

فرهنگ
شهر ۶۵



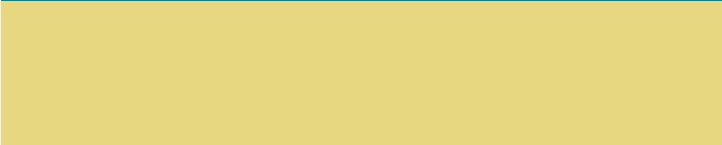
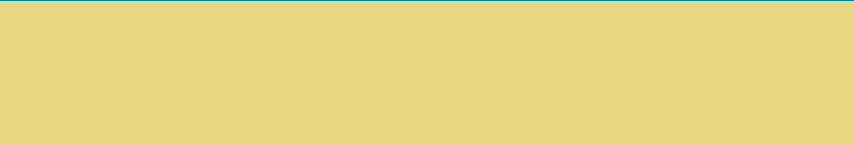
همه با هم نیسم نگاهمی به طرح

گروه، اقدام، مشارکت

سال ۱۳۹۹



معاونت امور اجتماعی و فرهنگی



نیم‌نگاهی به طرح
«هم‌گام سلامت»
گروه، اقدام، مشارکت»
فاز اول
آبان ۱۳۹۹ - فروردین ۱۴۰۰

ناظر علمی و اجرایی: زینب نصیری مدیر کل سلامت شهرداری تهران،
عباسعلی عباسی معاون اداره کل سلامت شهرداری تهران

تهیه و تدوین: محیا شعبی، فرنوش ابوطالبی، مریم ملاتی

همکاران اجرایی: مونا عمومحمدی، هراه جلالی، امیرحسین زمردیان، مهسا افشارزاده، نیلوفر فراهانی، افسانه کریمی، نسرین زارعی، قمر تکاوران، مریم منصور، نگار نجفی، مهناز علیخانی، فرزانه برزگر، سوفیا فریدی نژاد، زینب بیات، مریم داداری، فرزانه نرجسی و سید نوید موسوی.



باتشکر از مناطق ۲۲ گانه

منطقه ۱

جناب آقای سید حمید موسوی، شهردار
جناب آقای سید عباس سجادی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم دنیا بیات، مدیر سلامت

منطقه ۲

جناب آقای حسن صفات، شهردار
جناب آقای یوسف مزارعی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم صغری حاجیلو، مدیر سلامت شهرداران محترم نواحی

منطقه ۳

جناب آقای احمد توهان، شهردار
جناب آقای کاظم کمالی نسب، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای منصوردوید، مدیر سلامت

منطقه ۴

جناب آقای محمد محمد دوست، شهردار
جناب آقای محمد خادمی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم زهرا علی اکبری، مدیر سلامت

منطقه ۵

جناب آقای محمود کلهری، شهردار
جناب آقای حسین دلبری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم شهرزاد بدخش، مدیر سلامت

منطقه ۶

جناب آقای تورج فرهادی، شهردار
جناب آقای حبیب اله غفوری، معاون وقت امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم نجمه اسماعیلی، مدیر سلامت

منطقه ۷

سرکار خانم سمیه حاجوی، شهردار
سرکار خانم فائزه دولتی میاب، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای محمدحیدری، مدیر سلامت

منطقه ۸

جناب آقای مسعود رنجبریان، شهردار
جناب آقای جعفر امیر آبادی زاده، معاون وقت امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای محمد رضایاوری، مدیر سلامت

منطقه ۹

جناب آقای سید مصطفی موسوی، شهردار
جناب آقای علیرضا خامسیان، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم عاطفه رزاق نیا کروی، مدیر سلامت

منطقه ۱۰

جناب آقای مجید رباطی، شهردار
جناب آقای حمیدرضا الهیاری، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم مریم حسنی، مدیر سلامت

منطقه ۱۱

جناب آقای نصراله آبادیان، شهردار
جناب آقای محمد جواد رشیدی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای بیژن عموئیان، مدیر سلامت

منطقه ۱۲

جناب آقای علی محمد سعادت، شهردار
جناب آقای سعید شاه میر، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم سمیه منصوریان، مدیر سلامت

منطقه ۱۳

جناب آقای مجتبی شکری، شهردار
جناب آقای مجتبی توسلی سرپرست، معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای مهرداد احمدی شهبابی، مدیر سلامت

منطقه ۱۴

جناب آقای کامبیز مصطفی پور، شهردار
جناب آقای سعید تیموری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم لیلا اسمی، مدیر سلامت

منطقه ۱۵

جناب آقای وحیدرضا انارکی محمدی، شهردار
جناب آقای اکبر مختاری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم فرزانه رسام، مدیر سلامت

منطقه ۱۶

جناب آقای پیمان پورنصرخاکباز، شهردار
جناب آقای محمد مهدی پور آقایی، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای ابوذر اله کرمی، مدیر سلامت

منطقه ۱۷

جناب آقای داود لطفی، شهردار
جناب آقای شهریار رشید علیپور، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای صادق بیگدلی، مدیر سلامت

منطقه ۱۸

جناب آقای سید محمد فیاض، شهردار
سرکار خانم فریبا فتحی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای حسن رفیعی، مدیر سلامت

منطقه ۱۹

جناب آقای علی توکلی یرکی، شهردار
جناب آقای مهدی بصیری، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم فاطمه داداش زاده، مدیر سلامت

منطقه ۲۰

جناب آقای فرهاد افشار، شهردار
جناب آقای شاهین معبودی، معاون امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای افصحی، مدیر سلامت

منطقه ۲۱

جناب آقای رضا رجب زاده، شهردار
جناب آقای مصطفی بیگی، سرپرست معاونت امور اجتماعی و فرهنگی
سرکار خانم خجسته، مدیر سلامت

منطقه ۲۲

جناب آقای مرتضی رحمان زاده، شهردار
جناب آقای غلامحسین ادب، معاون وقت امور اجتماعی و فرهنگی
جناب آقای عظیمی، مدیر سلامت

با تشکر ویژه از کارشناسان سلامت مناطق ۲۲ گانه،
مسئولین خانه های سلامت و دبیران کانون های
اجتماع محور سلامت محله های شهر تهران

فهرست

۱۲ مقدمه
۱۵ اهداف طرح همگام سلامت
۱۶ چارچوب اجرای طرح
۱۸ مراحل اجرای طرح
۲۴ وجوه تمایز اصلی طرح همگام سلامت
۲۶ همگام سلامت در یک نگاه
۲۸ خروجی های مورد انتظار و خروجی های احصاء شده تاکنون در طرح همگام سلامت
۲۸ اهم اثرات حاصل از اجرای طرح همگام سلامت
۳۰ وضعیت کانون های اجتماع محور سلامت مناطق در طرح همگام
۳۵ همگام سلامت در منطقه ۱
۳۸ همگام سلامت در منطقه ۲
۴۱ همگام سلامت در منطقه ۳
۴۵ همگام سلامت در منطقه ۴
۴۸ همگام سلامت در منطقه ۵
۵۱ همگام سلامت در منطقه ۶
۵۴ همگام سلامت در منطقه ۷
۵۷ همگام سلامت در منطقه ۸

۶۰	همگام سلامت در منطقه ۹
۶۳	همگام سلامت در منطقه ۱۰
۶۶	همگام سلامت در منطقه ۱۱
۶۹	همگام سلامت در منطقه ۱۲
۷۲	همگام سلامت در منطقه ۱۳
۷۶	همگام سلامت در منطقه ۱۴
۸۰	همگام سلامت در منطقه ۱۵
۸۳	همگام سلامت در منطقه ۱۶
۸۶	همگام سلامت در منطقه ۱۷
۸۹	همگام سلامت در منطقه ۱۸
۹۳	همگام سلامت در منطقه ۱۹
۹۶	همگام سلامت در منطقه ۲۰
۱۰۰	همگام سلامت در منطقه ۲۱
۱۰۴	همگام سلامت در منطقه ۲۲
۱۰۹	جمع بندی
۱۱۱	فاز دوم همگام سلامت

مقدمه

یکی از اهداف مهم نظام سلامت در هر کشور، تأمین، حفظ و ارتقاء سلامت و کیفیت زندگی تمام افراد جامعه است. برای تحقق این امر مهیاسازی امکانات و تسهیلات مناسب جهت تأمین سلامت جسمی، روانی و اجتماعی انسان در کلیه مراحل زندگی از جمله حقوق اولیه به شمار می‌رود (حسینی حاجی بکنده و تقی‌پور، ۱۳۸۹: ۱۴۰). سلامت اجتماعی^۱، یکی از مفاهیمی است که در کنار سایر ابعاد سلامت مطرح می‌شود. این بعد از سلامت در کنار سلامت جسمی و روانی^۲، یکی از ارکان تشکیل دهنده سلامت است (فدایی مهربانی، ۱۳۸۶: ۸). با وجود آن که در تعریف اولیه سلامت توسط سازمان جهانی بهداشت به جنبه اجتماعی سلامت نیز اشاره شده است اما هم‌چنان جای مشارکت مردم در برنامه‌های سلامت خالی است و حتی برای کانون‌ها و سازمان‌های غیردولتی و سازمان‌های اجتماع محور محلی نیز نقش روشنی تعریف نشده است.

جلب مشارکت مردم و حمایت از ایجاد تشکل‌های محلی و تسهیل جهت ورود و ایفای نقش در تصمیم‌گیری‌های محلی می‌تواند منجر به افزایش سرمایه اجتماعی، مسئولیت اجتماعی و ارتباط بهتر بین مردم، تشکل‌های محلی و مسئولین محلی و منطقه‌ای شود.

پرواضح است که نقش و ظرفیت‌های سازمان‌های اجتماع محور^۳ به عنوان یکی از شرکای مهم در حوزه سلامت انکار نشدنی است؛ این سازمان‌ها با امکان فعال‌سازی و تأمین دارایی‌های لازم برای ارائه خدمات در مقیاس محله‌ای و انجام اقدامات متناسب با فرهنگ اجتماع، می‌توانند به مثابه بستر مهمی تلقی شوند. در بسیاری از کشورها، این سازمان‌ها نقش مؤثری در سلامت ایفا نمی‌کنند که یکی از مهم‌ترین دلایل آن فقدان ارتباط نهادهای متولی حوزه سلامت و بهداشت با این سازمان‌های اجتماع محور است (هان، کوان، ریز، ترجو، سیمونز، سارکیسیان^۴، ۲۰۱۵: ۱-۲).

1. Social Health
2. Physical & Mental Health
3. Community-based organizations (CBOs)
4. Han, Kwon, Reyes, Trejo, Simmons & Sarkisian

سالیانی است که کانون های اجتماع محور سلامت شامل: کانون سالمندان، مادر و کودک، جوانان، افراد دارای معلولیت، پیشگیری از دیابت، پیشگیری از چاقی، پیشگیری از دخانیات، خادمین سلامت مساجد، اهدا، پزشکان، محیط زیست؛ در سطح کلیه محلات شهر تهران فعالیت می نمایند.

کانون های اجتماع محور یکی از ظرفیت های بسیار ارزشمند و تأثیرگذار هستند که با توانمندسازی و افزایش آگاهی اعضا، به کارگیری ظرفیت ها و پتانسیل ها، می توانند مشارکت اهالی محله خود را جلب کرده و در جهت رفع نیازها و مشکلات سلامت محور، فعالیت می کنند. این کانون ها در سطح محلات توسط دبیران منتخب محله و در سطح مناطق توسط دبیران منطقه ای راهبری می شوند. شایان ذکر است هر کانون در سطح شهر تهران یک نماینده منتخب تحت عنوان دبیر کل کانون دارد. طرح همگام سلامت با مشارکت اعضای فعال و دبیران منتخب کانون ها در حوزه سلامت و بهره گیری هرچه بهتر و مؤثرتر از تمامی ظرفیت های موجود در محلات به عنوان یکی از پتانسیل های اصلی شهر تهران در حوزه سلامت مورد طراحی و اجرا قرار گرفته است. حوزه های موضوعی فعالیت کانون ها در طرح بر اساس نیازسنجی مشارکتی صورت گرفته در برنامه های سال گذشته این اداره کل از یکسو و اهداف کانون ها از سوی دیگر، انتخاب و مورد توجه و اقدام قرار گرفته است که شرح و بسط آن در ادامه خواهد آمد.

در نهایت لازم به ذکر است که شرایط پاندمی کرونا، سبب شد تا برخی از فعالیت های رایج کانون ها، متوقف شود و همین موضوع نوعی عدم تحرک و پویایی را در کانون ها منجر شده بود؛ ضمن توجه به این موضوع تلاش شد تا طرح همگام سلامت به گونه ای طرح ریزی و اجرا گردد که هم ملاحظات مربوط به رعایت پروتکل ها مورد توجه و دقت قرار گیرد و هم آن که شرایطی جهت پویایی و تحرک در مقابل سکون و توقف پیش آمده، میسر شود. از این رو، طرح همگام سلامت را می توان به عنوان اقدامی در راستای حفظ پویایی و انگیزه کانون ها و امکانی در راستای حفظ این ظرفیت قابل توجه در بحران پیش آمده، در نظر گرفت.



اهداف طرح همگام سلامت

- ۱) ارتقای مشارکت و پویایی کانون‌ها در قالب اقدامات اجتماع محور ضمن توجه به شرایط پاندمی کرونا
- ۲) تقویت خلاقیت و نوآوری در اقدامات کانون‌های اجتماع محور سلامت
- ۳) آموزش تسهیلگری حرفه‌ای برای کانون‌ها
- ۴) توانمندسازی دبیران و اعضای کانون‌ها
- ۵) توجه به نیازهای محلی با فعالیت‌های تیمی مشارکتی
- ۶) اجرای اقدامات اجتماع محور توسط کانون‌ها



چارچوب اجرای طرح

در راستای گام برداشتن در مسیر توسعه اجتماعی و ارتقاء مشارکت از پایین به بالا، طرح مذکور توسط اعضا و دبیران منتخب کانون‌های منطقه که تحت آموزش‌های حرفه‌ای تسهیلگری قرار گرفته‌اند راهبری شده است. اقدامات در هر یک از کانون‌های اجتماع‌محور سلامت منطقه در طی ۵ ماه و در مدت زمان ۳۲ ساعت آموزش تئوری و تمرین‌های عملیاتی جهت ظرفیت‌سازی این دبیران اجرایی شده است، همچنین در تمام طول دوره آموزش‌های مجازی با حضور و نظارت تسهیلگر هر منطقه به صورت مداوم و مستمر در جریان بوده است. در پایان آموزش به دبیران گواهینامه تسهیلگری حرفه‌ای اعطا شده است.

محورهای اقدام اجتماع محور هر کانون عبارت از موارد مندرج در جدول زیر بوده است:

طرح اقدام اجتماع محور		
اقدام اجتماعی	محور	کانون
آموزش مشارکتی تکنولوژی	توانمندسازی دیجیتال سالمندان	سالمندان
بازیکده سالمندی	ارتقای نشاط سالمندان	
چالش پیاده روی در ۲۲ منطقه	چاقی و کم تحرکی	پیشگیری از چاقی
گروه های همیاری کاهش وزن	تغذیه ناسالم	
مطالبه گری (جمع آوری امضا و درخواست نسبت به رعایت قوانین عدم قرار دادن مواد دخانی در معرض عموم)	عدم اجرای قوانین منع مصرف دخانیات در فضای عمومی	پیشگیری از دخانیات
حساس سازی شهروندان نسبت به دود دست دوم (تهیه بروشور، پوستر، سخنرانی، مسابقه و سایر اقدامات خلاقانه)	دود دست دوم	
معرفی کسبه بدون فروش دخانیات	فروش سیگار	
همکده جوانی	عدم ارتباط جوانان با یکدیگر و سالمندان و خانواده	جوانان
مطالبه گری و معرفی فضاهای نیازمند مناسب سازی، بانک اطلاعاتی	مناسب سازی فضاهای شهری	افراد دارای معلولیت
ارائه روایت و فیلم از اهدا کنندگان و دریافت کنندگان	افزایش آگاهی در خصوص اهدا	اهدا
فعالیت داوطلبانه گروهی در زمینه پاکیزگی و بهداشت مساجد(تهیه چک لیست نظافت مساجد بررسی وضعیت سلامت مساجد)	رعایت بهداشت و سلامت در مساجد	خادمین سلامت مساجد
تشکیل گروه خودیاری دیابت بیان چالش های فرد دیابتی	سبک زندگی دیابتی	پیشگیری از دیابت
گروه های شناسایی فضاهای ناامن شهری	ناامنی فضای شهری	مادر و کودک
گروه همیاری پزشکان جهت خدمات رسانی به شهروندان در محلات کم برخوردار	ارتقای سواد سلامت	پزشکان
خلاقیت در زمینه کاهش مصرف پلاستیک و استفاده مجدد از کیسه های پلاستیکی	کاهش مصرف پلاستیک	محیط زیست

مراحل اجرای طرح

- ۱) جلسه توجیهی حضوری با مناطق ۲۲ گانه (مدیران اداره سلامت، کارشناسان طرح و در برخی از مناطق معاون امور اجتماعی و فرهنگی منطقه)
- ۲) تشکیل تیم تسهیلگری تا حد امکان متناسب با نیازها و خواسته‌ها و مقتضیات با استفاده از تسهیلگران آشنا به منطقه
- ۳) تهیه راهنمای عملیاتی و محتوای آموزشی و فرم‌های گزارش‌دهی طرح برای تسهیلگران
- ۴) برگزاری جلسات هم‌اندیشی و توجیهی با تسهیلگران جهت شرح مبسوط طرح و بررسی ایده‌های ممکن جهت انجام مؤثر طرح در فضای آنلاین و دستیابی به مدل‌های جلب مشارکت اعضای کانون‌ها
- ۵) تشکیل گروه واتساپی طرح در مناطق ۲۲ گانه
- ۶) مصاحبه با افراد معرفی شده در قالب تماس تلفنی، مصاحبه‌نامه کتبی و تماس تصویری بنابر پتانسیل‌ها و ویژگی‌های خاص هر منطقه
- ۷) تأیید صلاحیت، توجیه مجدد طرح برای مناطق جهت معرفی افراد مناسب طرح در مواردی که صلاحیت مورد نظر وجود نداشته است و یا برداشت اشتباهی از طرح داشته‌اند مصاحبه و تأیید صلاحیت اعضای جدید
- ۸) اعتمادسازی و انرژی‌زایی بین افراد گروه‌های تشکیل شده حد فاصل معرفی افراد جدید توسط منطقه و به حد کفایت رسیدن تعداد اعضا
- ۹) برگزاری جلسات آموزشی نظری و عملیاتی
- ۱۰) تسهیلگری مجازی در گروه واتساپ
- ۱۱) برگزاری جلسه بررسی گزارش عملکرد و آغاز رسمی اقدامات مشارکتی
- ۱۲) تشکیل گروه‌های فرعی به واسطه داوطلبین آموزش دیده
- ۱۳) شروع طراحی و اجرای اقدامات مشارکتی به واسطه گروه‌های فرعی
- ۱۴) پایش و ارزشیابی مشارکتی فعالیت‌ها توسط گروه‌ها

در فرم شماره ۱، توضیح مراحل ذکر شده در بالا مورد توجه قرار گرفته است، بدیهی است که اقداماتی که نیاز به شرح و بسط نداشته‌اند، در این فرم مورد توجه و بررسی قرار نگرفته‌اند:

فرم شماره ۱. توضیح مراحل اجرای طرح

✓ **جلسه توجیهی حضوری با مناطق ۲۲ گانه:** ابعاد مختلف طرح، اهداف و ضرورت اجرا و همچنین مذاکرات مالی در جلسه‌ای حضوری با مدیر سلامت منطقه، کارشناس مربوطه طرح و در برخی از مناطق با حضور معاون امور اجتماعی و فرهنگی برگزار شد. نقطه نظرات مناطق و اهم ظرفیت‌ها و دارایی‌هایشان نیز با جزئیات جهت اجرای مؤثر طرح مورد بررسی قرار گرفت.

