

www.brob.org E-mail: jareda@brob.org

(بنت الرافدين) صحيفة معتمدة لدى نقابة الصحفيين العراقيين تحت الرقم (٤٥٤)

(٢) لكل شخص نفس الحق الذي لغيره في تقلد الوظائف العامة في البلاد.

(١) لكل فرد الحق في الاشتراك في إدارة الشؤون العامة لبلاده إما مباشرة وإما بواسطة ممثلين يختارون اختياراً حراً.

(٣) إن إرادة الشعب هي مصدر سلطة الحكومة، ويعبر عن هذه الإرادة بانتخابات نزيهة دورية تجري على

أساس الاقتراع السري وعلى قدم المساواة بين الجميع أو حسب أي إجراء مماثل يضمن حرية التصويت.

الاعلان العالمي لحقوق الانسان Sunday 15 June 2008 - No. 59

# بابل عاصمة العراق الثقافية تحتضن وتدعم الملتقى الأول للأديبات

أميرة البكري نائب رئيس مجلس محافظة بابل: المرأة العراقية أكثر عزما من أي وقت مضى للعمل والأبداع مشاركة فاعلة لجمعية اليسر لتأهيل المرأة ومنظمة بنت الرافدين ومؤسسة المعرفة الدكتور نعمة البكري والدكتور اسامة عبد الحسن .. حضور متواصل ليومي المهرجان وفد نسوي رفيع المستوى من حزب الامة العراقية من بغداد وكلمة لرئيسة الوفد في الملتقى خالد القطان، أمين عام مؤسسة أور المستقلة للثقافة الحرة يفتتح الجلسة المسائية الحوارية حول القصة علياء الانصاري: نجيب محفوظ واحسان عبد القدوس لم ينصفا المرأة في كتاباتهما وقدما لها وجها غير حقيقي انتخاب الشاعرة منى الهلالي، أول رئيسة لرابطة اديبات العراق الشاعرة هدية كاظم: هذا الملتقى هو قفزة ونقلة نوعية لكل الاديبات والمثقفات العراقيات الشاعرة ميار المختار: التمني من كل المحافظات ان تحذو حذو بابل في مثل هذه المهرجانات القاصة اطياف ابراهيم: الملتقى وحد بين صفوف الاديبات وخاصة الاديبات من المحافظات

هيئة امناء رابطة الاديبات توصي الحكومات المحلية في المحافظات والوزارات المعنية بضرورة رعاية المهرجانات والفعاليات الثقافية التي تقيمها الرابطة في المستقبل

التفاصيل على الصفحة الثالثة

### جمعية الأمل المشرق في الناصرية تقيم ورشة حول دور المواطن في عملية البناء الجديد

خّت شعار من اجل تفعيل دور المواطن في عملية البناء والتخطيط أقامت جمعية الأمل لمشرق على قاعة نقابة الاقتصاديين ورشة عمل نقاشية بدعم من منظمة ناس في حاجة وحاضر فيها الخبير الدولي رائد خلف بحضور عدد من أعضاء مجلس الحافظة ورؤساءً الجالس الحُلية ونخب من المُثقفينَ والناشطين في مجال حقوق الإنسان. وقالت باسمة العبادي عضو لجنة المرأة في مجلس محافظة ذي قار التّي حضرت الورشة أن للمواطن دورا كبيرا في عملية البناء والتخطّيط واضافت: إن أي بنّاء مثل حاجة المواطنين من خدمات إضافة الى وضعّ خطط ستراتيجية للاستفادة منها بصورة صحيحة وأضافت يتم ذلك من خلال أشراك المواطن في . عملية التخطيط لبناء الحافظة. وأكدت على دور منظمات الجتمع المدني في لعب دور كبير في التثقيف والمراقبة لرصد الخروقات والمشاكل من اجل رفعها للمسؤولين في الجَّالسِ لتكون حلقةً وكان للمحاضر دورا كبيرا في تفعيل النقاش للخروج بنتائج ايجابية تهدف جمعية الأمل لمشرق لتحقيقها بمشاركة متختلف شرائح الجتمع العراقي.

