

روایت زندگی

قصه ترانه؛ فراخوان کمک برای نجات یک خانواده

ترانه همیشه می‌گوید زندگی‌اش از همان روزی گم شد که در ۱۸سالگی پشت در چوبی خانه پدری، زیر نگاه‌های سنگین برادرها، مجبور شد جواب «بله» بدهد؛ بله‌ای که نه از دل آمد و نه از عقل. مردی که ۱۵ سال از خودش بزرگ‌تر بود، بیکار، خسته، بی‌هدف و گرفتار تبلی ممتد، همانی بود که خانواده‌اش او را «قسمت» ترانه می‌دانستند. ترانه از همان شب اول فهمید که قسمت را باید با دو دستش روی دوشش بکشد؛ سنگین، بی‌رحم و بدون هیچ امیدی به تغییر.

سال‌های بعد فقط گذشتند؛ گذشتنی تلخ. ترانه با کارگری در خانه مردم، شستن پله‌ها، بسته‌بندی خشکبار و هر کاری که پیدا می‌شد، زندگی را می‌چرخاند. دو فرزندش -سوران و سارا- در آغوش او بزرگ شدند، نه در آغوش پدری که بیشتر روزها روی تشک گوشه اتاق لم می‌داد و غمر می‌زد. خرج خانه از جیب ترانه، لباس بچه‌ها از کمک فامیل و اجاره‌خانه از پس‌اندازهایی که ماه‌ها طول می‌کشید تا جمع شود. هیچ چیز از مرد نرسید، جز داد و تهدید و تیره‌روزی.

ترانه فکر می‌کرد قربانی بودن حد و مرز دارد، اما وقتی در ۳۲سالگی کتک مفصلی خورد -آن‌قدر که تا دو روز چشم راستش باز نمی‌شد- فهمید که این خانه دیگر خانه نیست. آن شب همچنین بوی چیزی ترسناک‌تر را حس کرد؛ نگاه‌های آلوده مرد، نگاه‌هایی که به سمت کودکان خودش می‌چرخید. ترانه بارها در دلش لرزیده بود، اما آن شب مطمئن شد. مطمئن شد که مرد نه‌تنها بیمار است، بلکه خطرناک است. اما خطرناک‌تر از آن، ناتوانی ترانه در ثابت‌کردن این موضوع بود. هیچ سندی، هیچ مدرکی و هیچ مردی که حرف او را باور کند. تیر خلاص وقتی بود که شوهرش، سر میز شام، خیلی راحت گفت وقت شوهردادن دخترشان سارا، رسیده است؛ سارایی که تازه ۱۳ساله شده بود. ترانه آن شب نخواید. تا صبح کنار تخت بچه‌ها نشست، دستشان را گرفت و فکر کرد اگر بماند، دخترش قربانی بعدی است و اگر برود، شاید هیچ چیز برایش نماند. اما صبح، وقتی نور مستانی از پنجره افتاد روی صورت بچه‌هایش، تصمیمش را گرفت؛ باید برود.

ترانه با دو بچه‌اش، با یک ساک، با دل لرزان و با امیدی که بیشتر شبیه دعا بود، به یک مرکز خصوصی حمایت از زنان آسیب‌دیده پناه برد. از همان لحظه، برادرهایش شروع کردند؛ تهدید، توهین، تماس‌های پشت سر هم. می‌گفتند «توهمانت رو کنار بذار»، «آبروی ما رو ببر»، «برگرد خونه». اما ترانه برگشتی نمی‌دید. وکیل مرکز کمکش کرد و با هزار سختی، طلاق گرفت؛ اما این تازه شروع ماجرا بود. برادرها که از «برروزی» می‌گفتند، قسم خورده بودند اگر پیدایش کنند، او و دخترها را «تمام» کنند.

ترانه مجبور شد شهر کوچکش را ترک کند؛ شهری که در آن هیچ‌کس حرف‌هایش را جدی نگرفت. با بچه‌ها به یک شهر بزرگ‌تر آمد و در یک کارگاه قالیبافی، سرکارگر شد؛ کاری سنگین، اما شرافتمندانه. حالا بعد از یک سال، ترانه کمی روی پاهایش ایستاده، اما هنوز مهم‌ترین قدم را نتوانسته بردارد؛ گرفتن کامل حضانت بچه‌ها.