✓ **تشکیل تیم تسهیلتی:** تیم تسهیلتی تا حد امکان متناسب با نیازها و خواسته‌های مناطق و منطبق با شناخت تسهیلتگران از مناطق تشکیل شد و هماهنگی‌های لازم جهت ارتباط مؤثر طرح با کادر اداره سلامت منطقه انجام شد. لیست اعضای تیم تسهیلتی به تفکیک مناطق و همچنین راهبر تسهیلتگران در زیر آمده است:

اعضای تیم تسهیلتی			
ردیف	تسهیلتگران	منطقه/ مناطق تحت پوشش	سابقه تسهیلتی
۱	خانم‌ها مریم ملائی و فرنوش ابوطالبی	راهبر کلیه مناطق	۱۰ سال
۲	دکتر امیرحسین زمردیان	۱ و ۵ و ۸	۱۵ سال
۳	خانم مهسا افشارزاده	۲ و ۲۰	۷ سال
۴	خانم نیلوفر فراهانی	۳	۷ سال
۵	خانم افسانه کریمی	۴	۱۵ سال
۶	خانم نسرین زارعی	۶ و ۷	۶ سال
۷	خانم قمر تکاوران	۹	۴ سال
۸	خانم مریم منصوری	۱۰، ۱۲، ۱۳، ۱۵	۷ سال
۹	خانم نگار نجفی	۱۱ و ۱۷	۸ سال
۱۰	خانم‌ها مهناز علیخانی و فرزانه برزگر	۱۴ و ۱۸	۵ سال
۱۱	خانم زینب بیات	۱۹	۵ سال
۱۲	خانم مریم داداری	۲۱	۷ سال
۱۳	خانم فرزانه نرجسی	۲۲	۱۱ سال

✓ تهیه راهنمای عملیاتی، محتوای آموزشی و فرم‌های گزارش‌دهی:

- محتوای شماره ۱: راهنمای عملیاتی اجرای طرح همگام سلامت
- فرم شماره ۲: فرم گزارش‌نویسی طرح متشکل از دو بخش فعالیت‌های ماهانه و جلسات
- فرم شماره ۳: ارزشیابی مشارکتی فعالیت‌های گروه‌ها
- فرم شماره ۴: بانک اطلاعاتی فعالیت‌ها و اقدامات مشارکتی
- محتوای شماره ۵: محتوای آموزشی عملیاتی ویژه هر جلسه که به صورت مستمر در طی طرح تهیه شده

✓ برگزاری جلسات هم‌اندیشی و توجیهی با تسهیلگران:

برگزاری جلسات هم‌اندیشی و توجیهی با تسهیلگران جهت شرح مبسوط طرح، دستیابی به سرفصل‌های کلیدی برای چرخه آموزش و اقدام و بررسی ایده‌های ممکن به منظور انجام مؤثر طرح در فضای آنلاین و دستیابی به مدل‌های جلب مشارکت اعضای کانون‌ها انجام شد. کلیه پلتفرم‌هایی که جهت این هدف مناسب به نظر می‌رسیدند بررسی شدند و نقاط قوت و ضعف مورد اشاره عطف به اهداف طرح حاضر مورد بررسی قرار گرفتند. در نهایت بستر آموزش مجازی «دورادور» انتخاب شد و برای استفاده مورد توجه قرار گرفت. همچنین بنا شد تا کلیه آموزش‌های ممکن در فضای واتساپ نیز ارائه شود و تسهیلگری مجازی نیز صورت گیرد تا کلیه افراد مورد آموزش قرار گیرند.

✓ **تشکیل گروه واتساپی طرح در مناطق ۲۲ گانه:** گروه‌های واتساپی طرح ضمن هماهنگی قبلی کارشناس منطقه و یا تسهیلگر با اعضای مورد نظر تشکیل شد. لازم به ذکر است که برخی از مدیران و کارشناسان مناطق خود نیز در گروه‌ها حضور داشته‌اند.

✓ **مصاحبه با افراد معرفی شده:** مصاحبه با افراد معرفی شده در قالب تماس تلفنی، مصاحبه‌نامه کتبی و تماس تصویری بنابر پتانسیل‌ها و ویژگی‌های خاص هر منطقه انجام شده است. این مصاحبه با کلیه افراد معرفی شده توسط مناطق انجام شده است؛ در مصاحبه‌های تلفنی و یا تماس‌های تصویری، مدت زمان مصاحبه حدود ۲۰ تا ۳۰ دقیقه طول کشیده است یعنی تقریباً حدود ۱۰ ساعت از زمان تسهیلگر به مصاحبه‌های تلفنی و یا تصویری با اعضای معرفی شده توسط منطقه اختصاص یافته است. مصاحبه‌های کتبی نیز برای یک به یک افراد در قسمت چت خصوصی ارسال شده است و با پیگیری‌ها و راهنمایی‌های فردی از اعضا تکمیل شده است. بدیهی است که هماهنگی‌های مورد نظر نیز مدت زمان زیادی را به خود اختصاص داده است.

✓ **تأیید صلاحیت و توجیه مجدد:** افرادی که برای طرح مناسب دانسته شده و شرایط مورد نظر و علاقه‌مندی لازم را داشتند تأیید صلاحیت شدند و آن دسته از افرادی که شرایط مورد نظر برای طرح را نداشتند به مناطق اعلام شدند و تأیید صلاحیت صورت نگرفت.

لازم به ذکر است که در برخی از مناطق این عدم تأیید صلاحیت صرفاً چیزی حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد از مخاطبین معرفی شده را در بر می‌گرفت که روندی طبیعی و قابل پیش‌بینی بود و افراد از طرف منطقه به سرعت با افراد جدید جایگزین شدند؛ اما در برخی از مناطق این مورد به چیزی حدود ۷۰ درصد افراد معرفی شده می‌رسید و لذا فرایند آن به طول انجامید و با رفت و برگشت‌های چندباره و توجیه و توضیح مکرر اصلاح و جایگزینی افراد صورت گرفت.

به نظر می‌رسد که عمده دلایل این مورد را می‌توان در موارد زیر خلاصه کرد:

- عدم توجیه کارشناس مسئول طرح در منطقه به‌گونه‌ای مؤثر
 - معرفی افراد متفرقه که عضو کانون‌ها نبوده‌اند و اساساً هیچ اطلاعی از این حوزه نداشتند در برخی از مناطق
 - معرفی افراد دارای سنین بالا و بدون مهارت کار با فضای آنلاین حتی در خارج از کانون سالمندان
 - معرفی مدیر محله، مسئول خانه سلامت محلات و مسئولین سایر خانه‌های سرا به جای اعضای کانون‌ها
- تشخیص این موارد، ارجاع به کارشناس و توجیه ضرورت برای جایگزینی مدت زمان زیادی را به خود اختصاص داده است و تسهیلگران در این زمینه کوشش‌های زیادی داشته‌اند.

✓ **اعتمادسازی و انرژی‌زایی:** همان‌طور که پیش‌تر بیان شد، برخی از افراد دارای ویژگی‌های لازم به منظور شرکت در طرح نبودند؛ بنابراین نیاز بود تا جایگزینی صورت پذیرد. در برخی از مناطق این امر در یک فرایند زمان‌بر با رفت و برگشت چندباره انجام شد؛ فاصله زمانی میان معرفی افراد جدید و مصاحبه با آن‌ها، گروه افراد حاضر را با یک وقفه مواجه می‌کرد؛ بنابراین نیاز بود تا به منظور جلوگیری از سلب اعتماد، دلسرد نشدن و عدم افت انرژی و انگیزه‌شان اقداماتی صورت پذیرد که به منزله اقدامات اعتمادساز، انگیزه‌بخش و انرژی‌زا عمل کند.

اهم اقداماتی که در این خصوص انجام شد عبارت بودند از:

- طراحی چالش‌های متناوب روزانه و هفتگی از قبیل چالش طرح معما از اینفوگرافی و پوستره‌های مربوط به کانون‌های یازده گانه، چالش ایران‌شناسی، چالش تفسیر کارتون‌ها و انیمیشن‌های مرتبط با

مشارکت و... لازم به ذکر است که اختصاص جوایز به برندگان چالش‌ها سبب اشتیاق و انرژی بیشتر در بین اعضای کانون‌ها شد؛ در ضمن جوایز اختصاص داده شده از سایت «روستاتیش» که مخصوص توانمندسازی اجتماعات محلی است در نظر گرفته شد تا آشنایی بیشتر اعضا را میسر کند.

- جلب مشارکت به واسطه بارش افکار در حوزه سؤالات هدفدار مرتبط با طرح

✓ **آغاز جلسات آموزشی:** با توجه به بدیع بودن تسهیلگری مجازی برای کار با کانون‌های محلی و برخی از الزامات و مشکلات پیش‌بینی نشده فرایند پیشرفت طرح به گونه‌ای طراحی شد که مناطق به تدریج وارد فاز آموزش شوند و درس-آموخته‌ها و یافته‌های با اهمیت جهت پیشرفت مؤثر طرح در فضای مجازی مورد توجه سایر مناطق به منظور جلوگیری از بروز موانع شناسایی شده صورت گیرد و آن دسته از مناطقی که کار را جلوتر آغاز کرده بودند به صورت روزانه گزارشی از موانع و تسهیل‌کننده‌های پیشرفت طرح ارائه دهند تا برای سایر مناطق مؤثر واقع شود.

✓ **تسهیلگری مجازی در گروه واتس‌آپی:** ارسال ویدیو ضبط شده کلاس‌ها، پاورپوینت آموزشی و تداوم بحث و گفت و گوها در گروه واتس‌آپی به طور متناوب در جریان بوده است و تسهیلگر به صورت روزانه با بارش افکار و پاسخگویی به سؤالات کار را در محیط واتس‌آپی دنبال کرده است.

برخی از تسهیلگران ماهانه حدود ۳۰ ساعت، غیر از ساعات کلاس‌های آموزشی، برای تسهیلگری مجازی در گروه واتس‌آپی وقت گذاشتند.

✓ **تشکیل گروه‌های فرعی به واسطه داوطلبین آموزش دیده:** اعضای تحت آموزش از بین مشارکت‌کنندگان علاقه‌مند و داوطلب اقدام که در جلسه هم‌اندیشی شرکت کردند گروه‌هایی را بین ۷ تا ۱۵ نفر تشکیل دادند. اقدامات اجتماع محور برای هر کانون در سطح محلات منطقه بر حسب جدول طرح اقدام اجتماع محور که در بالا آمده است صورت گرفته است. هر گروه بر حسب نیاز هر کانون موضوع و محور اقدام اجتماع محور هر کانون در منطقه را احصا و انتخاب نموده است.

✓ **برگزاری جلسه بررسی گزارش عملکرد و آغاز رسمی اقدامات مشارکتی:** جلسه بررسی گزارش عملکرد و آغاز رسمی اقدامات مشارکتی با حضور معاونین امور اجتماعی و فرهنگی مناطق ۲۲ گانه، مدیران ادارات سلامت کلیه مناطق، دبیران کل کانون‌ها و تیم تسهیلگری مناطق، برگزار شد. در این جلسه وضعیت مناطق به تفکیک بررسی شد و هماهنگی‌های لازم به منظور پیشبرد طرح در ادامه مسیر انجام شد.

✓ **طراحی و اجرای اقدامات مشارکتی به واسطه گروه‌های فرعی:** با کمک تسهیلگر راهبر هر منطقه، افراد معرفی شده به همراه افراد جذب شده به فعالیت خود، اقدامات را اجرایی کرده و خواهند کرد. در این مرحله دبیران با استفاده از ظرفیت‌ها و دارایی‌ها و با همراه گروه و تقسیم نقش صورت گرفته اقدام را اجرایی کرده‌اند. در مرحله اجرایی، اقدام با محوریت خلاقیت در اجرا، توسعه مخاطبین و بهره برداران و موثر بودن اقدام بر اساس تقسیم وظایف و مصوبات جلسه ذینفعان و هم زمان آماده‌سازی مستندات فرایند اجرا انجام پذیرفت.

✓ **پایش و ارزشیابی مشارکتی فعالیت‌ها:** رویکرد مورد نظر در پایش و ارزشیابی طرح همگام سلامت، رویکرد ارزشیابی مشارکتی است. در این رویکرد خود گروه‌ها نقشی اساسی در تعیین تشریح وضعیت موجود، اهداف مورد انتظار، شاخص‌ها و ارزشیابی دارند و به بیانی خود افراد درگیر در برنامه، ناظران داخلی برنامه نیز خواهند بود. اگرچه ما پایش و ارزشیابی را در مرحله آخر ذکر کردیم، ولی همان‌طور که مستحضر هستید، در تمام طول اجرای فعالیت ادامه داشته است و مربوط به آخرین مرحله نبوده است.

وجه تمایز اصلی طرح همگام سلامت

(۱) آموزش برای افراد منتخب تأیید صلاحیت شده:

یکی از وجوه اصلی طرح همگام سلامت در مقایسه با بسیاری از طرح‌های مشابه آن است که آموزش‌ها صرفاً برای افراد منتخب تأیید صلاحیت شده ارائه گردید؛ بدین معنا که نخست مناطق نسبت به معرفی ۲۲ فرد فعال و علاقمند (۲ نفر از هر کانون) طبق شاخص‌های اعلام شده از طرف اداره کل اقدام نموده و ابتدا منطقه غربالگری را برای معرفی افراد مناسب طرح انجام گرفت؛ سپس تیم تسهیلگری در یک مرحله دیگر مجدداً بررسی افراد معرفی شده را در طی مصاحبه‌های تفصیلی انجام داده و بعضاً با جایگزینی و مصاحبه‌های تفصیلی تأیید صلاحیت اعضا صورت پذیرفته است. بنابراین طرح همگام سلامت و آموزش‌های نظری و عملیاتی آن صرفاً برای افراد کاملاً مناسب و علاقمند به طرح انجام شده است.

۲) آموزش مستمر به صورت روزانه و همراهی آموزش نظری و عملی با هم:

در طرح همگام سلامت، اعضای مدت ۵ ماه آموزش‌های لازم را به صورت مستمر، روزانه و مجازی دریافت داشتند و در کارگاه‌های عملی حل مسئله با پشتیبانی دائمی توسط تسهیلگر اختصاصی منطقه توانمندی‌های لازم را کسب نمودند. این موضوع سبب تعمیق آموزش‌ها، عدم فراموشی و ایجاد دغدغه مندی در بین افراد شده است. همچنین همراهی فاز آموزش نظری و عملی سبب شد تا نوعی از حل اشکال و راهنمایی مستمر برای کانون‌ها صورت پذیرد و کمک کند که جلسه به جلسه موفقیت‌ها و شکست‌ها بررسی شود و آموزش‌ها برای پیشبرد اقدامات مقتضی انجام شود.

۳) پیشبرد طرح در تمام مراحل با تسهیلگری مجازی:

شرایط مربوط به پاندمی کرونا سبب شد که امکان فعالیت‌های حضوری با محدودیت مواجه شود و همین موضوع سبب یک وقفه در فعالیت‌های کانون‌ها شده بود که تلاش شد با اجرای طرح همگام به نوعی فعالیت‌ها از سر گرفته شود و زمینه پویایی کانون‌ها فراهم شود.

همگام سلامت در یک نگاه

منطقه	تعداد گروه	تعداد اقدام	تعداد اعضا	تعداد بهره‌مندان	تعداد تسهیلاتگران آموزش دیده
یک	۱۵	۱۵	۱۵۷	۴۷۶	۲۲
دو	۱۰	۱۰	۶۶	۱۵۰	۲۱
سه	۷	۷	۱۱۲	۲۱۲	۱۸
چهار	۱۰	۱۰	۱۱۰	۲۱۰	۱۶
پنج	۸	۸	۱۵۸	۳۰۴	۱۵
شش	۸	۹	۱۰۲	۲۹۵	۱۸
هفت	۸	۷	۱۹۲	۱۷۰	۱۷
هشت	۱۰	۱۰	۱۶۲	۳۲۱	۱۴
نه	۷	۷	۹۰	۲۲۰	۲۰
ده	۶	۶	۶۸	۱۵۰	۱۲
یازده	۱۱	۱۱	۹۳	۲۱۰	۱۴
دوازده	۹	۹	۹۱	۴۳۰	۱۵

منطقه	تعداد گروه	تعداد اقدام	تعداد اعضا	تعداد بهره مندان	تعداد تسهیلگران آموزش دیده
سیزده	۷	۷	۴۵	۲۶۳	۱۳
چهارده	۹	۹	۱۹۵	۲۹۰	۱۵
پانزده	۹	۹	۴۵	۲۶۷	۱۴
شانزده	۱۰	۱۰	۷۰	۲۸۱	۱۶
هفده	۱۱	۱۱	۸۶	۲۳۰	۱۳
هجده	۹	۹	۹۵	۲۸۰	۱۳
نوزده	۱۱	۹	۱۶۸	۲۰۰	۲۲
بیست	۸	۸	۵۸	۳۵۰	۲۳
بیست و یک	۹	۹	۸۸	۴۱۰	۱۹
بیست و دو	۱۱	۱۱	۱۰۵	۳۲۰	۲۴
جمع	۲۰۳	۱۹۰	۲۳۴۳	۶۰۳۹	۳۷۴

خروجیهای مورد انتظار و خروجیهای احصاء شده تاکنون در طرح همگام سلامت

خروجیهای احصاء شده تا به اکنون	خروجیهای مورد انتظار
آموزش ۳۷۴ نفر از اعضای کانون ها در طول دوره	آموزش تخصصی ۴۸۴ نفر از اعضای کانون ها به مدت ۵ ماه
تشکیل ۲۰۳ گروه تاکنون	تشکیل حداقل ۲۴۲ گروه اجتماعی
اجرای ۱۶۶ اقدام خرد مشارکتی تا کنون	اجرای ۲۴۲ اقدام مشارکتی
عضویت ۲۳۴۳ نفر در گروههای تشکیل شده تاکنون	عضویت ۱۶۹۴ نفر در گروههای تشکیل شده

اهم اثرات حاصل از اجرای طرح همگام سلامت

۱ - ظرفیت سازی و توان‌افزایی کانونها		
مضمون هسته	مضامین مرکزی	مضامین اصلی
ظرفیت سازی و توان‌افزایی کانونها	مهارت افزایش اعضای کانونها برای کار با فضای مجازی و آموزش آنلاین	آشنایی با بسترهای تخصصی آموزش در فضای مجازی
		تسهیل مشارکت و گفت و گوی اعضای کانونها در بستر فضای مجازی که عطف به پاندمی کرونا از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است
	ارتقای آگاهی و دانش تخصصی در حوزه اقدامات اجتماع محور و تسهیلگری برای اعضای کانونها	آشنایی با سرفصل های پایه و عمومی تسهیلگری اجتماع محور
		آشنایی با سرفصل های تخصصی طراحی و برنامه ریزی مشارکتی اقدامات در کانونهای اجتماع محور

۲- پویایی کانونها		
مضمون هسته	مضامین مرکزی	مضامین اصلی
پویایی کانونها	انرژی بخشی به کانونها	برگزاری مسابقات و چالشهای مختلف به همراه مشوقها که منجر به انرژی بخشی کانونها شده است
		ایجاد سینرژی بین اعضای کانونها به واسطه گفت و شنود و ایده یابی و بارش افکار با هم
		بسترسازی جلب افراد جدید به کانونها
	آشنایی و دوستی بین اعضا	آشنایی و دوستی اعضای کانون های مختلف با یکدیگر و فعالیت کانون هایشان
		آشنایی دبیران کل کانونها با اعضای فعال کانونها در مناطق و محلات مختلف
	طراحی و اجرای اقدامات مشارکتی	طراحی و اجرای اقدامات مشارکتی با مشارکت اعضای کانونها
ایجاد گروههای فرعی		

