



خبرنامه مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان «محک» - فروردین تا تیر ماه ۱۳۹۹

- یادمان پروفیسور وثوق: پروانگی آموز اگر طالب عشقی
- در دوره شیوع ویروس کرونا چگونه از راه دور به کودکان محک کمک کنم؟
- به بهانه بیستمین سالگرد روز محک و نیکوکاری: گلبانگ سربلندی بر آسمان توان زد
- با «پیام همدلی محک» در غم تنها نمائیم
- دست‌هایمان دور شده است، قلب‌هایمان نزدیک



محک در طول ۲۸ سال فعالیت خود، همواره با تکیه بر دو اصل قدرشناسی و زیبایی شناسی، همسو با مناسبت‌های ملی و بین‌المللی مرتبط با حوزه فعالیت خود یا ذیربطانش تلاش کرده است، تا ضمن گرامیداشت این مناسبت‌ها، نسبت به همه افراد، مؤسسات و سازمان‌هایی که برای تأمین سلامتی و رفاه بیشتر هم‌میهنان عزیزمان می‌کوشند، ادای احترام کند. نمونه‌هایی از این پیام‌ها که مربوط به فروردین تا تیر ماه ۱۳۹۹ است را در این صفحه مشاهده می‌کنید. همچنین علاقه‌مندان می‌توانند با دنبال کردن وبسایت یا شبکه‌های اجتماعی محک تمامی پیام‌های مربوط به مناسبت‌های مختلف را مشاهده کنند.



روز معلم - ۱۲ اردیبهشت



روز زمین پاک - ۲ اردیبهشت



روز محک و نیکوکاری - ۲۵ خرداد



روز جهانی خانواده - ۲۶ اردیبهشت

شناسنامه

 تعدادی از عکاسان داوطلب محک در این خبرنامه همکاری داشته‌اند. همراهی ارزشمند ایشان را قدر دانیم.

 تمامی دستگاه‌های خودپرداز بانک‌های ملی، صادرات، رفاه، کشاورزی، مسکن، حکمت ایرانیان و تجارت در سراسر کشور گزینه «کمک به محک» را دارند.

 **شماره حساب‌های محک**

- بانک ملی اسکان: ۰۱۰۵۰۵۸۱۸۱۰۰۱
- بانک سپه جاری طلایی: ۱۳۵۱۸۰۰۰۸۷۲۰۱
- بانک اقتصاد نوین: ۱-۴۸۴۴۴۴۴-۸۱۸-۱۳۵
- بانک صادرات (سپهر): ۰۱۰۴۴۴۰۴۴۴۰۰۰
- بانک ملت (جام): ۱۴۹۴۲۷۴۸/۱۹
- بانک پاسارگاد: ۱-۴۴۴۴۴۴۴-۸۱۰-۲۶۳

 **شماره کارت بانک ملی** ۶۰۳۷-۹۹۱۱-۹۹۵۰-۰۵۹۰

 **پرداخت از طریق کد تلفن همراه:** *۷۳۳*۲۳۵۴۰#
و اپلیکیشن آپ

 **@mahakcharity**

 این خبرنامه روی وبسایت محک قابل مشاهده و ذخیره کردن است. صورت‌های مالی و گزارش حسابرس مستقل نیز روی وبسایت محک قابل مشاهده است.

www.mahak-charity.org



مشاور: فرخ امیرفریار

مدیر داخلی: الهام انصاری

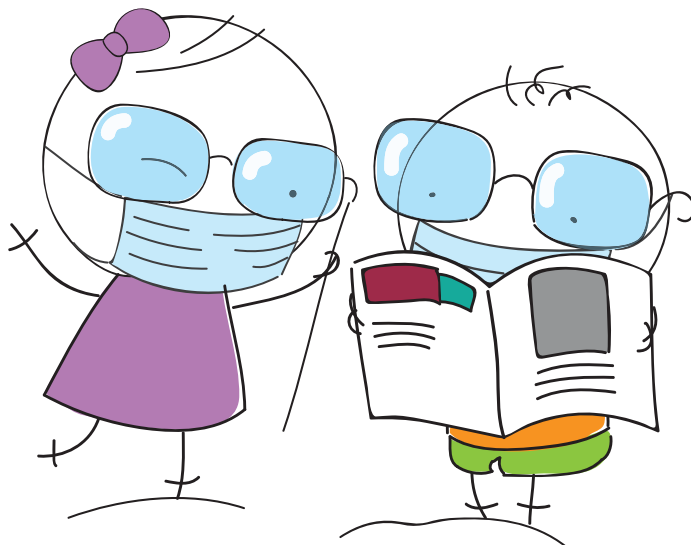
دبیر تحریریه: دنیا آقاباقری

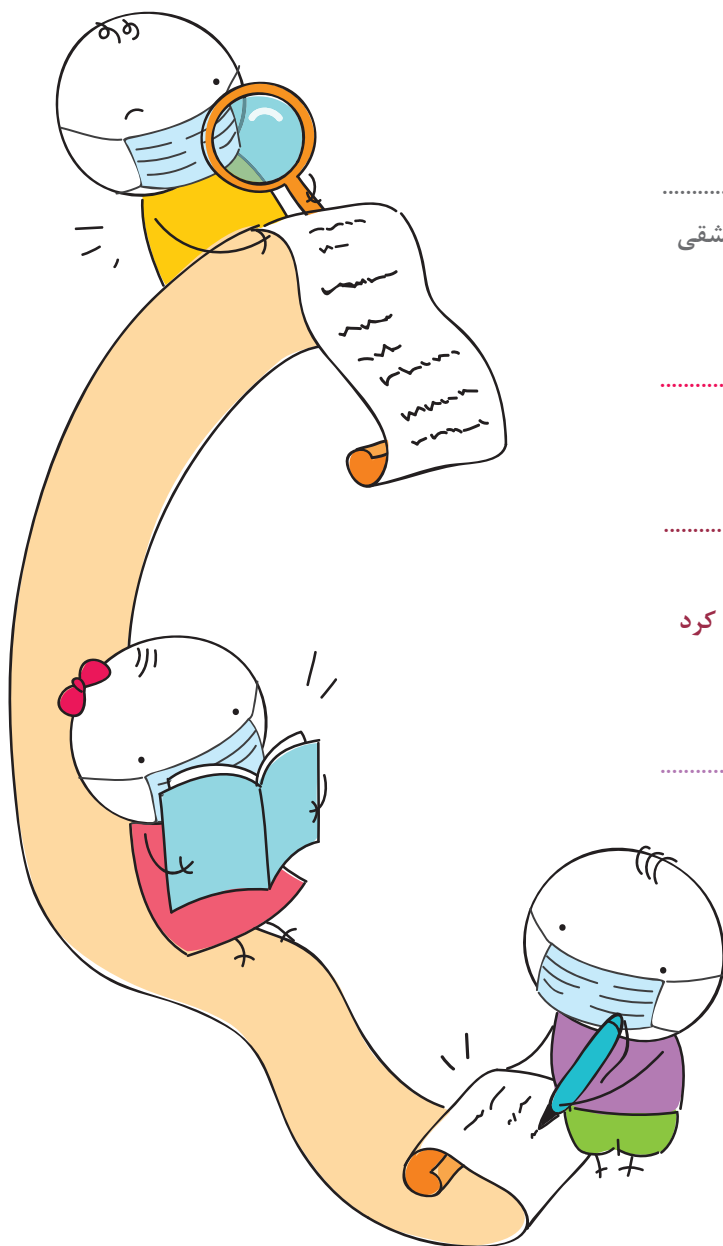
تحریریه: شیما انتظاری، گلسا السادات بحری، زهرا سادات محمدی،

شبشم معینی تبار

طراحی و صفحه‌آرایی: بهزاد انجلاسی

تصویرسازی: مهسا محمدیان، نرگس کاشف، غزاله آرسته‌مهر





۱ پیام بنیانگذار

۲ پیام مدیرعامل

یادبود

۳ یادمان پروفسور وثوق: پروانگی آموز اگر طالب عشقی

۴ گلبانگ سربلندی بر آسمان توان زد

گزارش

۵ با «پیام همدلی محک» در غم تنها نمائیم

پرونده

۹ دست‌هایمان دور شده، قلب‌هایمان نزدیک

۱۳ لوگوی محک هم فاصله‌گذاری اجتماعی را رعایت کرد

۱۶ از دل تغییر است که معجزه می‌آفرینیم

همراه با محک

۱۷ آشپزی در روزهای فاصله‌گذاری اجتماعی

۱۸ معرفی کتاب؛ دنیای رنگارنگ الفی اتکینز

۱۹ محک در تقویم تاریخ

۲۰ پرسش‌های متداول

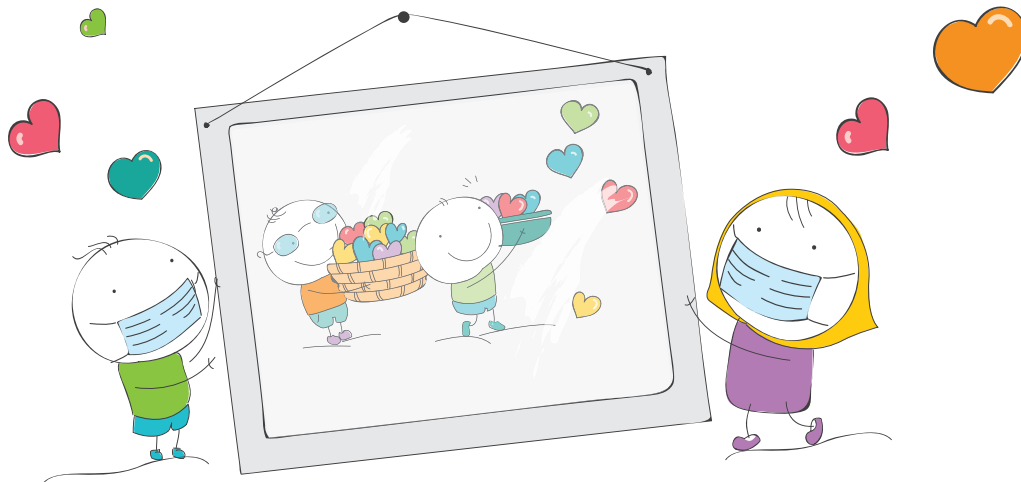
۲۱ نشانی دفاتر و بانه‌های محک

این روزها بی‌اختیار و مکرراً یاد روزهای ابتدایی بنیان نهادن محک می‌افتم. روزهایی که در بخشی از جامعه با ناباوری و تردید به لزوم مداخله جامعه مدنی در امور درمان بیماران مواجه بودیم، لیکن خوشبختانه بودند طیفی از جامعه که ایمان داشتند به ضرورت این حرکت و دعوت را لبیک گفتند و همه دست در دست یکدیگر، یکی از واحدهای افتخارآفرین جامعه مدنی را خلق کردیم. چرا و چه تشابهی بین این دو موقعیت مرا به یاد آن روزها می‌اندازد؟

پس از آنکه عمیقاً به این سؤال اندیشیدم، مشکلات شکل‌گیری محک در روزهای نخستین در ذهنم شکل گرفت:

۱. سختی ایجاد باور بهبود کودک مبتلا به سرطان در جامعه
 ۲. عدم وجود سوابق و اطلاعات کافی برای تصمیم‌گیری
 ۳. عدم اشراف مکفی نسبت به معضل در بین مسئولان
 ۴. اشتیاق پرشور بخشی از جامعه برای حمایت هرچه گسترده‌تر و فراگیرتر
 ۵. نگرانی‌های خودم از توان پاسخگویی جامع به نیازهای شناخته و ناشناخته
- گفتنی است همین تشابهات میان روزهای نخستین فعالیت محک با شرایط کنونی جامعه موجب دلگرمی و قوت قلبم شد در مقابل این بلای نفس‌گیر که جامعه جهانی را دچار شوک کرده است.
- یادم آمد مردمی هستیم که در بحران و در نیاز و در وانفसाها، اگر بدانیم که حجم بحران تا چه اندازه است و نسبت به اطلاعات آگاه باشیم، قطعاً رفتارهای زیبا و اعجاب‌آمیز و معجزه‌گرانه‌ای داریم که جهان را به تعجب می‌اندازد و همین هم شد.
- به این معنی که ما در محک شاهد اشتیاق صادقانه همکاران در سطوح درمانی، پشتیبانی، خیریه و حتی داوطلبان و یاوران برای حضور و همکاری در آن شرایط سخت بودیم. بدیهی است به لحاظ فرمان‌برداری مدنی و رعایت دستور خانه‌نشینی و پس از آن حفظ فاصله، بهره‌ور از حضور همه نشده‌ایم ولی با استفاده از روش‌هایی چون دورکاری و حضور آنلاین تلاش کردیم خللی در ارائه خدمات درمانی و حمایتی به کودکان مبتلا به سرطان ایجاد نشود.
- از سوی دیگر با کمال شگفتی شاهد تداوم حمایت مردم بودیم که محرکی شورانگیز برای همه دست‌اندرکاران محک بود. زیرا که برهانی بود بر مستجاب شدن دعای همیشگی ما یعنی مستدام بودن حمایت و اعتماد مردم عزیز میهن ما به محک.

