

ایجاد شورای سلامت اجتماعی فرهنگی در روستای محمدآباد

یک تجربه یک درس

مجری: علیرضا بییشه بهروز روستای محمدآباد دانشگاه علوم پزشکی کاشان

مقدمه

روستای محمدآباد در ۴۰ کیلومتری شهرستان آران و بیدگل است و ۲۱۵۰ نفر جمعیت دارد که ۶۰ درصد جمعیت آن را جوانان و میانسالان تشکیل می دهند. این روستا در دهه اخیر مانند سایر نقاط کشور با آسیب های اجتماعی روبروست و بیشترین شکایت خانواده ها از فضای مجازی، سوء مصرف مواد، بیکاری، طلاق و نبود مهارت های زندگی است، لذا وجود عزمی محلی و خودجوش که با توجه به ظرفیت های موجود بتواند به حل مشکلات و ایجاد راهکارهای مناسب در جهت ارتقای سلامت اجتماعی، فرهنگی و روانی با محوریت خانواده کمک کند، احساس می شد. برای این مهم اقدام های ذیل انجام شد:

اهم فعالیت های انجام شده

- * برگزاری جلسات توجیهی با مردم و مسؤولان و طرح پیشنهاد تشکیل نهاد سلامت فرهنگی و اجتماعی و جلب موافقت مسؤولان شهرستان و استان و برگزاری کارگاه اولویت بندی مشکلات در ابتدای طرح (جهت برگزاری کارگاه آموزش خانواده) و دعوت از اساتید برجسته با توجه به اولویت های اعلام شده
- * نشست با نماینده کاشان و مسؤولان محلی برای طرح مشکلات در زمینه سلامت اجتماعی
- * برگزاری جشنواره های محلی
- * احداث آشیانه برای خودرو آتش نشانی
- * احداث سالن ورزشی با هدف کاهش بیماری های غیرواگیر و افزایش تحرک مردم و جوانان
- * احداث خانه ترویج صنایع دستی و توسعه اشتغال با هدف مبارزه با بیکاری و اعتیاد

- * احداث بازارچه محلی با هدف رونق اقتصادی
- * برگزاری کلاس های اوقات فراغت دانش آموزان



ایده خوب یک بهورز چگونه اجرایی شد؟

جاده‌ای به سوی بهشت کوچک

مجری: زهرا منصوری ارمکی بهورز خانه بهداشت روستای ارمک
دانشگاه علوم پزشکی کاشان

مقدمه

روستای ارمک در فاصله ۴۵ کیلومتری از شهر کویری و گرم کاشان و در منطقه کوهپایه ای و معتدل واقع شده که به علت داشتن آب و هوای خنک در تابستان و مناظر زیبا و بکر در بهار و پاییز به بهشت کوچک معروف است و مقصد گردشگران زیادی در تمام فصول به شمار می‌رود.

دلایل انجام طرح

- * وقوع بیش از ۱۰۰ مورد تصادف جاده ای در مسیر ورودی تا خروجی روستا در طول ده سال اخیر
- * وقوع ۳ مورد تصادف منجر به فوت و ۴ مورد نقص عضو
- * تحمیل هزینه‌های هنگفت درمانی و خسارات وسایط نقلیه به خانواده‌ها
- * وارد شدن تنش‌های روحی روانی و اضطراب به عموم اهالی روستا
- * وجود پیچ‌های خطرناک و عرض کم جاده و نبود روشنایی شبانه و علائم خطر در مسیر
- * ضعف هماهنگی بین بخشی در ارگان‌های مرتبط (اداره راه؛ بنیاد مسکن؛ اداره برق)

اهداف اجرای طرح

- * کاهش تصادفات جاده‌ای و مرگ و میر ناشی از آن
- * کاهش آسیب‌های اجتماعی ناشی از مرگ و ناتوانی
- * جلب حمایت مسؤولان، ادارات و سازمان‌های مرتبط
- * طی هماهنگی‌ها و اقدام‌های انجام شده الزام اصلاح پیچ‌های خطرناک جاده ای منتهی به روستای ازناوه و رهق در جلسه شورای اسلامی مصوب شد.