۳- بسترسازی توسعه کمی و کیفی کانونها		
مضمون هسته	مضامین مرکزی	مضامین اصلی
بسترسازی توسعه کمی و کیفی کانونها	جلب مشارکت افراد جدید و بسترسازی جهت عضویت در کانونها	جلب مشارکت افراد جدید که عضو کانونها نبوده اند در گروههای تشکیل شده و بسترسازی جهت عضویتشان در کانونها
		بهره مند شدن افراد جدیدی که عضو کانونها نیستند از فعالیتهای و اقدامات مشخص شده و بسترسازی جهت عضویت شان در کانونها
	آشنایی بهتر اعضا باساز و کار کانونها	آشنایی با چارت کانونها در سطح شهر (دبیر کل، دبیر منطقه ای، دبیر محله، اعضا)
		آشنایی با بیانیه مأموریت و اهداف کانونها و دغدغه مند شدن بیشتر اعضا در خصوص فعالیت هایشان

وضعیت کانون‌های اجتماع محور سلامت مناطق در طرح همگام

یکی از مهم‌ترین نتایج طرح همگام سلامت آن بود که بررسی وضعیت کانون‌های مناطق مختلف در خصوص این طرح میسر شد. دلایل این مهم عبارت از موارد زیر است:

- در این طرح مرحله‌ای به منظور مصاحبه و تأیید صلاحیت وجود داشت و بنابر آن در بسیاری از موارد، رسیدن به نماینده‌ای مناسب با ویژگی‌های مورد نظر طرح حتی در معرفی‌ها و مصاحبه‌های چندین باره، محقق نشد.
- تعداد اعضای ابلاغی در شیوه‌نامه برای هر کانون ۲ نفر و در نهایت ۲۲ نفر از ۱۱ کانون هر منطقه بوده است، لیکن در بسیاری از مواقع ۱ نفر دارای ویژگی‌های مناسب طرح گزینش می‌شد و انتخاب دو نفر محقق نمی‌شد.
- در برخی از مواقع نیز در معرفی‌ها و مصاحبه‌های صورت گرفته، برای برخی از کانون‌ها بیش از دو نفر نماینده مناسب، تأیید صلاحیت می‌شد که در این مواقع، تسهیلگر منطقه ضمن مشورت با مدیریت محترم منطقه و کارشناس مربوطه، مجوز حضور نمایندگان بیش‌تر در دوره را صادر می‌نمود و بنابراین برخی از کانون‌ها، بیش از دو نفر نماینده در طرح داشتند.
- طرح همگام سلامت، صرفاً معطوف به آموزش نظری صرف نبوده است و همراه با اجرا و تمرین برای افراد تحت آموزش بوده است، بنابراین در برخی موارد با وجود حضور نماینده، برخی از کانون‌ها موفق به تشکیل گروه نشده‌اند.
- مجموع این موارد سبب شده است که یک دید کلی نسبت به وضعیت کانون‌ها در این طرح و متناظر با فرایند اجرای آن در مناطق ۲۲ گانه میسر شود.
- آنچه در جدول زیر آمده است، نگاهی کلی بر وضعیت موارد یاد شده در مناطق ۲۲ گانه است؛ لازم به ذکر است که طرح در برخی از مناطق کماکان به اتمام نرسیده است و از این‌رو، برخی از گروه‌ها در حال تشکیل هستند.

منطقه	کانون / کانونهای بدون نماینده	کانون / کانونها با یک نماینده	کانون / کانونهای بدون تشکیل گروه	کانون / کانونهای با بیش از دو نماینده
۱	خادمین سلامت مساجد	محیط زیست و افراد دارای معلولیت	خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و محیط زیست	جوانان، پیشگیری از چاقی، اهدا و پزشکان
۲	-	جوانان و پزشکان	پزشکان	سالمنندان
۳	-	جوانان، پیشگیری از دیابت، پیشگیری از دخانیات، افراد دارای معلولیت و پزشکان	جوانان، خادمین سلامت مساجد، محیط زیست و افراد دارای معلولیت	پیشگیری از چاقی
۴	سالمنندان	جوانان، خادمین سلامت مساجد و افراد دارای معلولیت	سالمنندان، خادمین سلامت مساجد و پیشگیری از دخانیات (گروه خادمین سلامت مساجد و پیشگیری از دخانیات در حال تشکیل است)	پیشگیری از دیابت
۵	سالمنندان	جوانان، خادمین سلامت مساجد و افراد دارای معلولیت	سالمنندان، خادمین سلامت مساجد و پیشگیری از دخانیات	پیشگیری از دیابت
۶	جوانان	خادمین سلامت مساجد و پزشکان، مادر و کودک	جوانان، محیط زیست	پیشگیری از دیابت
۷	-	سالمنندان، پیشگیری از دیابت، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، اهدا و پزشکان	خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و پزشکان	پیشگیری از چاقی و محیط زیست
۸	محیط زیست	سالمنندان، خادمین سلامت مساجد، افراد دارای معلولیت، پیشگیری از دیابت، مادر و کودک، اهدا	محیط زیست	-

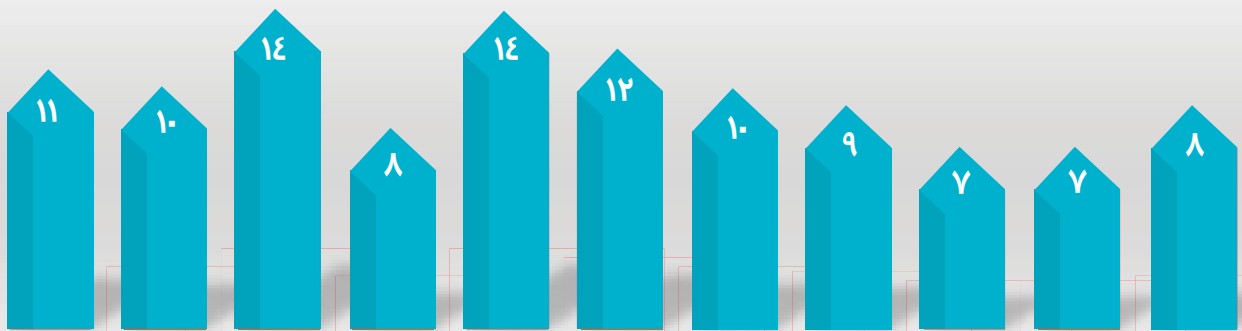
منطقه	کانون / کانونهای بدون نماینده	کانون / کانونها با یک نماینده	کانون / کانونهای بدون تشکیل گروه	کانون / کانونهای با بیش از دو نماینده
۹	-	جوانان و محیط زیست	جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد و محیط زیست	-
۱۰	جوانان، پیشگیری از چاقی، دخانیات و پزشکان	خادمین سلامت مساجد، محیط زیست و افراد دارای معلولیت	جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و پزشکان	پیشگیری از دیابت
۱۱	-	جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، افراد دارای معلولیت، اهدا و پزشکان	افراد دارای معلولیت	-
۱۲	پیشگیری از دخانیات و پزشکان	پیشگیری از چاقی، مادر و کودک، افراد دارای معلولیت و اهدا	پیشگیری از دخانیات و پزشکان	پیشگیری از دیابت
۱۳	جوانان، محیط زیست و پزشکان	سالمندان و پیشگیری از دخانیات	سالمندان، جوانان، محیط زیست و پزشکان	-
۱۴	خادمین سلامت مساجد	پیشگیری از دیابت، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، افراد دارای معلولیت و پزشکان	خادمین سلامت مساجد و پزشکان	-
۱۵	-	پیشگیری از دیابت، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، اهدای و پزشکان	خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست و پزشکان	-
۱۶	خادمین سلامت مساجد	جوانان، پیشگیری از دیابت، اهدای و پزشکان	خادمین سلامت مساجد	-

منطقه	کانون / کانونهای بدون نماینده	کانون / کانونها با یک نماینده	کانون / کانونهای بدون تشکیل گروه	کانون / کانونهای با بیش از دو نماینده
۱۷	-	سالمندان، پیشگیری از دیابت، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، افراد دارای معلولیت، اهدا و پزشکان	-	-
۱۸	محیط زیست و افراد دارای معلولیت	جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، اهدا و پزشکان	محیط زیست و افراد دارای معلولیت	-
۱۹	-	پیشگیری از چاقی، اهدا، مادر و کودک	-	-
۲۰	-	پزشکان	سالمندان، پیشگیری از دیابت و پزشکان	افراد دارای معلولیت
۲۱	-	سالمندان افراد دارای معلولیت مادر و کودک پیشگیری از چاقی اهدا	محیط زیست خادمین مسجد	پیشگیری از دخانیات و پزشکان
۲۲	-	سالمندان	-	-

همانطور که در جدول بالا آمده است و گزارش آن در نمودار زیر دیده میشود، کسری اعضای کانونهای مختلف با هم متفاوت است، منظور از کسری آن است که یا اساساً آن کانون در منطقه بدون نماینده است و یا آنکه صرفاً یک نماینده دارد. کسری کانون خادمین سلامت مساجد و پزشکان در جمع نهایی نمایندگان حاضر در دوره، در ۱۴ منطقه دیده میشود؛ لازم به ذکر است که ضعف و کسری تعداد اعضای این دو کانون در مقایسه با سایر کانونها بیشتر است و با کمیت و تکرار بیشتری در بین مناطق دیده میشود. کانون افراد دارای معلولیت و جوانان نیز به ترتیب در ۱۲ و ۱۱ منطقه دارای کسری بوده در رتبه بعد از کانون خادمین سلامت مساجد و پزشکان قرار دارند. کمترین کسری نیز مربوط به کانون پیشگیری از چاقی است و پیشگیری از دیابت است که هر کدام در ۷ منطقه مشاهده میشود. کانونهای سالمندان و مادر و کودک نیز هر دو با کسری در ۸ منطقه، بعد از کانونهای پیشگیری از چاقی و پیشگیری از دیابت، در وضعیت بهتری قرار دارند. سایر کانونها نیز در این حد فاصل بیشتری و کمترین کسریها قرار میگیرند.

وضعیت کانون‌ها در مناطق

کمیت تکرار کسری اعضاء در مناطق به تفکیک کانون‌ها



جوانان	محیط زیست	پزشکان	سالمندان	خادمین سلامت مساجد	معلولان	اهدا	پیشگیری از پیشگیری از دخانیات	پیشگیری از پیشگیری از دیابت	پیشگیری از چاقی	مادر و کودک
--------	-----------	--------	----------	--------------------	---------	------	-------------------------------	-----------------------------	-----------------	-------------

همگام سلامت در منطقه ۱

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح اعضای کانون ها انرژی دوباره پیدا کردند و کانون هایی مثل دیابت، اهدا، پزشکان، افراد دارای معلولیت اعضای جدید پیدا کردند و فعالیت دوباره پیدا کردند.

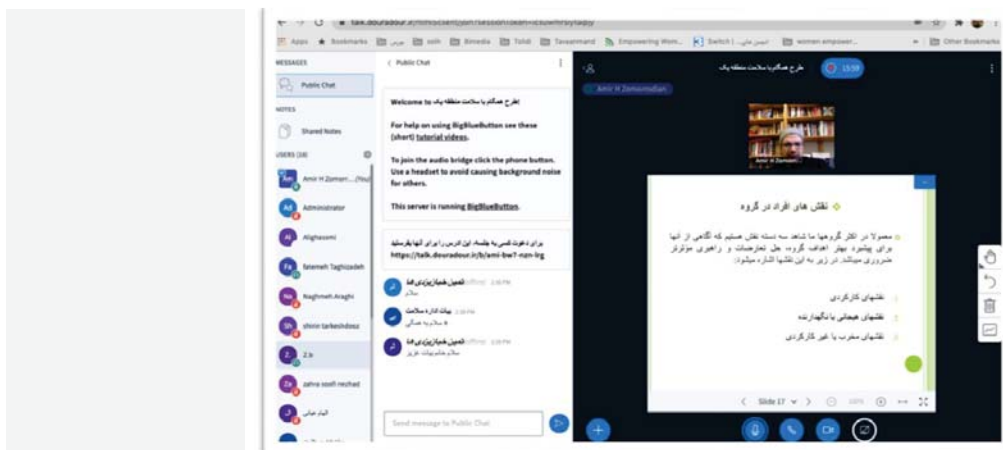
همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانون خادمین سلامت مساجد، تنها کانون بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده است. همچنین کانونهای محیط زیست و افراد دارای معلولیت، سه کانونی بودهاند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشتهاند و در مقابل کانونهای جوانان، پیشگیری از چاقی، اهدا و پزشکان، کانونهایی بودهاند که همگی با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشتهاند. سایر کانونها یعنی پیشگیری از دیابت، مادر و کودک و پیشگیری از دخانیات نیز با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بودهاند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در سه کانون خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و محیط زیست، در منطقه ۱، گروهی تشکیل نشده است و لزوم تمرکز بر سه کانون یاد شده در فعالیتهای آتی منطقه به منظور تقویت، ضروری به نظر میرسد.



نام کانون	تعداد اعضای دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمدان	۲	✓	۲۰	دوشنبه های سالمندی پرسش پاسخ با حضور کارشناس نشر مطالب شاد و گفت و گو
جوانان	۳	✓	۲۰	نشر اطلاعات مفید و آگاهی رسانی برای گروه جوانان و ارائه مشاوره
دیابت	۲	✓	۱۵	برنامه پیاده روی دیابتی با همکاری سرای محله و نشر اطلاعات در خصوص زندگی دیابتی و گروه
چاقی	۳	✓	۲۵	اجرای چالش و برنامه دوره‌می هفتگی نشر اطلاعات در خصوص رژیم غذایی
خادمین مساجد	۰	×	۰	-
مادر و کودک	۲	✓	۲۲	شناسایی فضاهای بی دفاع شهری
دخانیات	۲	×	۰	-
محیط زیست	۱	×	۰	-
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۲۰	آگاهی رسانی در خصوص فضاهای مناسب تردد معلولین و آموزش خانواده معلولین
اهدا	۳	✓	۲۰	پخش تراکت و تبلیغ آن در خانه سلامت و سوپر مارکت نزدیک منزل برگزاری مسابقات خاطره نویسی اهدا کنندگان و گیرندگان خون در گروه و ایده ها و تبلیغات بسیار جالب تحول جذب اهدا کنندگان خون
پزشکان	۳	✓	۱۵	ارائه مطالعات پزشکی مفید و طرح چالش در خصوص موارد پزشکی و پرسش و پاسخ
جمع بهره مندان	۲۲ نفر	-	۱۵۷	-

نیم نگاهی به طرح «همگام سلامت: گروه، اقدام، مشارکت»؛ بهار ۱۴۰۰



همگام سلامت در منطقه ۲

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت قانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح اعتمادسازی مجدد صورت گرفت. به خصوص قانون افراد دارای معلولیت دچار بدبینی و خمودگی بود که در حال حاضر این بدینی تا حد زیادی برطرف شده است. همچنین به صورت کلی قانونهای اهدا، پیشگیری از دخانیات و پیشگیری از دیابت از جمله فعالترین قانونهای این منطقه بوده‌اند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از قانونهای منطقه بدون نماینده در طرح همگام سلامت نبوده‌اند و حداقل یک عضو را داشته‌اند. همچنین قانونهای جوانان و پزشکان، دو قانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و در مقابل قانون سالمندان، تنها قانونی بوده است که با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته‌است. سایر قانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که به جز قانون پزشکان، در کلیه قانونها، تشکیل گروه صورت گرفته است.

• کلیه قانون ها حداقل یک نماینده در طرح داشته اند	قانون / قانون های بدون نماینده
• جوانان و پزشکان	قانون / قانون های با یک نفر نماینده
• سالمندان	قانون / قانون های با بیش از دو نماینده
• پزشکان	قانون / قانون های بدون تشکیل گروه

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۳	✓	۹	اعضای گروه با توجه به محور نشاط سالمندی با حفظ نکات بهداشتی به سالمندان (کم توانتر) محله سر می زنند با آنها گفتگو می کنند، حرف ها و نیازهای آنها را می شنوند و برخی از نیازهای آنها را برآورده می کنند. همچنین با خانه سالمندان ارتباط برقرار کرده اند و اقلامی را به خانه سالمندان تحویل داده اند.
جوانان	۱	✓	۴	تهیه مقاله ای با عنوان چالش های ارتباط بین جوانان و خانواده
دیابت	۲	✓	۸	شناسایی دیابتی های منطقه ۲ و تشکیل یک گروه همیاری برای بیان چالش ها و کمک از اعضاء گروه برای درمان خودشان
چاقی	۲	✓	۷	تشکیل گروه تغذیه سالم (تهیه مطالب علمی در رابطه با چاقی، خواص دم نوش ها و بعد روانی چاقی)
خادمین مساجد	۲	✓	۷	تهیه چک لیست نظافت مساجد و بررسی نظافت مساجد منطقه
مادر و کودک	۲	✓	۵	تشکیل یک گروه شناسایی مکان های ناامن شهری
دخانیات	۲	✓	۸	شناسایی و معرفی کسبه بدون دخانیات در محله دو محله از منطقه ۲ (در این زمینه فعالیت میدانی منظمی داشتند)

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
محیط زیست	۲	✓	۷	اعضای گروه ابتدا برنامه مطالعه منظم در رابطه با کاهش مصرف پلاستیک و نحوه استفاده صحیح از ظروف بازیافتی داشتند، بعد از آن در سطح گروه و همچنین محله به آموزش‌هایی در این زمینه و استفاده از کیسه‌های پارچه‌ای پرداختند.
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۹	شناسایی فضاهای نیازمند مناسب‌سازی برای افراد دارای معلولیت منطقه ۲
اهدا	۲	×	۷	تهیه کلیپ با روایت اهداءکنندگان و دریافت کنندگان خون تهیه کلیپ با موضوع اهمیت اهداء خون به روایت کوچکترین عضو کانون اهداء خون تشکیل گروه برای همه دبیرکانون‌های اهداء منطقه جهت حساس‌سازی و استفاده از ظرفیت این افراد جهت تشکیل گروه‌های زیرمجموعه
پزشکان	۱	×	-	-
جمع بهره‌مندان	۲۱ نفر	-	۶۶ نفر	-

همگام سلامت در منطقه ۳

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح افراد بیشتر متوجه شدند کانونها جایی برای بهتر شدن کیفیت زندگی خود و محله شان هست و ابن افزایش آگاهی منجر به تمایل به انجام اقدام های عملیاتی شد. کانون مادر و کودک و کانون سالمندان و چاقی و پزشکان به انسجام بیشتری رسیدند و گروه سازی و حل تعارض را آموختند که به پویاتر شدن این کانونها منجر شده است.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانونهای منطقه، بدون نماینده در طرح همگام سلامت نبوده اند و حداقل یک عضو را داشته اند. همچنین کانونهای جوانان، پیشگیری از دیابت، پیشگیری از دخانیات، افراد دارای معلولیت و پزشکان، پنج کانونی بوده اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته اند و در مقابل کانون پیشگیری از چاقی، تنها کانونی بوده است که با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوه نامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده اند. همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای جوانان، خادمین سلامت مساجد، محیط زیست و افراد دارای معلولیت، تشکیل گروه صورت نگرفت و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون های بدون نماینده	• کلیه کانون ها حداقل یک نماینده در طرح داشته اند
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• جوانان، پیشگیری از دیابت، پیشگیری از دخانیات، افراد دارای معلولیت و پزشکان
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	• پیشگیری از چاقی
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• جوانان، خادمین سلامت مساجد، محیط زیست و افراد دارای معلولیت

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمدان	۲	✓	۲۰	پرسش و پاسخ با حضور کارشناس و نشر مطالب شاد و گفت و گو در بازیکده
جوانان	۱	×	-	-
دیابت	۱	✓	۹	برنامه پیاده روی دیابتی و نشر اطلاعات در خصوص زندگی دیابتی
چاقی	۳	✓	۲۰	اجرای چالش و برنامه دورهمی هفتگی نشر اطلاعات در خصوص رژیم غذایی
خادمین مساجد	۲	×	-	-
مادر و کودک	۲	✓	۲۸	شناسایی فضاهای بی دفاع شهری
دخانیات	۱	✓	۲۰	جلسه هفتگی بحث و گفتگو با حضور کارشناسان و مشاوران، اطلاع رسانی از طریق ساخت و انتشار پوستر
محیط زیست	۲	×	-	-
افراد دارای معلولیت	۱	×	-	-
اهدا	۲	✓	-	پخش تراکت و تبلیغ آن در خانه سلامت و سوپر مارکت نزدیک منزل، برگزاری مسابقه خاطره نویسی اهداکنندگان و گیرندگان خون در گروه و ایده ها و تبلیغات بسیار جالب تحول جذب اهدا کنندگان خون
پزشکان	۱	✓	۱۵	ارائه مطالب پزشکی مفید و طرح چالش در خصوص موارد پزشکی و پرسش و پاسخ
جمع بهره مندان	۱۸ نفر	-	۱۱۲ نفر	-

آموزش طرح همگام سلامت منطقه ۳

برای این که بدانید محتوای پیام شما به گروه‌های ذینفع چه باید باشد، می‌توانید سوالات زیر را از خود بپرسید:

- چه منافع مالی و یا غیر مالی آنها در گروهی کار شما است؟
- آنها چه نظری در مورد پروژه، تیم پروژه و فعالیت‌های مرتبط دارند؟ آیا شناخت آنها از پروژه، تیم پروژه و فعالیت‌های مرتبط کافی و واقع‌بینانه است؟
- چه نوعی از اطلاعات مربوط به پروژه‌تان در هر یک از فازهای شروع، اجرا و تکمیل پروژه، انگیزه همکاری آنها با شما را بر می‌انگیزد؟
- اگر فکر می‌کنید که قادر نخواهید بود نظر بعضی از ذینفعان را جلب کنید، قصد دارید چگونه مخالفت آنها را مدیریت کنید؟

نکته: توجه داشته باشید که به شما تذکر می‌دهیم که در این جلسه به بحث و مباحثه در مورد مخالفت خود با همگام سلامت نپردازید.