وکیل به او گفته برای دریافت حضانت کامل باید یک خانه اجاره کند؛ جایی امن، ثابت، قابل شناسایی. اما ترانه هرچه کار کرده، هرچه نخ زده و قالی بافته، هرچه اضافه‌کاری رفته، توانسته فقط بخشی از پول رهن را جمع کند. او اکنون برای تکمیل رهن خانه‌ای کوچک -فقط یک خانه امن برای دو دختر نوجوان- به ۱۰۰ میلیون تومان کمک نیاز دارد.

ترانه می‌گوید: «من فقط می‌خوام دخترام از این جرجه بیرون بیان. نمی‌خوام سارا و سوران هم همون بلایی سرشون بیاد که سر من اومد. فقط به سقف می‌خوام... فقط به سقف». این قصه، قصه فرار از خشونت نیست؛ قصه جنگیدن برای زندگی است. قصه زنی که هیچ‌وقت فرصت نوجوانی نداشت، جوانی‌اش را در کارگری و ترس گذراند و حالا تمام آرزویش این است که دخترانش حق انتخاب داشته باشند، انتخاب زندگی، انتخاب امنیت، انتخاب آینده.

ترانه امروز تنها نیست، اما هنوز بی‌پناه است. برای اینکه او بتواند حضانت بچه‌ها را بگیرد، برای اینکه دو کودک از جرجه آزار و ازدواج اجباری رها بمانند و برای اینکه امنیت این خانواده کوچک برقرار شود، کافی است هرکدام از ما سهم کوچکی از توان‌مان را کنار بگذاریم. در صورت تمایل مبالغ اهدایی خود را به شماره کارت ۰۹۴۳۴۴۲۰۹۴۲۱۲۱۲۰۵۰ بانک رسالت به نام شهزاد همتی پل‌سنگی واریز کنید.

نسترن فرخه: «آنها زنان خانه‌داری هستند که از کار شبانه‌روزی خسته‌اند. ۱۵ زن که از فرسودگی و زخم‌زبان اطرافیان و جامعه درباره خود روایت می‌کنند و باور دارند برخلاف نگاه بیشتر مردم، ما حتی وقت کافی برای استراحت هم نداریم». تمام روز بدون تعطیلی کار می‌کنند و با اینکه شغل درآمدزایی ندارند اما از آنها خواسته می‌شود ماهانه چند میلیون تومان حق بیمه پرداخت کنند. براساس قوانین موجود، «خانه‌داری» شغل محسوب نمی‌شود، سابقه بیمه‌پردازی برای آن تعریف نشده و هیچ پشوانه‌ای برای دوران سالمندی وجود ندارد. حتی وقتی مستمری زنان به دلیل همین حذف سیستماتیک، تا ۱۵۰ درصد کمتر از مردان است، چگونه می‌توان از زنان خانه‌دار انتظار مشارکت بیمه‌ای داشت؟ رنج زنان خانه‌دار فقط در خلا قانون نیست؛ در فرهنگ عمومی نیز جایگاه آنها به دلیل نگاه اشتباه «راحت‌طلبی» عموما به حاشیه رانده شده است. حتی وقتی کار روزانه‌شان چند برابر ساعات رسمی وزارت کار است. نتیجه این چرخه، فرسودگی، افسردگی و حذف تدریجی این زنان از حیات اجتماعی است.