نتایج اجرای طرح

- * برگزاری ۳۳ جلسه شورای سلامت اجتماعی و فرهنگی محلی تا کنون
- * جذب سفیران سلامت (۴۴ نفر) و افزایش تعداد سفیران سلامت محلات (از ۲۰ به ۳۲ نفر) از طریق شورای سلامت
- * راه اندازی جلسات آموزش خانواده (۴۸ جلسه و آموزش بیش از ۲۵۰۰ نفر)
- * راه اندازی کارگاه آموزش خانواده بر اساس نظر سنجی و درخواست آموزش گیرندگان
- * مقید بودن اعضا به مصوب کردن پیشنهادات و اجرای مصوبات
- * وجود همدلی و احترام متقابل اعضا در به تصویب رسیدن نظرات
- * احداث سالن ورزشی باهدف کاهش بیماری‌های غیر واگیر و افزایش تحرک مردم و جوانان



یک تجربه یک درس

تدوین مصوبات در جلسات شورای روستای ارمک

اهداف جزئی	فعالیت	مسئول اجرا
تعریض قسمت‌هایی از مسیر در خارج طرح	صدور پروانه جهت املاکی که در طرح تعریض قرار می‌گیرند	شورای اسلامی، بخشداری، جهاد کشاورزی
تعریض قسمت‌هایی که در داخل طرح است	صدور پروانه، اختصاص زمین، پرداخت هزینه عقب نشینی	بنیاد مسکن، بخشداری، دهیاری
تامین روشنایی کامل مسیر	تهیه و نصب تیر برق، کابل، چراغ	اداره برق
زیرسازی، آسفالت، جدول گذاری، سرعت گیر	عملیات زیرسازی آسفالت و پیاده رو و جدول گذاری سرتاسر مسیر	راه و ترابری، بنیاد مسکن، دهیاری

نتایج اجرای طرح

* مراسم تقدیر از شورا و بهورز نمونه بابت ارایه طرح و اقدام در زمینه طرح آسیب‌های اجتماعی و بهداشتی



- * به صفر رسیدن تصادف‌های فوتی و جرحی یا خسارتی در قسمت‌های رفع عیب شده
- پس از اجرای طرح
- * حذف کامل ۳ پیچ خطرناک
- * تامین روشنایی در کل مسیر طرح
- * نصب علائم خطر در کل مسیر
- * رضایتمندی ساکنان روستای ارمک، رهق، ازناوه و کله
- * کسب عنوان شورای اسلامی نمونه بابت ارایه طرح آسیب‌های اجتماعی از سوی دانشگاه علوم پزشکی کاشان

در راستای توسعه سبک زندگی سالم در روستای نشلج انجام شد فرهنگ سازی برای ورزش و تحرک بانوان

مجری: سیده فاطمه حسینی مقدم بهورز خانه بهداشت نشلج دانشگاه علوم پزشکی کاشان

(نبودن امکانات تفریحی)، ابتلا به بیماری
افسردگی در بانوان، دعوا و خشونت در بین جوانان

مشکلات قبل از اجرای برنامه

قبیح شمردن ورزش برای بانوان در فرهنگ عمومی،
عدم آگاهی عموم مردم از عوارض کم تحرکی بر
سلامت، عدم همکاری مسؤولان روستا، نبود مکان
مناسب و حتی مکان سرپوشیده برای ورزش بانوان،
عدم دسترسی به امکانات تفریحی و ورزشی سالم،
شرایط اقتصادی ضعیف خانوارهای روستایی.

اهداف اجرای طرح

نهادینه سازی سبک زندگی سالم در مردم،
کاهش بیماری های قلبی عروقی، جلب مشارکت و
همکاری مردم و مسؤولان، ایجاد نشاط و همدلی در
مردم روستا.

روستای سرسبز نشلج همانند نگینی سبز در دل
کویر کاشان و در ۴۵ کیلو متری جنوب غربی
این شهرستان می درخشد. این روستا با جمعیت
۲۰۰۰ نفر ثابت و بالغ بر ۴۰۰۰ نفر در فصل
تابستان، به دلیل کوهستانی بودن و طبیعت بکر و
زیبا و همجواری با زیارتگاه حضرت سلطانعلی بن
امام محمد باقر (ع) مورد توجه گردشگران زیادی
است. گفتنی است که دوسوم جمعیت روستا را
جوانان و میانسالان تشکیل می دهند.