جهانبندگان اختیاریه
9263 519 939 98+ , 5553 364 939 98+ , 9840 553 938 98+ , 2121 973 93...

Group info

Created 12/26/2020 at 12:42 PM

Description
آموزش تکنولوژی به جهانبندگان با محوریت سلامت در گروهی شاد.

Media, Links and Docs

درد بر شما اعضای محترم کانون...
اطلاخ میرسانیم . دوره های برای ما دبیران گذاشته اند نام " تسهیل گری از سوی (آموزش همگام سلامت منطقه ۳) که بصورت آنلاین میباشد .
بنده و سرکار خانم ضیاء انتخاب شده ایم برای :
۱- شادی هرچه بیشتر جهانبندگان و سالمندان
۲- آموزش تکنولوژی به سالمندان برای توانمند ساختن آنان به بهره گیری از امکانات روز مانند فضای مجازی و کارکردن با گوشی های تلفن همراه برای ارتباط های خرید ، بانک ، وضعیت از روش فضای مجازی .
در اینجا میخواهم از کسانی که مایلند در هر یک از این دو زمینه با ما همکاری و فعالیت داشته باشند و توانایی اجرایی ، نظر نقدی و علاقه به مطالعه گری دارند ، درخواست میکنیم مشارکت نمایند پیشاپیش از همکاری شما گرانمایگان سپاس گزاریم .
1:40 PM


+98 912 475 5904
شبن حسینی
Forwarded many times

کانون پیشگیری از دخانیات ۳

0142 905 938 98+ ,3062 534 935 98+ ,4342 403 935 98+ ,0382 348 93...

Group info





+98 919 295 0854 ~Ameneh Momeni



6:00 PM

حکم نظری

Forwarded

6:18 PM

3:13


کانون پیشگیری از دخانیات ۳

Created 1/10/2021 at 3:33 PM

Description

هدف ما در این گروه حساس سازی نسبت به مضرات دود نسیب دوم برای شهروندان می باشد.دوستان همج باهم در شناسایی معرفی کسیه بدون دخانیات و مطالبه گری در زمینه عدم اجرای قوانین منع دخانیات و نصب مخارن جمع آوری فیلتر سیگار در فضاهای عمومی تلاش کنیم.

Media, Links and Docs

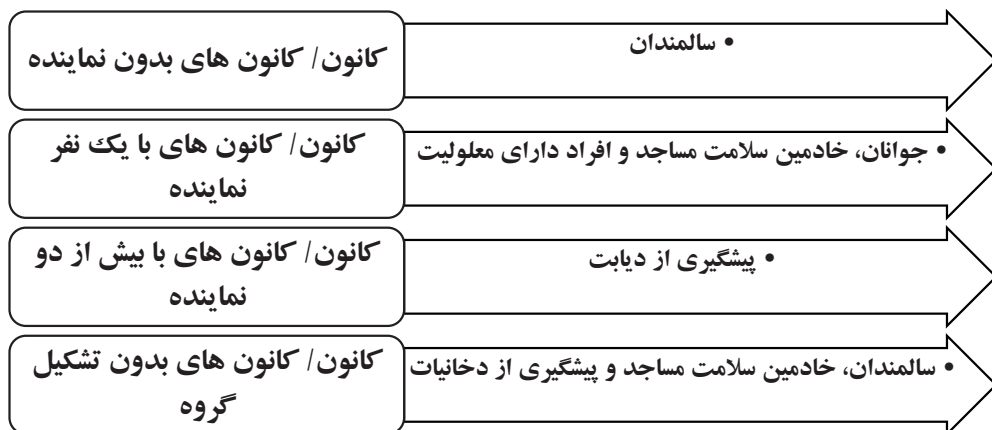


همگام سلامت در منطقه ۴

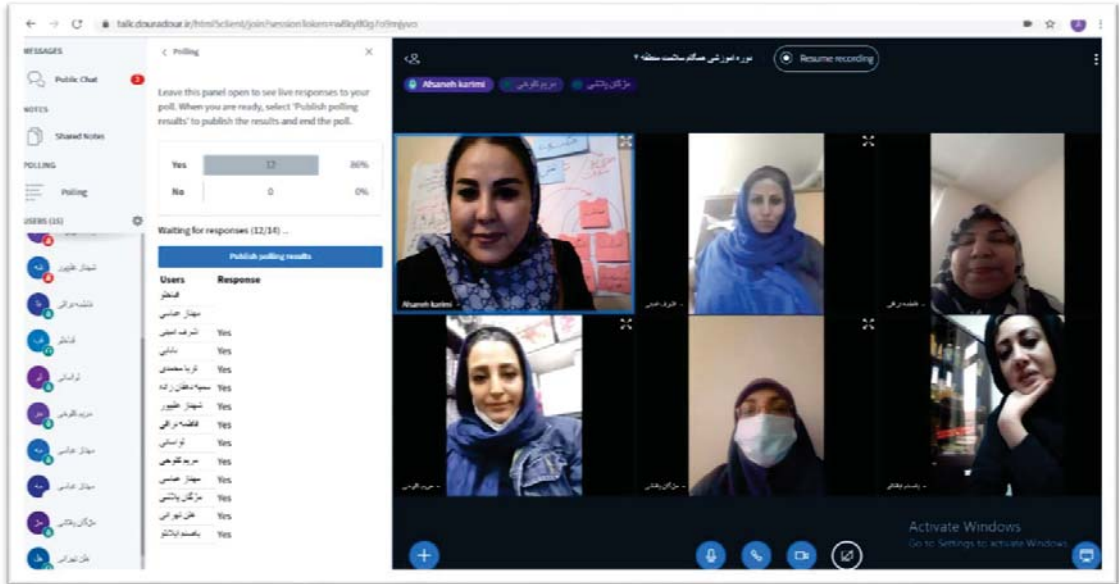
با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح کانون ها ضمن ارتباط با یکدیگر از تجربیات متقابل بهره گرفتند و این امر باعث هم افزایی فعالیت ها آنان شد همچنین برای بخشی از اعضای کانون ها در این منطقه ماهیت فعالیت کانون و رسالت آن مبهم و ناشناخته بود که طی طرح همگام سلامت اعضا با اهداف، بیانیه، ماموریت و وظایف کانون خود بیش از پیش آشنا شدند و توانایی ارتباط با اعضای کانون خود و دبیران دیگر، تشکیل گروه، پذیرش نقش و برنامه ریزی برای انجام اقدامات را کسب کردند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانون سالمندان، تنها کانون بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده است. همچنین کانونهای جوانان، خادمین سلامت مساجد و افراد دارای معلولیت، سه کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و در مقابل کانون پیشگیری از دیابت، تنها کانونی بوده است که با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته‌است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای سالمندان، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات، تشکیل گروه صورت نگرفت و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند. همچنین لازم به ذکر است که گروههای خادمین سلامت مساجد و پیشگیری از دخانیات در حال تشکیل گروه میباشند.



نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	-	-	۰	-
جوانان	۱	✓	۷	آموزش جوانان در ارتباط با در موضوعات مختلف از جمله نحوه ارتباط و کمک به سالمندان در دوران کرونا
دیابت	۳	✓	۲۵	تشکیل گروه خود یاری دیابت، با بیان چالش های فرد دیابتی و همکاری با یک متخصص برای کمک به بیماران
چاقی	۲	✓ دو گروه	۷ ۲۰	گروه های همیاری کاهش وزن با ارائه دستورات غذایی کم کالری
خادمین مساجد	۱	×	-	در حال تشکیل
مادر و کودک	۲	✓	۲۰	تهیه آلبوم عکسی از فضاهای ناامن محله
دخانیات	۲	×	-	در حال تشکیل
محیط زیست	۲	✓ دو گروه	۲۲	خلاقیت در زمینه کاهش مصرف پلاستیک و استفاده مجدد از کیسه های پلاستیکی با ارائه فیلم های دوخت آسان و خلاق کیسه های پلاستیکی
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۱۰	تهیه کلب از فضاهای نامناسب در دو محله
اهدا	۲	✓	۲۰	ارائه روایت و فیلم از اهداکنندگان و دریافت کنندگان
پزشکان	۲	✓	۷	برگزاری نشست های مجازی تعامل فضای دانشگاهی و فضای اجتماعی در حوزه سلامت با موضوع دسترسی افراد دارای معلولیت به خدمات دندانپزشکی یک نشست با شرکت ۲۰ نفر از اساتید دانشکده های دندانپزشکی برگزار شد
جمع بهره‌مندان	۲۱ نفر	-	۱۳۹ نفر	-

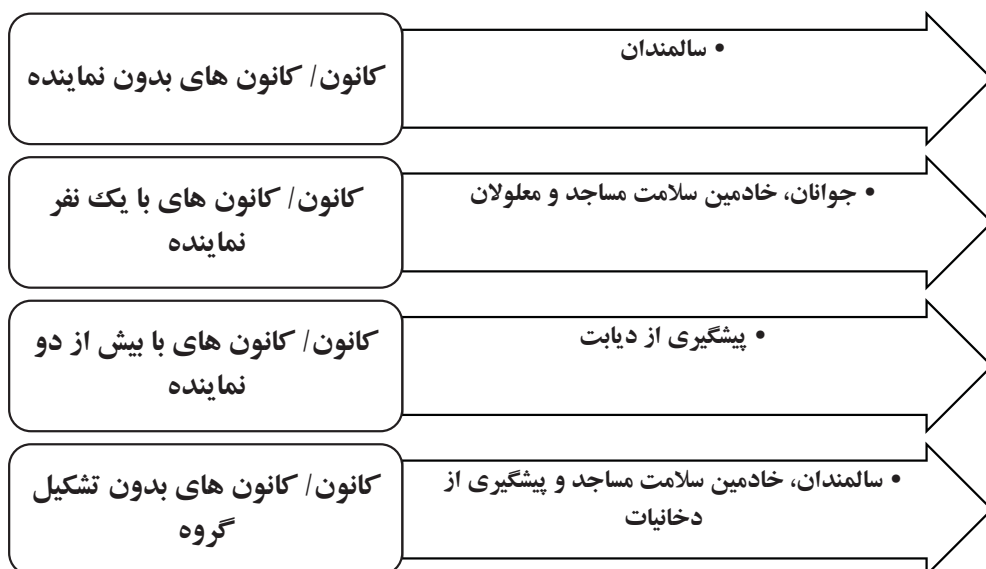


همگام سلامت در منطقه ۵

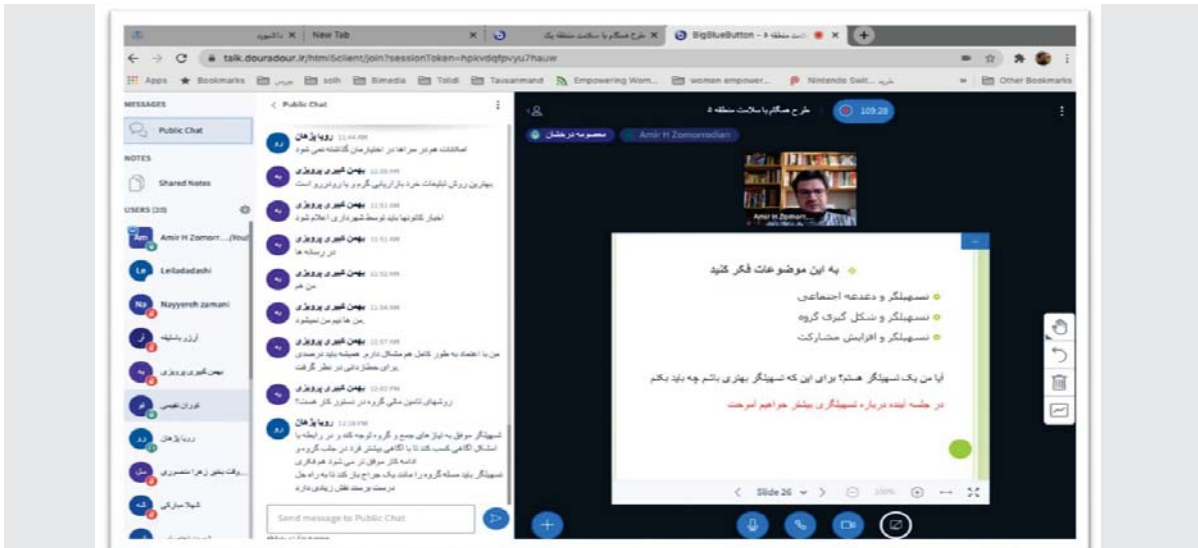
با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح اعضای کانون ها اطمینان دوباره به کانون پیدا کردند و با کمک تسهیلگران امکان بهره گیری از ظرفیت مناطق برای دبیران ایجاد شد. و با توجه به اینکه تسهیلگران در کل طرح همراه و پشتیبان دبیران بودند اعتماد بیشتری پیدا کردند و امکان اجرایی شدن فعالیت ها بیشتر شد.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانونهای جوانان، پیشگیری از دخانیات و اهدا، سه کانون بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده‌اند. همچنین کانونهای محیط زیست و پزشکان، دو کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و در مقابل کانون سالمندان، تنها کانونی بوده است که با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته‌است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای جوانان، پیشگیری از دخانیات و اهدا، تشکیل گروه صورت نگرفت و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.



نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۳	✓	۳۰	جلسات آموزشی در جهت توانمندسازی دیجیتالی
جوانان	۰	×	۰	-
دیابت	۲	✓	۱۵	در مرحله انتخاب موضوع
چاقی	۲	✓	۲۵	پیاده روی و تغذیه سالم
خادمین مساجد	۲	✓	۲۲	نظارت بر اجرای توصیه های بهداشتی در مسجد
مادر و کودک	۲	✓	۸	در مرحله انتخاب موضوع
دخانیات	۰	×	۰	-
محیط زیست	۱	✓	۱۸	در مرحله انتخاب موضوع
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۳۰	ارسال پوستر در خصوص مناسب سازی و اطلاع از مکان های مناسب معلولین
اهدا	۰	×	۰	-
پزشکان	۱	✓	۱۰	در مرحله انتخاب موضوع
جمع بهره مندان	۱۵ نفر	-	۱۵۸ نفر	-

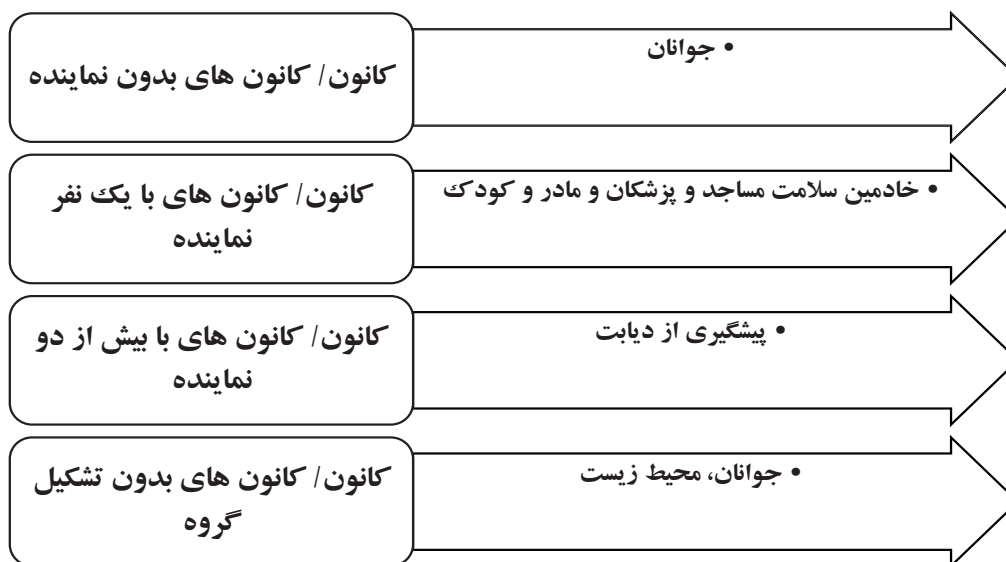


همگام سلامت در منطقه ۶

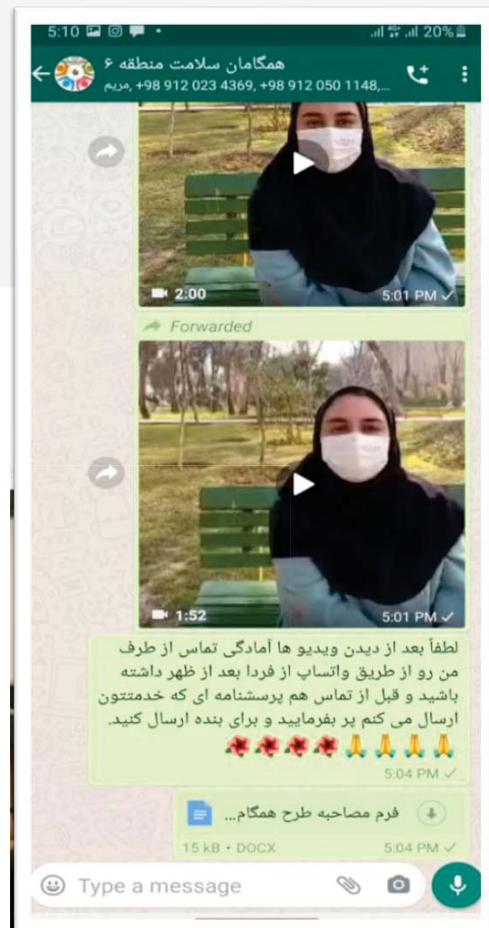
با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود در حالی که با اجرای این طرح کانونها توانستند بار دیگر به فعالیت پردازند و متشکل گردند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانون جوانان تنها کانون بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده است. همچنین کانونهای خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک و پزشکان، سه کانونی بودهاند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشتهاند و در مقابل کانون پیشگیری از دیابت، تنها کانونی بوده است که با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشتهاست. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بودهاند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای جوانان، محیط زیست و اهدا، تشکیل گروه صورت نگرفت و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند. البته کانون اهدا در حال تشکیل گروه است، منتهی این امر هنوز محقق نشده است (طرح در منطقه هنوز ادامه دارد).