#### تجمع كفاءات العراق المستقل يقيم حلقة تلفزيونية نقاشية حول رعاية الامومة والطفولة

اقام جمع كفاءات العراق المستقل في بابل حلقة تلفزيونية نقاشية حول رعاية الامومة الطفولة وزيادة الوعى الصحى للاسرة والطفل حت شعار ارعاية الامومة والطفولة وزيادة الوعي الصحي للاسرة والطفّل) وبحضور عدد من ابرز الشخصيات المهتمة بامور المرأة والاسرة والطفلّ منها السيدة علياء الانصاري مديرة منظمة بنت الرافدين النسوية. والاعلامية الناشطة في مجال حقوق المرأة المهندسة ملاذ البكري والتربوية كوثر الشمري اضافة الى مسؤولة قسم المراة في جّمع كفاءات العراق المستقل الدّكتورة سكينة كامل حمّزة. وبينت الدكتورة سكينة برز المشَّاكل الصحية التي يصاب بها الاطفال والناجمة عن جهل الام واوصت بعض التوصيات لى الام الحامل والى الام بصورة خاصة وبعدها كان الكلام للسيده علياء الانصاري حيث بينت حورها المشاكل والعوائق التي خَيط بالمراة في الوقت الراهن واكدت وجوب ابراز الَّدور الحقيقي للمراة. ثم خَدثت التربوية كوثِّر الشمري عن قلَّة الوعي الثقافي والصحي للمراة وخصوصا فيَّ منا طق القرى والارياف حيث اكدت ان هذه المناطق تكّون شبه معدومة تقافيا وبالتالي يجب الحاولة لزيادة الوعي فيها ثم بينت الاعلامية ملاذ البكرى حالة المرأة العراقية وما عانته من ظلم واضطهاد وخطف واغتصاب اثر ذلك سلبيا وجعلها تترك الدراسة وتتقوقع بالبيت حفاظا على نفسها ووضحت ذلك ضمن احصاءيات بالارقام واكدت ايضا على ان الدستور لم ينصف المراة تاتا لأنه ذكوريا فقط وبعدها اوضحت الدكتورة سكينة منهاج قسم المراة من اجل زيادة الوعي الصحى حيث قام القسم المذكور بطبع عدد من البوسترات التّى توضح واقع حال المراة العراقيةً ضافه آلى عقد عدد من الندوات التثقيفيه بالتعاون مع القسم الاعلامي لتجمع كفاءات العراق المستقل كما توجهت الدكتورة بالشكر للحضور ولكافة وسائل الأعلام التي غطت الحلقة

### مركز التطوير الاعلامي في كربلاء يقيم حوارية عن دور الاعلام في الحياة العامة والسياسية

أقام مركز التطوير الإعلامي في كربلاء ندوة حوارية مفتوحة حول الإعلام ودوره في الحياة لعامة و السياسية و ذلك على حدائق المركز في حي الموظفين في كربلاء. أعلنت ذلك صبا الاسدى مديرة المركز، وأضافت إن أهم الحاور التّي تطرقت إليها الندوة هي دور لإعلام في المرحلة السياسية الراهنة في الحافظة وأدار هذا الحور الدكتور عمران الكركوشي ّما الحور الثاني فتناول دور المرأة بالإعلام وأهميتها باعتبارها أكثر من نصف الجتمع وأوضحتً ان المؤسسات الاعلامية تفتقر للقدرات النسائية لقلة الكوادر النسوية المؤهلة بمجال الإعلام فضلا إلى ان الجنمع يعمل على إعاقة دخول المرأة بهذا المهم و الحيوى. وتناول الحور الثالث ضرورة