سعیده قدس



برای همه مردم کشورمان و جهان آرزوی سلامتی و آرامش داریم

انسان‌ها به یک اندازه عزیزند و می‌بایست به آنها توجه کنیم. امروز هم که جهان و کشور ما با یک بحران عمومی سلامتی روبرو شده است، ما نیز در محک خود را مسئول می‌دانیم که مانند همیشه، در تصمیم‌گیری‌های روزهای سخت به مصلحت همه فکر کنیم؛ کودکانمان، کارکنان، نیکوکاران و اعضای خانواده بزرگ محک و البته همه آحاد جامعه. اما بدیهی است که درمان کودک مبتلا به سرطان در هر شرایطی می‌بایست ادامه پیدا کند. لذا تلاش کردیم تا در این روزها نیز با توسعه روش‌های کمک از راه دور و روش‌های آنلاین، اهدای کمک‌های نیکوکاران به کودکان مبتلا به سرطان را تسهیل کنیم تا درمان این عزیزان ادامه پیدا کند.

طراحی وبسایت جدید محک که از ابتدای سال به روزرسانی شده است، یکی از اقداماتی است که برای تسهیل ارتباطات آنلاین اعضای خانواده بزرگ محک ایجاد شده است. بدین ترتیب پرداخت آنلاین کمک‌های نیکوکارانه یاوران گرانقدر محک از راه دور و سفارش آنلاین تقویم، سررسید، محصولات هنری و... در کوتاه‌ترین زمان ممکن میسر خواهد بود.

ما در محک، به این امر واقفیم که با توجه به سرعت عمل در این تغییر، ممکن است استانداردهای بین‌المللی مورد نظر خانواده بزرگ محک در وبسایت جدید به طور کامل انجام نشده باشد اما برای گذر از روزهای پیش رو، سرعت بر کیفیت مطلوب ارجح بود. در این مسیر به دنبال بهبود مستمر با تکیه بر مشارکت و پیشنهادات شما هستیم چرا که:

ما بدان مقصد عالی نتوانیم رسید

هم مگر پیش نهد لطف شما گامی چند

از همه شما که در هر شرایطی اعم از بحران، ثبات، جنگ، صلح و تحریم همراه کودکان معصوم مبتلا به سرطان هستید قدردانی و در برابر مهرتان ادای احترام می‌کنیم. آرزو داریم سال ۱۳۹۹ برای همه هموطنان سال بازگشت سلامتی و آرامش باشد. به امید آنکه با همدلی تمامی ارکان جامعه، کشورمان و همه جهان این روزهای سخت را پشت سر بگذارد.

آراسب احمدیان



سال ۱۳۹۹ را در شرایطی آغاز کردیم که نه فقط ایران، بلکه جهان با چالشی پیش‌بینی نشده مواجه است؛ ویروسی همه‌گیر با آثار غیرمنتظره و ویرانگر که به سرعت در حال پخش در سرتاسر جهان است و در نحوه زندگی انسان‌ها تغییراتی زیربنایی را به وجود آورده است.

امروز با شیوع گسترده بیماری کرونا، جهان عدم قطعیت بالایی را تجربه می‌کند. متخصصان روندهای آینده را به درستی نمی‌دانند اما تعداد بی‌شماری از آنها در حوزه‌های مختلف دانش، اعتقاد دارند که روندهای گذشته و دوران پیش از شیوع این بیماری قابل بازگشت نخواهد بود؛ مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان محک نیز، از این قاعده مستثنی نیست.

محک، سازمانی است که از انگیزه والای خدمت به هم‌نوع سرچشمه گرفته و در نزدیک به سه دهه فعالیت خود کوشیده است تا به همراه نیکوکاران، کارکنان و داوطلبان خود، در مسیر تحقق اهداف بشردوستانه فعالیت کند و همواره اولویتش ارزش‌های انسانی باشد. ما در محک آموختیم که در زمان اخذ تصمیم‌ها، همه جوانب را در نظر بگیریم و آموخته‌ایم که در روزهای سخت و بحرانی همه

یادمان پروفیسور وثوق: پروانگی آموز اگر طالب عشقی



ایرانی و خارجی منتشر شده است. پروفیسور وثوق کودکان بی‌شماری از سراسر ایران و جهان را درمان کرد و متخصصان بسیاری را در حوزه خون و آنکولوژی کودکان پرورش داد که امروزه در زمره برترین پزشکان در ممتازترین مراکز درمانی ایران و جهان به شمار می‌روند.

پروفیسور وثوق همواره به دانش روز و جدیدترین روش‌ها برای پروتکل‌های درمانی و دارویی توجه داشت و می‌کوشید تا مناسب‌ترین مسیر درمان را مناسب با شرایط بیماران به کار گیرد. هیأت‌مدیره محک به منظور پاسداشت این دغدغه و تبادل اطلاعات با متخصصان برتر آنکولوژی، برگزاری کنگره بین‌المللی آنکولوژی کودکان* را در سال ۱۳۹۲ تصویب کرد و بر همین اساس این کنگره دوسالانه در سال‌های ۱۳۹۳ و ۱۳۹۵ و ۱۳۹۷ با حضور متخصصان ملی و بین‌المللی برگزار شده است. پروفیسور پروانه وثوق، متولد اسفند ماه ۱۳۱۴ در شهرستان تفرش استان مرکزی بود و در سحرگاه ۳۰ اردیبهشت ۱۳۹۲ در سن ۷۸ سالگی چشم از جهان فرو بست.

یادش گرامی

تعداد انسان‌هایی که عمری را صرف به دست آوردن دانشی کردند تا ثمره آن دانش را بی‌هیچ انتظار و چشمداشتی برای کمک به افراد دیگر به کار گیرند، انگشت‌شمار است. انسان‌هایی که بالاترین سطح علمی و تخصصی را به کار گرفتند تا دردی را از درد مردم کم و گرمای را از کارشان باز کنند؛ زنده‌یاد پروفیسور پروانه وثوق یکی از همین انسان‌هاست که با باور خود به ممکن بودن درمان سرطان، طب آنکولوژی اطفال را در ایران بنیان نهاد.

رئیس فقید هیأت امنای محک و فوق‌تخصص خون و آنکولوژی اطفال با مهری بی‌پایان، عزمی راسخ و سخت‌کوشی، لحظات ارزشمند حیات خود را داوطلبانه برای حمایت از کودکان این سرزمین صرف کرد. این پزشک فرزانه پس از اخذ دکترای عمومی خود از دانشکده علوم پزشکی تهران برای گذراندن دوره تخصصی راهی آمریکا شد. در دانشگاه‌های کمبریج، ماساچوست و ایلینوی به تحصیل در رشته خون و سرطان‌شناسی پرداخت. دوره تکمیلی را در دانشگاه جورج واشنگتن گذراند و پس از آن به عضویت هیأت علمی مرکز سرطان ام‌دی. اندرسون در دانشگاه تگزاس آمریکا درآمد. وی با وجود پیشنهادات همکاری از مؤسسات پژوهشی معتبر آمریکا و کرسی‌های دانشگاه‌های تراز اول بین‌المللی، برای حمایت از کودکان سرزمین‌اش به ایران بازگشت و با عشق بی‌پایان خود معجزه‌ای از جنس امید در ایران آفرید تا باور داشته باشیم «سرطان درمان‌پذیر است».

استاد فقید دانشگاه و عضو فرهنگستان علوم پزشکی ایران با راه‌اندازی بخش هماتولوژی و آنکولوژی اطفال در بیمارستان علی‌اصغر، بنیانگذار علم خون و آنکولوژی کودکان در ایران شناخته می‌شود. این استاد فرزانه از روز اول تأسیس بیمارستان فوق‌تخصصی سرطان کودکان محک تا آخرین روز از حیات خود به صورت داوطلبانه و بدون دریافت دستمزد به درمان کودکان مبتلا به سرطان پرداخت و با حضور پر ارزش و تأثیرگذارش، فعالیت‌های تخصصی بیمارستان فوق‌تخصصی سرطان کودکان محک در ارائه خدمات درمانی شایسته به کودکان و خانواده‌هایشان آغاز شد.

از این استاد گرانقدر بیش از صدها عنوان مقاله در نشریات علمی معتبر

* این کنگره در سال ۱۳۹۹ به دلیل شیوع ویروس کرونا در سراسر جهان، برگزار نشد.

گلبانگ سربلندی بر آسمان توان زد



دیوارهای رفیع بیمارستان محک بر دوش توانمند مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان محک قد کشید و بالا رفت. گردش روزگار نگذاشت بانو افسانه دبیری تعبیر رؤیایش را به چشم ببیند، ولی چه جای اندوه که رؤیایی با قلب خود دیده بود شکوفایی رؤیایش را که هر آجرش از نیکی، پایه‌اش قصد خیر و سقفش درمان کودک مبتلا به سرطان بود.

۱۳ سال از به ثمر نشستن آن رؤیا و افتتاح بیمارستان محک می‌گذرد، روزی که «محک و نیکوکاری» نام گرفت تا در برابر اعتماد شما که تداوم‌بخش خیر زیر این سقف هستید، ادای احترام کنیم و یادمان نرود که:

بر آستان جانان گر سر توان نهادن
گلبانگ سربلندی بر آسمان توان زد

آغاز هر افسانه یک رؤیاست.
پایان هر افسانه ... افسانه پایان ندارد. سینه به سینه نقل می‌شود، دهان به دهان، نسل به نسل می‌گردد، نفس می‌کشد، زنده می‌ماند.
افسانه بی‌مرگ است.
افسانه بی‌پایان است.

افسانه رؤیایی است که به حقیقت پیوسته است.
افسانه محک هم از یک رویا آغاز شد: رؤیای بنا کردن بیمارستانی فقط و فقط برای درمان کودکان مبتلا به سرطان.

هیچ رؤیایی بدون بستر محقق نمی‌شود، پس محک بستر این رؤیا شد: بانو افسانه دبیری، رؤیای ساخت اولین و تنها بیمارستان فوق تخصصی سرطان اطفال در ایران را بر بستر مؤسسه‌ای بنا کرد که بانویی دیگر با آگاهی از مشکلات کودکان مبتلا به سرطان و برای حمایت از آنها و خانواده‌هایشان بنیان نهاد.