زنان خانه‌دار چه می‌گویند؟

روایت مشترک بیشتر زنانی که با «شرق» گفت‌وگو کردند، یک تصویر روشن و ملموس را نشان می‌دهد؛ کار خانه پایان ندارد، اما این موضوع از طرف اطرافیان آنها معمولاً درک نمی‌شود. از میان ۱۵ زن خانه‌دار بین ۲۸ تا ۶۰ساله که با «شرق» گفت‌وگو کردند، همه بدون استثنا گفتند با وجود رشد فرهنگی، نگاه جامعه به «خانه‌دار بودن» چندان جالب نیست. نگاهی که آنان را «بیکار»، «مصرف‌کننده» یا «ز جریان جامعه عقب‌مانده» می‌خواند؛ درحالی‌که میزان کار روزانه‌شان گاه از یک شغل رسمی نیز بیشتر است. با وجود این، ۱۳ نفر از آنها آرزو داشتند در شرایط متفاوتی زندگی می‌کردند؛ شرایطی که با امکان ادامه تحصیل یا اشتغال را از آنها نگرفته باشد. در میان این زنان، ۱۲ نفر مادرند و یک نفر نیز باردار و تقریبا همه تاکید داشتند که چون بیشتر زمان‌شان در خانه می‌گذرد، بار اصلی نگهداری از فرزندان، مدیریت خانه، تمیزی، آشپزی و پیگیری درس و مدرسه فرزندان کاملا بر عهده آنهاست. اغلب همسران‌شان نیز جز «کار بیرون» در امور خانه نقش کمتری دارند. مثلا شیدا، مادر دو پسر دو و ۹ساله، از خستگی همیشگی‌اش می‌گوید؛ خستگی‌ای که در تلاقی رسیدگی مداوم به کودک کم‌سن، مدرسه‌رفتن فرزند بزرگ‌تر و خانه‌داری بی‌وقفه شکل گرفته است. او که تا روزهای آخر بارداری اولش مشغول کار بوده، توضیح می‌دهد که چطور فشارهای روزمره باعث شد شغلش را کنار بگذارد: «تمام روز خسته‌ام، از شش صبح تا شب درگیرم. شب‌ها هم که پسر کوچکم

از خواب بیدار می‌شود، دوباره من باید به شیرخشک یا تعویض پوشکش رسیدگی کنم. همسر هم خسته از کار برمی‌گردد و توانی برای کمک ندارد». اما آنچه برای شیدا سخت‌تر است، زخم‌زبان‌هایی است که برخی از اطرافیان، خانه‌دار بودنش را با بیکاری یا مفت‌خوری یکی می‌دانند: «می‌گویند خوش به حالت بیکاری و استراحت می‌کنی، اما کسی نمی‌بیند من حتی فرصت نشستن عادی هم ندارم. فکر می‌کنند از جامعه دور شده‌ام و هیچ فهم و تحلیلی از جامعه ندارم. یک بار شنیدم فردی من را مفت‌خور خطاب کرد که بسیار دردناک بود». «نسیم» که تنها سه سال از ازدواجش می‌گذرد و تازه در کارش پیشرفت کرده، حالا باردار است. او این حال بارداری‌اش را بیشتر نتیجه اصرار همسر می‌داند تا تصمیم مشترک. به دلیل شرایط جسمی، ناچار به استراحت در خانه شده اما همچنان کارهای خانه را نیز انجام می‌دهد: «در بارداری هم درد دارم، هم حالت تهوع دائمی و از برنامه‌های درآمدزایی‌ام عقب افتاده‌ام. اما اطرافیان می‌گویند خوش به حالت، نشسته‌ای خانه و کسی خرجت را می‌دهد». این جمله در روایت او چند بار تکرار می‌شود: «این‌طور به نظر می‌رسد که زنان خانه‌دار هم باید بار خانه را به دوش بکشند و هم اتهام «راحت‌طلبی» را تحمل کنند». «معصومه، زنی میانسال با چند نوه است که بیشتر روزها پیش او می‌مانند. او می‌گوید کار خانه برایش «وظیفه قطعی» تلقی شده است؛ وظیفه‌ای که مردان خانواده هیچ‌گاه در آن شریک نیستند: «وقتی مهمانی داریم آن‌قدر خسته می‌شوم که فقط می‌خواهم همه چیز زودتر تمام شود، اما همسرم راحت می‌نشیند و لذت می‌برد. سال‌هاست کار خانه در خانواده ما فقط برای زن تعریف شده است». برای او خانه‌داری با بالاترین سنش، کمتر نشده، بلکه به خاطر نقش مادر بزرگ بودن گاهی بیشتر هم شده است.