دلایل اجرای طرح

خشکسالی و به تبع آن افزایش بیکاری مردم، اضافه وزن
و چاقی، شیوع بیماری های قلبی عروقی، بروز دیابت
در سنین میانسالی، روی آوردن جوانان به مواد مخدر

رایزنی با مسؤولان ورزشی شهر نیاسر واعزام تیم های والیبال برای آموزش والیبال حرفه ای به صورت هفتگی



مهم ترین فعالیت های انجام شده

- * فراگیری ورزش ایروبیک به شکل کامل و حرفه ای از سال ۱۳۹۱ زیر نظر مربی توسط بهورز
- * برگزاری کلاس های آموزشی متعدد برای بانوان روستا از ابتدای سال ۹۱ تا اواخر سال در خصوص تاثیر ورزش بر سلامتی
- * رایزنی مستمر با دهیار و شورای روستا در جلب همکاری آن ها
- * رایزنی با مدیر مدرسه ابتدایی آقای بهرام و موافقت ایشان با برگزاری کلاس های ورزش در نمازخانه مدرسه
- * ثبت نام و تشکیل اولین کلاس ایروبیک در دیماه سال ۹۱ برای ۲۰ نفر از بانوان علاقمند
- * افزایش تعداد متقاضیان شرکت در کلاس های ورزشی به ۸۴ نفر از بانوان، در ابتدای سال ۹۲
- * تهیه کارت بیمه برای همه بانوان ورزشکار با همکاری آقای سیدماشا... طالبیان دبیر هیأت ورزش روستایی و بازی های بومی محلی
- * تشکیل تیم والیبال بانوان رده سنی میانسالان نشلج در نیمه دوم سال ۱۳۹۳
- * رایزنی با خانم لاله حجازی مدیرعامل شرکت باریچ اسانس و آقای عباس محمد علیزاده رئیس هیأت والیبال بخش نیاسر و انتخاب ایشان به عنوان حامی مالی تیم
- * الگوبرداری آقایان از فرآیند اجرای برنامه های تفریحی ورزشی بانوان روستا
- * هماهنگی به منظور استفاده از سالن ورزشی نیاسر
- * ایجاد تمهیدات لازم به منظور استفاده از بیمه ورزشی شرکت در مسابقات بین روستایی از سال ۹۵ تا کنون
- * تأمین حامی مالی برای حمایت از تیم های ورزشی نشلج

▼ ترغیب ورزشکاران به برگزاری ورزش های بومی محلی و شرکت در مسابقات بین روستایی (روستای ویدوجا و کسب چند مقام در خرداد سال ۱۳۹۳) و شرکت در مسابقات بازی های بومی محلی در سالن رفاه کارگران راوند و کسب مقام



- * برگزاری مسابقات والیبال و فوتبال آقایان در رده سنی جوانان و میانسالان در جام یادواره شهدای نسلج از سال ۱۳۹۶ تاکنون در محوطه مدرسه ۱۵ خرداد نسلج
- * شرکت بیش از ۲۲۰ ورزشکار در غالب ۱۷ تیم والیبال و ۹ تیم فوتبال در مسابقات ورزشی
- * اهدای جوایز در اختتامیه مسابقات در روز ۱۲ فروردین توسط مسؤولان ورزش‌های روستایی و بزرگان روستا با مدیریت آقای علیرضا کوچک زاده رابط بین جوانان ورزشکار و دهیار
- * هماهنگی و اجرای برنامه پیاده روی خانوادگی در ۹ فروردین هر سال
- * حضور بیش از ۱۵۰۰ نفر تماشاچی روزانه به مدت ۱۲ روز از ابتدای فروردین تا ۱۲ فروردین
- * انتخاب سید فاطمه حسینی، بهورز روستا، به عنوان بانوی نخبه بسیجی در همایش بانوان نخبه نیاسر
- در سال ۱۳۹۳
- * جلب مشارکت خیران در احداث سالن ورزشی روستای نسلج
- * آموزش بازی هفت سنگ قانونی به دختران ۷ تا ۱۲ سال
- * کسب مقام سوم مسابقات والیبال روستاییان کاشان (رده سنی جوانان) در سال ۱۳۹۷
- * تشکیل تیم‌های والیبال دختران نوجوان نسلج
- * برگزاری جلسات توجیهی مکرر برای خانواده‌ها به منظور آشنایی با اهمیت آموزش شنا برای نوجوانان روستا
- * ثبت نام از نوجوانان روستا به تعداد ۳۲ نفر در سال ۱۳۹۵
- * رایزنی با مدیران مجموعه‌های آبی شنای کیهان و امیر کبیر و صدف برای تخفیف متقاضیان
- * هماهنگی به منظور سهولت در ایاب و ذهاب شناگران