یاد عزیز از دست رفته را به نجات زندگی کودکان مبتلا به سرطان گره بزنیم

با «پیام همدلی محک» در غم تنها نمائیم



محک با بیش از ۲۹ ساله سابقه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان و خانواده ایشان آموخته است که در روزهای سخت هیچ کس نباید در غم تنها بماند. از آنجا که این سازمان پیش از این با نمادهای تبریک و تسلیت (استند تبریک و تسلیت) خود روشی نیکوکارانه برای همدلی به جامعه معرفی کرده بود، اکنون جایگزینی این روش را با توجه به نیاز جامعه، مسئولیت خود می‌داند. حال در شرایطی که به دلیل ضرورت فاصله‌گذاری اجتماعی و اهمیت سلامت جامعه، دست‌هایمان از هم دور شده و مراسم سوگواری به مانند گذشته برگزار نمی‌شود، افرادی که عزیزان خود را در روزهای شیوع ویروس کرونا از دست داده‌اند دچار سوگ ناتمام می‌شوند. محک پیوند میان خانواده‌های سوگوار و دوستان ایشان را با روشی به نام «پیام همدلی» ایجاد کرده و راه‌حلی به منظور نزدیک‌تر شدن دل‌ها در نظر گرفته است.

پیام همدلی خود را به ادامه یک زندگی پیوند بزنیم

از طریق «پیام همدلی محک» که بر بستر دیجیتال ایجاد شده است، در این روزهای سخت که دست‌انمان از هم دوره شده، می‌توانیم از راه دور همدلی خود را به دوستان و آشنایان سوگوار برسانیم و دل‌هایمان را نزدیک نگه داریم. همچنین ضمن حفظ سلامت خود و عزیزانمان، و رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی، بدون محدودیت زمان و مکان، اقدام خیر تأمین هزینه دارو و درمان برای کودکان مبتلا به سرطان را تسلی‌بخش بازماندگان عزیز در گذشته خواهیم کرد.

مدیرعامل مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان محک در برنامه لایو اینستاگرام رونمایی از «پیام همدلی محک» در این باره گفت: «محک از ۱۰ سال گذشته نمادهای همدردی را در اختیار نیکوکارانی قرار می‌دهد تا همدلی خود را با خانواده‌های داغدار نشان دهند؛ روشی که ضمن تسلیت به خانواده سوگوار به تأمین هزینه دارو و درمان کودکان مبتلا به سرطان منجر می‌شود.» وی افزود: «شیوع بیماری همه‌گیر کرونا، بر بسیاری از عادات مردم تأثیر گذاشته که از آن جمله می‌توان به برگزاری مراسم عزاداری و

ختم اشاره کرد که در تاریخ ما همواره برای تسلی و همدلی با افرادی که عزیزانشان را از دست داده‌اند وجود داشته است. برگزاری مراسم ترحیم و ختم در حال حاضر امکان‌پذیر نیست ولی آشنایان و عزیزان فرد سوگوار همچنان می‌خواهند علاقه خود را به فرد درگذشته و خانواده او از طریق ارسال تاج گل، نمادهای تسلیت و کارت ابراز کنند.»

مدیرعامل محک ادامه داد: «متأسفانه در ماه‌های گذشته پنجره سوگ و سوگواری باز مانده است و افراد دچار «سوگ ناتمام» شده‌اند. خانواده بزرگ محک در این ایام هم می‌خواستند نماد همدردی محک برای عزیزانشان ارسال شود تا بگویند که همراه فرد نیکوکار هستند و کار خیری را به یاد فرد متوفی رقم زده‌اند. همین موضوع باعث شد تا محک به روشی برای پاسخگویی به این نیاز بیاندیشد که مانند همه راهکارهایی که جهان امروز به آن رسیده است، بر پایه «تکنولوژی اطلاعات» است؛ «پیام همدلی محک» بر همین اساس شکل گرفته است.»



دکتر محمد ابراهیم اوحدی - روانپزشک، عضو هیأت امنا و مدیره



دکتر آراسب احمدیان - مدیرعامل

اگر غم لشگر انگیزد

سوگ مفهومی روانشناختی است و افراد وابسته به فرد فوت شده در سازگاری بهینه با شرایط زندگی پس از مرگ عزیزشان قرار دارند. در این شرایط براساس اینکه فرد فوت شده در اثر مرگ طبیعی، بیماری یا سانحه فوت کرده باشد به بازماندگان خدمات مشاوره‌ای روانشناختی ارائه می‌شود. اما گاه، شرایط فرد سوگوار چنان بغرنج می‌شود که روانپزشکان نیز برای حل مشکل او وارد عمل می‌شوند. دکتر محمد ابراهیم اوحدی، روانپزشک و عضو هیأت امنا و مدیره محک گفت: «برهمن اساس پیام همدلی محک به فرد متوفی مصداق بارز شعر مولاناست که هر سوی شمع و مشعله هر سوی بانگ و مشغله، کامشب جهان حامله زاید جهان جاودان»

وی افزود: «پیام همدلی محک، برای خانواده سوگوار آرامش و تسکینی را به همراه دارد چرا که تأمین هزینه دارو و درمان کودکان مبتلا به سرطان به آرامش خانواده در مسیر سخت درمان و رسیدن کودک به سلامتی همراه است و خیر سلامت کودک، در همه مراحل زندگی او، به متوفی می‌رسد. بنابراین می‌توانیم با یک اقدام همدلانه،

محک حمایت از کودکان مبتلا به سرطان را به مسئولیت خود در قبال جامعه پیوند می‌زند

مدیرعامل محک با بیان اینکه که تأمین هزینه سنگین دارو درمان همواره وظیفه این سازمان است گفت: «همراهان همیشگی محک می‌دانند که اگر دارو هم باشد، گران است و محک موظف است هزینه داروی بیش از ۱۹ هزار کودک مبتلا به سرطان در حال درمان را تأمین کند. امیدواریم با استفاده از «پیام همدلی محک» ضمن آنکه پنجره سوگ که نیاز هر فرد سوگوار است، به شکلی منطقی بسته شود، مسیر کمک به کودک مبتلا به سرطان و همدلی با عزیزانمان به شکل فعال باقی بماند و به ادامه یک زندگی کمک کنیم.»

وی گفت: «محک اعتقادی راسخ به مسئولیت اجتماعی سازمان‌ها دارد و از سوی دیگر خود نیز به عنوان سازمانی که منابع خود را از جامعه دریافت می‌کند، در قبال مردم جامعه مسئول است. به همین دلیل در آینده‌ای نه چندان دور حرکت جمعی را بر روی ظرفیت‌های این پلتفرم برای ادای احترام به جانب‌باختگان کرونا و تسلیت به خانواده‌های آنان انجام خواهیم داد.»

داوطلب را در هنگام پاندمی کرونا متمرکز بر رعایت اصول بهداشتی، تأمین نیازهای بیمارستانی و حل مسئله کمک معیشتی خانواده‌های آسیب دیده دانست و افزود: «آنچه ممکن است کمتر به آن توجه شود، ضرورت مداخلات تخصصی در بدو حادثه و بازسازی روانی آسیب‌دیدگان در طی زمان است. مداخله در بحران به صورت کوتاه مدت و بلندمدت می‌تواند از بروز مشکلات بعدی جلوگیری کند و به بازگشت به شرایط عادی زندگی کمک کند.»

آسنگری یکی از شایع‌ترین اختلالاتی که بازماندگان بعد از بروز هر گونه بلایای طبیعی و انسانی با آن مواجه می‌شوند را اختلال سوگ معرفی کرد و تأکید کرد: «محک ۲۹ سال است که از کودکان مبتلا به سرطان سراسر کشور حمایت می‌کند و با ارائه خدمات حمایتی نظیر مشاوره‌های روان‌شناسی و خدمات مددکاری اجتماعی به خانواده‌های کودکان مبتلا به سرطان و همچنین خانواده‌هایی که متأسفانه فرزند خود را در این مسیر از دست می‌دهند تلاش می‌کند. از دست دادن فرزند برای خانواده‌ها غیرقابل باور و سخت است و محک می‌داند که در غم نمی‌شود تنها ماند. در این شرایط سوگ به توان سوگ جاریست و روانشناس باید در تمام مراحل درمان فرزند و حتی پس از دست دادن فرزند همراه خانواده شوند.»

مدیر واحد خدمات حمایتی محک با بیان آنکه کمیته سوگ با کمک واحد روانشناسی به همین منظور تشکیل شده است افزود: «در این کمیته با توجه به اهمیت و ضرورت سوگ به صورت تخصصی به خانواده‌هایی که دچار فقدان فرزند خود شده‌اند کمک می‌شود تا آنها بتوانند با کمترین آسیب روانی به زندگی خود ادامه دهند. امیدواریم در آینده با گسترش فعالیت‌هایمان در کمیته سوگ بیشتر از قبل بتوانیم به توانمندی خانواده‌ها پس از یک فقدان کمک کنیم.»

روایت این روزهای سوگ حال خوشی ندارد

مریم محمدعلی، سرپرست بخش روانشناسی محک، در این برنامه زنده گفت: «گذر از سوگ ۵ مرحله انکار، خشم و عصبانیت، حسرت و چانه‌زنی، افسردگی و رسیدن به پذیرش را در برمی‌گیرد.» وی پس از معرفی اجمالی مراحل سوگ، با بیان آنکه این مراحل برای همه افراد یکسان نیست و نمی‌توان انتظار داشت که هر فردی به صورت خطی از هر یک از این مراحل عبور کند اظهار کرد: «هر فردی



بهناز آسنگری - مدیر واحد خدمات حمایتی

کار مهمی در زمینه سلامت کودکان مبتلا به سرطان انجام دهیم.» اوحدی در ادامه گفت: «کرونا برای همه دنیا فاجعه است اما خانواده محک با همدلی خود از فضای مجازی اعلام می‌کند از طریق استفاده از پیام همدلی محک، دعای خیر خانواده کودکان مبتلا به سرطان همراه متوفی است.»

در روزهای سخت هیچ کس نباید تنها بماند

بهناز آسنگری، مدیر واحد خدمات حمایتی محک در خصوص تعریف سوگ گفت: «سوگ پاسخی طبیعی نسبت به فقدان است و رنجی عاطفی را به فرد سوگوار تحمیل می‌کند. هرچه فقدان بزرگ‌تر باشد، سوگ نیز عمیق‌تر خواهد بود. هر از دست دادنی که برایمان به اندازه‌ای دردناک باشد که به دشواری بتوانیم آن را باور کنیم، یک انسان سوگوار خواهیم بود. از نظر ملینا اسمیت مهم‌ترین مسئله در گذر از سوگ، داشتن حمایت اجتماعی و همدلی است. این چیزی است که بیشتر نظریه‌پردازان به آن اشاره دارند.»

مدیر واحد خدمات حمایتی محک، فعالیت تیم‌های مردمی و



مریم همدلی - سرپرست بخش روانشناسی

و پیروزی‌ها در جنگ با بیماری سرطان، سعی کرده است تا با استفاده از رویکرد نوین و متناسب با پاندمی کرونا هم به تغییر روایت‌گری از سوگ بپردازد و با حفظ همدلی افراد در پیشگیری و درمان سوگ در این روزگار گام بردارد.»

پیام به عزیزانت برای کودکان محک سلامتی میاره

محک امیدوار است با استفاده از «پیام همدلی محک» زمینه بهبود شرایط روحی و روانی سوگوارانی که به دلیل حفظ فاصله‌گذاری اجتماعی امکان برگزاری مراسم و همدلی عزیزانشان را ندارند، فراهم کند چرا که این اقدام به تأمین هزینه دارو و درمان کودکان مبتلا به سرطان پیوند خورده است. نیکوکاران به منظور دسترسی به «پیام همدلی محک» می‌توانند به سایت محک مراجعه کرده یا عدد ۵۰ را به شماره ۲۰۰۲۳۵۴۰ پیامک کنند. همچنین راه تماس ۲۳۵۴۰ برای پاسخگویی به سوالات نیکوکاران در دسترس است. پیام نیکوکاران به عزیزان سوگوار خود بر بستر ایمیل، پیامک یا واتس‌آپ ارسال می‌شود.