وضعیت زنان خانه‌دار؛ از شرایط سخت، تحقیرها و بی‌مزد بودن کارشان تا ناتوانی در پرداخت حق بیمه

از خواب بیدار می‌شود، دوباره من باید به شیرخشک یا تعویض پوشکش رسیدگی کنم. همسر هم خسته از کار برمی‌گردد و توانی برای کمک ندارد». اما آنچه برای شیدا سخت‌تر است، زخم‌زبان‌هایی است که برخی از اطرافیان، خانه‌دار بودنش را با بیکاری یا مفت‌خوری یکی می‌دانند: «می‌گویند خوش به حالت بیکاری و استراحت می‌کنی، اما کسی نمی‌بیند من حتی فرصت نشستن عادی هم ندارم. فکر می‌کنند از جامعه دور شده‌ام و هیچ فهم و تحلیلی از جامعه ندارم. یک بار شنیدم فردی من را مفت‌خور خطاب کرد که بسیار دردناک بود». «نسیم» که تنها سه سال از ازدواجش می‌گذرد و تازه در کارش پیشرفت کرده، حالا باردار است. او این حال بارداری‌اش را بیشتر نتیجه اصرار همسر می‌داند تا تصمیم مشترک. به دلیل شرایط جسمی، ناچار به استراحت در خانه شده اما همچنان کارهای خانه را نیز انجام می‌دهد: «در بارداری هم درد دارم، هم حالت تهوع دائمی و از برنامه‌های درآمدزایی‌ام عقب افتاده‌ام. اما اطرافیان می‌گویند خوش به حالت، نشسته‌ای خانه و کسی خرجت را می‌دهد». این جمله در روایت او چند بار تکرار می‌شود: «این‌طور به نظر می‌رسد که زنان خانه‌دار هم باید بار خانه را به دوش بکشند و هم اتهام «راحت‌طلبی» را تحمل کنند». «معصومه، زنی میانسال با چند نوه است که بیشتر روزها پیش او می‌مانند. او می‌گوید کار خانه برایش «وظیفه قطعی» تلقی شده است؛ وظیفه‌ای که مردان خانواده هیچ‌گاه در آن شریک نیستند: «وقتی مهمانی داریم آن‌قدر خسته می‌شوم که فقط می‌خواهم همه چیز زودتر تمام شود، اما همسرم راحت می‌نشیند و لذت می‌برد. سال‌هاست کار خانه در خانواده ما فقط برای زن تعریف شده است». برای او خانه‌داری با بالاترین سنش، کمتر نشده، بلکه به خاطر نقش مادر بزرگ بودن گاهی بیشتر هم شده است.

افسردگی؛ نتیجه بی‌اعتنایی جامعه به زنان خانه‌دار

بسیاری از زنان خانه‌دار، احساس جابماندن از زندگی شخصی خود را دارند و به دلیل در خانه بودن، درگ کاملی از جامعه ندارند؛ بنابراین در بسیاری موارد صاحب‌نظر نیستند. البته نوع نگاه بخش بزرگی از جامعه به آنها این موضوع را تشدید می‌کند؛ موضوعی که در بیشتر موارد منجر به طرد و شیوع افسردگی در آنها می‌شود.

بسیاری از زنان خانه‌دار، احساس جابماندن از زندگی شخصی خود را دارند و به دلیل در خانه بودن، درگ کاملی از جامعه ندارند؛ بنابراین در بسیاری موارد صاحب‌نظر نیستند. البته نوع نگاه بخش بزرگی از جامعه به آنها این موضوع را تشدید می‌کند؛ موضوعی که در بیشتر موارد منجر به طرد و شیوع افسردگی در آنها می‌شود.

خبرخوان

بحران قاچاق دارو در ایران

ایرنا- معاون اول رئیس‌جمهور با اشاره به مشکلات بخش سلامت کشور با بیان اینکه قاچاق دارو یک آفت و مشکل جدی است، گفت: «در کشورهای همسایه به وفور داروهای ایرانی به‌صورت قاچاق وجود دارد. دارو با ارز ترجیحی تهیه شده ولی به خارج از کشور قاچاق می‌شود». محمدرضا عارف در نخستین جلسه کارگروه سلامت الکترونیک، در ادامه صحبت‌هایش با انتقاد از کمبود نظارت بر مراکز درمانی بخش دولتی و خصوصی افزود: «برخی مطب‌ها نرخ مصوب برای تعرفه‌ها را رعایت نکرده و حتی تا دو برابر آن دریافت می‌کنند. از سویی تا چه حد نظارت در بخش دولتی جدی گرفته می‌شود و آیا زمینه نظارت جدی در بخش دولتی نیز وجود دارد؟». معاون اول رئیس‌جمهور همچنین گفت: «یکی دیگر از مشکلات در بخش سلامت، بی‌نظمی و بی‌حساب‌و‌کتاب بودن مصرف دارو در کشور است. سرانه مصرف دارو در کشور ما بیشتر از سایر کشورهاست. گاهی حتی بیمار به پزشک می‌گوید که چه دارویی تجویز کند، شاید سیستم سلامت الکترونیکی بتواند این مشکل را کاهش دهد».

