان پیدا کرده است و حتی هر ساله در فصل پاییز مراسم جشن بزرگی به نام جشن قلم‌شکان با حضور یاوران و کودکان عزیز بر پا می‌گردد. نکته دیگر اینکه با توجه به این موضوع که محک حامی کودکان مبتلا به سرطان نسل امروز این مرز و بوم می‌باشد بر خود وظیفه می‌داند، حامی کودکان سالم فردا نیز باشد و در این راستا چون محک یکی از حامیان محیط زیست است، از قلم‌های پلاستیکی که متأسفانه از چرخه طبیعت خارج نمی‌شوند استفاده نمی‌کند تا گامی موثر در جهت حفاظت از محیط زیست خود برداشته باشد.

۵. تولید قلم‌های محک رایگان است؟

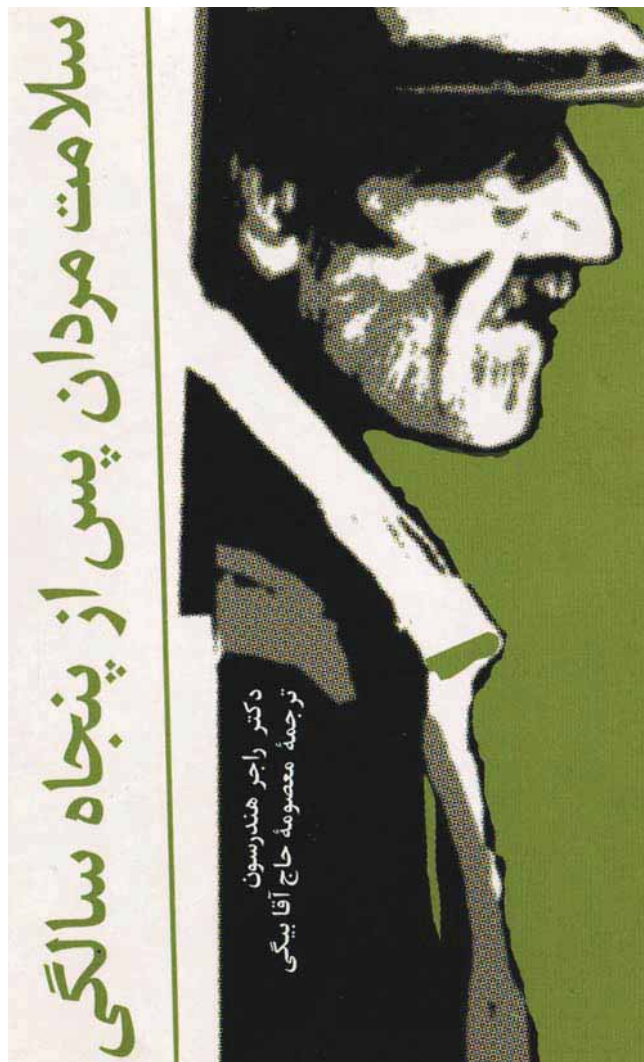
خیر تولید قلم‌ها رایگان نیست. ولی در تولید این قلم‌ها به تولیدکنندگانی سفارش داده می‌شود که نگاه اقتصادی به محک ندارند و این کار را برای محک با قیمتی بسیار مناسب و برخی موارد حتی بدون دریافت سود انجام می‌دهند.

هدف کتاب شرح و توضیح بیماری‌هایی است که مردان از میانسالی ممکن است به آن‌ها دچار شوند و راه‌های پیشگیری و درمان آن‌ها. نویسنده کتاب پزشک است و کتاب را برای افراد غیرمتخصص به زبانی ساده نوشته است.

بیماری قلبی، فشار خون، بیماری قند، افسردگی، مشکلات مربوط به پروستات، فشار عصبی، رژیم غذایی و وزن از جمله فصل‌های کتاب است. فهرست بازبینی سلامت مردان بالای ۵۰ سال را از این کتاب نقل می‌کنیم:

- وزن ایده آلی که باید داشته باشید، محاسبه کنید، سعی کنید به چنین وزنی برسید و سپس حفظش کنید.
- برنامه غذایی کاملاً متعادلی را که سرشار از میوه و سبزی‌های تازه است دنبال کنید.
- هنگام پختن غذا یا روی میز غذا از نمک استفاده نکنید.
- مصرف قند و چربی را به حداقل برسانید.
- هر روز هشت لیوان آب بنوشید.
- برای ترک سیگار هرکاری که از دستتان بر می‌آید انجام دهید.
- میزان کلسترول خود را کنترل کنید.
- میزان فشار خون خود را کنترل کنید.
- میزان PSA (آنتی ژن ویژه پروستات) را کنترل کنید.
- به طور منظم ورزش کنید. حتی اگر فقط چند بار پیاده‌روی سریع در هفته باشد.
- در فعالیت‌های متنوعی شرکت کنید تا تناسب جسم و ذهن، هر دو حفظ شود.
- پزشک خود را در جریان هر گونه نگرانی که درباره سلامت خویش دارید بگذارید.
- همه داروها را بر اساس دستور پزشک مصرف کنید و هرگونه اثرات جانبی مهم را به اطلاع پزشک برسانید.

سلامت مردان پس از پنجاه سالگی



راجر هندرسون، ترجمه معصومه حاج آقابیگی، تهران: بافک ۱۳۸۶، ۲۴۵ ص. ۴۰۰۰۰ ریال

تقویم و کارت تبریک سال ۱۳۹۱

محک از اولین مؤسسه‌های خیریه در ایران است که از سال ۱۳۸۶ اقدام به ترویج مفهوم مسئولیت اجتماعی در بین سازمان‌های مردم‌نهاد و بنگاه‌های اقتصادی نموده و تلاش دارد از زوایا و دیدگاه‌های مختلف به این موضوع بپردازد. مسئولیت اجتماعی تبلوری از ایفای نقش مشارکت مردمی سازمان‌ها در جامعه است و ارتباطی دو سویه ما بین سازمان‌های غیر دولتی و بنگاه‌های اقتصادی را رقم می‌زند. محک برای تسهیل این ارتباط اقدام به تعریف پروژه‌هایی که متناسب با علاقه مندی و حوزه فعالیت سازمان‌های مختلف باشد، کرده است. از جمله این پروژه‌ها **حمایت مالی از تقویم‌های شمسی و میلادی محک** است. هر تقویم محک دارای ۱۲ حامی مالی است که لوگوی آن‌ها در صفحه مربوط به یک ماه قرار داده شده، همچنین در ابتدای تقویم نوشته کوتاهی درباره معرفی شرکت خود به همراه لوگو و نحوه تماس درج می‌کنند. هزینه حمایت مالی برای هر صفحه از تقویم شمسی دو میلیون و پانصد هزار تومان و برای تقویم میلادی یک میلیون و پانصد هزار تومان است. با مشارکت در این پروژه علاوه بر معرفی سازمان خود به تمامی یاوران و خانواده بزرگ محک، به کودکان مبتلا به سرطان نیز یاری رسانده و به مسئولیت اجتماعی خود عمل کرده و کمک به هم نوع و انسان دوستی را به عنوان مزیتی اجتماعی برای سازمان خود کسب نمایید. پروژه دیگر **سفارش کارت‌های تبریک محک** است. سازمان‌ها و شرکت‌ها می‌توانند از میان طرح‌های متنوع، کارت مورد نظر خود را انتخاب کنند و این کارت‌ها را در مراسم و مناسبت‌های مختلف همچون عید نوروز مورد استفاده قرار دهند و روحیه انسان دوستانه سازمان خود را به ذریبطانشان منتقل سازند.