روایت خود را از سوگ دارد که این امر در پذیرش سوگ اهمیت بسیاری دارد. حال در شرایط موجود در کشور، باید بپذیریم روایت این روزهای سوگ حال خوشی ندارد. صحبت از سوگ بدون همدلی و سوگ بدون آغوش است. پس نیاز است تا روایت زیباتری متناسب با این روزگار ترسیم گردد تا ترس اجتماعی و تابوی ایجاد شده از کرونا شکسته شود.»

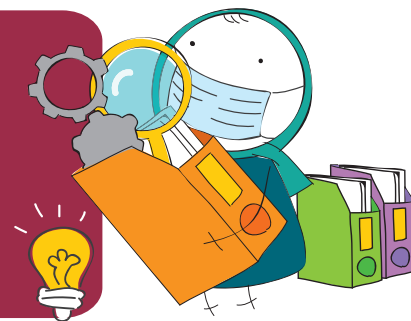
وی در ادامه گفت: «حمایت، همبستگی و همدلی که در مراسم سوگواری از اطرافیان می‌گیریم آنچنان مهم و ضروری است که به ما در عبور از مرحله اولیه سوگ یعنی گذار از انکار کمک می‌کند. کسانی که در دوران کرونا عزیزانشان را از دست می‌دهند مجبورند که مراسمی را برگزار نکنند و این امر تأثیر روانی ناخوشایندی بر این افراد دارد.»

سرپرست بخش روانشناسی محک ادامه داد: «با برگزار نکردن مراسم برای فرد فوت شده و عدم حضور در مراسم خاکسپاری، بسیاری از افراد، حس جدا شدن از فرد فوت شده را پیدا نمی‌کنند و همین امر باعث می‌شود فرد از واقعیت‌ها فاصله بگیرد. عدم برگزاری مراسم باعث می‌شود حمایت‌های روانی- اجتماعی صورت نپذیرد و فرد احساس تنها و بی‌پشتوانه بودن کند، به همین دلیل ممکن است دچار حالات افسردگی شود. به دلیل سوگواری و گریه و زاری نکردن، تخلیه روانی، عاطفی و هیجانی انجام نمی‌شود و فرد دچار یک بغض در گلو مانده و دل‌شکستگی می‌شود. در نهایت وقتی فردی فوت می‌کند، بازماندگان او با برگزاری مراسم و دادن خرج و خیرات احساس بهتری پیدا می‌کند زیرا حس می‌کنند اثرات مثبت و ثواب این کار به روح متوفی می‌رسد، در دوران کرونا به دلیل اینکه برگزاری چنین مراسمی ممکن نیست، فرد بازمانده دچار احساس اضطراب، افسردگی و وسواس فکری می‌شود.»

محمدعلی گفت: «ما نام این نوع سوگ را "سوگ ناتمام" می‌گذاریم. سوگ ناتمام با انواع سوگ‌های معمولی که ما برای خاکسپاری‌ها حضور پیدا می‌کنیم، حتی سوگ ناشی از خودکشی یک فرد یا مفقود شدنش متفاوت است و یک دسته جدید محسوب می‌شود.»

وی ادامه داد: «با توجه به اهمیت دو مفهوم اصلی شامل روایت‌گری و بهره‌مندی از همدلی جمعی برای گذر از سوگواری، محک با سابقه نزدیک به سه دهه فعالیت خود در مواجهه با شادی‌ها و غم‌ها، شکست‌ها

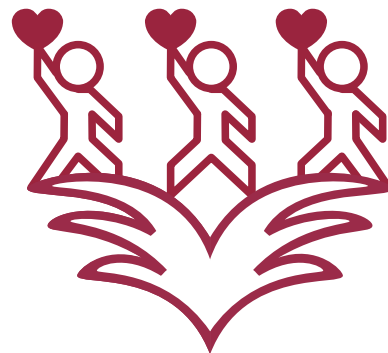
پرونده



دست‌هایمان دور شده، قلب‌هایمان نزدیک

در روزهای شیوع ویروس کرونا به خاطر حفظ سلامتی خود و عزیزان‌مان، فاصله اجتماعی را رعایت کنیم و از هم دور بمانیم. کودکان محک اما سال‌هاست که این فاصله اجتماعی را رعایت می‌کنند تا هر چه زودتر به سلامتی برسند. آنها آموخته‌اند با وجود دوری از عزیزانشان، قهرمانانه برای شکست سرطان تلاش کنند. مثل این روزها که کرونا به همه ما یاد داده است که با وجود دور شدن دست‌هایمان، قلب‌هایمان را به عزیزان‌مان نزدیک‌تر کنیم؛ از هم دوریم اما به امید گذشتن این روزهای سخت، قوی می‌مانیم.

محک که همواره نسبت به سلامتی جامعه دغدغه داشته است، در این مدت هم برای کنترل این بیماری تلاش کرد تا با ایجاد فاصله اجتماعی برای کودکان مبتلا به سرطان، نیکوکاران، داوطلبان و کارکنان، سلامتی آنها را حفظ کند. در این پرونده از خبرنامه با ما همراه باشید تا با این فعالیت‌ها بیشتر آشنا شوید.



تو این روزها برای کودکان مبتلا به سرطان چی کار کردیم؟

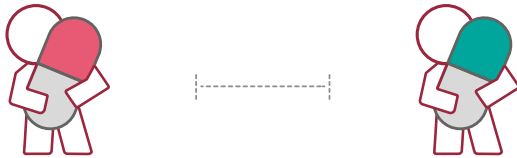
کرونا، مدتی است ما را از هم دور کرده؛ مدتی است عزیزانمان را ندیده‌ایم و دلتنگشان هستیم و آرزو داریم بدون نگرانی از خانه بیرون برویم. اما دغدغه‌های آنهایی که در این شرایط بیمار دارند، مثلاً خانواده‌ای که کودکش مبتلا به سرطان است، فرق دارد. کودکان کوچک محک و خانواده‌هایشان این روزها هم درگیر درمان سرطان و هم شرایط ناشی از شیوع ویروس کرونا هستند. آنها علاوه بر آنکه واهمه بیشتری از ابتلای فرزندشان که سیستم ایمنی ضعیفی دارد به کرونا دارند، نمی‌توانند در خانه بمانند و روند درمان را نیمه‌کاره رها کنند. دغدغه دارو، درمان و هزینه‌های آن هم قصه همیشگی است که محک از سال ۱۳۷۰ سعی کرده به واسطه همراهی نیکوکاران، از دوش خانواده‌ها بردارد چرا که سرطان جز درد، هزینه هم دارد. محک موظف است تا خیال خانواده‌ها را راحت کند که درمان سرطان جگرگوشه‌شان در هیچ شرایطی متوقف نمی‌شود. بنابراین با متعهد دانستن خود به موازین بهداشتی و رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی، دلگرم به حضور نیکوکاران ایران زمین، به روش‌های زیر از کودکان مبتلا به سرطان سراسر ایران حمایت می‌کند.

همراهی هر روز مددکاران اجتماعی با خانواده‌ها

برای کاهش رفت و آمدهای غیرضروری و تسهیل در پیگیری‌های مربوط به پرداخت هزینه‌های درمانی و غیردرمانی، ارسال مدارک از طریق پست و پرداخت هزینه توسط محک، سریع‌ترین و کارآمدترین روش برای خانواده کودکان مبتلا به سرطان شناخته شد. لذا بررسی روزانه مدارک ارسالی از سوی خانواده‌های کودکان مبتلا به سرطان از جمله اقداماتی است که توسط کارشناسان این واحد صورت می‌گیرد. از دیگر اقدامات واحد مددکاری اجتماعی در این زمینه عبارتند از:

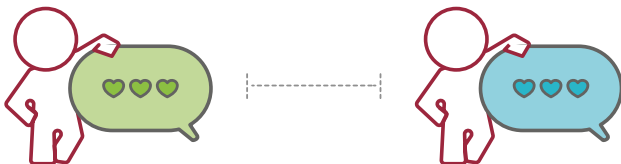
- برای کودکانی که به تازگی بیماری آنها تشخیص داده شده است، پرونده محک با ارسال مدارک پزشکی در پیام‌رسان اجتماعی و گفتگوی تلفنی مددکاران اجتماعی با ایشان، تشکیل می‌شود.
- نسخه داروی مورد نیاز کودکان از طریق پیام‌رسان‌های اجتماعی دریافت و پس از تهیه برای ایشان ارسال می‌شود.

- طی تماس خانواده کودکان مبتلا به سرطان مبنی بر مراجعه کودکان به بیمارستان‌ها برای ادامه درمان و یا چکاپ، دستورالعمل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و همچنین دستورات پزشکان آنکولوژیست‌ها به اطلاع آنان رسانده شد.
- تجهیزات و بسته‌های بهداشتی مقابله با کرونا در تهران و برخی از شهرستان‌ها که در وضعیت قرمز هستند ارسال شده است، همچنین مواد غذایی به کودکان مبتلا به سرطان و خانواده ایشان از ابتدای اردیبهشت ماه اهدا شد.



ارائه خدمات مشاوره و روان‌شناسی

روانشناسان تلاش می‌کنند تا با بهره‌مندی از روش‌های علمی و استاندارد، بحران روانی ایجاد شده در کودک مبتلا به سرطان و خانواده ایشان را کنترل کنند. حال با وجود شیوع ویروس کرونا، ضرورت ارائه خدمات مشاوره و روان‌شناسی به کودکان محک و خانواده ایشان بیش از پیش ضروری است. بر همین اساس روانشناسان محک براساس نیاز خانواده‌ها با بیماران بستری در بخش‌های خون و آنکولوژی کودک در سراسر کشور تماس تلفنی گرفته و مشاوره‌های لازم در زمینه ارزیابی اولیه، آموزش روانشناختی، اضطراب، افسردگی، فرزندپروری، مداخلات در حوزه بیمار، ارجاع به روانپزشک و غیره را انجام می‌دهند. همچنین ارسال مجازی ویدئوی آموزش کاردستی و قصه‌گویی که توسط داوطلبان محک در زیر مجموعه بخش روانشناسی تهیه شده، به کودکان مبتلا به سرطان به منظور حفظ کیفیت زندگی ایشان در دوره درمان توسط واحد روان‌شناسی محک صورت می‌گیرد.



امکان‌پذیر بود. اما با گسترش شیوع ویروس کرونا، ملاقات‌های روزانه محدود و در نهایت ممنوع شد. البته این روزها امکان ملاقات یک نفر در روز برای هر کودک و همراه او فراهم شده است تا بتواند راحت‌تر روزهای سخت درمان را پشت سر بگذارد.

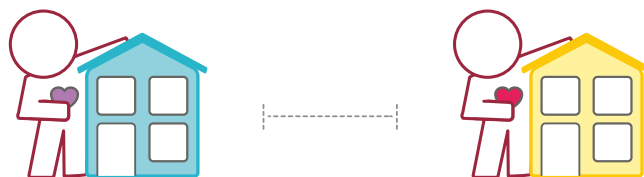
- ورود بیمار به بیمارستان و مؤسسه محک تنها از یک در امکان‌پذیر است و درجه حرارت بدن و سطح اکسیژن همه مراجعان کنترل می‌شود.
- آموزش مراقبتی به خانواده کودکان و کارکنان به منظور حفظ سلامتی ایشان ارائه می‌شود.
- همکاری محک با متخصصان عفونی اطفال گسترش یافته است تا از مشاوره‌های تخصصی ایشان برای سلامت کودکان مبتلا به سرطان بهره‌مند شویم.
- ضدعفونی محیط، ارائه ماسک و دستکش به بیماران و همراهان آنها از دیگر اقدامات صورت‌گرفته در بیمارستان محک است.
- روزانه ۲ نوبت بیمارستان محک ضدعفونی می‌شود.
- فعالیت اتاق‌های بازی در بیمارستان متوقف و از حضور داوطلبان در بخش‌های مختلف درمانی و اداری جلوگیری به عمل آمد.