### منظمة المراة العراقية .. حماية المراة في القانون الدولي الإنساني

عدم تسيس الإعلام لأية جهة كانت وتمتعه بالحيادية والاستقلالية

أقامت منظمة المرأة العراقية بالتعاون مع مؤسسة الشباب العراقى فرع ذى قار ندوة تثقيفية فى القانون الدولى الإنساني حّت عنوان (حماية المرأة في القانون الدّولي الإنساني) على قاعة مؤَّسسة الشباب العراقي فرع ذي قار. وتضمنت الندوة تعريفا في القانون الدولَى الإنساني ومتى نشأ وما هي مصادره.بعدها قدم الحاضر الأستاذ محمد خيرى الجشعمي أُستُاذ مادةً لمنظمات الدولية بكلية القانون بجامعة ذى قار نقاط الالتقاء بين الشريعة الإسلامية والقانون الدولى الإنساني ثم تطرق الحاضر إلى اشكال الحماية المقررة للمرأة في القانون الدولي الإنساني بمنها الحق في العاملة الإنسانية وكيف انها إذا اعتقلت تكون في معتقلات خاصة بها ولايتم تفتيشها إلا مّن قبل امرأة وحق المرأة الكامل بعناية طبية خاصة دّاخل تلك المعتقلات.

### جمعية كشافة الشباب العراقي تقيم الدورة التأهيلية الأولى لمدراء مفوضيات الكشافة

خَت شعار (تنظيمنا - ترتيبنا يؤهلنا للنجاح) أقامت جمعية كشافة الشباب العراقي الدورة لتأهيلية الأولى لمدراء مفوضيات الكشافة وذلك في مقر مفوضية الكرخ الكشفي واستمرت لمدة يومين بهدف تأهيل مدراء مفوضيات الكشافة من خلال محاضرات تناولت عدة مواضيع حيث ناقش السادة الحاضرين النظام الداخلي - تاريخ الحركة الكشفية دوليا ووطنيا - أسلوب لخاطبات - المفوضية والفرق الكشفية السجلات سجل القادة , سجل الفرقة , سجل التجهيزات..... الخ) - طريقة الكتابة التقرير -القيادة وصفات القائد الإعلام والاتصالات الجماهيري أسلوب اجتماع الفرقة الكشفية. (محاضرات ألاجتماع, جدول إعمال ألاجتماع). وطرق كتابة



حوراء اسماعيل / بنت الرافدين

بدأت منظمة بنت الرافدين نشاطاً مكثفاً للتوعية حول الانتخابات الحلية المقرر اقامتها مطلع تشرين الاول القادم. في حملة واسعة تشمل اقامة ١٠ ندوة تغطى الرقعة الجغرافية لحافظة بابل بأقضيتها ونواحيها، خّت عنوان (صنادّيق الاقتراع .. املنا في حياة فضلي).

وكانِّتُ الحُطة الاولى بلدية الحلة، حيث استهدفت الورشة ا موظفاً (٨ رجال، و٣٣ امرأة)، وافتتحت السيدة علياء الانصاري مديرة موصف الله و المسلم الم الانتخابات القادمة، ثُم عرضت دراما تلفزيونية لمدة ٣٠ دقيقة تطرقت الى الانتخابات واهمية المشاركة بفاعلية فيها.

واكد الفتلاوي على ضرورة ان يتحلى الشخص المرشح بحنان الأم كى يستوعب معاناة المواطنين الذين انتخبوه. وحملة (صناديق الاقتراع .. أملنا في حياة فضلى) التي تنفذها بنت الرافدين تأتي بدعم من صندوق الام الْمُتحدة لخدمات المشَّاريع، وتهدف

الى الوصول بّالمواطن الى صندِوق الاقتراع بغض النظر عمن سينتخب لأن صوت المواطن ضروري جداً في عملية البناء الجديد. وقد استضاف منتدى بنت الرافدين للتوعية الانتخابية في بلدية

السيد حسين عبد على خليف، رئيس لجنة المفوضية في وحَّدتْ عن انواع القوائم واشّار الى القائمة المفتوحة، واكدت احدى الحاضرات في مداخلتها مع السيد حسين على ضِرورة زيادة مراكز الاقتراع لأن اسلوب القائمة المفتوحة يستنزف وقتاً اكثر من نظيرتها

