

حدود ۸۵ درصد از رانندگانی که باعث تصادفات مرتبط با خواب می شوند، مرد هستند و حدود یک سوم آنها حداکثر ۳۰ سال سن دارند.

ساعت کاری داروخانه های هلال احمر همزمان با تعطیلات ۱۴ تا ۱۷ خرداد ۹۸ اعلام شد. بر اساس اعلام روابط عمومی سازمان تدارکات پزشکی، با توجه به تعطیلات روزهای سه شنبه ۱۴ تا جمعه ۱۷ خرداد ماه، ساعت کاری داروخانه های هلال احمر به شرح ذیل اعلام شده است:

**داروخانه مرکزی** در این تعطیلات از ساعت ۸ صبح تا ۱۳ باز است و نماینده بیمه نیروهای مسلح برای تایید نسخه در داروخانه حضور خواهد داشت. **نماینده بیمه های تامین اجتماعی و بیمه سلامت** در تعطیلات در داروخانه حاضر نبوده و بیماران برای تایید نسخه خود باید در این مدت به دفتر مرکزی مراجعه کنند. **داروخانه تهرانپارس** در این ایام تعطیل است.

## اعلام ساعت کار داروخانه های هلال احمر در تعطیلات ۱۴ تا ۱۷ خرداد

## فرجام



### این تیم همیشه آماده

داوطلب کرمانی مهارت های امدادی را به ۲۸ بانوی علاقه مند آموزش می دهد

در قامت یک بانوی کوهنورد، بسیاری از قلل مرتفع داخلی را فتح کرده و اکنون به عنوان نخستین بانوی مربی برف و یخ و سنگ نوردی در طبیعت استان کرمان نیز شناخته می شود. فرشته امیر تیموری، داوطلب هلال احمر کرمانی که همراه با همسرش در پایگاه امداد و نجات کوهستان صاحب الزمان (عج) نیز فعالیت می کند و در عملیات های امداد و نجات نیز کمک حال امدادگران بوده است، علاوه بر برگزاری کلاس ها و دوره های متعدد آموزش کوهنوردی کار ویژه ای برای بانوان کرمانی انجام داده است.

امیر تیموری محوطه پایگاه کوهستانی صاحب الزمان (عج) را به مکانی برای آموزش مهارت های امدادی و تمرین دادن ۲۸ بانوی علاقه مند به امداد و نجات کوهستان تبدیل کرده است. مدت هاست که آخر هفته ها و هر زمانی که فرصتی مناسب برای آموزش مهارت های امدادی فراهم شود این گروه با انگیزه دور هم جمع می شوند تا برای امداد رسانی در مواقع لزوم آماده بوده و در حوادث و بلایای مختلف کنار خانواده های آسیب دیده باشند.

بانوی خوش فکر کرمانی در این باره می گوید: «حدود ۲ سال از تشکیل این گروه می گذرد و بانوان علاقه مند بسیاری به جمع ما اضافه شده اند. در این کلاس ها دوره های امداد و نجات کوهستان، دوره های جاده، آوار، اسکان و... را با هم تمرین می کنیم. شاید اکنون در حوزه امداد و نجات کوهستان از توانایی های بانوان علاقه مند استفاده نمی شود اما ما تلاش می کنیم با حفظ آمادگی کامل، برای حضور در هر عملیاتی توانایی داشته باشیم.»

امیر تیموری از حضور اعضای گروه آماده عملیات بانوان کرمان در حوادث مختلف می گوید: «علاوه بر برگزاری مانورهای مختلف در محدوده کوهستان صاحب الزمان (عج)، بانوان گروه مادر زلزله همدک کرمان هم حاضر بودند.

از آنجایی که تمرین های لازم را از قبل انجام داده بودیم، بخشی از کار چادر زنی برای اسکان آسیب دیدگان، مداوای بیماران و حمایت روانی خانواده های زلزله زده را بر عهده گرفتیم. همچنین می خواهیم این آمادگی برای حضور در هر عملیاتی که به کمک ما نیاز باشد حفظ شود. در نتیجه برای بعد از ماه رمضان هم دوره های آمادگی جسمانی، آموزش های فنی در حوزه کوهستان، نقش خوانی و بقادر شرایط سخت را برای اعضای گروه در نظر گرفته ایم.

علاوه بر ورزش دوچرخه سواری، به عنوان یک کوهنورد حرفه ای به بسیاری از قلل مرتفع ایران و جهان صعود کرده ایم. کمی درباره فعالیت های کوهنوردی تان توضیح دهید.