نام کانون	تعداد اعضای دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمدان	۲	✓	۹	بازیکده سالمندی در فضای مجازی
جوانان	.	×	-	-
دیابت	۳	✓	۱۴	تهیه فیلم نویسی های مصاحبه با افراد یا خانواده های دارای دیابت. همچنین معرفی یکی از مراکز دیابت در منطقه به منظور ارتقاء سبک زندگی دیابتی
چاقی	۲	✓	۱۸	پیاده روی و ورزش تک نفره در دوران کرونا
خادمین مساجد	۱	✓	۱۰	تهیه چک لیست بهداشت مساجد و پر کردن آن ها با مراجعه به مساجد
مادر و کودک	۱	✓	۹	تهیه آلبوم عکس از فضاهای ناامن
دخانیات	۲	✓	۱۰	کمپین دود دست دوم و تهیه نشر بروشورهای هشدار دهنده در کافی شاپ ها و سراهای محله
محیط زیست	۲	×	-	-
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۷	تهیه آلبوم عکس از فضاهای نامناسب
اهدا	۲	✓	۱۰	تهیه کلیپ از مصاحبه های انجام شده با اهدا کنندگان و انتشار آن در گروه های مجازی
پزشکان	۱	✓	۱۲	تهیه مجله الکترونیکی سلامت
جمع بهره مندان	۱۸	-	۸۹	-



همگام سلامت در منطقه ۷

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود در حالی که با اجرای این طرح اعضای جدیدی به کانونها پیوستند و اعضای قدیمی توانستند به مهارتهای جدید برای جلب مشارکت و برنامه‌ریزی برای اجرای برنامه‌هایشان مجهز شوند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانونها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده‌اند. همچنین کانونهای سالمندان، پیشگیری از دیابت، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، اهدا و پزشکان، هفت کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و در مقابل کانونهای پیشگیری از چاقی و محیط زیست، دو کانونی بوده است که با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته‌است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند. همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و پزشکان، هنوز تشکیل گروه صورت نگرفته است (طرح در منطقه هنوز ادامه دارد و این کانونها در حال تشکیل گروه هستند) و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون های بدون نماینده	• کلیه کانون ها حداقل یک نماینده در طرح داشته اند
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• سالمندان، پیشگیری از دیابت، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، اهدا و پزشکان
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	• پیشگیری از چاقی و محیط زیست
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و پزشکان

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالندان	۱	✓	۵۳	-
جوانان	۲	✓	۴۵	تهیه آلبوم عکس با مضمون ارتباط جوانان با خانواده و سالندان (با موضوع آماده کردن سفره افطار و بازی و مسابقه با خانواده)
دیابت	۱	✓	۹	تهیه پست ها و ویس هایی از تغذیه مناسب افراد دیابتی در ماه رمضان
چاقی	۳	✓	۴۵	چالش پیاده روی و ورزش تک نفره در طول روز همراه با گام شمار بنا به شرایط کرونا در خانه یا خیابان
خادمین مساجد	۱	×	-	-
مادر و کودک	۱	✓	۹	تهیه آلبوم از فضاهای ناامن
دخانیات	۱	×	-	-
محیط زیست	۴	✓	۲۰	تهیه کیسه های پارچه ای دوخته شده توسط خود اعضا و نمایش و توزیع آن در بازار میوه و تره بار سهروردی
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۹	تهیه آلبوم عکس از فضای نیازمند مناسب سازی
اهدا	۱	✓	۲	تهیه کلیپی از مطالب آموزشی و انتشار آن در گروه های واتس آپ
پزشکان	۱	×	-	-
جمع بهره مندان	۱۷	-	۱۹۲	-





ملیحه حصارخانی

تسهیلگر همپا کانون معلولان محله بهار ناحیه ۳

عکس روبروی نمونه از تابلوی پلاک ویژه ی معلولین و پل سیمانی که با خیابان همسطح است بهمن سال ۹۹ شهرداری ناحیه سه این مکان را برای بنده مناسب سازی کردند. در این خیابان جای پارک ویژه ماشین افراد دارای معلولیت بسیار کم است و همچنین در خیابان بهار شمالی، جلوی بانک و جلوی نانوايي و میوه فروشی

کانون مادر و کودک منطقه ۷
روانان، سمیه، طامه، محبوب، ناداجون، F...
منتونم عزیزم ۱۱:۵۲

۳ پیام ناخوانده

سهمیه



۱۳:۵۸

سهمیه



۱۳:۵۸

کنار گذر اتوبان امام علی (ع)
خیابان شهید مدنی تقاطع خیابان دهقانی
زمین بلااستفاده است و معتادین و زیاده گردها در این
مکان تردد زیاد دارند

۱۳:۵۹

یک پیام بنویسید

کانون دیپات خواجه ...
اولادیان، حسن، س ۲۸، ستاره، ...

ستاره رضایی ۲
بازارسال شده

در ماه رمضان
رسالت



درد معرف زباد
لند و شیرینی معسوس



نوروز زباد
چای و قوره



مصرف موه
وسزی



خوردن
سهری



برهر از خوردن آب
وج هنگام افطار



خوردن موب
و آن در افطار



نوشیدن آب
از افطار تا سحر



خوردن
خرما



استفاده از نان



مصرف سالاد



نوشیدن خوردن غذا



نوشیدن شربت

۱۰:۲۳ ✓ ۱:۲۷

۱۰:۲۵ ✓ ۱:۰۴

یک پیام بنویسید

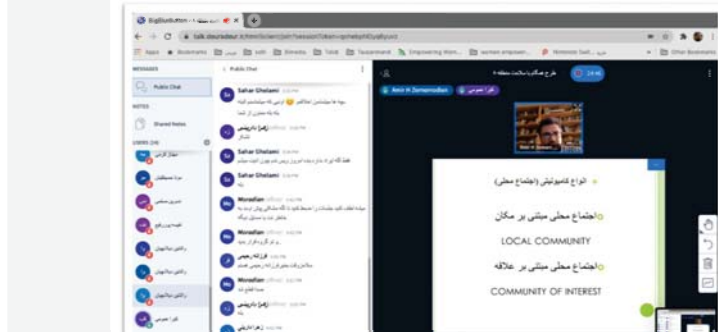
همگام سلامت در منطقه ۸

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود در حالی که با اجرای این طرح دبیران فعال تر از گذشته شدند و از جمله وجوه تمایز این منطقه درگیر شدن مسئولان خانه های سلامت به عنوان سر گروه ها و پیگیری حضور اعضا در کلاس و اجرای اقدامات می باشد.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانون محیط زیست تنها کانون بدون نماینده در طرح همگام منطقه بوده است. همچنین کانونهای سالمندان، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دیابت، مادر و کودک، افراد دارای معلولیت و اهدا، شش کانونی بوده اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته اند؛ سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده اند. همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که صرفاً در کانون محیط زیست گروه تشکیل نشده است و سایر کانونها موفق به تشکیل گروه شده اند.

کانون / کانون های بدون نماینده	• محیط زیست
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• سالمندان، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دیابت، مادر و کودک، معلولان، اهدا
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	• -
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• محیط زیست

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۱	✓	۱۳	اطلاع رسانی سلامت سالمندان. آشنایی با تکنولوژی موبایل
جوانان	۲	✓	۱۹	همکده جوانان
دیابت	۱	✓	۲۱	اطلاع رسانی در مورد دیابت و مشاوره پزشکی
چاقی	۲	✓	۱۲	آموزش رعایت اصول صحیح تغذیه تغذیه سالم مباحث مربوط به تغذیه در ماه رمضان
خادمین مساجد	۱	✓	۱۵	دوره خوانی قرآن و تفسیر و نکته قرآنی
مادر و کودک	۱	✓	۱۷	شناسایی مکان های نا امن محله ای چالش های فکری و بازی ها توصیه ها و مطالب ایمنی
دخانیات	۲	✓	۱۵	تقدیر از کسبه ای که مواد دخانی نمی فروشند. تقدیر از کسانی که سیگار را ترک کرده اند نصب مخازن برای ته سیگار در پارکها
محیط زیست	۰	✗	-	-
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۱۷	اقدام برای فرزندان افراد معلول که تنها مانده اند همکاری با موسسه خیریه برای کارآموزی به افراد دارای معلولیت
اهدا	۱	✓	۱۶	آموزش رعایت اصول صحیح تغذیه تغذیه سالم مباحث مربوط به تغذیه در ماه رمضان
پزشکان	۲	✓	۱۷	تولید مطالب علمی و محتوا
جمع بهره مندان	۱۴	-	۱۶۲	

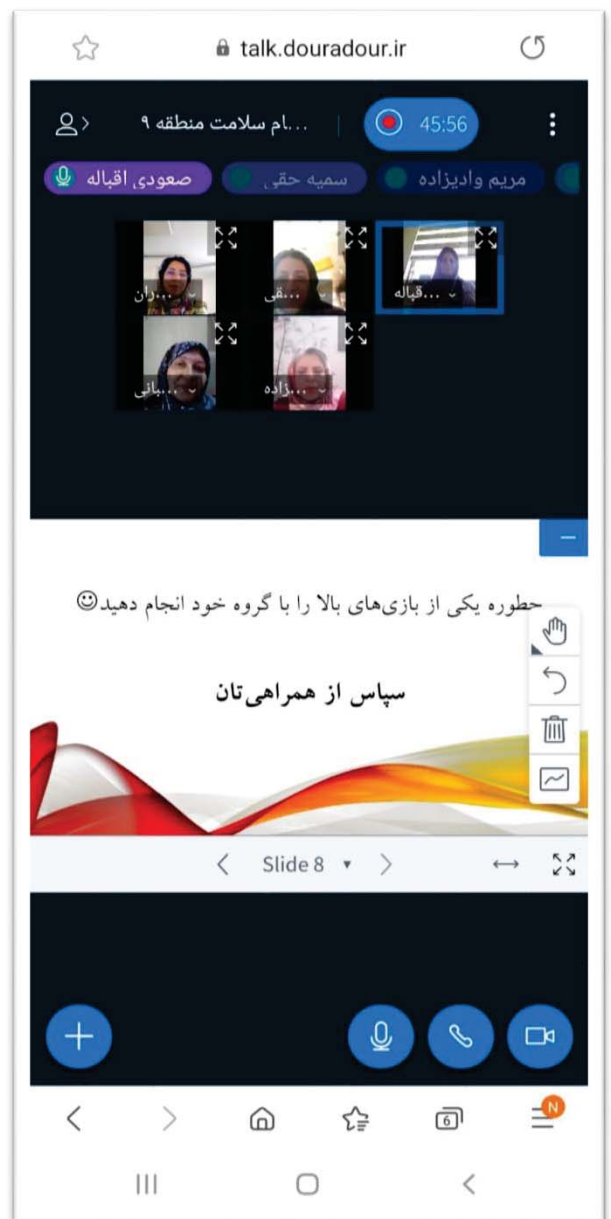


همگام سلامت در منطقه ۹

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و بین دبیران انسجام خوب وجود نداشت و بانک اطلاعات جامع شکل نگرفته بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح گروه‌های مجازی برای کلیه ی کانون‌ها و بانک اطلاعاتی جامع شکل گرفت و کانون‌هایی مثل پزشکان، محیط زیست، خادمین سلامت مساجد، جوانان که در گذشته غیر فعال شده بودند توانمند شده و انگیزه پیدا کردند. همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانونها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبودند. همچنین کانونهای جوانان و محیط زیست، دو کانونی بودهایند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند. همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد و محیط زیست تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون‌های بدون نماینده	• کلیه کانون‌ها حداقل یک نماینده در طرح داشته‌اند
کانون / کانون‌های با یک نفر نماینده	• جوانان و محیط زیست
کانون / کانون‌های با بیش از دو نفر نماینده	• -
کانون / کانون‌های بدون تشکیل گروه	• جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، محیط زیست

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	✓	۱۵	آموزش مجازی ورزش به سالمندان
جوانان	۱	×	-	-
دیابت	۲	✓	۲۱	آموزش استفاده از دستگاه قند خون
چاقی	۲	×	-	-
خادمین مساجد	۲	×	-	-
مادر و کودک	۲	✓	۱۸	جمع آوری اطلاعات و عکس مکان‌های ناامن منطقه ۹
دخانیات	۲	✓	۱۲	ساخت کلیپ از کسبه بدون دخانیات
محیط زیست	۱	×	-	-
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۱۰	جمع آوری عکس و اطلاعات فضاهای نامناسب منطقه ۹
اهدا	۲	✓	۸	جمع آوری روایت‌های اهدا به صورت کلیپ، صوت و نوشته
پزشکان	۲	✓	۶	آموزش نکات بهداشتی از طریق پلتفرم اینستاگرام
جمع بهره‌مندان	۲۰ نفر	-	۹۰ نفر	-



همگام سلامت در منطقه ۱۰

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و کانون ها در این منطقه به خصوص کانون محیط زیست نسبت به شبکه سازی و برگزاری رویداد در سطح محلات اقدام کرد و کانون سالمندان نیز نسبت به قبل گروه فعال تری برای انجام اقداماتی که در گذشته انجام نمی شد تشکیل دهد.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانونهای جوانان، پیشگیری از چاقی، پیشگیری از دخانیات و پزشکان، کانونهای بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بودهاند. همچنین کانونهای خادمین سلامت مساجد، محیط زیست و افراد دارای معلولیت، سه کانونی بودهاند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشتهاند و در مقابل، کانون پیشگیری از دیابت با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بودهاند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و پزشکان، تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون های بدون نماینده	• جوانان، پیشگیری از چاقی، پیشگیری از دخانیات و پزشکان
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• خادمین سلامت مساجد، محیط زیست و معلولان
کانون / کانون های با بیش از دو نفر نماینده	• پیشگیری از دیابت
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات و پزشکان

نام کانون	تعداد اعضای دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	✓	۷	خاطره‌گویی و بازی‌های سالمندی
جوانان	۰	×	-	-
دیابت	۳	✓	۳۳	تهیه فیلم و عکس از چالش‌های فرد دیابتی
چاقی	۰	×	-	-
خادمین مساجد	۱	×	-	-
مادر و کودک	۲	✓	۶	تهیه بانک اطلاعاتی از مکان‌های ناامن محله
دخانیات	۰	×	-	-
محیط زیست	۱	✓	۷	آموزش و فرهنگ‌سازی در بین کودکان و دانش‌آموزان در راستای کاهش مصرف پلاستیک
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۷	مطالعه‌گری و معرفی فضاهای نیازمند مناسب‌سازی، تهیه بانک اطلاعاتی
اهدا	۲	✓	۸	ارائه روایت و فیلم از اهداکنندگان و دریافت‌کنندگان
پزشکان	۰	×	-	-
جمع بهره‌مندان	۱۲ نفر	-	۶۸ نفر	-



همگام سلامت در منطقه ۱۱

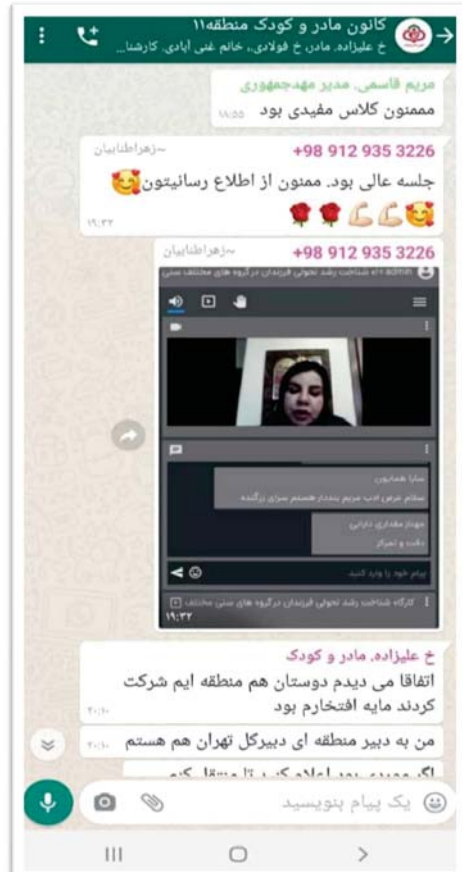
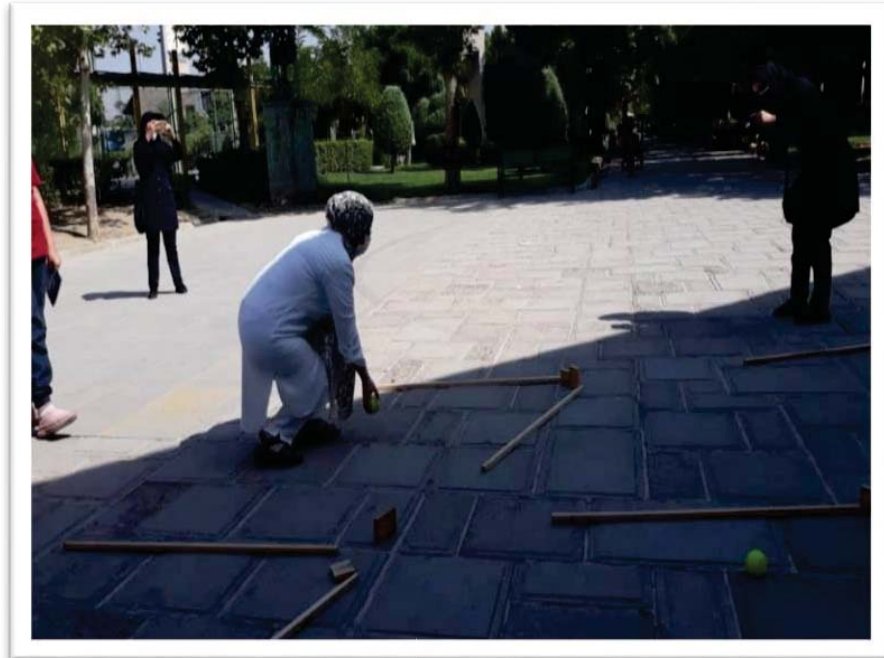
با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح کانون‌ها به خصوص دخانیات، اهدا، مادر و کودک، محیط زیست، پیشگیری از چاقی با توجه به توانمندی‌هایی که در این طرح کسب کردند فعالیت خوبی پیدا کردند. کانون‌های پیشگیری از دخانیات، محیط زیست و مادر و کودک از قبل گروه داشتند و در این طرح فعالتر شدند، کانون پیشگیری از چاقی تغییرات خوبی داشت و تاحدی فعال شد، کانون‌های پیشگیری از دیابت، اهدا و خادمین یک نفره پیش رفتند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانون‌ها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده‌اند. همچنین کانون‌های جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، افراد دارای معلولیت، اهدا و پزشکان، هشت کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و سایر کانون‌ها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروه‌های تشکیل شده نیز باید گفت که کلیه کانون‌ها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون‌های بدون نماینده	• کلیه کانون‌ها حداقل یک نماینده در طرح داشته‌اند
کانون / کانون‌های با یک نفر نماینده	• جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، معلولان، اهدا و پزشکان
کانون / کانون‌های با بیش از دو نماینده	• -
کانون / کانون‌های بدون تشکیل گروه	• در کلیه کانون‌ها تشکیل گروه صورت پذیرفته است

