

بسیاری از داروهای مورد استفاده بدون نسخه از جمله داروی ضد سرفه، سرماخوردگی، آنفولانزا و زکام باعث گیجی ناخواسته می‌شوند که ممکن است رانندگی را با مشکل روبه‌رو کند.

**خوب است  
 سفیر شادی بودن**

یکی از چالش‌های جدی کشورهای در حال توسعه در جهان امروز توجه به حفظ منابع آب و حفاظت و بهره‌برداری بهینه از آن در کنار پرداختن به زیرساخت‌های توسعه در این کشورهاست. با وجود اینکه نزدیک به ۷۰ درصد از سطح زمین را آب فراگرفته است، ولی بحران آب در بسیاری از کشورهای جهان از جمله ایران روز به روز ابعاد پیچیده‌تری به خود می‌گیرد. امروزه کمبود و آلودگی آب زندگی بسیاری از انسان‌ها از جمله مردم استان‌های جنوب شرقی کشور به ویژه استان سیستان و بلوچستان را بشدت با خطر مواجه کرده است. با توجه به اینکه نجات زندگی افراد، حفاظت از معاش آنها و ممکن ساختن زندگی سالم و ایمن از اهداف استراتژی ۲۰۲۰ است، جمعیت هلال احمر بر آن شد تا با اعزام جمعی و مشارکت حداکثری اعضا (سفیران بشر دوستی) در بحران خشکسالی استان سیستان و بلوچستان قدمی هر چند ناچیز بردارد و به ضروری‌ترین نیاز ساکنان منطقه پاسخ بگوید.



عکس‌ها: هلال احمر مازندران

نگاهی به طرح مازندرانی‌ها برای مشارکت در نذر آب

**از رامسر تا گلوگاه با کاروان بشر دوستی هلال**

راضیه زرگری | جمعیت هلال احمر یک نهاد ملی و بین‌المللی و مردم‌نهاد است که در مسائل استراتژیک داخلی و بین‌المللی بی‌تفاوت نبوده و نیست و یکی از اصلی‌ترین کنشگران در بحران‌ها محسوب می‌شود. در این بین جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران یکی از فعال‌ترین جمعیت‌های ملی در میان فدراسیون بین‌المللی صلیب سرخ و هلال احمر است. خشکسالی یکی از جدی‌ترین بحران‌های جهانی در سال‌های اخیر است که همه‌سازمان‌های جهانی به نوعی خود را مسئول کم‌رنگ کردن پیامدهای منفی آن برای انسان‌ها می‌دانند. در ایران نیز خشکسالی بیش از حد دامنگیر استان‌های جنوب شرقی به ویژه کرمان، خراسان جنوبی و سیستان و بلوچستان شده است.

به طوری که زندگی عادی و روزمره بسیاری از مردم این نواحی را فلج کرده است. جمعیت هلال احمر در حالی که موظف به ورود این مسأله و کمک به مردم بحران زده نبوده، اما بر اساس ماهیت این نهاد در قالب طرح نذر آب به کمک مناطق محروم سیستان و بلوچستان شتافت. همه استان‌ها در این طرح سهیم شدند و کمک‌های نقدی و غیر نقدی مردمی که مهم‌ترین آن آب آشامیدنی بود، برای سیستانی‌ها جمع کردند. گزارش پیش‌رو به طرح جالب هلال احمر استان مازندران می‌پردازد؛ راه‌اندازی کارواناواول بشر دوستی برای حمایت از زندگی و کرامت انسانی با هدف جمع‌آوری آب معدنی برای کمک به متاثران از بحران خشکسالی در سیستان و بلوچستان.