وتمحورت نقاط النقاش؛ حول النسبة الخصصة للنساء في مجّالس الحافظات وضرورة زيادتها بما يتناسب ودور المرأة الايجابي فيّ بناء الجِّتِمع، وحول ضرورة تعريف المرشحين بأنفسهم بصورة اكثر

وفي مداخلات الحاضرات حول عزوفهن عن الانتخابات لما آل اليه واقع العراق الحالي اكدت الانصاري على دور المرأة في التغِيير وصناعة الاحداث لذلك لابد من مشاركة المرأة في الانتخابات وأن تكون هذه المشاركة عن وعى وارادة وكذلك دورها المهَّم في تعبئة الجماهير لهذا الحدث الكبير. جُدر الاشارة الى ان منظمة بنت الرافدين ستستهداف ١٤٠٠

مواطناً في محافظة بابل بصورة مباشرة بالأضافة الى عشرة الاف بصورة غير مباشرة عن طريق الاحتكاك بالستهدفين الباشرين.

٢٥ صحفية عراقية يشاركن في

دورة تدريبية عن الصحافة

المرئية والالكترونية

اختتمت في مدينة السليمانية

دورتين تدريبيتين وشاركت فيهما

خمسة وعشرون (٢٥) صحفية عراقية،

معظمهن من محافظة البصرة

الجنوبية، تلقين التدريب في الصحافة

المرئية والإكترونية من قبل معهد

واوضح هيوا عثمان، مدير برنامج

العراق لنظمة (IWPR)، "ان الهدف

من فتح الدورات هو صقل مهارات

الصحفيات العراقيات كى يتمكنَّ من

العمل في الصحافة المرئية والمسموعة

واكد عثمان ان تغطية الاخبار في

العراق محصور تقريبا على الرجال

"ونأمل ان تؤدى هذة الدورات الى تخفيف

هذه الظاهرة. ونشر فكرة اختزال الفريق

فى الصحفية الواحدة كى تستطيع

العودة الى منطقتها وتبتث التقارير

الحلية المثيرة و التي من شأنها إغناء

وقد تم التركيَّز على الجانب العملى

في الدورة التي تلقتها الصحفيات بيد

صحفيين دوليين متمرسين و حائزين

ومن جهة اخرى قالت إحدى المتدربات

إنها لازالت ملتزمة بعملها رغم الخاطر

التي خَيق بها: "ستساعدني هذه الدورة

على أن أعمل بوحدي. لآنني كنت

استعين بمصور عندما كنت الجز عملي

الشهد العراقي المعقد".

على جوائز عالمية

الصحفي الميداني".

صحافة الحرب والسلام (IWPR).

# عندما تمطر السماء حجارة

تشكل بعض الذكريات في مناطق الشعور الباطني لدى الانسان، مكامن وجّع تثير ّالشجون كلما قاده الشوقّ ومن تلك الذكريات، هزة الأم لمهد رضيعها وهي تغني

(دللو مِه دللو) حالمة بيوم يكبر فيه وتكبر معه ثمرة العمر. فتكون عندها (دللو مِهُ دللو) ذكرى تداعب الخيال المتعب كلما رأته يختال مشيته بين أقرانه! تلك اللحظات هي أغلى ما تملكه الأم عندما يشيخ

الزمن فيها وتركنها ضوضاء الحياة وضجيجها الى زاوية توقفت عند هزة المهد وعند غنوة (دللو ممة دللو) ليبقى صغيرها صغيرا وليبقى الحلم حلما!!