تو این روزها برای نیکوکارانمان چه کار کردیم؟

زندگی در این روزها سخت شده و همه ما برای سلامت خود و عزیزانمان می‌جنگیم. اما ما سال‌هاست که در محک هر روز و هر ساعت، مبارزه کودکانمان را برای رسیدن به روزهای سلامتی می‌بینیم؛ مبارزه‌ای که بدون دارو و درمان، خیلی زود شکست می‌خورد. پس ما خانواده محک، در این روزهای سخت شیوع کرونا برای تأمین دارو و درمان کودکانمان باید تلاش بیشتری کنیم؛ چرا که نه تنها سرطان با آمدن کرونا خداحافظی نمی‌کند، بلکه حرکت در این مسیر را با هزینه‌های سنگینش، سخت‌تر و سخت‌تر می‌سازد. گذراندن این روزها، تنها با دلگرمی حضور نیکوکاران است که ممکن می‌شود. پس برای حفظ سلامتی ایشان و تسهیل در همراهی با محک، با حفظ فاصله‌گذاری اجتماعی، اقدامات جدید برای روش‌های کمک از راه دور انجام دادیم. همچنین در پاسخ به درخواست‌هایی که از طرف نیکوکاران مطرح شده تلاش کردیم روش‌های کمک قبلی را با حفظ فاصله‌گذاری اجتماعی و موازین بهداشتی و آداب و شیوه

تسهیل اقامت خانواده‌های ساکن شهرستان در تهران

اقامتگاه‌های (دارآباد و ستارخان) محک تا پایان اسفند ماه فعال بوده است و روزانه در دو نوبت ضدعفونی می‌شد. اما از ابتدای سال جاری، جهت حفظ سلامتی بیمارانی که از شهرستان جهت درمان به محک مراجعه می‌کنند، اسکان ایشان در هتل‌های مورد تأیید محک صورت می‌گیرد. اتاق‌ها در بسیاری موارد به شکل سوئیت تهیه شده است تا امکان پخت و پز برای خانواده وجود داشته باشد، در غیر این صورت در هنگام مراجعه خانواده به محک برای کار درمان، علاوه بر دریافت ناهار، شام نیز از بیمارستان محک دریافت می‌کنند.



تو این روزها برای کودکان بستری در بیمارستان محک چه کار کردیم؟

از همان نخستین روزهای شیوع ویروس کرونا و نگرانی برای حفظ سلامت تک‌تک اعضای جامعه، تعدادی از کودکان مبتلا به سرطان به بیمارستان فوق تخصصی سرطان کودکان محک می‌آمدند تا اقدامات مرتبط با درمان خود را پیش ببرند. بیمارستان محک یک پنجم ظرفیت درمان سرطان کودک را به خود اختصاص داده پس توجه به اصول بهداشتی برای ارائه خدمات به کودکانی که با ضعف سیستم ایمنی بدن به آنجا مراجعه می‌کنند بسیاری ضروریست. اما کارهایی که تا کنون در بیمارستان محک کردیم:

- رعایت استانداردها و قوانین در مبارزه با شیوع ویروس از ایزوله‌سازی فضاهای بستری تا محدودیت بازدید و رفت و آمدهای غیرضروری از جمله اقدامات در این زمینه بوده است. به همین منظور در هفته اول شیوع ویروس کرونا، هر بیمار تنها با یک همراه امکان حضور در بیمارستان را داشت و ملاقات یک نفر در روز به صورت محدود

تو این روزها برای داوطلبان و کارکنان چی کار کردیم؟

کرونا با اینکه همه رو از هم دور کرد ولی از طرفی خیلی خانواده‌ها را به لحاظ احساسی به یکدیگر نزدیک‌تر کرد؛ خانواده‌ها با وجود اینکه از هم دورند اما با هم تماس تصویری می‌گیرند و بیشتر از گذشته از حال و روز همدیگر باخبر می‌شوند. همه اعضای خانواده تمام تلاششان رو می‌کنند تا این روزهایی که از همدیگر دورند به سلامتی بگذرد.

محک هم مثل همه خانواده‌ها مراقبت از اعضای خانواده‌اش را وظیفه خود می‌داند. تا اینجا نسبت به اقداماتی که برای کودکان، نیکوکاران و جامعه انجام داده است آگاه شدید. اما داوطلبان و پرسنل محک از مهم‌ترین ذیربطان این سازمان هستند که تلاش شد تا با حفظ فاصله‌گذاری اجتماعی از دانش، تخصص و تجربه این گروه از افراد بهره‌مند شد:

- فعالیت پرسنل محک از ۲ هفته آخر اسفند به صورت دورکاری تعریف شد. در اسفند ماه با حضور حداقلی پرسنل و در فروردین ماه بدون حضور پرسنل مؤسسه و صرفاً از طریق دورکاری فعالیت‌ها صورت می‌گرفت. در حال حاضر نیز فعالیت‌هایی که به صورت دورکاری قابل انجام است، از این طریق انجام می‌شود.

- حضور داوطلبان در بیمارستان و مؤسسه محک و همچنین سایر بیمارستان‌های دارای بخش خون و آنکولوژی کودک به منظور حفظ سلامت ایشان در ابتدای شیوع ویروس کرونا متوقف شد.

- در حال حاضر برخی از داوطلبان به منظور حفظ کیفیت زندگی کودکان مبتلا به سرطان در دوران درمان و ایجاد فضای شاد برای ایشان، زیر نظر روانشناسان محک فایل‌های صوتی و تصویری قصه‌گویی، آموزش کاردستی و بازی تهیه می‌کنند. این فایل‌ها به صورت دیجیتال برای قهرمانان کوچک محک از سوی واحد روانشناسی ارسال می‌شود.
- فعالیت کادر غیردرمانی در بیمارستان محک متوقف شد و آنها در ساختمان طرح توسعه محک مستقر شدند.

- تجهیزات بهداشتی شامل ماسک و مواد ضدعفونی به داوطلبان فعال و کارکنان حاضر توزیع می‌شود.

- فاصله‌گذاری اجتماعی در میان کارکنان و داوطلبان حاضر در مؤسسه رعایت می‌شود.

- غربالگری کارکنان طبق پروتکل‌های استاندارد صورت می‌پذیرد.

جدید فعال کنیم.

- محک ۲۶ دفتر و باجه جلب مشارکت در تهران و کرج دارد که نیکوکاران گرمی برای کمک به کودکان مبتلا به سرطان به آنجا مراجعه می‌کنند. این دفاتر در ابتدای شیوع ویروس کرونا تعطیل شدند اما در حال حاضر به درخواست نیکوکاران، تمامی دفاتر محک با رعایت همه تمهیدات بهداشتی دوباره فعالند.

- برای حفظ سلامتی نیکوکاران، جمع‌آوری و توزیع قلم‌های محک در روزهای ابتدایی شیوع ویروس کرونا متوقف شد که در حال حاضر این امکان هم به خواست همراهان همیشگی محک، با شیوه متفاوت و رعایت اصول بهداشتی فراهم شده است.

- سایت محک به روزرسانی شد تا دسترسی نیکوکاران به آن راحت‌تر شود و بتوانند با ایجاد حساب کاربری در سایت و تسهیل پرداخت آنلاین از قهرمانان کوچک محک حمایت کنند.

- کمک از طریق کدهای USSD و اپلیکیشن‌های پرداخت همچون «آپ» گسترش یافت.



- توزیع نمادهای همدردی و تبریک با شیوع ویروس کرونا متوقف و روش دیجیتال برای نیکوکاران جایگزین شد. در حال حاضر در صورت نیاز نیکوکار، استند برای ایشان ارسال می‌شود.

- فروش آنلاین محصولات محک در وبسایت ممکن شد.

- روش جدید حمایت از کودکان مبتلا به سرطان با نام «پیام همدلی محک» تعریف شد.



لوگوی محک هم فاصله‌گذاری اجتماعی را رعایت کرد

در این روزها وظایف خود را برای جلوگیری از گسترش این بحران، آگاهی‌رسانی و فرهنگ‌سازی در این خصوص به گونه‌ای متفاوت طراحی کرده است.

دعوت «فریدون فربود» از برندهای ایرانی برای همراهی با محک

فریدون فربود دبیر جشنواره بین‌المللی «هنر برای صلح» درباره این اقدام گفت: «محک به عنوان اولین سازمان مردم‌نهاد ایران به این اقدام جهانی پیوسته است و در این روزها تلاش کرده مرتبط با وظایف ذاتی خود، مسئولیت آگاهی‌رسانی به



عموم جامعه را دنبال کند. تغییر لوگو و تعیین شعار «دستامون دور شده، قلبامون نزدیک» اقدام درخور توجهی است که از سوی محک انجام شده است. از دیدگاه من این بازطراحی لوگو با وجهه هنری لوگوی اولیه تطابق کامل دارد.»

فربود تأکید کرد: «لوگو و نشان مناسب‌ترین جایگاه برای تجلی دغدغه‌ها، اهداف و پیام یک سازمان است. در حال حاضر که حفظ فاصله‌گذاری اجتماعی یکی از مؤثرترین راه‌ها برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا به شمار می‌رود، محک با این اقدام توانسته به درستی در انتقال این مفهوم به جامعه عمل کند. دغدغه محک برای فرهنگ‌سازی و آگاهی‌رسانی به جامعه تنها به این مورد محدود نمی‌شود و در سال‌های گذشته نیز شاهد تلاش‌های این سازمان برای ارتقا و تغییر فرهنگ جامعه درباره بیماری سرطان کودک و توسعه روش‌های حمایتی از ایشان بوده‌ایم.»

وی در پایان تصریح کرد: «پیوستن محک به اقدام جهانی فاصله‌گذاری اجتماعی بار دیگر نه تنها نام این مؤسسه را در کنار سازمان‌ها و شرکت‌های مطرح جهانی قرار می‌دهد، بلکه انعکاس این موضوع باعث می‌شود تا فعالیت جامعه مدنی در کشورمان بازتاب بین‌المللی پیدا کند.»

محک به عنوان سازمانی که همواره دغدغه حفظ سلامت جامعه را دارد، به عنوان نخستین سازمان مردم‌نهاد در ایران همراه اقدام جهانی فاصله‌گذاری اجتماعی شد و با تغییر لوگو سازمان خود اهداف، اقدامات و دغدغه‌های خود را به آن پیوند زد. این اقدام که می‌تواند زمینه بالابردن آگاهی جامعه نسبت به این بحران جهانی را بالا ببرد، با تغییر لوگو برندهای مطرح جهان و معرفی مفهوم فاصله‌گذاری اجتماعی انجام شده است. محک نیز به عنوان سازمانی که همواره دغدغه حفظ سلامت جامعه را دارد، به عنوان نخستین سازمان مردم‌نهاد در ایران همراه این اقدام جهانی شد و با تغییر لوگو خود، اهداف، اقدامات و دغدغه‌هایش را در روزهای مبارزه با کرونا به آن پیوند زد.

نشانه محک نشان‌دهنده همدلی و همبستگی میان آحاد جامعه است

ایرج میرزا علیخانی، عضو هیأت مؤسس انجمن طراحان گرافیک ایران و طراح گرافیک، این اقدام شرکت‌ها و سازمان‌ها را تلاشی هنرمندانه به منظور بالا بردن ارزش برند، مطابق با شرایط روز دنیا تلقی کرد و گفت: «نشانه محک نماد همبستگی



و همدلی میان انسان‌هاست و معنای همدلی و همبستگی در شرایط امروز کشور باید به شکلی دیگر نشان داده شود. محک نیز متناسب با این شرایط سعی در ترویج معنای جدید این دو واژه با نشانه خود را دارد.»

