

در ابتدا با فعالان اجتماعی روستا صحبت کرد و ایده خود را با آنها در میان گذاشت. او توضیح داد که پیاده‌روی نه‌تنها برای سلامت جسمی مفید است، بلکه می‌تواند فرصتی برای دورهم‌بودن و تقویت روحیه جمعی مردم روستا باشد. بزرگان روستا از این ایده استقبال کردند و قول دادند که او را در این راه حمایت کنند.

بهروز جوان سپس با کمک گرفتن از فعالان مجازی و طراحی اطلاعیه‌ها و شبکه‌های اجتماعی محلی، اطلاع‌رسانی گسترده‌ای انجام داد. او از مردم خواست تا هر هفته صبح روزهای جمعه، همراه خانواده‌های خود جلو کتابخانه روستا جمع شوند تا با هم پیاده‌روی کنند. برای جذاب‌تر شدن این برنامه، معلم ورزش روستا پیشنهاد داد که هر هفته مسیرهای متفاوتی برای پیاده‌روی انتخاب شود تا شرکت‌کنندگان از دیدن مناظر زیبای روستا لذت ببرند.

در هفته اول با برگزاری قرعه‌کشی و اهدای جایزه شامل یک زنبیل که با سبزی تازه محلی و میوه پر شده بود، با انرژی و اشتیاق فراوان به استقبال شرکت‌کنندگان رفت. به مرور زمان، تعداد شرکت‌کنندگان افزایش یافت و مردم روستا به این برنامه هفتگی علاقه‌مند شدند.

پس از چند ماه، پیاده‌روی هفتگی خانوادگی به یکی از برنامه‌های محبوب روستا تبدیل شد. حضور فرماندار شهرستان گناوه، بخشدار و رئیس اداره ورزش و جوانان در این پیاده‌روی هفتگی باعث تأثیر مثبت این برنامه بر سلامت و روحیه مردم شد.

همه مسئولان روستا بیش از پیش به کار خود افتخار می‌کردند و مصمم بودند تا گام‌های بیشتری برای بهبود کیفیت زندگی روستاییان بردارند.

این داستان کوچک، نشان‌دهنده قدرت یک فرد با اراده و خلاق است که می‌تواند با تلاش و پشتکار، تغییرات بزرگی در جامعه خود ایجاد کند. بهروز دلسوز روستای محمدصالحی بندر گناوه، با ایده‌ای ساده اما مؤثر، نه‌تنها سلامت مردم روستا را بهبود بخشید، بلکه روحیه همکاری و مشارکت را در بین آنها زنده کرد.



تلاش یک بهروز در روستا برای مشارکت مردم در برگزاری پیاده‌روی هفتگی خانوادگی

دورهمی با طعم سلامت

مهندس امیر بحرینی زاده

مربی بهداشت محیط مرکز آموزش بهوزی
دانشگاه علوم پزشکی بوشهر



در روستای «محمدصالحی» که به نگین «حیات داوود» معروف است، بهروز جوانی به نام «امیر باغبانی» با عشق و تعهد فراوان به سلامت و رفاه مردم روستا خدمت می‌کند. او که بتازگی از آموزشگاه بهوزی فارغ‌التحصیل شده، با انگیزه‌ای قوی در کنار مردم، گام‌های مؤثری برای ارتقای سلامت آنها برداشته است. یکی از این اقدامات، تلاش او برای رفع مشکل کم‌ تحرکی و شیوع بیماری‌های قلبی عروقی در میان مردم بویژه میانسالان بود. او می‌دانست که یکی از بزرگ‌ترین چالش‌های سلامت در روستا، کم‌ تحرکی و عوارض ناشی از آن مانند چاقی، دیابت و بیماری‌های قلبی است.

آقای باغبانی پس از بررسی‌های دقیق و گفت‌وگو با مردم، متوجه شد که بسیاری از افراد روستا به دلیل مشغله‌های روزانه و نبود امکانات ورزشی، فرصتی برای تحرک بدنی ندارند. او تصمیم گرفت با ایجاد یک برنامه هفتگی ساده اما مؤثر، مردم را به فعالیت بدنی تشویق کند. ایده او برگزاری یک پیاده‌روی خانوادگی در پایان هر هفته بود.