لماذًا عندما يشيخ الزمن في الواحد فينا، يصبح كمّاً مهملاً يحتار الآخرون أين يضعوه؟! صورة المرأة العراقية وهي تفترش قارعة السوق لتبيع شيئا ما تقيم به أود حياتها أو ربما أود اخرين معها

بنتظرونها تأتيهم برزق يومهم، يثير اشجاني!! نظراتها الحزينة المترقية طرقات على الياب أو رنة هاتف لترى أو تسمع صوتا طالما فدته بروحها وغذته بعصارة قلبها، بعدما أمست وحيدة غريبة في دارها، تستجدي عطف من وهبتهم الحياة... يثير مُحَاوف الْأُمومة في داخلي:

وفي ذلك الصباح عندما مدت تلك المرأة العجوز يدها لنحيلة المتهرئة طالبة المساعدة للصعود الى سيارة النقل (الكية) في مرآب الحلة لتجلس الى جواري وهي استقرت الأم الكبيرة في مكانها والزمن يحفر اخاديده

في وجهها الحزين المطل على العالم الآخر من خلال عينين أثقَّل الحزن نظراتهما وافترش اليأس منافذ العبور اليهما!! وقبل ان تصل السيارة الى مقصدها همست في اذن الجالس أمامها فأدركت ان المرأة لا تملك أجرة ركوبها، فدنوت هامسة: هل من مساعدة؟ فاذا بوابل من الدمع المتحجر قهرا خلف أسوار العينين الحزينتين ينهمر وهي تقول: اعطتنى ابنتى ثلاثة الآف دينار وقالت لي اذهبي للزيارة! لا ادرى اين سقطت منى النقود؟!

كَفْكُفْت دمعها واجابتني عن جملة اسئلتي التي حاصرتها: طردني ابني، لا يريدني او زوجته لا تريدني، أسبوع اقضيه عند ابنتى الصغيرة في الحلة واسبوع عند الاخرى في النجف، آخر عُمري اعيش مُع النسيب!

تبللت علامة استفهام كبيرة ارتسمت أمامى بدموع هذه الام الكبيرة؛ يا ترى كم أم عراقية آل الزمن بها الى هذا الحال؟ أو الى قارعة الطريق تبيع شيئا ما تقيم به أودها؟! هل هي تداعيات الالفية الثالثة المتعصرنة بثورة المعلومات والتكنولوجيا؟!

هل هو صراع البشر بين الانسنة والتشيىء؟ فأصبحت كيف يمكن للانسان ان يمارس يومياته بصمت ولا مبالاة

حتى العواطف والقيم، أشياء قابلة للمقايضَّة؟ وهناك دمعة لأم خَفر أخاديد اليأس على وجنتيها؟! لو كانت المرأة، في يوما ما، متعلمة، وصاحبة وظيفة او

مهنة، هل سيكون مصيرها كهذه الأم المسكينة؟! لو اردنا مجتمعاً فاضلاً، خترم فيه قيمة الانسان، فعلينا ان نهتم بتعليم أفراده جميعهم، ولو اردنا حماية حقوق المرأة فعلينا ان نضمن تعليمها أولاً، ومن ثم اعطاءها فرصة عمل وبالتالي فرصة حياة كرمة، لأن العلم والمعرفة ومكين المرأة اقتصاديا افضل ضمانة لحماية حقوقها من كل الدساتير والقوانين والشعارات وأبواق المنظمات ومتعهدي

فلأجل مستقبل خال من طرقات تفترشها النساء الكبيرات، ولاجل حياة فضلى لا تشعر المرأة فيها بقوة تقهرها على ان تمد يدها الى الآخرين او ان تكون عالة عليهم، علينا بتعليم الفتاة وتثقيفها، والزامها على اكمال دراستها حتى الصفوف العليا، ومن ثم تمكينها اقتصاديا وتأهيلها للقيام بأدوارها الختلفة في بناء الحياة.

اعتقد ان هذا هو الاهم في الوقت الراهن لدعم حقوق المرأة، وهذا ما يجب ان تهتم به المؤسسات الحكومية والدينية والثقافية والانسانية، لأن الأرض التي حَّت أقدامنا تكاد تسيخ، كما السماء تكاد تمطر علينا حجارا.