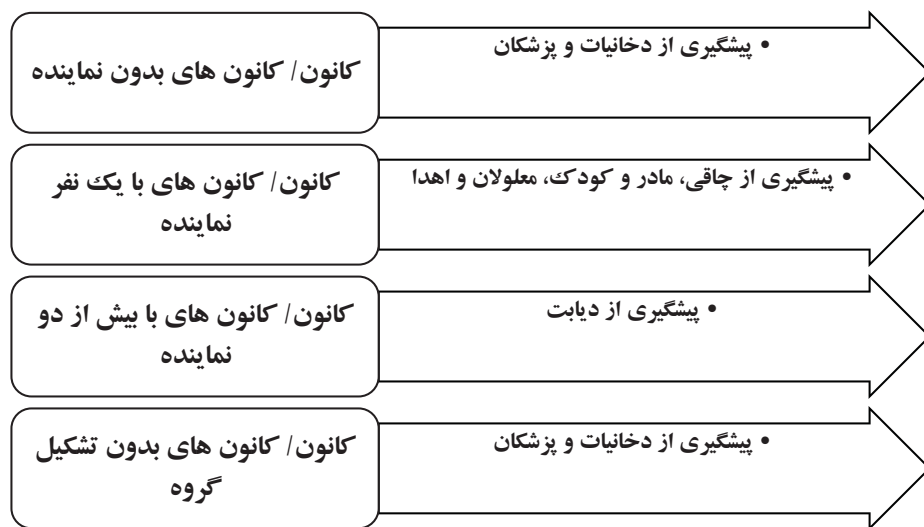
نام کانون (منطقه ۱۱)	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	✓	۹	اجرای بازیهای ورزشی " با همسر و نوه ها با شعار " در منزل بمانیم"
جوانان	۱	✓	۸	راه اندازی صفحه اینستاگرام و پرداختن به مشکلات ارتباطی ایشان با خانواده و سالمندان
دیابت	۲	✓	۷	اطلاع رسانی مجازی در خصوص مشکلات و چالش های افراد دیابتی و راههای کنترل و مدیریت آن
چاقی	۱	✓	۱۳	چالش پیاده روی بهاره و گروه همیاری کاهش وزن
خادمین مساجد	۱	✓	۳	تهیه و تدوین مقاله با عنوان "اماکن مذهبی و کووید ۱۹"
مادر و کودک	۲	✓	۹	تهیه بانک اطلاعاتی از نقاط ناامن محله و ارائه به صورت کلیپ
دخانیات	۱	✓	۱۰	اجرای طرح " مبادله زندگی بخش" و اقدام به مبادله سیگار با کتاب در پارک منطقه
محیط زیست	۱	✓	۱۲	تشویق و ارتقاء آگاهی افراد محلی در خصوص استفاده از کیسه های پارچه ای به جای کیسه های پلاستیکی" برای خرید
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۱۱	شناسایی و معرفی فضاهای نیازمند مناسب سازی ویژه افراد دارای معلولیت در سطح منطقه
اهدا	۱	✓	۵	مصاحبه و ارائه کلیپ از اهدا کنندگان
پزشکان	۱	✓	۶	تهیه فیلم آموزشی در خصوص مواجهه با کرونا و اقدامات پیشگیرانه"
جمع بهره مندان	۱۴ نفر	-	۹۳ نفر	-



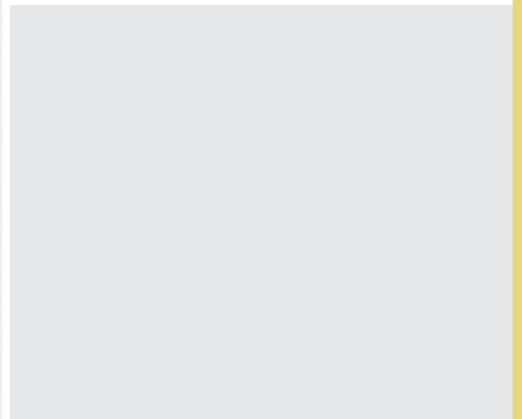
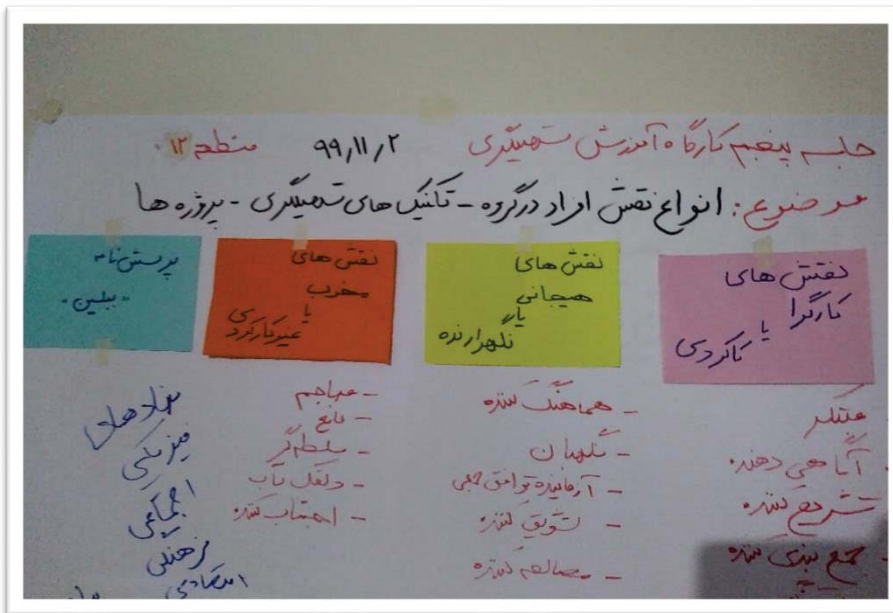
همگام سلامت در منطقه ۱۲

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و در بین اعضای کانون های این منطقه اعتمادسازی خوبی شکل گرفت و به خصوص گروه های فعالی در کانون های محیط زیست، خادمین سلامت مساجد و دیابت تشکیل شد. همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانونهای پیشگیری از دخیانیات و پزشکان، کانونهای بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بودهاند. همچنین کانونهای پیشگیری از چاقی، مادر و کودک، افراد دارای معلولیت و اهدا، چهار کانونی بودهاند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشتهاند و در مقابل، کانون پیشگیری از دیابت با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بودهاند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای پیشگیری از دخیانیات و پزشکان، تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.



نام کانون	تعداد اعضای دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	✓	۷	سرکشی به صورت تلفنی به سالمندان و ویزیت رایگان و برنامه مرتبط با نشاط سالمندی
جوانان	۲	✓	۲۰	بسترسازی و هم‌اندیشی به منظور ایجاد مرکز همکده جوانی
دیابت	۳	✓	۱۵	تهیه فیلم از چالش‌های افراد دیابتی
چاقی	۱	✓	۹	پیاده روی در مسیرهای مختلف محله و ارسال مطالب مفید در مورد چاقی در گروه واتس‌آپی
خادمین مساجد	۲	✓	۷	فعالیت داوطلبانه گروهی آموزش داوطلبان در زمینه بهداشت و تهیه چک لیست و موارد مورد نیاز در خصوص نظافت در مساجد
مادر و کودک	۱	✓	۱۰	تشکیل گروه‌های شناسایی نقاط بی‌دفاع محله
دخانیات	۰	×	-	-
محیط زیست	۲	✓	۷	کارآفرینی در حوزه تولید کیسه‌های خرید و نان، برگزاری کارگاه آموزشی توسط افراد کارشناس داوطلب حوزه محیط زیست، برگزاری جمع‌آوری نمادین زباله در مجتمع بهنام
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۹	تهیه بانک اطلاعاتی فضاهای نیازمند مناسب‌سازی در محله
اهدا	۱	✓	۷	ارائه روایت و فیلم از اهداکنندگان و دریافت کنندگان خون
پزشکان	۰	×	-	-
جمع بهره‌مندان	۱۵ نفر	-	۹۱ نفر	-



همگام سلامت در منطقه ۱۳

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح کانون‌ها به خصوص کانون دخانیات، افراد دارای معلولیت فعالیت بهتری پیدا کردند در حالی که در گذشته این کانون‌ها غیر فعال بودند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانونهای جوانان، محیط زیست و پزشکان، کانونهای بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده‌اند. همچنین کانونهای سالمندان و پیشگیری از دخانیات، دو کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای سالمندان، جوانان، محیط زیست و پزشکان، تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

• جوانان، محیط زیست و پزشکان	کانون / کانون های بدون نماینده
• سالمندان و پیشگیری از دخانیات	کانون / کانون های با یک نفر نماینده
• -	کانون / کانون های با بیش از دو نماینده
• سالمندان، جوانان، محیط زیست و پزشکان	کانون / کانون های بدون تشکیل گروه

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۱	×	-	-
جوانان	۰	×	-	-
دیابت	۲	✓	۱۰	تهیه نوشته از روایت ها و چالش های زندگی افراد دیابت
چاقی	۲	✓	۱۰	مشاوره های تخصصی در حوزه چاقی، اجرای برنامه های ورزشی
خادمین مساجد	۲	✓	۱۰	فعالیت داوطلبانه گروهی در زمینه پاکیزگی و بهداشت مساجد (تهیه چک لیست نظافت مساجد، بررسی وضعیت سلامت مساجد)، آسیب شناسی محله و نیازمندان محله، جذب خیرین
مادر و کودک	۲	✓	۴	ایجاد بانک اطلاعاتی از فضاهای ناامن محله
دخانیات	۱	✓	۱	جانمایی مخازن جمع آوری سیگار و نصب آن در محل های مناسب
محیط زیست	۰	×	-	-
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۹	تهیه بانک اطلاعاتی نقاط نیازمند مناسب سازی در محله، تهیه وسایل کمک حرکتی و امکانات ورزشی برای معلولین
اهدا	۲	✓	۱	ارائه روایت و فیلم از اهداکنندگان و دریافت کنندگان
پزشکان	۰	×	-	-
جمع بهره مندان	۱۳ نفر	-	۴۵ نفر	-



گروه مجازی پاچ
آقای احمدی، ایمانیا، بهمنی، حقیقی، حیدر...



تمرینات بدنسازی و تقویت کننده عضلات
درگیر در شنا از مربی شنا خانم زارع

۷ فوریه ۲۰۲۱

+98 921 182 9236 ترک کرد

خانم تجربیشی مربی ورزش



یک پیام بنویسید

همگام سلامت در منطقه ۱۴

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود در حالی که با اجرای این طرح اعضای کانونها را با امکان استفاده از فضای مجازی برای آموزش و ترویج مشارکت آشنا ساخت. سطح مهارت استفاده از فضای مجازی برای شرکت کنندگان از ابتدا تا انتهای طرح به طور قابل توجهی افزایش یافت.

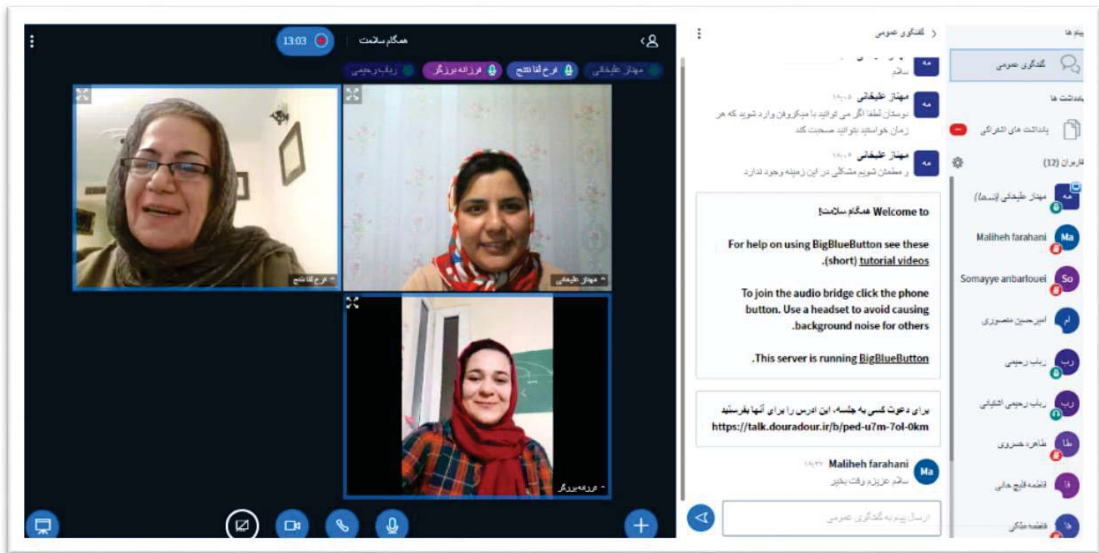
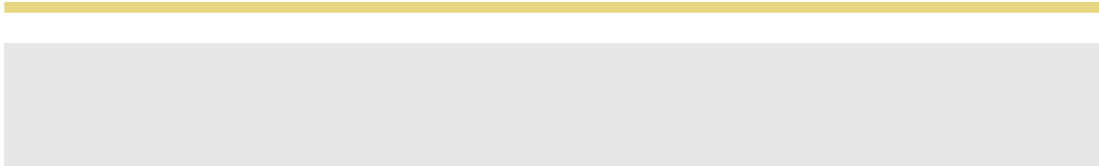
همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانون خادمین سلامت مساجد، تنها کانون بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده است. همچنین کانونهای پیشگیری از دیابت، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، افراد دارای معلولیت و پزشکان، پنج کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای خادمین سلامت مساجد و پزشکان، تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون های بدون نماینده	- •
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	- •
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	- •
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	- •

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان (جهانديدگان)	۲	✓	۳۲	کلاس آنلابن همخوانی فعالیت در باغچه سالمندی شرکت در ورزش های گروهی و ورزش صبحگاهی گزارش مکان هایی که عبور و مرور از آن سخت است مانند پل های هوایی بدون پله برقی تبلیغ برای تشویق افراد برای گزارش به ۱۳۷
جوانان	۲	✓	۲۷	فعالیت جهادی جوانان منطقه ۱۴ بیان نکات بهداشتی و پیشگیری در ضمن توزیع و پخش ماسک در بین شهروندان منطقه تهیه بسته های افطاری ساده و پخش در بین شهروندان منطقه جمع آوری، تهیه و توزیع بسته های معیشتی در بین خانوارهای نیازمند شناسایی شده در سطح منطقه ایجاد کارگاه خود اشتغالی بر پایه توانمندی های بانوان، ساخت و فروش گل های دست ساز و طبیعی
دیابت	۲	✓	۵۲	برگزاری دوره می با افراد دیابتی که در این دوران ناامید و افسرده شدند، و تماس و پیگیری احوال آنان و فعالیت برای افزایش امید به زندگی در افراد دیابتی ورزش همگانی در پارک با رعایت پروتکل ها دعوت به شرکت در فعالیت های ورزشی گذاشتن پست های آموزشی در ارتباط با نحوه تغذیه
چاقی	۲	✓	۲۷	چالش صد قدم صد ذکر در قبال چیزی که می خوریم سوخت و سوز داشته باشیم ورزش همگانی با رعایت پروتکل بهداشتی طناب زدن و پیاده روی در خانه و پارک محله گذاشتن پست های ورزشی اطلاع رسانی در مورد ارزش غذایی مواد
خادمین مساجد	۲	✓	۸	ترویج پست های آموزشی احکام

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
مادر و کودک	۲	✓	۲۸	کلاس های رعایت ایمنی برای کودکان بررسی فضاهای ناامن برای مادر و کودک در محله و گزارش به شهرداری طرح تماس با ۱۳۷ برای گزارش فضاهای ناامن محله پست و .. در راستای داشتن مادران شاد
دخانیات	۲	✓	۴۳	برگزاری دوره آنلاین در اختیار گذاشتن جزوات آموزشی گذاشتن پستهای روانشناسی در ارتباط با تربیت نوجوانان طرح فعالیت هایی برای تربیت فرزندان
محیط زیست	۲	✓	۱۷	هر نفر یک اقدام محیط زیستی (پلاستیک کمتر، کیسه دوستدار محیط زیست، شوینده کمتر و ..) جمع آوری ته سیگار از پارک ها درست کردن و نمایش ماکت حیوانات (پرنده و گربه و ..) با وسایل بازیافتی و .. که نشان دهد خوردن ته سیگارها باعث مرگ حیوان شده است.
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۱۳	بررسی مسیر ها و گزارش به شهرداری برای مناسب سازی گذاشتن اخبار گردشگری (مناسب برای معلولین) در گروه فعالیت مشاوره ای برای معلولین پست های اطلاع رسانی در مورد معلولین و نیازهای آنان اقدام برای تهیه و توزیع پک بهداشتی و غذایی برای معلولین
اهدا	۲	✓	۲۱	ترویج اهدای خون بین زنان طرح فعالیت هایی برای تشویق افراد به اهدا از طریق روایت یا فیلم اهداکنندگان تبلیغ برای اهدای خون در کانال ها
پزشکان	۲	✓	-	
جمع بهره مندان	۲۲		۲۶۲	



همگام سلامت در منطقه ۱۵

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح کانون‌ها به خصوص کانون سالمندان، مادر و کودک، دیابت فعالیت بیشتری پیدا کردند و نسبت به تشکیل بانک اطلاعاتی اعضای خود اقدام نمودند، در حالی که اعضا نسبت به شروع و اجرای طرح تردید داشتند. همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانون‌ها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده‌اند. همچنین کانون‌های پیشگیری از دیابت، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، اهدا و پزشکان، هشت کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و سایر کانون‌ها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروه‌های تشکیل شده نیز باید گفت که در کانون‌های خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست و پزشکان، تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانون‌ها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون‌های بدون نماینده	• کلیه کانون‌ها حداقل یک نماینده در طرح داشته‌اند
کانون / کانون‌های با یک نفر نماینده	• پیشگیری از دیابت، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، اهدا و پزشکان
کانون / کانون‌های با بیش از دو نماینده	• -
کانون / کانون‌های بدون تشکیل گروه	• خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست و پزشکان

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	✓	۷	انجام بازی های قدیمی و تهیه فیلم و عکس از بازی ها توسط سالمندان، ارسال مطالب خود مراقبت در دوران سالمندی در گروه مجازی
جوانان	۲	✓	۱۱	در مرحله انتخاب موضوع
دیابت	۱	✓	۷	برگزاری کارگاه های آموزشی آشنایی با دیابت و آشنا کردن خانواده و اطرافیان خود آن ها و دوستان با این بیماری استفاده درست تغذیه آشنایی با ورزش در رابط با دیابت و کار برد آن بر روی دیابت
چاقی	۱	✓	۷	تهیه و ارسال مطالب برای تغذیه سالم به منظور ارسال در گروه های خانوادگی
خادمین مساجد	۱	×	-	-
مادر و کودک	۱	×	-	-
دخانیات	۱	×	-	-
محیط زیست	۱	×	-	-
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۶	شناسایی موانع و تسهیل رفت و آمد در پیاده روهای محله
اهدا	۱	✓	۷	تهیه روایات و دست نوشته از دلایل و انگیزه های اهداکنندگان خون
پزشکان	۱	×	-	-
جمع بهره مندان	۱۴ نفر	-	۴۵ نفر	-