فرونشست زمین در کشور تا ۴۰ سانتی‌متر

ایرنا: مشاور رئیس سازمان حفاظت محیط زیست در زمینه آب و پیامدهای محیط‌زیستی فرونشست زمین گفت: «پدیده فرونشست زمین در برخی از نقاط کشور حتی به ۴۰ سانتی‌متر هم رسیده است که اگر به برداشت منابع آبی به این روش ادامه دهیم، قطعا این پدیده به تهدیدی جدی برای شهرهای مختلف کشور تبدیل خواهد شد». علی بیت‌اللهی افزود: «در حوالی بهرمان رفسنجان نرخ فرونشست گاهی به ۴۰ سانتی‌متر در سال رسیده است؛ در جنوب استان البرز این عدد ۳۵ سانتی‌متر، در جنوب غرب تهران حدود ۳۰ سانتی‌متر و در استان‌های قم، گلستان و خراسان رضوی نزدیک به ۲۰ تا ۲۲ سانتی‌متر در سال گزارش شده است. از نظر گستردگی پهنه‌های با خطر بالای فرونشست، ایران جایگاه نخست جهان را دارد». او افزود: «تجربه نشان داده است فرونشست زمین ارتباط مستقیمی با برداشت و افت سطح آب‌های زیرزمینی دارد، درحالی‌که از نظر کسری منابع آب زیرزمینی، ایران پس از چین و آمریکا در رتبه سوم جهان قرار دارد. از نظر وسعت پهنه‌های فرونشستی نیز بعد از چین و اندونزی سومین کشور محسوب می‌شود، اما از نظر تعدد پهنه‌های فرونشستی با نرخ بالا، ایران بی‌تردید رتبه نخست را دارد».

	۷		۱	۹			
۸	۳			۵			
			۵				
			۴		۹		
			۶			۵	
							۲
		۶					
		۲	۳		۱		
			۴	۹			
					۷		
					۲	۵	
							۹

۷		۶	۹	۵		۱	
	۵		۲		۷		۹
			۱		۸		
	۵	۷		۹			۱
			۷		۲		
۹		۵		۷			۸
					۳		
				۴		۹	
			۸	۹		۶	۵

سودوکو سخت ۴۲۱۴

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

قانون‌های حل جدول سودوکو

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.
۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

سودوکو ساده ۴۲۱۴

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عدد‌های بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

حل سودوکو ۴۲۱۳

۴	۳	۹	۷	۸	۱	۲	۵	۶
۱	۵	۲	۳	۶	۳	۸	۷	۹
۶	۷	۸	۹	۵	۲	۳	۴	۱
۸	۶	۵	۳	۷	۹	۱	۲	۴
۵	۹	۳	۲	۱	۸	۷	۶	۴
۲	۱	۷	۶	۴	۹	۵	۳	۸
۳	۸	۹	۵	۲	۶	۱	۱	۷
۹	۲	۶	۱	۷	۳	۴	۸	۵
۷	۴	۱	۸	۹	۵	۶	۲	۳

۶	۵	۳	۴
۷	۳	۲	۱
۹	۱	۸	۷
۳	۷	۵	۶
۴	۸	۱	۹
۲	۶	۹	۵
۸	۹	۶	۳
۵	۲	۷	۸
۱	۳	۴	۲

حل جدول ۵۲۱۷

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	
د	م	م	د	د	ی		
م	د	ی	ر	خ	ر		
م		ا	ن	ی	ل		
ه	س	س	و	س	م		
	ا	س	ک	ا	ل		
	ز	م		ا	ن		
ن	م	ا	م		ا		
د	ب		ا	ه	ی		
		ا	ج	م	ی		
س		ل	ع	ل	م		
پ	م		س	ب	ی		
و	ا	ی		ل	ی		
	و	ت		ی	ف		
ا	ن	ا		ه	ی		
ز	ک	ر	ن		ن		