برخی از دورهای تخصصی کوهنوردی را در انگلستان گذراندم و ۹ سال است که به عنوان یک کوهنورد حرفه ای در گروه های کوهنوردی فعالیت می کنم. علاوه بر ۱۶ بار صعود به قله دماوند، فتح سیلان، علم کوه، اشترانکوه و... تجربه ۳ بار صعود به قله صعب العبور منت بلان، آارات، بن نویس اسکاتلند، اسنو دون ولز، قله کازیک گرجستان که به اورست کوچک معروف است را نیز در میان قله های خارجی در کارنامه ام دارم. متأسفانه عضویت در تیم های امداد و نجات کوهستان هلال احمر محدودیت سنی دارد و از آنجایی که من ۵۳ سال دارم نتوانستم عضوی از این تیم ها باشم. در حالی که یکی از آرزوهایم عضویت در تیم های امداد و نجات کوهستان هلال احمر است و می دانم که این توانایی و تجربه را هم دارم. امیدوارم مسئولان نگاه ویژه ای به من داشته باشند و به شرط سنجش توانایی هایم این مجوز را به من بدهند که بتوانم عضوی از این فعالیت بشر دوستانه هلال احمر باشم.



بله چند سالی بود که به عنوان یک دوچرخه سوار سایکل توریسیم، جاده های بسیاری را رکاب می زدم. وقتی بیشتر با هلال احمر آشنا شدم، فهمیدم مسئولیت امداد و نجات در حوادث تنها مسئولیت هلال احمر نیست، بنابراین تصمیم گرفتم به عنوان یک دوچرخه سوار سایکل توریسیم، پیام هلال احمر را در حوزه های مختلف به گوش مردم برسانم و همچنین نقشی در آشنا کردن مردم با هلال احمر و فعالیت هایش داشته باشم.

### در این حوزه چه فعالیت هایی انجام دادید؟

کار را از استان خودمان ایلام شروع کردم و تا به حال دو سفر طولانی با عنوان داوطلب هلال احمر در این استان داشتم. یکی از معضلاتی که مدت هاست گریبان استان های غربی و جنوبی کشور را گرفته مسأله زیرگرداسست. موضوعی که تا حدودی با توجه جدی تر مردم به حفظ محیط زیست و پوشش گیاهی قابل پیشگیری است. در نتیجه تصمیم گرفتم به عنوان یک داوطلب هلال احمر مردم را با اهمیت حفظ محیط زیست و رسیدگی به درختان بلوط در ایلام که نقش مهمی در تعادل آب و هوا و جلوگیری از گرد و غبار و البته وقوع سیل در استان دارد آشنا کنم. دوچرخه ام را برداشتم و با هماهنگی منابع طبیعی استان و با شعار حفاظت از درختان بلوط، مسیر کوهستانی و صعب العبور دره شهر به ایلام را رکاب زدم.

### واکنش مردم چه بود؟

به هر روستایی که می رسیدیم به عنوان یک داوطلب هلال احمر اهالی را بسا مزایای حفظ پوشش گیاهی منطقه آشنا می کردم. خیلی ها وقتی می دیدند یک دوچرخه سوار به دل جاده های صعب العبور استان زده تا این پیام را به گوش همه برساند، می گفتند آنها هم برای عملی کردن این شعار در روستا تلاش خواهند کرد.

### در سفر دوم تان چه شعار و هدفی داشتید؟

در سفر به دور استان ایلام، شعار «ورزش، سلامت و آرامش»، انتخاب کردم. در این سفر یکی از اهدافم آشنا کردن مردم با نهاد هلال احمر، فعالیت های مختلفش و رساندن پیام صلح و دوستی این نهاد عام المنفعه به مردم بود.



۵۳ ساله  
حسن ساعدی  
سابقه عضویت  
۳ سال

## آن مرد جانباز با دوچرخه آمد...

ادای دین منحصر به فرد داوطلب هلال احمر دره شهر به این نهاد عام المنفعه

جاده های صعب العبور ایلام را با عشق رکاب زده تا مردم سرزمین مادری اش را به حفاظت از محیط زیست و پوشش گیاهی اقلیم مشترکشان دعوت کند. داوطلبی که برای بچه های زلزله زده کرمانشاه پیک شادی بود و برای کودکان سیل زده لرستان، مثل پدری مهربان. داوطلب با انگیزه ای که برای خدمت رسانی به مردم حادثه دیده کشورش تنها یک لباس هلال احمر، یک دوچرخه و البته جاده ای طولانی نیاز دارد. جاده ای که تنها با عشق به خدمت می توان خستگی هایش را فراموش کرد. حسن ساعدی، دوچرخه سوار سایکل توریسیم ایلامی از عشقش به هلال احمر می گوید و از انگیزه هایش برای ادای دین خاصش به این نهاد عام المنفعه. انگیزه ای که او را از لندن به شهر پدری اش «دره شهر» کشاند تا مرهمی برای درد کودکان حادثه دیده میهنش باشد. در ادامه گفت و گوی ما را با این داوطلب و ورزشکار ایلامی می خوانید.