رئيس التحرير

## وخّدتْ الحامي قاسم الفتلاوي باسهاب عن مفهوم الانتخاب، شارك فيها أكثر من ٣٠ ناشطا من منظمات المجتمع المدنى في بابل

شارك أكثر من ٣٠ ناشطاً من منظمات الجنمع المدنى في بابل في ورشة عمل أقيمت في محافظة بابل حول ثقافة اللاعنف كخيار للتغيير والبناء والتى تقيمها جماعة لاعنف العراقية فرع بابل وبالتعاون مع منظمة نوفا الأسبانية ومنظمة جسر الى الأيطالية وبرعاية الشريك الحلى مركز المسلة لتنمية الموارد البشرية في أربيل وفي بداية الندوة قدمت السيدة علياء الأنصارى مديرة منظمة بنت الرافدين شرحا عن جماعة اللاعنف حيث ذكرت أنها مجموعة من العراقيين أفرادا ومنظمات إختلفوا في مشاربهم الفكرية وإتفقوا على تبنيهم سياسة اللاعنف طريقا وحيدا للنضال من أجل بناء عراق مستقبل

وأضافت "ان جماعة اللاعنف تأسست في العراق أوائل نيسان ٢٠٠٦ على أثر ورشة عمل عقدت في كانون الأول ٢٠٠١ في العاصمة الأردنية عمان وتسعى أن تكون المدافع الأول عن

حقوق المواطنين بالتغيير بالوسائل اللاعنفية". بعدها ألقى الدكتور عدنان بهية مدير معهد أكد محاضرة عن العنف وأنواعه والطرق الكفيلة لأنهاءه كظاهرة متفشية فى بلادنا بعدها أقيمت ورش عمل لتقديم مجموعة مقترحات للحد من ظاهرة العنف تضمنت القضاء على ظاهرة التسرب من المدارس والتقليل من عدد الطلاب والتلاميذ في صفوفها واقامة ورش عمل في مركز الحافظة وأقضيتها للتثقيف على سياسة اللاعنف وعقد ورشة عمل للتجار المستوردين من أجل



كافة المدارس ورياض الأطفال ودور الحضانة من لعب السلاح وايجاد فرص عمل للعاطلين وتأهيلهم واستثمار طاقاتهم واصدار تشريع منع تداول أقراص السي دى والألعاب الألكترونية التى تدعو الى العنف ومنع استيراد العاب العنف ونشر ثقافة التسامح والحب والتعاون ونبذ الطائفية.

بعدها عقد المؤتمر الأنتخابى الأول لأنتخاب اللجنة التمثيلية لجماعة اللاعنف العراقية فرع بابل حيث فازت منظمة بنت الرافدين متمثلة بالسيدة علياء الأنصارى مديرة المنظمة برئاسة المثلية في محافظة بابل كما فاز كل من معهد أكد متمثلا بالدكتور عدنان بهية والصحفى والناشط في مجال حقوق المرأة حسين الفنهراوي والناشط في مجال حقوق الأنسان السيد مهند الشجيري ومركز الخنساء ومنظمة تارا والسيد سلمان داود بعضوية الهيئة الأدارية للجنة التمثيلية لجماعة اللاعنف العراقية فرع بابل.

ايضاح خطورة التجارة بالعاب السلاح واخلاء

بنت الفرات / بابل

والشهود أنكروا انه ضرب أي أحداً منهم. هذا ما

حدث مع طالب الدراسات العليا فكيف الحال

مشكلة الكليات المنفصلة

أما طلبة الكليات المنفصلة ببناياتها عن

الجامعة ككلية الطب وعلوم البنات وطب

الأسنان والفنون الجميلة والآداب وغيرها من

الكليات التابعة لجامعة بابل فهم يعانون من

منعهم للدخول إلى الجامعة رغم أنهم طلبة

في الجامعة ذاتها والذين يمنعونهم هم الحرس

مع طلبة الدراسات الأولية.

العراقية هي نصف الجتمع ؟

تعانيها المرأة العراقية .