**قطره‌های زرین آب برای حس حیات**  
 کارواناواول بشر دوستی با هدف جمع‌آوری آب معدنی با مشارکت سفیران بشر دوستی همراه با برنامه‌های فرهنگی گروه‌های هنری و ورزشی و با شعار: «با قطرات زرین آب، حس حیات را به تک‌تک سیستانی‌ها و بلوچستانی‌ها هدیه دهیم.» برنامه هلال احمر استان مازندران برای کمک به هموطنان متاثر از خشکسالی در سیستان و بلوچستان است. اکبری رئیس جمعیت هلال احمر مازندران می‌گوید: ما هم مثل همه مردم ایران با مردم محروم سیستان همدرد هستیم. کارواناواول بشر دوستی که حاصل آن جمع‌آوری آب معدنی و کمک‌های نقدی برای مردم مناطق تحت‌تأثیر از خشکسالی در استان سیستان و بلوچستان است، در راستای یکی از اهداف چهارگانه استراتژی ۲۰۲۰ یعنی «حمایت از

سلامت و زندگی انسان‌ها» طرح‌ریزی و اجرا شده است. کارواناواول بشر دوستی چه کاری برای مردم سیستان انجام داده است؟

جمعیت هلال احمر در این مسیر از تمام ظرفیت‌های خود اعم از کانون‌های جوانان، دانش‌جویی، طلاب و کانون‌های روستایی بهره برده است. به گفته لیلی احمدی، معاونت جوانان هلال احمر مازندران در این بین میثاق‌نامه‌ای به اعضای دبیران شورای مرکزی کانون‌ها رسیده است تا حضور شایسته‌ای در کمپین آب داشته باشند. کارواناواول بشر دوستی هلال احمری‌های مازندران از غربی‌ترین نقطه استان یعنی شهرستان رامسر شروع شده است؛ شهر به شهر جلو می‌رود و بشر دوستی و کمک کردن به هم‌نوع را ترویج می‌کند. ایستگاه‌های مختلفی را پشت سر گذاشته و در طول بیش از یک‌ماه کمک‌های قابل توجهی برای مناطق محروم سیستان جمع‌آوری کرده است. آشنایی و آگاهی مردم با فعالیت‌های بشر دوستانه جمعیت هلال احمر در کنار فعالیت‌های امدادی، حضور و مشارکت حداکثری اعضای جوانان در فعالیت‌های بشر دوستانه، نقش آفرینی جوانان در امور بشر دوستانه و مشارکت آنان برای رفع نیازهای مردم و ایجاد یک فرصت مناسب برای فرهنگ‌سازی و تبلیغات صرفه‌جویی در آب با اجرای طرح کارواناواول بشر دوستی، اهداف محقق شده در اجرای این طرح است.

**کارواناواول بشر دوستی که حاصل آن جمع‌آوری آب معدنی و کمک‌های نقدی برای مردم مناطق تحت‌تأثیر از خشکسالی در استان سیستان و بلوچستان است، در راستای یکی از اهداف چهارگانه استراتژی ۲۰۲۰ یعنی «حمایت از سلامت و زندگی انسان‌ها» طرح‌ریزی و اجرا شده است**

**نذر آب جایگزین نذورات**

هدف طرح علاوه بر اعضای کانون‌های مختلف، غنچه‌های هلال احمری داوطلبان، امدادگران، نجاتگران، کارکنان جمعیت هلال احمر و خانواده‌هایشان به همراه عموم مردم مازندرانی بودند که از غرب استان در شهرستان رامسر آغاز و پس از طی مسیر یک‌ماهه به سمت شرق استان در شهرستان گلوگاه به نقطه پایان رسید. احمدی به «شهر نذر» می‌گوید: حمایت هنرمندان و ورزشکاران بنام استان در طول برگزاری این کارواناواول جذابیت ایده را برای مردم بیشتر کرد و شاهد برنامه‌های بسیار جذابی در شهرهای استان بودیم؛ همین‌طور در میان مردمی که از نیت کار با خیر می‌شدند، بسیاری از آنها نذورات محرم و ایام سوگاری امام حسین (ع) را برای کمک به سیستانی‌ها اختصاص می‌دادند.