همگام سلامت در منطقه ۱۶

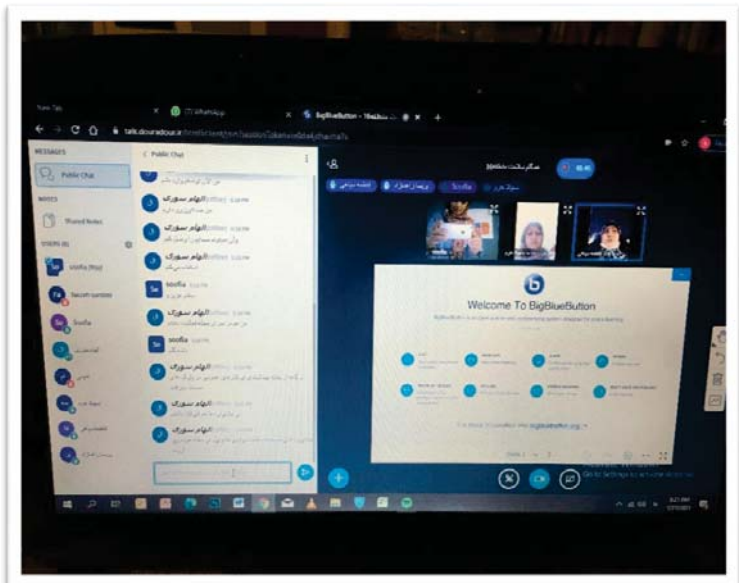
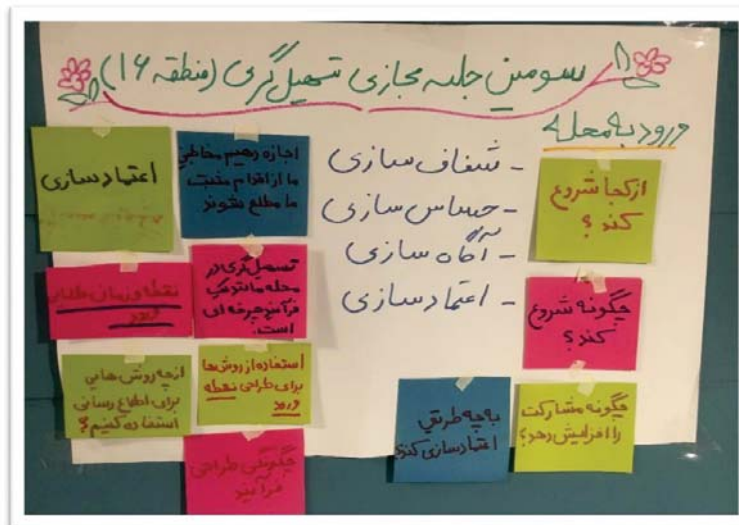
با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند. در اوایل طرح افراد تمایل چندانی به مشارکت در بحثها در فضای مجازی و شرکت در کلاسهای آنلاین نشان نمیدادند. تسهیلگر با ضبط ویدئوهایی برای هر کانون به صورت جداگانه توانست به مرور مشارکت افراد در بحثها و گفتگوها و شرکت در کارگاههای آنلاین را جلب نماید.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانون خادمین سلامت مساجد، تنها کانون بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده است. همچنین کانونهای جوانان، پیشگیری از دیابت، اهدا و پزشکان، چهار کانونی بودهاند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشتهاند و سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بودهاند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که صرفاً در کانون خادمین سلامت مساجد تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون های بدون نماینده	• خادمین سلامت مساجد
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• جوانان، پیشگیری از دیابت، اهدا و پزشکان
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	• -
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• خادمین سلامت مساجد

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمدان	۲	✓	۵	جلسات آموزشی در جهت توانمندسازی دیجیتالی
جوانان	۱	✓	۵	هم‌اندیشی در خصوص بیان مسائل ارتباطی جوانان و والدین
دیابت	۱	✓	۵	در مرحله انتخاب موضوع
چاقی	۲	✓	۵	گروه همیاری کاهش وزن
خادمین مساجد	۰	×	۰	-
مادر و کودک	۲	✓	۷	تشکیل یک گروه شناسایی مکان های ناامن شهری
دخانیات	۲	✓	۵	خلاقیت در ساخت مخازن و مکانیابی مناسب جهت نصب مخازن فیلتر سیگار
محیط زیست	۲	✓	۷	خلاقیت در زمینه کاهش مصرف پلاستیک و استفاده مجدد از کیسه های پلاستیکی (تهیه اکوبریک)
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۶	شناسایی فضاهای نیازمند مناسب‌سازی برای افراد دارای معلولیت منطقه ۱۶
اهدا	۱	✓	۵	در مرحله انتخاب موضوع
پزشکان	۱	✓	۲۰	ارائه مطالعات پزشکی مفید و طرح چالش در خصوص موارد پزشکی و پرسش و پاسخ
جمع بهره‌مندان	۱۶ نفر	-	۷۰	-



همگام سلامت در منطقه ۱۷

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند و بیشتر کانون‌ها غیر فعال شده بودند که با اجرای این طرح کانون‌ها به خصوص جوانان، سالمندان، افراد دارای معلولیت و مادر و کودک فعالیت بیشتری پیدا کردند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانون‌ها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده است. همچنین کانون‌های سالمندان، پیشگیری از دیابت، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، افراد دارای معلولیت، اهدا و پزشکان، نه کانونی هستند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و دو کانون دیگر با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروه‌های تشکیل شده نیز باید گفت در کلیه گروه‌ها، کانون تشکیل شده است.

کانون / کانون‌های بدون نماینده	• کلیه کانون‌ها حداقل یک نماینده در طرح داشته‌اند
کانون / کانون‌های با یک نفر نماینده	• سالمندان، پیشگیری از دیابت، خادمین سلامت مساجد، مادر و کودک، پیشگیری از دخانیات، محیط زیست، معلولان، اهدا و پزشکان
کانون / کانون‌های با بیش از دو نماینده	• -
کانون / کانون‌های بدون تشکیل گروه	• در کلیه کانون‌ها تشکیل گروه صورت پذیرفته است

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون (همه عناوین عوض شدند)
سالمندان	۱	✓	۱۲	آموزش و ترویج بازی های قدیمی در بین سالمندان بویژه در فضای باز بوستان ها
جوانان	۲	✓	۱۲	برگزاری کلاس آموزشی با حضور روانشناس و ارائه مشاوره ویژه مسائل ارتباطی جوانان با خانواده یک روز در هفته با عنوان "دوشنبه های دوستی"
دیابت	۱	✓	۷	اطلاع رسانی در گروه مجازی در خصوص دیابت و کنترل و پیشگیری از آن با تاکید روی رژیم غذایی
چاقی	۲	✓	۹	برگزاری کلاس مجازی با حضور کارشناس تغذیه و همچنین چالش پیاده روی روزانه
خادمین مساجد	۱	✓	۵	شناسایی و معرفی مساجد با رعایت اصول بهداشتی در شرایط کرونایی و تهیه کلیپ تصویری از مساجد منتخب منطقه
مادر و کودک	۱	✓	۸	شناسایی و معرفی نقاط ناامن برای تردد بانوان و تهیه کلیپ تصویری و معرفی این نقاط
دخانیات	۱	✓	۷	تهیه کتابچه آموزشی در خصوص مضرات سیگار و دود دست دوم و توزیع در بین اهالی
محیط زیست	۱	✓	۷	ارتقا آگاهی در خصوص مضرات پلاستیک و کاهش مصرف آن به همراه ساخت کلیپ
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۱۱	شناسایی معابر نیازمند مناسب سازی رفت و آمد افراد دارای معلولیت و پرداختن به چالش های اعضای گروه در خصوص مشکل تردد در شهر و همچنین بحث اشتغال
اهدا	۱	✓	۵	اطلاع رسانی مجازی در خصوص اهداء و انواع آن
پزشکان	۱	✓	۳	تهیه پاور آموزشی با عنوان "پاپ اسمیر" و تلاش برای ارتقاء آگاهی عمومی در این زمینه
جمع بهره مندان	۱۳ نفر	-	۸۶ نفر	-



همگام سلامت در منطقه ۱۸

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کم‌رنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند و بیشتر کانونها غیر فعال شده بودند که با اجرای این طرح کانونها فعالیت بیشتری پیدا کردند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانونهای محیط زیست و افراد دارای معلولیت، کانونهای بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه بوده است. همچنین کانونهای جوانان، پیشگیری از چاقی، خادمین سلامت مساجد، اهدا و پزشکان، پنج کانونی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای محیط زیست و افراد دارای معلولیت تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ کانونهای

کانون / کانون های بدون نماینده	• -
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• -
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	• -
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• معلولان

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	✓	۱۲	شادابی در سالمندان، شاهنامه خوانی مجازی
جوانان	۱	✓	۷	چالش در کنار یکدیگر، یک ساعت بدون گوشی
دیابت	۲	✓	۱۶	اطلاع رسانی در مورد نحوه تغذیه صحیح اطلاع رسانی در مورد بیماری دیابت، نیازهای یک دیابتی و روشهای کنترل آن چالش سفره افطار و سحر سالم و ارسال عکس آن
چاقی	۱	✓	۷	تغذیه سالم
خادمین مساجد	۱	✓	۲۰	برگزاری چالش بازی کودکان در محیط خانه برگزاری چالش همکاری کودکان با والدین
مادر و کودک	۲	✓	۱۸	برگزاری چالشی در ارتباط با اینکه مادران به خود اهمیت دهند و زمانی را به رشد و استراحت خود اختصاص دهند. شناسایی مکان های ناامن محله برای زنان و کودکان و گزارش آن تبلیغ و تشویق مردم برای تماس با ۱۳۷ برای گزارش مکان های ناامن محله

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
دخانیات	۱	✓	۱۵	جلسه آنلاین برای بررسی علل مصرف دخانیات در میان نوجوانان بخصوص دختران و راهکارهای کاهش آن
محیط زیست	۱	×	-	-
افراد دارای معلولیت	۱	×	-	-
اهدا	۱	✓	۵	روایت تجربه اهدا کنندگان
پزشکان	۱	✓	۹	برگزاری کلاس های آنلاین آموزشی بهداشت زنان ترویج پست های آموزشی بهداشتی مشاوره
جمع بهره مندان	۱۴	-	۱۰۹	-

همه باهم برای دیابت

دبیر، دبیر، دبیر، دبیر، شما

بازارسال شده

واقعییت یا باور غلط ❌

آیا شکر قهوه ای بدون قند است؟! ❗
یکی دیگه از باورهای غلطی که وجود دارد، اینه که افراد تصور می‌کنند شکر قهوه ای بدون قند است. در صورتی که تنها تفاوت شکر سفید و قهوه ای در رنگ و مزه آن‌هاست.

👉 شکر قهوه ای تقریباً به اندازه شکر سفید قند دارد

بازارسال شده

دیابت و سلامت مغز

جالب است بدانیم سوخت اصلی مغز انسان گلوکز و یا قند است و به همین دلیل در دیابت، نوسان قند خون چه در قندهای بالا و چه در قندهای پایین می‌تواند روی عملکرد مغز تأثیرگذار باشد.

همانطور که میدانیم عدم کنترل مناسب قند خون در طولانی مدت می‌تواند به کلیه‌ها، شبکه و سایر ارگان‌های بدن آسیب برساند؛ اما اخیراً دانشمندان بیان کرده‌اند که بالا بودن قند خون در دراز مدت می‌تواند روی

یک پیام بنویسید

تغییرات سالم زندگی

+98 901 190 152... نتج، مهناز، شاطری، اسماعیلی

سلام و درود فراوان بر شما فرهیختگان و تلاشگران متعهد 🌹

به اطلاع میرسانیم ، دورهمی بانوان و والدین گرامی، در فضای سبز بوستان ، به منظور ایجاد تغییر ، پیشگیری و کاهش سو مصرف مواد مخدر ، الکل و سیگار در نوجوانان می‌باشد

با حضور گرم تان به کودک ، نوجوان و جوان خود کمک شایان توجهی خواهید داشت 🤝👉

توجه 👉 والدین مسولیت پذیر 👉 تا دیر نشده بفکر سلامت فرزندان دل‌بندمان باشیم 🤝👉

دوستان عزیز لطفاً توجه داشته باشید پروتکل های بهداشتی رعایت شود (استفاده از ماسک الزامی است)

👉 در تاریخ دوشنبه ۲۷ اردیبهشت ساعت ۱۰ الی ۱۲ بوستان ترنج منطقه ۱۴ برگزار خواهد شد 👉👉

👉 آدرس محل برگزاری بلوار ابودر نرسیده به پل سوم خیابان کیوان بوستان ترنج ، جنب سرای محله تاکسیرانی

💎💎 تغییرات سالم زندگی 💎💎

محبوبه اسماعیلی دبیر کانون پیشگیری از دخانیات

Only admins can send messages

همگام سلامت در منطقه ۱۹

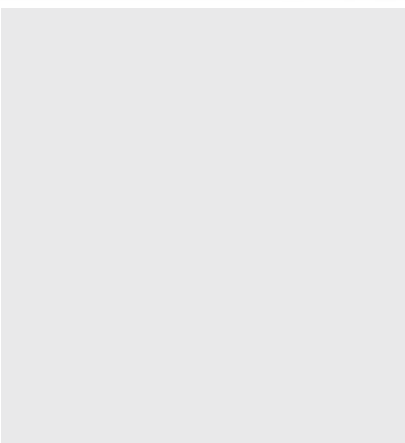
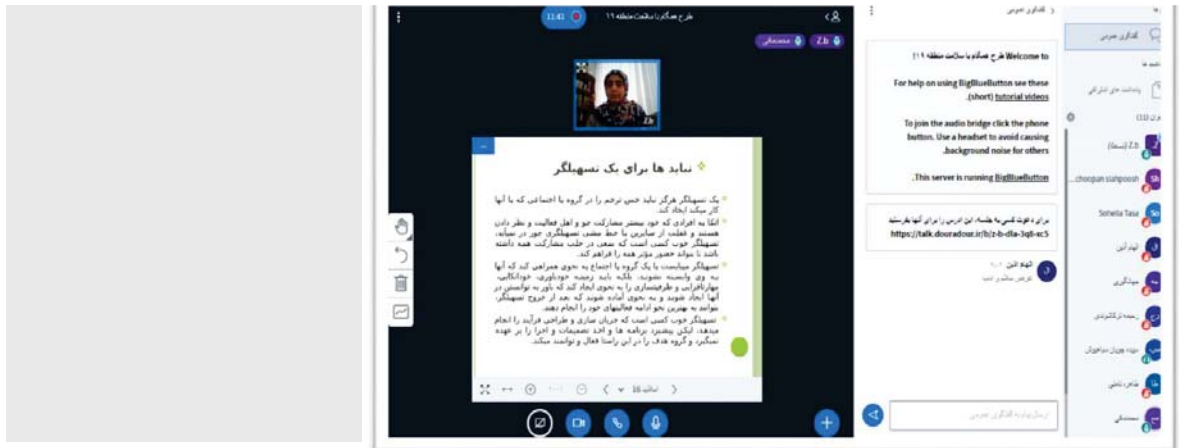
با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح رویکرد کانون ها به سمت پارادایم مشارکتی و توسعه محله ای تغییر پیدا کرد و با افزایش آگاهی و مشارکت اعضای کانون ها امکان فعال تر شدن کانون فراهم شود.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانونها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده است؛ و کلیه کانونها با همان تعداد دو نفر که مندرج در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که کلیه گروهها موفق به تشکیل گروه شده‌اند، لیکن دو کانون مادر و کودک و اهدا، گروه فعالی که اجرای اقدام را مورد توجه قرار دهند، نداشته است.

کانون / کانون های بدون نماینده	• -
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• اهدا، مادر و کودک و پیشگیری از چاقی
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	• -
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• -

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	✓	۱۰	نشر اطلاعات و چالش در خصوص تغذیه و بازی های فکری گروه سالمندان و برگزاری برنامه های دوره‌می،
جوانان	۲	✓	۱۱	در مرحله انتخاب موضوع
دیابت	۲	✓	۲۰	برنامه پیاده روی و ورزش متناسب با دیابت در بوستان ولایت و نشر مطالب و کلیپ آموزشی در خصوص مراقبت های دیابتی
چاقی	۲	✓	۲۴	برگزاری کلاس آموزشی کاهش وزن، کارشناس تغذیه، کارشناس طب سنتی، نشر کلیپ های ورزشی و خودمراقبتی و پرهیز از چاقی
خادمین مساجد	۲	✓	۲۰	نشر مطالب آموزشی و پزشکی، نشر کمک به نیازمندان محلی
مادر و کودک	۲	✓	۸	-
دخانیات	۲	✓	۲۹	برگزاری کلاس آموزشی در خصوص پیشگیری از سیگار، ساخت جا سیگاری و نصب در بوستان محله، جلب مشارکت جوانان محله
محیط زیست	۲	✓	۱۰	برنامه کاهش مصرف پلاستیک و صحبت و همراه ساختن با بخش بازیافتی محیط زیست منطقه
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۸	آموزش خانواده های معلولین و بسترسازی فضاهای نامناسب معلولین، نشر اطلاعات مربوط به اجرای مناسب سازی فضاهای محلی
اهدا	۲	✓	۸	-
پزشکان	۲	✓	۲۰	تهیه محتوای آموزشی در خصوص سلامت بارداری و خودمراقبتی در مقابل بیماری ها، ویزیت و مشاوره رایگان،
جمع بهره مندان	۲۲ نفر	-	۱۶۸ نفر	-



همگام سلامت در منطقه ۲۰

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند و بیشتر کانون‌ها غیر فعال شده بودند که با اجرای این طرح اتحاد و همکاری بین کانون‌های مختلف به وجود آمد. به طور خیلی جالبی در انجام فعالیت‌ها؛ اعضای کانون‌های مختلف با هم کاری دارند و به هم یاری می‌رسانند. کانونهای محیط زیست، اهدا و افراد دارای معلولیت از جمله کانونهای فعالتر در این منطقه بوده‌اند. همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانونها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده است. همچنین کانون پزشکان، تنها کانونی بوده است که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و در مقابل، کانون افراد دارای معلولیت با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند. همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای سالمندان، پیشگیری از دیابت و پزشکان، تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون‌های بدون نماینده	• کلیه کانون‌ها حداقل یک نماینده در طرح داشته‌اند
کانون / کانون‌های با یک نفر نماینده	• پزشکان
کانون / کانون‌های با بیش از دو نماینده	• معلولان
کانون / کانون‌های بدون تشکیل گروه	• سالمندان، پیشگیری از دیابت و پزشکان

نام کانون	تعداد اعضای دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۲	×	-	-
جوانان	۲	✓	۷	تهیه مقاله در رابطه با ارتباط جوانان با خانواده (خروجی این اقدام هنوز ارائه نشده است)
دیابت	۲	×	-	-
چاقی	۲	✓	۷	چالش پیاده روی و چالش تغذیه مناسب
خادمین مساجد	۲	✓	۷	تهیه چک لیست سلامت مساجد با همکاری اعضای گروه تهیه شده و نظارت بر مساجد
مادر و کودک	۲	✓	۹	شناسایی فضاهای ناامن منطقه
دخانیات	۲	✓	۷	شناسایی و مصاحبه با کسبه بدون دخانیات و تهیه کلیپ از آن
محیط زیست	۲	✓	۸	در حوزه کاهش مصرف پلاستیک اقدامات زیر توسط گروه انجام شده است: بارگزاری و اطلاع رسانی پستها و کلیپ ها در خصوص کاهش مصرف پلاستیک در گروه، توزیع تراکت در خصوص کاهش مصرف پلاستیک و کاهش پسماند در مراکز پر تردد خرید، برگزاری جلسه آموزشی کاهش مصرف پلاستیک و استفاده از کیسه پارچه ای در سرای محله، طراحی پوستر و نوشتن مقاله در این زمینه، تبلیغ برای دوخت کیسه های پارچه ای با استفاده از پارچه های اضافی، برگزاری جلسات متعدد با مدیران شهری جهت حمایت از طرح



نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
افراد دارای معلولیت	۴	✓	۷	شناسایی فضاهای نیازمند مناسب‌سازی برای افراد دارای معلولیت در شهر ری با تاکید بر فضای بانک‌ها ۳۰ بانک نیازمند مناسب‌سازی در منطقه شناسایی شده است
اهدا	۲	✓	۷	تهیه کلیپ به روایت اهداکنندگان و مصرف‌کنندگان خون -سوال‌ات مصاحبه توسط اعضای گروه آماده شد - نامه ای از اداره سلامت منطقه و همچنین روابط عمومی کل برای مراجعه به سازمان انتقال خون دریافت شد - قرار مصاحبه همراه با فیلم برداری و عکسبرداری تنظیم شد -کلیپ از اهداء کنندگان و دریافت کنندگان تهیه و تنظیم شد
پزشکان	۱	×	-	-
جمع بهره‌مندان	۲۳ نفر	-	۵۸ نفر	-



همگام سلامت در منطقه ۲۱

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند و بیشتر کانونها غیر فعال شده بودند که با اجرای این طرح کانونها فعالیت بیشتری پیدا کردند.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانونها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده است. همچنین کانون سالمندان، پیشگیری از چاقی، مادر و کودک، افراد دارای معلولیت و اهدا کانونهایی بوده‌اند که با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و در مقابل، کانونهای پیشگیری از دخانیات و پزشکان، با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

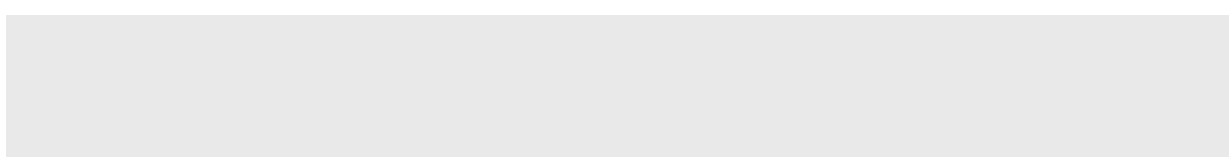
همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت که در کانونهای محیط زیست و خادمین سلامت مساجد، تشکیل گروه صورت نگرفته است و سایر کانونها همگی، موفق به تشکیل گروه شدند.