# الحرس الجامعي بين الواجبات والتجاوزات

الحرس الجامعي أو ما يطلق عليه الـ (أف. بي. اس) أو (الحمايات الخاصة) اصبح امراً مألوف الرؤية في جميع دوائر الَّدولة ومهمتهم هي توفير الحماية لتلك الدوائر من العابثيَّن بأمن البلاد. وهم محط احترام وتقدير فئِات الجتمع كَافِة نتيجة للجهود المضنية التي يبذلونها للحفاظ على سلامة المواطن (مراجعاً كان أم موظفاً).

وهذا الامر ينطبق ايضاً على الحرس الجامعي الذين ازداد عددهم باضطراد منذ سقوط النظام السابق. وتتلخص مهمتهم في تفتيش الطلبِة اثناء الدخول وتنظيم سير المركبات في الشوارع الحاذية للجامعة لتخفّيف الزحام غنباً من حدوث كارثة امنية تودى بحياة الطلِبةً. إلا انه فَّى الفترة الاخيرة بدأت تطفو على السطح بعض المؤاخذات على عملهَّم وخصوصاً من طلبة الدراسات الاولية وازدادت حالات الاحتكاك مع الحرس. بنت الرافدين استطلعت اراء بعض الطلبة للوقوف على ما (يعانوه) من الـ (أف بي أس).

#### مشكلة الزي الموحد

عدد من طلبة جامعة بابل كلية الفنون الجميلة يقولون ان الحاسبة على الزى الموحد تختلف من الدراسة الصباحية عن الدراسة المسائية حيث انه مسموح لطلبة الدراسة المسائية ان يرتدون ما يشاؤون من الالوان اما الدراسة الصباحية فممنوع على طلبتها ارتداء اى لون اخر سوى الابيض الاسود الرصاصيّ البني... وعندما تسال الحرس يقولون ان العميد امرناً بذلك ولكن يا ترى هل العميد يقول اسمحوا لطلبة المسائى ولا تسمحوا للصباحي.. بالتأكيد "لا" لان تعليمات العمادة واحدة هي ((تطبيق نظام الزي الموحد للطلبة ومعاقبة الطلبة الخالفين)) من كل ذلك ندرك أن الزي الموحد هو حصراً لأوامر الحرس الجامعي

#### مشكلة الزي الموحد والمراجعين

محمد عبد الله طالب في جامعة بابل يقول ان الحرس الجامعي منعون دخول الزائرين وهذا ان كان لهم به حق فليس لهم حق في ان منعوا خريجى الكلية من استلام وثائقهم (وثائق التخرج) او الحصول على تأييد يخص الطلبة الخريجين او منعون دخولهم ما ان يحصلوا على شهادة التخرج ونحن نقول لماذا وهذه هي جامعة الطالب ومن حقهِ الدخول لها متى يشاء ولاي غرض يشاء.

#### أجهزة الموبايل

مها عبد الرزاق طالبة في كلية العلوم تؤكد على أن نصف الطلبة في جامعة بابل منعون من إدخال الموبايلات ذات الكاميرا بينما النصف الأخر من حقهم أن يدخلوها على اعتبار أن هذا

لا تتناسب والشريحة المثقفة من الطلبة سبل الأمن والراحة لديه.

#### طلبة الدراسات العليا

ح. ص طالب ماجستير حالياً يؤكد على أن الحرس الجامعي قد تعرضوا له بالأسلحة (سحب أقسام) لانه أصر على أن تدخل سيارته إلى كراج الجامعة وهم رفضوا ذلك وأصروا

الجامعيين ونحن هنا نقول لماذا هكذا تصرفات وانتم وجدتم لخدمة الطالب وحمايته وتوفير

على انه لا يحق له إدخال سيارته إلى الجامعة

الطالب قد يكون ابن فلان أو أن الطالب قد يكون والده احد الاساتذه بالجامعة أو والدته أحدى التدريسيات وألف عين لأجل عين تكرم.