**مشارکت مردمی**

حمایت از زندگی و کرامت انسانی یکی از اصلی‌ترین اهداف طرح مشارکتی هلال احمر مازندران در نذر آب است؛ اولویت اصلی این کارواناواول ارسال تانکر آب و بطری‌های آب معدنی به هموطنان سیستان و بلوچستانی عنوان شده است؛ اما برپایی بازارچه صنایع دستی، ایستگاه سلامت و حضور خودروی سیار انتقال خون استان و اهدای خون از دیگر برنامه‌های این مراسم بود. کارواناواول بشر دوستانه، حفاظت از زندگی و حفظ کرامت انسانی پس از عبور از ۱۹ شهرستان مازندران، در آخرین ایستگاه خود، به شهرستان سوادکوه و شهر زیرآب رسید. مهدی معین لومکی، معاون امور داوطلبان هلال احمر مازندران، با اعلام اینکه کارواناواول بشر دوستی، حفظ زندگی و کرامت انسانی در طی یک ماه، از رامسر تا گلوگاه در ۲۰ شهر استان برگزار شد، عنوان کرد که طی کارواناواول یک‌ماهه میزان ۴ هزار و ۷۰۰ باکس آب معدنی و حدود ۳۸۰ منبع آب برای هدیه به مردم سیستان و بلوچستان جمع‌آوری و جمعاً میزان کمک استان ۲ میلیارد ریال بوده است. وی با بیان اینکه تاکنون دو بار این کمک‌ها به مردم سیستان و بلوچستان فرستاده شده، مقدار آن را حدود ۵ هزار باکس آب معدنی و ۴۷۵ تانکر آب و افزون بر ۲۰۷ میلیون ریال وجه نقد اهدایی مردم خونگرم مازندران عنوان می‌کند که از طریق پایگاه‌های هلال احمر جمع‌آوری شد. مجموع ارزش ریالی کمک‌های مردم مازندران اعم از نقدی و غیر نقدی بالغ بر دو میلیارد و ۳۱۵ میلیون ریال بوده است. طرح کارواناواول بشر دوستی و کرامت انسانی به صورت انحصاری در استان مازندران اجرا شده و هدف کمک به مردم سیستان از یک بطری تا یک تانکر آب بوده است. مسئولان استان امیدوارند این طرح ادامه یابد؛ لومکی با بیان اینکه یکی از شاخص‌های توسعه اجتماعی مشارکت مردمی است، به مشارکت بی‌نظیر مردم استان در حمایت از کارواناواول بشر دوستی اشاره کرد.



داوطلب هلال احمر مازندران در گفت‌وگو با «شهر وند»:

**در میر جاوه احساس غریبی نمی‌کردیم**

می‌کردند کاش این کمک‌مقطعی نباشد. این برایم قابل توجه بود که مردم خونگرم سیستان با همه مشکلاتی که داشتند، نسبت به زندگی امیدوار بودند، به خصوص کودکان که فارغ از شرایط زندگی شوق و ذوق خاصی به زندگی و اتفاق‌های پیرامونشان داشتند. جالب است مابرای تغییر روحیه بیچه‌ها در اوج کم‌آبی، برایشان آسپازی راه‌انداختیم؛ با یک نایلون بزرگ و دو بطری آب معدنی استخراج درست کردیم و بیچه‌ها خیلی لذت بردند.

● استان مازندران در ایده‌های جالب کارواناواول با عنوان بشر دوستی برای جمع‌آوری کمک‌های نقدی و آب معدنی و انتقال به سیستان به راه‌انداختن؛ اقدام جمع‌آوری شده نیز در منطقه میر جاوه مورد استفاده قرار گرفت؟

بله، کمک‌های بسیار خوبی توسط مردم مازندران جمع‌آوری شد؛ تانکرهای آب و بطری‌های آب معدنی و کمک‌های نقدی تا جایی که من اطلاع دارم اغلب روستاهای اطراف میر جاوه را تحت پوشش قرار داد. صدها بسته حمایتی، معیشتی، بهداشتی و وسایل کمک‌آموزشی از محل مشارکت‌های داوطلبانه مردم مازندران تهیه شده و به دست مردم منطقه رسیده است.