وی با اشاره به اهمیت نقش سازمان‌های مردم‌نهاد در زمان بروز بحران‌ها و مشکلات اجتماعی افزود: «همه ما می‌دانیم محک از دیرباز برای سلامتی کودکان مبتلا به سرطان و حفظ آرامش خانواده‌های آنها با بیماری سرطان مبارزه می‌کند. بدیهی است که این خیریه خود را در برابر حفظ سلامت جامعه مسئول می‌داند و

تغییر لوگوی محک مترادف با مسئولیت اجتماعی برندها تلقی می‌شود



روزبه مشهدی‌زاده، نقاش و گرافیسٹ مطرح کشورمان، با اشاره به قرار گرفتن نام و لوگوی محک در کنار برندهای بین‌المللی در راستای اجرای این کمپین تصریح کرد: «در دنیای امروز برند و لوگوی یک سازمان جزئی از سرمایه‌های آن محسوب می‌شوند و این موضوع به اندازه‌ای برای آن مجموعه اهمیت دارد که حاضر نیستند آن را به آسانی تغییر دهند. ولی در اجرای کمپین جهانی فاصله‌گذاری اجتماعی دیدیم که برندهای مطرح و محبوب، برای ایجاد حساسیت در جامعه نسبت به رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی در پیشگیری از بیماری کرونا دست به این اقدام زدند و لوگوی خود را تغییر دادند. این فعالیت جسورانه از سوی برند محبوب محک پیام اهمیت سلامتی همه افراد جامعه برای این مؤسسه را به ما منتقل می‌کند.»

وی اذعان داشت: «محک در پیوستن به این کمپین مسئولیت اصلی خود را که حمایت از کودکان مبتلا به سرطان سرزمین‌مان بوده است فراموش نکرده و با تعیین شعار «دستامون دور شده، قلبامون نزدیک» سعی کرده جامعه را نیز برای حمایت از کودکان مبتلا به سرطان که در امروز در شرایط سخت‌تری هم نسبت به گذشته هستند، ترغیب کند. زیرا مخاطبان این مؤسسه در همراهی خود طی ۲۹ سال گذشته به خوبی دانسته‌اند که درمان سرطان کودکان در هر شرایط اقتصادی و اجتماعی می‌بایست ادامه داشته باشد و نمی‌تواند متوقف شود.»

بیا بید همدلی و اتحاد را با شیوهای نو تعریف کنیم



تارا بهبهانی، نقاش و مدرس دانشگاه، که در ۱۳ سال گذشته آثار هنرجویان خود را برای حمایت از کودکان مبتلا به سرطان در محک به نمایش گذاشته بود ضمن حمایت از این اقدام محک، با اشاره به تغییر لوگوی شرکت‌ها و برندهای بزرگ

در جهان پس از شیوع ویروس کرونا و اجرای کمپین جهانی فاصله‌گذاری اجتماعی گفت: «ویروس کرونا پس از شیوع، روابط اجتماعی، عاطفی و زندگی روزانه تمامی انسان‌ها را تحت تأثیر خود قرار داد. در عادت‌ها و روزمرگی‌ها انقلابی کرد و متأسفانه باعث شد افراد زیادی، این روزها را روی تخت بیمارستان سپری کنند و از طرف دیگر بر اهمیت کادر درمانی تمامی بیمارستان‌ها صحنه گذاشت. در این میان این آشفتگی‌ها توجه یک برند معتبر چون محک، به سلامت و آگاهی‌رسانی به مردم و همراهی آن با این جریان، از اهمیت زیادی برخوردار است.»

وی افزود: «محک نیز به عنوان یک سازمان مردم‌نهاد شناخته شده و معتبر در میان اقشار مختلف جامعه، در راستای عمل به مسئولیت اجتماعی، با طراحی لوگوی جدید خود که ترکیب‌بندی دلنشینی دارد و به نظر من بیشتر اهداف و رسالت محک را بازنمایی می‌کند، ارتباط عاطفی خود را با نیکوکاران در این شرایط تثبیت کرد. همانطور که می‌دانیم دغدغه اصلی این مؤسسه عدم توقف کمک و درمان کودکان مبتلا به سرطان در هر شرایطی و حفظ سلامت مردم جامعه است. بنابراین دیدن لوگوی جدید محک به ما یادآور می‌شود که در این روزهای سخت می‌توان با وجود رعایت فاصله‌ها و ایجاد حس مسئولیت‌پذیری در برابر سلامتی خود و دیگران واژه‌های همدلی و اتحاد را با شیوهای نو تعریف کرد.»

بهبهانی ادامه داد: «محک از جمله خیریه‌هایی است که هم سو با شرایط جامعه، با اطلاع‌رسانی‌های خود و ایجاد حس مسئولیت‌پذیری در افراد رسالت خود را ادا می‌کند، که خود دلیلی است بر آنکه همه ما بحران را با امید بیشتری نسبت به آینده پشت سر بگذاریم.»

بهبهانی در پایان با اشاره به تغییر روابط انسانی و عاطفی با شیوع ویروس کرونا و همچنین تغییر ماهیت فعالیت‌های اجتماعی بیان کرد: «امروز محک با طیف عظیمی از افراد جامعه و نیکوکاران در ارتباط است. این مؤسسه در خصوص دعوت به همبستگی در روزهای شیوع کرونا عملکرد خوبی داشته و مسئولیت اصلی خود را نیز با وجود تمامی مشکلات فراموش نکرده است. هرچند مفهوم اتحاد تغییر کرده است ولی من باور دارم با حفظ فاصله اجتماعی در این روزها می‌توانیم عشق و محبت خود را به مؤسساتی چون محک ابراز کنیم و با تلاش و رعایت پروتکل‌ها برای حفظ سلامتی خود و هم‌نوعان‌مان برای ساختن روزهای بهتر تلاش کنیم.»

تغییر لوگو و شعار جدید محک در راستای اهداف این مؤسسه طراحی شده است

منصور ضابطیان نویسنده و مجری نام‌آشنای کشورمان گفت: «همراهی با جریان‌های جهانی در واکنش به بحران‌ها یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های سازمان‌های هوشمند است که خود را در برابر مشکلات جامعه مسئول می‌دانند. کمپین



فاصله‌گذاری اجتماعی یکی از همین جریان‌هایی است که با پیشروی محک در ایران برای اولین بار در حوزه خیریه اجرا شد.»

ضابطیان با اشاره به ویژگی‌های منحصر به فرد تغییرات لوگوی مؤسسه محک در راستای کمپین جهانی فاصله‌گذاری اجتماعی افزود: «ضمن اینکه لوگو محک با تغییرات بصری، خود را به حق در این اقدام بین‌المللی که توسط برندهای معتبر در کل دنیا مورد توجه قرار گرفته است، سهیم می‌کند، با شعار «دستامون دور شده، قلبامون نزدیک» مرتبط با اهداف و دغدغه‌های سازمانش توانسته پیام خود را به درستی در این روزهای سخت به جامعه منتقل کند.»

این هنرمند در بخش دیگری از سخنان خود در خصوص اثربخشی فعالیت سازمان‌های مردم‌نهاد در رویارویی با بحران‌ها عنوان کرد: «اساساً فعالیت این سازمان‌ها به دلیل وابستگی به مردم از میزان اثربخشی بالا و به تبع آن لزوم آگاهی‌رسانی عمومی برخوردار است. در عین حال اگر سازمان‌های مردم‌نهاد از حسن اعتبار و اعتماد مردم نیز برخوردار باشند، پیام آنها در ارتباط با اهداف و دغدغه‌هایشان می‌تواند بسیار ترغیب‌کننده و مهم ارزیابی شود. سازمان‌ها و نهادهای موفق به واسطه عملکرد مطلوب، نگاه همه‌جانبه و توجه به تمام ذریبطان خود همواره نیازمند تغییر و بازآفرینی المان‌های هویت برند خود در راستای تأمین اهداف و دغدغه‌های خود هستند. در بحران اخیر که سلامتی افراد جامعه به صورت گسترده با تهدید و خطر روبه‌روست، امیدوارم این سازمان‌ها در کشورمان و همه جهان بتوانند عملکرد ارزنده‌ای از خود در اذهان ثبت کنند.»

تغییر لوگوی محک، بار دیگر گویای همراهی این مؤسسه به روز، با مردم است

«اونیش امین‌الهی»، مدرس و طراح گرافیک نام‌آشنای کشورمان در این باره گفت: «در هر اتفاق مهم انسانی که در جهان رخ می‌دهد معمولاً شرکت‌ها، مجموعه‌ها و افرادی که دغدغه‌های اجتماعی و انسان‌دوستانه دارند دست به



کار می‌شوند و واکنش‌هایی مرتبط با موضوع نشان می‌دهند. در زمان شیوع ویروس کرونا تغییر تصویری در نشانه شرکت‌های بزرگ به صورت فاصله‌گذاری در آنها، به عنوان نمادی از همراهی با جامعه بود. متأسفانه در ایران کمتر شرکت یا ارگان نام‌آشنایی دست به چنین کاری زد و تنها معدود شرکت‌هایی به صورت محدود و یا توسط طراحان گرافیک به عنوان دستمایه طنز، تغییراتی در بعضی نشانه‌ها انجام داده‌اند. یکی از سازمان‌هایی که به صورت مشخص و با اعلام همگانی دست به این حرکت نمادین زد، محک بود که به عقیده من این نشان از نوع تفکر و همچنین همراه بودن با مردم و به روز بودن این سازمان دارد.»

وی افزود: «محک علاوه بر تغییر لوگو با محوریت فاصله‌گذاری اجتماعی، پیشنهادهای تصویری دیگری نیز از نشانه سازمانش ارائه کرد که بر پایه شعار همدلی و نزدیکی دل‌ها و حمایت همیشگی از بچه‌های محک بود. این اقدام به نظر من وجه تمایز تغییر نشانه محک با دیگر اقدامات بین‌المللی در تغییر نشانه‌هاست. دقیقاً این نکته متفاوتی بود که از این اتفاق جهانی، به عنوان نمادهای بصری یکپارچه برای ارائه شعار و پیام جدیدش استفاده کرد که علاوه بر خاص بودن، به سرعت تمامی مفاهیم را به ذهن بیننده منتقل می‌کند. اینکه محک توانست ایده‌های بصری متفاوتی را صرفاً با تغییر و اضافه کردن عناصر تصویری در لوگو تولید و طراحی کند، بخش جذاب و به یاد ماندنی این روزهای محک است اما فکر می‌کنم در کنار سه نشانه‌ای که منتشر شد می‌بایست یک نشانه به صورت کاملاً خالص و فقط با استفاده از المان‌های موجود در لوگوی اصلی؛ و نه با حذف یا اضافه کردن عناصر تصویری دیگر، طراحی و منتشر می‌کرد تا با کمترین تغییرات در نشانه؛ فاصله‌گذاری اجتماعی را تبلیغ کند.»