کانون / کانون های بدون نماینده	• کلیه کانون‌ها حداقل یک نماینده در طرح داشته اند
کانون / کانون های با یک نفر نماینده	• سالمندان، پیشگیری از چاقی، مادر و کودک، معلولان و اهدا
کانون / کانون های با بیش از دو نماینده	• پیشگیری از دخانیات و پزشکان
کانون / کانون های بدون تشکیل گروه	• محیط زیست و خادمین سلامت مساجد

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمندان	۱	✓	۶	مطالبه گری و برنامه ریزی در مورد سواد دیجیتال سالمندان
جوانان	۲	✓	۵	انجام تبلیغات جهت جلب جوانان محله فرهنگیان و آزادی برای عضویت در گروه اجرای جلسات هم اندیشی پیرامون فعالیتهای همکده جوانی و برنامه های فرهنگی شبانه در محله
دیابت	۲	✓	۱۵	اطلاع رسانی در مورد کانال های آموزشی، شناسایی افراد دیابتیک در سطح محله عضو گیری و ترغیب افراد برای ادامه درمان دیابت و انسولین تراپی
چاقی	۱	✓	۱۰	اجرای منظم پیاده روی و ورزش صبحگاهی روزانه به صورت گروهی در زمین چمن شهرک شهرداری، اجرای طرح گام شمار، انجام ورزش های استقامتی، سرعتی و ایروبیک با هدف پیشگیری از چاقی و ارتقا سلامت روحی و جسمی
خادمین مساجد	۲	×	-	
مادر و کودک	۱	✓	۶	شناسایی فضاهای ناامن شهری محله تهرانسر و مطالبه گری جهت اصلاح موارد ذکر شده
دخانیات	۳	✓	۱۳	شناسایی کسبه بدون دخانیات و هم اندیشی پیرامون خلاقیت در ساخت مخازن و مکانیابی مناسب جهت نصب مخازن فیلتر سیگار



نام کانون	تعداد اعضای دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
محیط زیست	۲	×	-	-
افراد دارای معلولیت	۱	✓	۲۰	شناسایی مکانهای نیازمند مناسب سازی بازدید از مکانهای شناسایی شده اطلاع رسانی و بسیج همگانی معلولین جهت تشکیل بانک اطلاعاتی
اهدا	۱	✓	۶	انتشار بروشور پوستر و فایل‌های ویدئویی انگیزشی جهت آشنایی و ترویج فرهنگ اهدا خون
پزشکان	۳	✓	۷	برگزاری جلسات تخصصی در مورد نیازسنجی و تولید محتوای مرتبط با آن موضوع جهت انتشار به صورت مجازی در سطح منطقه
جمع بهره‌مندان	۱۹ نفر	-	۸۸ نفر	-





همگام سلامت در منطقه ۲۲

با توجه به شرایط پاندمی کرونا به دلیل عدم امکان برنامه حضوری فعالیت کانون کمرنگ شده بود و اعضای آن نیاز به پویاتر شدن داشتند که با اجرای این طرح حاصل شد. همچنین نوعی تغییر نگرش و دیدگاه در بین اعضای منتخب ایجاد شده است که خود آن سبب تغییر روش در فعالیت کانونها و عمق و کیفیت بیشتر فعالیتهای شده است. همچنین مشارکت منتخبین کانونهای مختلف با هم و تعاملشان با هم در ابتدای طرح بسیار ناچیز بود و در ابتدا از موضع رقابت با هم مواجه میشدند ولی در حال حاضر نوعی تغییر رویکرد و تعامل مؤثر بین منتخبین کانونهای مختلف دیده میشود.

برای نمونه کانون پیشگیری از دخانیات پیش از اجرای طرح فعال نبود ولی اکنون به واسطه طرح همگام سلامت، در حال حاضر عضوگیری کرده است و در حوزههای مرتبط با فعالیتهای موضوعیاش مشغول به فعالیت است. کانون افراد دارای معلولیت به واسطه طرح همگام سلامت احساس هویت بیشتری میکند چراکه جریان دیده شدن فعالیتهایش باعث انگیزه و احساس هویت و تعلق خاطر در آن شده است و این ارزشمندی سبب شده است که پویایی افزایش پیدا کند و در طی گفت و گو با تسهیلگر طرح در پی اجرایی نمودن اقدامات مختلف هستند.

نمایندگان کانون پزشکان در ابتدا گروه و فعالیت خاصی نداشتند و ابراز میداشتند که فعالیتهای خاص خود را دنبال میکنند ولی در حال حاضر تغییر نگرش آنها نسبت به فعالیتهای کار گروهی و مشارکت مشهود است.

کانون جوانان در این منطقه از ابتدا از فعالیت لازم برخوردار بوده‌اند ولی در حال حاضر فعالیت بیشتری دارد و به اعضای گروههایش افراد بیشتری را اضافه کرده است. کانون سالمندان در ابتدای طرح کاملاً غیر فعال بود ولی الان اعضای بسیار فعالی را جلب کرده است و با رویکرد بسیار مثبت مشغول پیشبرد فعالیتهای هستند. در حال حاضر این کانون احساس ارزشمندی بسیار زیادی را میکند که منجر به انجام فعالیتهای خلاقانه شده است.

همانطور که در جدول زیر مشاهده میشود؛ هیچ یک از کانونها بدون نماینده در طرح همگام سلامت منطقه نبوده است. همچنین صرفاً کانون سالمندان، با یک نفر نماینده در طرح حضور داشته‌اند و در مقابل کانونهای پیشگیری از دیابت، پیشگیری از دخانیات و پزشکان، با بیش از ۲ نفر نماینده که حداقل مورد نظر در شیوهنامه ابلاغی بوده است، در طرح حضور داشته است. سایر کانونها با همان تعداد دو نفر، در طرح فعال بوده‌اند.

همچنین در مورد وضعیت گروههای تشکیل شده نیز باید گفت در کلیه گروهها، کانون تشکیل شده است.

کانون / کانون های بدون نماینده

• کلیه کانون ها حداقل یک نماینده در طرح داشته اند

کانون / کانون های با یک نفر
نماینده

• سالمندان

کانون / کانون های با بیش از دو
نماینده

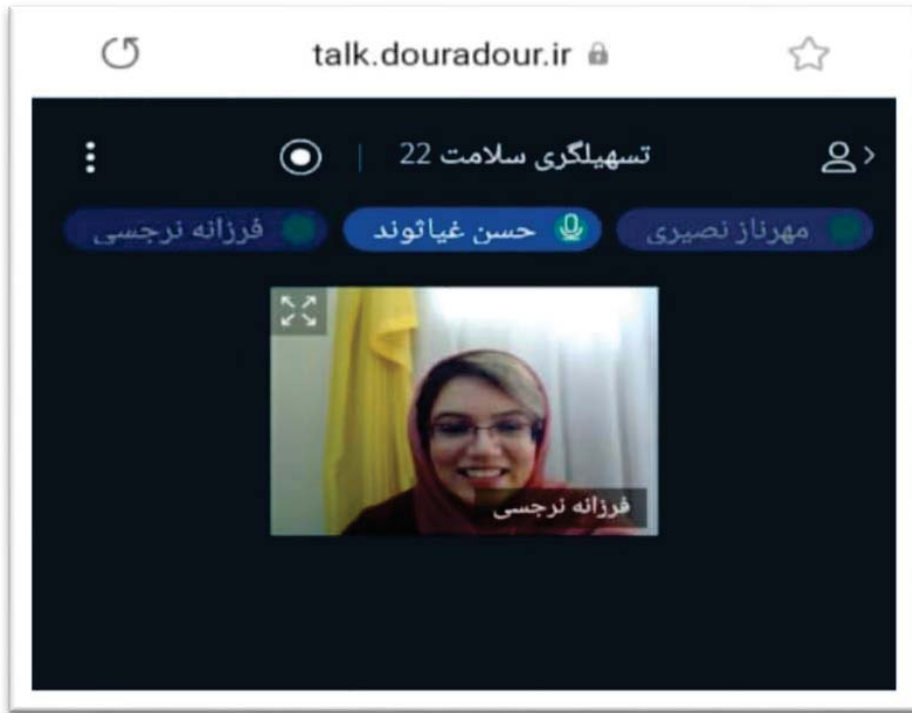
• -

کانون / کانون های بدون تشکیل
گروه

• در کلیه کانون ها تشکیل گروه صورت پذیرفته است

نام کانون	تعداد اعضای دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
سالمدان	۱	✓	۸	ایستگاه استراحت با رفقا (ایجاد یک گروه واتس آپی که سالمندان در آن پیرامون خاطرات و اتفاقات مثبت پس از بازنشستگی گفتگو میکنند)
جوانان	۲	✓	۲۲	شروعی دوباره (بررسی عزت نفس جوانان ۲۰ تا ۳۵ سال از طریق پرسشنامه و بررسی علل عدم ارتباط جوانان با یکدیگر و خانواده از طریق تحلیل پرسشنامه و مصاحبه و در پایان ارائه راهکارهای کارشناسانه و موثر به جوانان)
دیابت	۳	✓	۸	پیام های تندرستی (ارسال کارت پستال تبریک سال نو با پیام های سلامت دیابتی)
چاقی	۲	✓	۸	چالش چهل روز با تندرستی (برگزاری چالش تندرستی با حذف روغن به مدت چهل روز از سفره ی خانواده و مصرف غذاهای آب پز و بخارپز)
خادمین مساجد	۲	✓	۱۰	دستهای بهشتی (تهیه ی بروشور دستورالعمل های بهداشتی با توجه به نکات بهداشتی و احادیث مربوط به آئمه و پخش در مساجد)
مادر و کودک	۲	✓	۵	مسیر تازه (شناسایی و تهیه کلیپ از نقاط پر خطر توسط جمعی از مادران و تحلیل کارشناسانی و ارائه راه حل از جانب روانشناس)
دخانیات	۳	✓	۵	جهان بدون دود (راه اندازی پیچی با نام جهان بدون دود و با هدف آگاهی رسانی از مضرات سیگار به شهروندان منطقه ۲۲)

نام کانون	تعداد اعضای کانون آموزش دیده	تشکیل گروه	تعداد اعضای گروه	اقدام کانون
محیط زیست	۲	✓	۲۰	خداحافظ پلاستیک (برگزاری کلاس های حضوری با رعایت نکات بهداشتی و با هدف گاهی بخشی از مضرات مصرف پلاستیک و تهیه های بنرهای آموزشی بصورت مجازی و انتشار در گروه های واتس آپی
افراد دارای معلولیت	۲	✓	۵	از بی راهه تا راه (تهیه ی یک مقاله مفصل و جامع بررسی و اندازه گیری دقیق و علمی معابر، پله ها، پل ها، جداول، پارکینگ ها، ورودی های ساختمان ادارات و سازمان ها و . . با حضور در محل توسط شخص معلول و کارشناسان مربوطه)
اهدا	۲	✓	۵	اعضای یک پیکر (تهیه کلیپ آموزشی فواید و نحوه ی اهدای پلاسما
پزشکان	۳	✓	۹	زندگی منهای استرس (برگزاری کارگاه های حضوری با رعایت نکات بهداشتی و با عنوان استرس، پیشگیری و درمان و راه اندازی صفحه ی اینستاگرام در حوزه اطلاعات سلامت)
جمع بهره مندان	۲۴ نفر	-	۱۰۵ نفر	-



جمع بندی

با اجرای طرح همگام سلامت، ۳۷۴ نفر از داوطلبان فعالیت های تسهیلتی در سطح شهر تهران به طور مستقیم آموزشهای مقدماتی و پیشرفته تسهیلتی را فراگرفتند. طول مدت این آموزشها، مجازی بودن آن، دقت و حساسیت بالا در انتخاب افراد شرکت کننده و انجام عملیاتی آموزشهای تسهیلتی در قالب تشکیل زیر گروههای جدید و تعریف یک اقدام خرد در هر کانون از ویژگی های خاص این طرح است. در ادامه به برخی از نتایج ملموس اجرای فاز اول طرح همگام سلامت در سال ۱۳۹۹ پرداخته خواهد شد.

۱. پیداکردن افراد داوطلب واقعی: در این طرح دقت و حساسیت ویژه‌ای صرف انتخاب حلقه اول آموزش شد. برخلاف بسیاری از طرحها افراد با اجبار و اصرار و یا نا آگاهی وارد طرح نشدند. از ابتدا شاخص هایی برای افراد واجد حداقل های لازم برای تسهیلتی شدن تعیین شد. تیم مجری به قیمت چندین بار رد کردن صلاحیت افراد معرفی شده و در رفت و برگشت با اداره سلامت مناطق، موفق شد افرادی را جذب کنند که ویژگیهای یک داوطلب واقعی از جمله داشتن وقت آزاد و اشتیاق برای فعالیت رایگان در زمینه مورد علاقه شان را داشته باشند. درس مهمی که در مراحل بعدی طرح گرفته شد این بود که هر چقدر زمان برای انتخاب افراد درست در فرآیند آموزش تسهیلتی گذاشته شود نتیجه آن سهولت کار کردن با افراد در طول برنامه آموزشی، جلوگیری از ریزش افراد در نیمه کار و اجرای بهینه پروژه خرد محلی خواهد بود.

۲. شبکه‌سازی بین اعضای کانونهای مختلف در یک منطقه: از آنجایی که حاضرین در کارگاههای آموزشی از هر ۱۱ کانون بودند در طول چند ماه تعامل و حضور در کارگاههای مشترک توانستند ضمن آشنایی با رسالت سایر کانون ها به هم افزایی بپردازند و در مواردی نیز پروژههای مشترک تعریف نمایند. اهمیت این آشنایی در این است که پس از خروج تسهیلتی از منطقه همچنان باقی مانده است و سبب ساز همکاری و همیاری کانونهای سلامت منطقه خواهد شد.

۳. آشنایی با رسالت و اهداف کانونها: درصد بالایی از شرکت کنندگان در طرح همگام سلامت -حتی افرادی که سالها سابقه عضویت داشتند- تعریف درستی از کانون ها و اهداف و چشم انداز آنها و حتی چارت سازمانی کانون نداشتند. بخشی از طرح همگام سلامت به معرفی کارکرد و رسالت حقیقی کانونها و ویژگی های یک داوطلب برای عضویت در آنها پرداخت. همچنین در طول طرح اعضا با دبیر کل کانون و دبیرهای منطق های کانون ها آشنا شدند.

۴. **افزایش اعضا فعال:** در طول اجرای طرح، افرادی تحت آموزش تسهیلگری قرار گرفتند و حاضر به صرف زمان و منابع خود برای کانون‌ها گشتند که پیش از این عضو کانون نبودند.
۵. **افزایش اعضای بهره‌مند:** اعضا فعال توانستند در طول ۵ ماه به شکل دهی گروه‌های فرعی جدید در هر منطقه بپردازند و از این طریق تعداد قابل توجهی اعضای بهره‌مند را بر اساس آمارهای ارائه شده در جداول موجود در گزارش، با کانون‌ها آشنا نمایند.
۶. **توجیه تفاوت افراد فعال و بهره‌مند در کانون:** اکثریت دبیران محله‌های کانون‌ها تفاوت بین یک عضو داوطلب با افراد بهره‌مند از خدمات کانون را تمیز نمی‌دادند و غالباً در هر محله تنها دبیر محله‌های فعال بود و بقیه محله خدمت‌گیرنده بودند و عملاً عملکرد در قالب یک کانون و گروه وجود نداشت. در طول طرح افراد تحت آموزش با لزوم کار گروهی در محله آشنا شدند.
۷. **ایجاد رقابت بین کانون‌ها:** در مرحله اجرای فعالیت خرد محل‌های از آنجایی که تسهیلگران همه کانون‌ها در یک کلاس حضور داشتند رقابت مفیدی بر سر اجرای درست تر فعالیت و جذب اعضای بیشتر بین کانون‌ها شکل گرفت که منجر به اشتیاق غیر دستوری گروه‌ها برای فعالیت بیشتر گردید.
۸. **افزایش ارتباط کانون‌ها با کارشناسان و مدیر سلامت مناطق:** از آن جایی که در اکثر گروه‌های مجازی حداقل یک کارشناس سلامت هر منطقه حضور داشت؛ ارتباطات نزدیک تری بین اداره سلامت منطقه و اعضای کانون‌های مناطق شکل گرفت. این ارتباطات میتواند تبعات مثبت زیادی از جمله اجرای پرشورتر کارویژه‌های مناطق و نیز تعریف طرح‌های جدید در هر منطقه داشته باشد.

فاز دوم همگام سلامت

با توجه به تشکیل گروه های همگام سلامت کانون ها در کلیه مناطق و آموزش دو نفر از هر کانون، به عنوان تسهیلگر، فاز دوم طرح همگام سلامت در قالب برنامه ریزی کارویژه هایی متناسب با هر کانون با تسهیلگری دبیران آموزش دیده در سطح منطقه صورت می گیرد.

اداره کل سلامت شهرداری تهران در سال ۱۳۹۹ در راستای ارتقاء سطح مشارکت شهروندان در حوزه سلامت، حمایت از ایجاد تشکل های محلی، تلاش در تسهیل ورود و ایفای نقش در تصمیم گیری های محلی اقدام به اجرای طرح همگام سلامت نمود. طرح همگام سلامت با مشارکت اعضای کانون های ۱۱ گانه سلامت محله های شهر تهران به عنوان یکی از پتانسیل های اصلی شهر تهران در حوزه ی سلامت مورد طراحی و اجرا قرار گرفته است .

با اجرای طرح همگام سلامت، ۳۷۴ نفر از داوطلبان فعالیت های تسهیلگری در سطح شهر تهران به طور مستقیم آموزش های مقدماتی و پیشرفته تسهیلگری را فراگرفتند. طول مدت این آموزش ها، مجازی بودن آن، دقت و حساسیت بالا در انتخاب افراد شرکت کننده و انجام عملیاتی آموزش های تسهیلگری در قالب تشکیل زیر گروه های جدید و تعریف یک اقدام خرد در هر کانون از ویژگی های خاص این طرح است . گزارش حاضر برآن است تا ضمن ارائه ی تاریخچه ای از روند شکل گیری و فراز و فرود این طرح، وضعیت اجرای طرح در مناطق ۲۲ گانه شهر تهران را ارائه نماید.