### چه شد که گذر یک دوچرخه سوار سایکل توریسیم به مناطق زلزله زده کرمانشاه و سپس شهرهای سیل زده غرب کشور افتاد؟

همه چیز به ماجرای آشنایی ام با هلال احمر و صلیب سرخ جهانی برمی گردد. در دوران جنگ تحمیلی از ناحیه فک، صورت و پیشانی آسیب های جدی دیدم. همان روزها در ایران جراحی های متعددی روی صورت، بینی و پیشانی ام انجام شد اما مشکلات جدی فک قابل حل نبود. پزشکان داخلی پیشنهاد کردند برای جراحی به انگلستان بروم. اما هزینه سفر و البته هزینه های جراحی بسیار سنگین بود و نتوانستم از عهده هزینه سفر به لندن بر بیایم. آنجا بود که با نهادهای به نام صلیب سرخ و فعالیت های بشر دوستانه اش آشنا شدم.

### این آشنایی چگونه رقم خورد؟

پس از معاینات پزشکی در بیمارستان های لندن فهمیدم هزینه جراحی از آن چیزی که تصور می کردم بیشتر است. از سوی بیمارستان به یکی از سازمان های خیریه لندن معرفی شدم و آنها هم من را با صلیب سرخ انگلستان آشنا کردند. صلیب سرخ اما برای من که یک جانباز ایرانی بودم سنگ تمام گذاشت. برایم مترجم اختصاصی گرفتند و من را به یک پزشک فوق تخصص معرفی کردند. کمی بعد از جراحی سخت با موفقیت انجام شد و هزینه های جراحی را هم صلیب سرخ پرداخت کرد. وقتی دیدم چنین نهادهای با اهداف متعالی بشر دوستانه وجود دارد که بدون توجه به مرزها، ملیت، رنگ، مذهب و... خدمت رسانی می کند، عهد کردم یک روز دینم را به این نهاد ادا کنم.

### عکس های یک داوطلب هلال احمر که با دوچرخه، عروسک ها و اسباب بازی های رنگارنگ، سراغ بچه های زلزله زده رفته است، نشانه همان ادای دینی است که دنبالش بودید؟

بله همیشه دنبال فرصتی بودم که آن محبت بی منت را جبران کنم. پس از سال ها اقامت در انگلستان به ایران برگشتم. همان روزها بود که زلزله تلخ کرمانشاه اتفاق افتاد. با خودم گفتم این همان فرصتی است که باید لباس هلال احمر را بپوشم. به هلال احمر ایلام مراجعه کردم و موضوع را به آنها اطلاع دادم. لباس داوطلبی پوشیدم، دوچرخه ام را با تعداد زیادی عروسک و اسباب بازی برداشتم و با هماهنگی هلال احمر راهی مناطق زلزله زده شدم. البته از آنجایی که به زبان انگلیسی هم تسلط دارم به عنوان مترجم هم با یک تیم آلمانی که به مناطق زلزله زده آمده بودند همکاری می کردم.

### تصاویری که از لبخند بچه های زلزله زده کرمانشاهی در کنار شما ثبت شده، نشان می دهد در هدف تان موفق بودید. کمی از لذت هدیه دادن به بچه ها و امدادگر کوچک روستای چم مهر



امدادگر کوچک روستای چم مهر

حسن ساعدی در حادثه سیل اخیر لرستان نیز به مثل پدری مهربان همراه کودکان سیل زده بود. او علاوه بر برگزاری همایشی با حضور ورزشکاران دره شهر ایلام برای جمع آوری کمک های مردمی برای سیل زدگان، با همان دوچرخه معروفش راهی مناطق سیل زده لرستان شد تا اشک های بچه های سیل زده را به لبخند تبدیل کند. او یکی از به یاد ماندنی ترین خاطر آتش را از این سفر امدادی برای مان تعریف می کند: «مشغول توزیع اقلام امدادی در میان چادرهای روستای چم مهر لرستان بودیم که با آناهیتا دختر ۸ ساله این روستا آشنا شدم. وقتی با اقلام امدادی و بسته های غذایی به روستای آنها رسیدیم، پدرش کمک حال ما شده بود تا اقلام امدادی به همه برسد. آناهیتا اما کنار چادر ایستاده بود و تمام وقت نگاهمان می کرد. نزدیکش که رفتم گفت: «عمو لباس هلال احمرت رو به من میدی؟» وقتی اشتیاقش را دیدم بلافاصله کاووم را به او هدیه دادم. اما با تعجب دیدم کاووم را پوشید و یکی از بسته ها را از من گرفت. بعد رفت سراغ چادر بعدی تا مثل یک امدادگر در توزیع اقلام امدادی کمک مان کند. یکی دو چادر که جلورفت، بچه های روستا هم با او همراه شدند. کارهایی که خطری برایشان نداشت و از عهده اش بر می آمدند را به آنها سپردیم. شب وقتی کارمان در روستای چم مهر تمام شد، با خودم فکر کردم امروز مهم ترین کارم را در هلال احمر انجام دادم. اینکه این بچه ها از همین حالا دوستی و بشر دوستی را یاد گرفته اند و حالا دیگر این لباس را به عنوان نمادی برای خدمت رسانی به هم نوحه شان می شناسند.