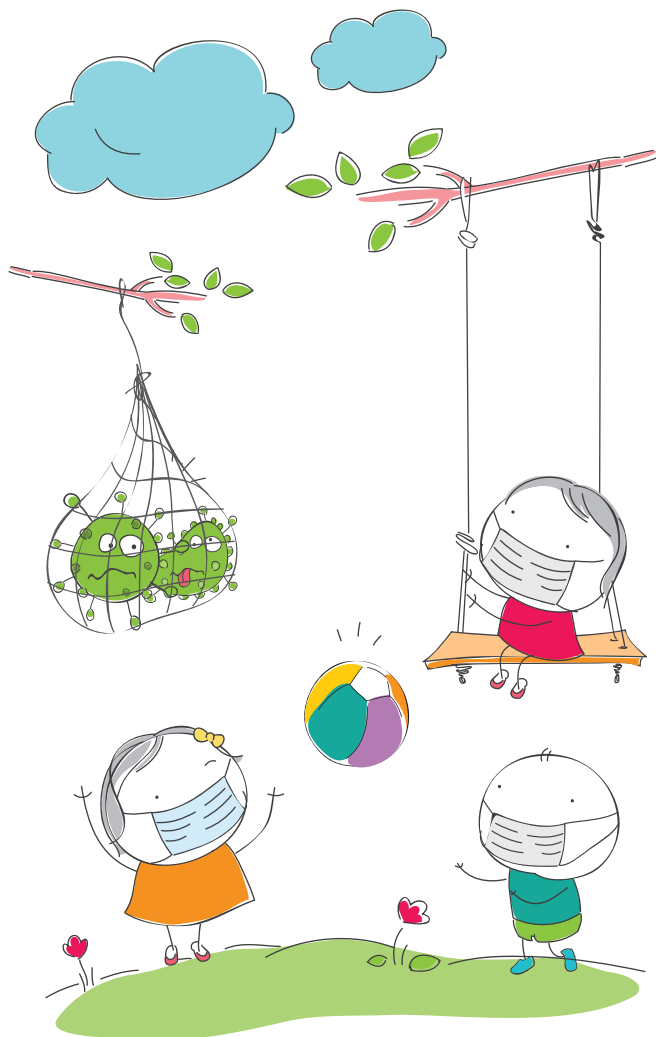
از دل تغییر است که معجزه می‌آفرینیم

زندگی فرزندان کوچک محک سال‌هاست که با فاصله‌گذاری اجتماعی عجین شده است چرا که ضعف سیستم ایمنی بدن کودکان مبتلا به سرطان، آنها را در برابر کوچک‌ترین ویروس و میکروبی ضربه‌پذیر می‌سازد. قهرمانان کوچک محک برای پیروزی در مسیر مبارزه با سرطان سخت مبارزه می‌کنند و اکنون که شرایط برایشان سخت‌تر شده است، تلاش می‌شود با حفظ فاصله اجتماعی درمان آنها متوقف نشود. به امید آنکه با همدلی تمامی ارکان جامعه، کشورمان و همه جهان این روزهای سخت را با سلامتی سپری کنند.

شرایط حاکم بر جهان در دوران کرونا و پس از آن، ضرورت همراهی با تغییرات را ایجاب می‌کند. محک نیز در این مدت تلاش کرده است به عنوان سازمانی مردم‌نهاد که منابع خود را از همراهی نیکوکاران تأمین می‌کند، خود را با تغییرات تطبیق و بهترین تصمیم را اخذ کند. بر همین اساس از همان لحظه آگاهی نسبت به شیوع ویروس کرونا، دست‌اندرکاران این سازمان لحظه‌ای از پا ننشستند و با رصد اخبار به دنبال استراتژی مدیرانه در راستای ارائه خدمات شایسته‌تر به کودکان مبتلا به سرطان سرزمین‌مان هستند؛ آینده‌پژوهی را در پیش گرفته‌اند تا هم درد امروزمان درمان شود و هم به استقبال راهکاری برای فردایی نه چندان دور برویم چرا که باور داریم که باید کاری کرد تا غصه سرآید.

این روزها، جهان ما، مملکت ما و شهر ما با درد سلامت عمومی روبروست و سازمان ما، با درد مضاعف سرطان کودکان. همه چیز تغییر کرده اما ما ایرانیان ثابت کرده‌ایم از دل تغییر است که معجزه می‌آفرینیم:

گویند سنگ لعل شود در مقام صبر
آری شود ولیک به خون جگر شود

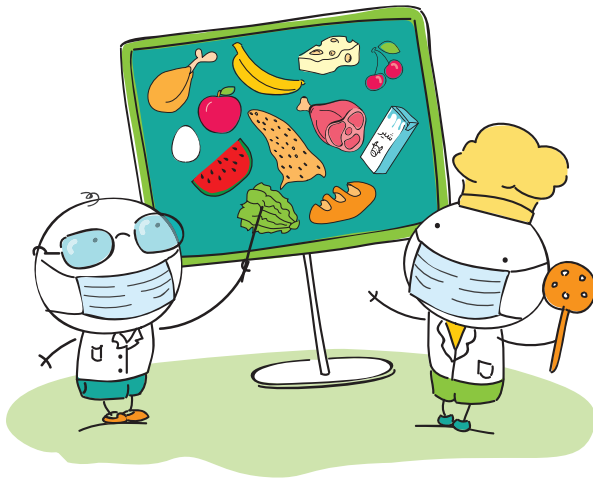


آشپزی در روزهای فاصله‌گذاری اجتماعی

تو این روزها که به خاطر شیوع ویروس کرونا مجبوریم بیشتر در خانه‌هایمان بمانیم، بهتر است دست به کار شویم و از کودکانمان بخواهیم تا با آشپزی کردن، ساعت‌های طولانی روز را پشت سر بگذارند. دستور پخت غذای زیر که واحد تغذیه بیمارستان محک در اختیارمان گذاشته، بسیار راحت است و کودکان می‌توانند با همراهی یک بزرگ‌تر، آن را آماده کنند.

کوکو جوانه و سیب‌زمینی

- سیب‌زمینی متوسط ۴ عدد
- مرغ یا سویا ۱ فنجان پخته
- پیاز ۲ عدد متوسط
- تخم‌مرغ ۳ عدد
- جوانه ماش یا عدس ۲ قاشق غذاخوری
- نمک نصف قاشق چای‌خوری
- روغن زیتون یا روغن معمولی ۲ قاشق مرباخوری



طرز تهیه:

سیب‌زمینی‌ها را پخته و رنده کنید. تخم‌مرغ‌ها را به خوبی هم زده و مرغ ریش‌ریش شده و پخته یا سویا پخته شده را به آن اضافه کنید. سپس پیاز رنده شده و جوانه را داخل مواد بریزید و در نهایت همه آنها را با سیب‌زمینی‌های رنده شده مخلوط کنید. ۱۵ دقیقه مخلوط را رها کنید تا حسابی جا بیفتد. سپس کف ماهیتابه را چرب کرده و مخلوط مواد را در آن پهن کنید. این غذا را می‌توانید بر روی اجاق گاز یا فر با دمای ۱۸۰ درجه به مدت ۴۵ دقیقه بپزید. نوش جان



معرفی کتاب؛ دنیای رنگارنگ الفی اتکینز



اگر شما خواننده عزیز چهارمین دهه عمر خود را می‌گذرانید، «الفی اتکینز» برای شما شخصیتی آشناست؛ پسری کوچک با لباس یقه اسکی، چشمانی درشت و چند تار مو بر سر گرد و بزرگش که با پدرش و دوست خیالی‌اش در خانه‌ای کوچک زندگی می‌کند. در سال‌های میانه دهه شصت، الفی اتکینز قهرمان سریال انیمیشنی بود که بر خلاف دیگر سریال‌های کودکان به دنبال مادرش نمی‌گشت، مشغول فرار از آدم‌های بد نبود و هر چند کم، اما اندوه هم داشت.

پنجاه سال پیش از این خانم گونیلا بریستروم، نویسنده و تصویرگر، کتابی نوشت که شخصیت اول آن پسری چهار ساله به نام الفی بود. الفی به سرعت تبدیل به شخصیتی جهانی شد و کتاب‌هایش به تمامی زبان‌های زنده جهان ترجمه شد.

الفی اتکینز با پدرش در آپارتمانی کوچک زندگی می‌کند. دنیای الفی، دنیای شادی‌ها، امیدها و ترس‌های کودکی است که جهان بیرون برایش پر از ناشناخته‌هاست. مشکلات الفی مشکلاتی است که هر کودکی در هر کجای جهان با آن روبروست: ترس از محله جدید، مشکل در پیدا کردن دوست، ترس از تاریکی و غیره.

کودکان با خواندن کتاب‌های الفی اتکینز درس‌های مهمی می‌آموزند؛ آنها یاد می‌گیرند که دعوا کار خوبی نیست ولی هر کودکی باید در برابر حرف زور بایستد و حقش را بگیرد و طبیعت چه اندازه در زندگی انسان‌ها اهمیت دارد.

مجموعه کتاب‌های الفی اتکینز را نشر آفرینش‌گر، مخصوص رده سنی سه تا نه سال منتشر کرده است. سفر در دنیای رنگارنگ الفی اتکینز را برای فرزندان کوچکمان از دست ندهید.

افزایش راه‌های جلب مشارکت، ضروری است



از همان نخستین روزهای شکل‌گیری محک، تلاش برای جلب کمک‌های مردمی برای حمایت از کودکان مبتلا به سرطان آغاز شد و داوطلبان محک از طریق برگزاری بازارچه‌های خیریه و برنامه‌های هنری به جمع‌آوری کمک‌های مردمی می‌پرداختند. ۳۰ سال پیش که محک ساختمانی در منطقه چیذر و با یک خط تلفن بود، شاید می‌شد به حمایت از قهرمانانی پرداخت که روزهای سخت مبارزه با سرطان را می‌گذراندند، اما امروز، با گسترش حمایت از همه کودکان مبتلا به سرطان سرزمین‌مان در بیمارستان‌های دولتی و دانشگاهی دارای بخش خون و آنکولوژی کودک، راه‌های جلب مشارکت نیز گسترش یافته است.

در خبرنامه زمستان ۷۷ محک می‌خوانیم: «از دو راه کمک‌ها مردمی را جذب می‌کنیم ۱. بازار، نمایشگاه، کنسرت ۲. از طریق تبلیغات و عضوگیری» اما همانگونه که در یادداشت مدیرعامل این شماره خواندید، محک برای حمایت از همه فرزندان راه‌های جلب مشارکت را روز به روز گسترش می‌دهد و با بروزرسانی سایت خود، تلاش می‌کند تا هر چه شایسته‌تر امکان همراهی شما با کودکان مبتلا به سرطان را فراهم کند.

نیکوکاران ایران زمین این روزها می‌توانند به روش‌های متفاوت از فرزندان محک حمایت کنند: عضویت، قلک، درمان‌یاری، خرید اقلام هنری، مشارکت در تأمین هزینه دارو و درمان، حمایت از پروژه‌های درمانی محک، حمایت مالی در خرید تجهیزات پزشکی مورد نیاز بیمارستان محک، مشارکت در تأمین کالای مورد نیاز کودکان تحت حمایت محک، حمایت مالی از برنامه‌ها و رویدادهای محک، حمایت مالی در تولید محصولات چاپی محک و در نهایت تهیه نماد تبریک و تسلیت، از جمله روش‌های کمک شما به محک است.

پس با محک همراه باشید تا بتواند به همه کودکان مبتلا به سرطان سراسر ایران را در مسیر ارائه خدمات درمانی و حمایتی متعهد بماند.

چگونه می‌توانم در محک فعالیت داوطلبانه داشته باشم؟

تمامی افراد بالای ۱۸ سال می‌توانند در محک به فعالیت داوطلبانه بپردازند و وقت، تجربه، دانش و تخصص ارزشمند خود را به کودکان مبتلا به سرطان هدیه کنند. اما در شرایط شیوع ویروس کرونا، فعالیت داوطلبان ارتباط با کودک متوقف شده است و فعالیت در مؤسسه از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۴ امکان‌پذیر است. همچنین برخی فعالیت‌های تخصصی به صورت غیرحضوری توسط داوطلبان انجام می‌شود.

در دوره شیوع ویروس کرونا چگونه می‌توانم از راه دور به محک کمک کنم؟

شما می‌توانید کمک‌های نقدی خودتان را به شماره حساب یا کارت‌های محک که در فهرست آمده است واریز کنید. همچنین با مراجعه به سایت محک، در قسمت پرداخت آنلاین با انتخاب سه گزینه درمانیاری، عضویت و پرداخت عمومی در تأمین هزینه‌های دارو و درمان کودکان محک مشارکت کنید. گزینه نیکوکاری در اپلیکیشن آپ نیز روشی دیگر برای نجات زندگی کودکان محک است.

شرایط اهدای مو در محک به چه صورت می‌باشد؟

به توصیه پزشکان محک، برای حفظ موارد بهداشتی و مسائل مربوط به سلامت کودکان و با توجه به پایین بودن سیستم ایمنی بدن آنها در طول درمان، اهدای کلاه‌گیس طبیعی به آنها صورت نمی‌گیرد. اما در صورت نیاز خانواده و کودک، هزینه خرید کلاه‌گیس مصنوعی که مورد تأیید پزشکان باشد توسط محک تأمین می‌شود. شما می‌توانید برای مشارکت در تأمین این هزینه با شماره ۰۲۱ - ۲۳۵۴۰ تماس بگیرید.