توان افزایش خانواده‌ها در برابر بحران‌ها و حوادث غیر مترقبه و در واقع یک نوع آمادگی برای عوامل انسانی در مواجهه با خطر بود.

● تیم پزشکی که در این مدت همراه شما بودند به کدام تخصص‌ها مسلط بودند؟

تیم پزشکی تخصصی ۱۶ نفره کاروان سلامت متشکل از پزشکان اطفال، پوست، آنکولوژی، گوش و حلق و بینی و پزشک زنان و همچنین با تجهیزات و پزشکانی در حوزه آزمایشگاه، داروخانه و دندان پزشکی در شهرستان میر جاوه مستقر بودند. بهداشت دهان و دندان از مواردی بود که ساعت‌ها برای فرهنگ‌سازی این موضوع برنامه و کلاس برگزار شد؛ جالب است میزان پذیرش مردم منطقه در مباحث آموزشی خیلی خوب و مثبت بود و تشنه دانستن و یاد گرفتن مباحث بودند. متأسفانه فقر فرهنگی در

شهر وند | سیستان و بلوچستان در روزهای سخت تنها نیست؛ دسته‌دسته و گروه‌گروه کمک‌های نوع‌دوستانه مردمی که سرشار از مهر و همدردی است، در ماه‌های تابستان به روستاهای کمتر برخوردار سیستان بر اساس اولویت نیازمندی سراسر بر شده تا لیخند بر لبان کودکان سیستانی بیابرد و مرهمی هر چند اندک برای زخم‌های فراوانشان باشد. هلال احمر استان مازندران هم از این قافله عقب نمانده و گروه‌های امدادی و متخصص پزشکی را برای کمک به مردم منطقه میر جاوه سیستان و روستاهای اطرافش اعزام کرده است. رحمت قاسمی کارشناس ارشد روانشناسی عمومی و داوطلب هلال احمر از کسانی که همراه این تیم بوده در گفت‌وگو کوتاهی با «شهر وند» از حال و هوای روزهای حضور در منطقه مرزی میر جاوه می‌گوید.

● کاروان سلامت استان مازندران چه زمانی به سیستان اعزام شد و این گروه چه تخصص‌هایی داشت؟

این برنامه از ۱۲ تا ۱۶ مرداد با استقرار تیم‌های اعزامی هلال احمر مازندران در شهرستان میر جاوه اجرایی شد. ۸۰ نیروی مجرب اعم از جوانان، داوطلبان و امدادگران در روستای «چون آباد» شهرستان میر جاوه در قالب تیم سحر مستقر شده و در طول چند روز به اجرای برنامه‌های خود

برای مردم روستاهای مرزی سیستان مشغول بودند. پیش از این به عنوان داوطلب و متخصص روانشناسی به مدت دو هفته در کرمانشاه هم حضور و تجربه مشاوره روانشناسی و مشاور کودک را در منطقه میر جاوه داشتم. بهداشت و سلامت روان کودکان را در برنامه‌هایی مثل ایستگاه نقاشی، بازی و خلاقیت پیش بردیم که با شناخت و ارتباط گیری در بازی، توانایی‌ها و خلاقیت‌های کودکان را شناسایی کردیم. به‌طور کلی تجربه بسیار خوبی بود، با توجه به شرایط آب‌وهوایی و محرومیت‌هایی که دامنگیر این مردم شده است، برنامه‌های تیم سحر متمرکز بر توان‌افزایی افراد در بحث آموزش‌های خانواده، خلاقیت کودکان و کمک‌های اولیه بود. به علاوه طرح ابتکاری آموزشی زنگ حیات از سوی جمعیت هلال احمر مازندران در این روزها برگزار شد که شامل همان بحث‌های امداد و کمک‌های اولیه جهت

گفت‌وگو