▼ تشکیل تیم والیبال رده سنی جوانان در سال ۱۳۹۳ با همکاری آقای عباس محمدعلیزاده رئیس هیئت والیبال بخش نیاسر



* استقبال ۴۸ نفر از بانوان جوان و میانسال روستا از آموزش شنا

نتایج اجرای فعالیت‌های ورزشی ۶ ساله

- * کسب مقام دوم خروس جنگی در مسابقات بومی محلی بین روستایی (در خرداد سال ۱۳۹۳)
- * کسب مقام سوم هفت سنگ در مسابقات بومی محلی بین روستایی (در خرداد سال ۱۳۹۳)
- * کلنگ زنی احداث سالن ورزشی روستای نشلج
- * توسعه فرهنگ ورزش دوستی در خانم‌ها و آقایان روستا
- * کاهش اضافه وزن و چاقی در میانسالان زن، از ۴۵ درصد دارای اضافه وزن به صفر و وجود تنها ۱/۷ درصد اضافه وزن در رده سنی نوجوانان و جوانان رده سنی ۷ تا ۱۴ سال
- * کاهش مشکل افسردگی خانم‌های ورزشکار از ۵۰ درصد به صفر
- * کاهش بیماری دیابت خانم‌های زیر پنجاه سال از ۸ نفر به ۲ نفر
- * کاهش بیماری فشار خون گروه زیر ۵۰ سال از ۹ نفر به ۱ نفر
- * افزایش همدلی جوانان ورزشی و انجام کمک‌های چشمگیر به معلولان و افراد از کار افتاده
- * طبق آمار نیروی انتظامی کاهش آمار ماهیانه حدود ۷ الی ۸ دعوا و نزاع در بین جوانان به صفر مورد پس از اجرای برنامه‌های ورزشی در روستا
- * افزایش همدلی و مشارکت اهالی روستا و جوانان ورزشی در مراسم‌های مذهبی



▼ آموزش شنا به ۱۲۰ نفر از نوجوانان دختر و پسر روستا تا سال ۹۷



- * تدوین برنامه عملیاتی برای اجرای طرح تفکیک زباله
- * تشکیل جلسه شورای بهداشتی و مطرح کردن طرح
- * جلب حمایت و همکاری اعضای شورای بهداشتی روستا
- * مشخص کردن شرح وظایف هر یک از اعضای تیم اجرایی
- * برگزاری جلسات و هماهنگی های متعدد با شورای بهداشتی و بخشداری نیاسر برای تحویل ماشین حمل زباله به دهیاری نسلج و اگذاری طرح به بخش خصوصی و نظارت مستمر بر عملکرد آن
- * جمع آوری همه فنس های زباله
- * موظف کردن پیمانکار به احداث انبار جهت جمع آوری زباله های تفکیک شده
- * تحویل مواد شوینده یا پاکت زباله در ازای دریافت مواد بازیافتی به مردم توسط پیمانکار به منظور ترغیب و فرهنگ سازی طرح تفکیک زباله
- * تشکیل گروه های همیار بازیافت در مدارس
- * آموزش گروهی به مردم و داوطلبان سلامت
- * آموزش به متصدیان و رابطان ایستگاه های صلواتی و هیأت های مذهبی به منظور استفاده از ظروف یکبار مصرف گیاهی