مشاهده سوابق پرداختی در پروفایل کاربری نیکوکاران در سایت چگونه است؟

نیکوکاران می‌توانند در وب‌سایت محک در قسمت «ثبت‌نام/ ورود» با اطلاعات شماره همراه، نام و نام خانوادگی، حساب کاربری خود را ایجاد کنند. کد احراز هویت برای ایشان پیامک می‌شود که با وارد کردن این کد حساب کاربری‌شان فعال می‌شود. پس از ایجاد حساب کاربری در قسمت «پرداخت‌های من» کمک‌های آنلاینی که پس از ورود به حساب کاربری خود پرداخت می‌کنند، قابل مشاهده است. لازم به توضیح است در حال حاضر کمک‌های حضوری شما نیکوکاران گرامی در دفاتر و بانه‌های محک و کمک‌های قبل از ایجاد حساب کاربری و یا کمک‌های از طریق شماره‌گیری کدهای دسترسی در این قسمت نمایش داده نمی‌شود.

با ایجاد حساب کاربری در وب‌سایت محک، می‌توانید تاریخچه کمک‌های خود برای تأمین هزینه دارو و درمان کودکان مبتلا به سرطان تحت حمایت محک را مشاهده کنید. پرداخت‌هایی شامل عضویت، درمانیاری و کمک آنلاین و همچنین سفارش فلک در این حساب قابل پیگیری است. با داشتن حساب کاربری می‌توانید در نجات جان قهرمان‌های کوچک محک سهیم باشیم.

شناسه عضویت در پروفایل کاربری نیکوکاران در سایت چیست؟

کد شناسه نیکوکاران در محک به عنوان شناسه عضویت آنها شناخته می‌شود. جزئیات پرداخت نیکوکاران در سایت در این شناسه ثبت و ذخیره می‌شود و نیکوکاران می‌توانند پیشینه حمایت خود از کودکان مبتلا به سرطان را در این قسمت مشاهده کنند.

در شرایط موجود در جامعه، تحویل فلک محک به چه صورت انجام می‌پذیرد؟

با شروع شیوع ویروس کرونا، فعالیت واحد فلک به منظور حفظ سلامت نیکوکاران و موزعین متوقف شد. تا راهکارهای متناسب با شرایط و رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی اتخاذ شود. این اقدام پس از مدتی بنا به درخواست نیکوکاران، با حفظ پروتکل‌های بهداشتی آغاز شد. به همین منظر به روال گذشته مراجعه به آدرس نیکوکار توسط موزعین با هماهنگی قبلی انجام می‌شود. موزعین ملزم به استفاده از ماسک و دستکش بوده و جهت رعایت الزامات بهداشتی گشایش و شمارش وجوه در محل انجام نمی‌شود و فلک پلمپ می‌شود. این فلک‌ها در هاب دپو شده تا پس از ۲ الی ۳ هفته در اتاق فلک تحت کنترل دوربین گشایش صورت پذیرد. شمارش وجوه فلک‌ها در این اتاق توسط پرسنل و داوطلبان با پوشش گان، ماسک و دستکش انجام می‌شود. جهت آگاهی از مبلغ موجود در فلک، وجه شمارش شده به صورت پیامک ارسال می‌شود و در صورت تمایل نسخه اصلی ارسال می‌گردد. لازم به ذکر است در زمان تحویل فلک خالی به نیکوکار، فلک با مایع ضدعفونی سطوح اسپری می‌شود.

با آرزوی سلامتی برای همه

(خیابان چهارم)، پلاک ۵۵ تلفن: ۶۶۵۵۴۰۸۱
دفتر باستان: میدان جمهوری، خیابان جمهوری، خیابان آذربایجان، بین
خیابان گلشن و خیابان باستان، پلاک ۴۰۱ تلفن: ۶۶۹۰۱۹۰۰
پیشخوان جلال آل احمد: بزرگراه جلال آل احمد، ابتدای اتوبان کردستان،
میدان میوه و تره‌بار جلال (قزل قلعه)، سالن شماره ۱
پیشخوان سمرقند: جنت‌آباد جنوبی، مرکز تجاری سمرقند، درب جنت، طبقه
همکف B، جنب دستگاه خود پرداز بانک اقتصاد نوین
پیشخوان کوروش: اتوبان ستاری شمال، نبش خیابان پیامبر مرکزی، مجتمع
تجاری کوروش، طبقه B۲، راهروی منتهی به پارکینگ
پیشخوان گلستان: شهرک غرب، فاز ۱، خیابان ایران زمین، مرکز خرید
گلستان، طبقه اول، هسته مرکزی
باجه سردار جنگل: بلوار سردار جنگل، تقاطع میرزا بابایی، پارکینگ میدان
میوه و تره‌بار سردار جنگل
باجه صادقیه: خیابان ستارخان، نرسیده به فلکه اول صادقیه، خیابان ۲۴ متری
خسرو شمالی، میدان میوه و تره‌بار صادقیه

۴. جنوب تهران:

باجه بهمن: تهران، میدان بهمن، خیابان دشت آزادگان، جنب فرهنگسرای
بهمن، میدان میوه و تره‌بار بهمن
پیشخوان شهرری: شهر ری، بعد از میدان نماز، میدان شهید غیبی، سالن
اصلی میدان میوه و تره‌بار شهید غیبی

۵. مرکز تهران:

دفتر سعدی: خیابان سعدی، چهارراه مخبرالدوله، کوچه رفاهی، پلاک ۲۱
تلفن: ۳۳۵۳۰۰۲۹

استان البرز:

دفتر کرج یک: کرج، خیابان دانشکده، جنب دبیرستان دهخدا، ابتدای کوچه
اوجانی، طبقه فوقانی بانک تجارت
تلفن: ۳۲۲۲۰۱۷۷-۰۲۶

دفتر کرج دو: کرج، چهارراه طالقانی، نرسیده به پل آزادگان، نبش خیابان
مدنی، ساختمان طوبی، طبقه ۶، واحد ۱۱
تلفن: ۳۴۴۹۸۵۳۷-۰۲۶

۱. شمال تهران:

دفتر مرکزی: انتهای اقدسیه، ابتدای بزرگراه ارتش، بلوار شهید مژدی (اوشان)،
خیابان پروفیسور وثوق، بلوار محک، مؤسسه خیریه و بیمارستان فوق تخصصی
سرطان کودکان محک
تلفن: ۲۳۵۴۰

دفتر کتابی: خیابان شریعتی، جنب بزرگراه همت، خیابان گل نبی، پلاک ۲۳
تلفن: ۲۶۴۱۲۴۴۱

دفتر برج ملت: خیابان ولی عصر، روبه‌روی پارک ملت، نبش کوچه شهید
انصاری (صداقت)، برج ملت، طبقه همکف تجاری، واحد ۳۶
تلفن: ۲۲۰۳۷۴۷۴

دفتر تجریش: میدان قدس، ابتدای خیابان دربند، پلاک ۹
تلفن: ۲۲۷۴۹۸۱۹

دفتر چیذر: میدان چیذر، نبش خیابان خراسانی، پلاک ۲۸، ساختمان برایا،
طبقه سوم، واحد ۱۱ تلفن: ۲۲۲۰۱۳۱۲

پیشخوان برج نگار: خیابان ولی عصر، کمی بالاتر از میدان ونک، برج نگار،
طبقه همکف تجاری
تلفن: ۸۸۶۴۱۴۰۶

باجه لواسانی: خیابان شهید لواسانی (فرمانیه سابق)، خیابان آقایی، میدان
میوه و تره‌بار لواسانی
پیشخوان سانا سنتر: بلوار اندرزگو، مرکز خرید سانا، طبقه همکف جنوبی،
جنب پله برقی

۲. شرق تهران:

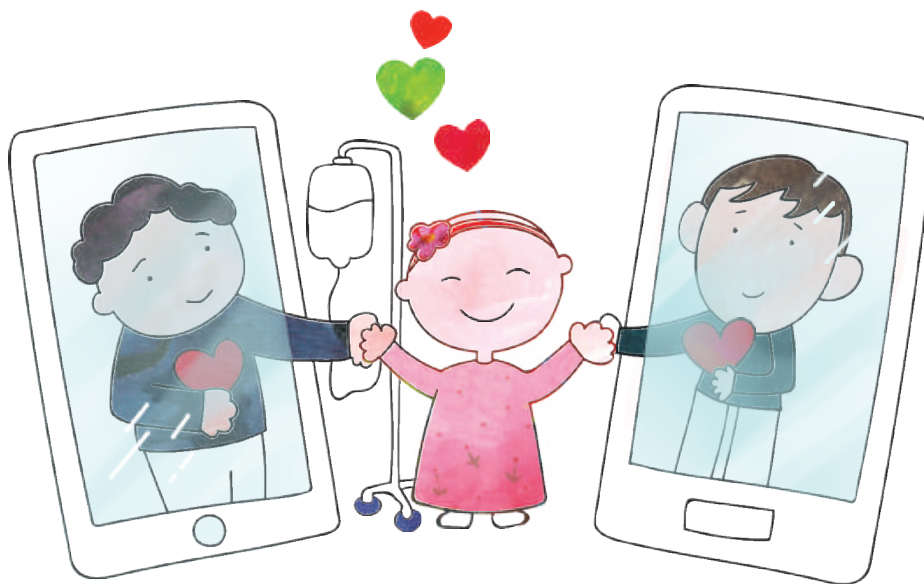
دفتر شرق: فلکه اول تهران پارس، درب شمالی مرکز خرید سپید، واحد A۹
تلفن: ۷۷۷۲۰۰۴۸

دفتر مدنی: چهارراه نظام آباد، خیابان مدنی جنوبی، بعد از بیمارستان امام
حسین، جنب کوچه نور، پلاک ۲۲۷ تلفن: ۷۷۵۴۴۱۴۳

باجه آزادگان: میدان رسالت، بلوار هنگام، بلوار دلاوران، پارکینگ میدان میوه و تره‌بار
باجه هروی: میدان هروی، بلوار پناهی‌نیا (گلزار)، میدان میوه و تره‌بار هروی
باجه پیروزی: اتوبان افسریه (جنوب به شمال)، جنب ایستگاه مترو شهید
کلاهدوز، میدان میوه و تره‌بار پیروزی

۳. غرب تهران:

دفتر ستارخان: ستارخان، سه‌راه تهران ویلا، خیابان شهید حمید صفویان



محک برای نزدیکی دل‌ها راهی جدید دارد

روشی متفاوت برای ابراز همدلی و تسلیت

از ابتدای شیوع کرونا حرف محک این‌ه که اگر چه دستامون دوره، ولی دلامون نزدیکه. توروهای سخت فاصله‌گذاری اجتماعی، آشنایانی هستن که عزیزشون رو از دست دادن و سوگوارن، اما نتونستیم اونجوری که می‌خواستیم همدلی و از غمشون کم کنیم. محک برای کم کردن این غم یه راه جدید دارد چون باور دارد هیچ آدمی نباید تورو سخت تنها بمونه؛ با سفارش استنداز «پیام همدلی محک» که یه روش جدید در بستر آنلاینه، پیام همدلی رو به عزیزانتون برسونین و تسلی خاطر دادن به اونها رو به تأمین هزینه دارو و درمان بیش از ۱۹ هزار کودک مبتلا به سرطان گره بزنین تا دلشون کمی آروم بگیره.

پیام به عزیزانت، برای کودکان محک سلامتی میاره

چطور می‌تونین پیام همدلی خودتون رو ارسال کنین:



اسکن QR Code روبرو

<https://mahak-charity.org>

۰۲۱ - ۲۳۵۴۰



مؤسسه خیریه حمایت از
کودکان مبتلا به سرطان

mahak-charity.org