طراحی و اجرای طرح تفکیک و بازیافت زباله در روستای نسلج

فاطمه سادات رزاقی

بهورزخانه بهداشت نسلج
دانشگاه علوم پزشکی کاشان

روستای «نسلج» در ۴۵ کیلو متری جنوب غربی شهرستان کاشان واقع شده است و به صورت ثابت، ۲۰۰۰ نفر جمعیت دارد که در فصل تابستان ممکن است جمعیت حاضر در این روستا به ۴۰۰۰ هزار هم برسد. «نسلج» به دلیل کوهستانی بودن برخورداری از طبیعت بکر و زیبا و همجواری با زیارتگاه حضرت سلطان علی بن امام محمد باقر(ع) مورد توجه زیادی است. طرح تفکیک زباله روستای نسلج در راستای رفع مشکلات بهداشتی منطقه از جمله حجم بالای زباله (میزان زباله تولیدی ۱/۵ تن در روز) و تلمبار شدن زباله در ایستگاه های موقت، ایجاد مناظر زشت در روستا، تولید و انتشار حشرات و جوندگان، هجوم سگ های ولگرد به منطقه کلید خورد. بازیافت و تفکیک زباله یکی از مهم ترین فعالیت های حمایتی برای حفظ محیط زیست بوده و قریب به ۶ سال است که در روستای نسلج با هدف فرهنگ سازی در خصوص بازیافت مواد زائد و کاهش تولید زباله، ایجاد محیطی زیبا و بدون مواد زائد در روستا، کاهش آسیب به محیط زیست و پیشگیری از بیماری های واگیر توسط حشرات و جوندگان مودی به اجرا در آمده است.



- * آینده
- * دفع بهداشتی کود حیوانی توسط دامداران
- * کاهش سگ‌های ولگرد
- * کمک به اقتصاد خانواده از راه فروش زباله‌های تفکیک شده
- * ترویج فرهنگ استفاده مفید از زباله
- * کاهش حجم زباله‌های تولیدی
- * مشخص شدن زمان و تعداد دفعات جمع‌آوری زباله و جمع‌آوری زباله هر روز در ساعت مشخص
- * اختصاص دادن ماشین مخصوص حمل زباله به روستا
- * پاکسازی مخروبه‌ها از زباله
- * تهیه کمپوست توسط مردم و کاهش یافتن حجم زباله‌های فساد پذیر
- * مشخص بودن ایستگاه‌های جمع‌آوری زباله
- * فرهنگسازی در مردم جهت استفاده از پاکت زباله توسط همه اهالی
- * فعالیت گروه حامیان محیط زیست در پیام‌رسان‌های داخلی و ارائه آموزش مجازی
- * اجرای طرح تفکیک زباله در مدارس روستا
- * استفاده از ظروف یکبار مصرف گیاهی در مراسم‌ها توسط اهالی

- * تهیه کارت اشتراک بازیافت برای خانواده‌ها
- * تهیه کیسه زباله سبز رنگ مخصوص تفکیک و الصاق پمفلت به آن‌ها
- * مراجعه به در منازل خانواده‌ها و تحویل پمفلت و کیسه زباله و آموزش چهره به چهره به عموم مردم حین تحویل
- * درخواست همکاری از مدیر مدرسه جهت اجرای طرح توسط دانش‌آموزان و فرهنگ سازی برای آینده
- * آموزش به داوطلبان سلامت، سفیران سلامت و عموم مردم
- * آموزش به دانش‌آموزان و کادر آموزشی و توزیع پمفلت آموزشی
- * پاکسازی عمومی روستا در روز ملی بهداشت محیط
- * برگزاری طرح پاکسازی روستا با مشارکت عمومی مردم

نتایج طرح تفکیک و بازیافت زباله در نسلج

- * افزایش زباله‌های بازیافتی توسط مردم (۳ تن در طول یک سال) که قبلاً به همراه زباله‌های دورریختنی دفع می‌شد ولی با مدیریت پسماند به چرخه طبیعت بازگردانده شد.
- * تغییر نگرش در مردم و فرهنگ سازی برای نسل‌های