#### ألوان الزي للمحجبات

زينب غم وسارة إسماعيل من المرتديات للـ (الجبة الإسلامية) ومن المتعارف عليه أن هذا النوع من الملابس لا يشترط فيه اللون ضمن حدود الزى الجامعي وهذه التعليمات تصدرها العمادة ومع ذلك الحرس الجامعي يمنعون دخولنا عند ارتداءنا للون معين من هذا الزى مع أن تعليمات العمادة واضحة ودائماً منع دخولنا إلى الكلية بسبب هذه القضية

#### بسببهم حصلت على فصل نهائي في إحدى المواد

احمد س يقول انه حصل على فصل نهائى في إحدى المواد لان الأستاذ يمنع دخول الطّالبّ من بعد دخوله ولو بدقيقة واحدة والحرس الأمنيين يعطلون دخولنا مما يجعل الأستاذ يطردنا من الحاضرة.

وعندما سألنا احمد عند السبب الذي يجعلهم يعطلون دخولهم قال: أما بسبب التفتيش عن الموبايلات ذات الكاميرا أو بسبب ارتداءنا الزى الخالف للزى الموحد ويؤكد لنا احمد انه لا يخالف الزي الموحد أبدا ولكن قد يكون هناك خط اسود في قميصه الأبيض يجعلهم يطردونه أو يمنعونه من الدخول إلى

#### الألفاظ الخارجة عن المألوف

مجموعة من طلبة كلية العلوم يؤكدون أن الحراس الأمنيين يتلفظون مع الطلبة ألفاظ

يتأثرن بتوم وجيري وكيفية شجارهما .. علماً

انى ادرك تأثير افلام الكارتون عليهن فلا ادعهن

تحديد الساعات

احدى الدارس الثانوية عن ضرورة خديد ساعات

وقد خّدث السيد (س. ع) وهو تربوي في

"لايجب على الاهل منع الطفل من مشاهدة

افلام الكارتون لان الطفل سيشعر بالنقص

خاصة عندما يجد الاطفال الاخرين يتحدثون

عن افلام الكارتون فيدفعهم ذلك الى اختلاس

المشاهدة أو الذهاب الى احد الزملاء للمشاهدة،

لذلك فمن الضروروي خديد ساعات معينة

للمشاهدة لان هذا النوع من الافلام ينمى خيال

الطفل بالاضافة الى تقوية اللغة العربية لان

اغلب افلام الكارتون تكون باللغة العربية

الفصحى وحبذا لو استبدلت بالانشطة

الاخرى كحفظ القرآن أو قراءة القصص الهادفة

أو ممارستة الألعاب الرياضية أو ممارستة الرستم

الفتيات يتعلمن العنف

الطفلة ايمان البالغة من العمر ١١ عاماً قالت

"اني لا اشعربيومي يمربدون رؤية افلام كارتون

لجاسوسات .. لانهن يمثلن النساء القويات

فيما قالت السيدة ام سجاد وهي ام لطفل

"لا افضل لولدى رؤية أفلام الكارتون أو تعلقه

بها في هذا العمر لانه على وشك تعلم الكلام

واغلب الأفلام تكون مدبلجة بالهجة المصرية

ام تعلم بالمشكلة ومصره عليها

السيدة سوزان أم لثلاثة اطفال تقول "انا

اعلم ان برامج الكارتون متلفة لسلوكيات

الاطفال وان الطفل يقلد كل ما يراه امامه

وافلام كارتون اليوم مليئة بالقتل والدم والخراب

والتعذيب مثل سلاحف النينجا وهى ستصنع

منهم ارهابييين وليس لديهم رحمة في قلوبهم

لكن ماذا افعل فأنا موظفة واعمالي المنزلية

كثيرة وليس لي وسيلة اخرى الهيهم بها وحتى

لو كانت تأثر على شخصياتهم.

واحد بالغ من العمر سنتين:

مثل (مبة وتيمون، القناع)".

والتلوين أاو مارسة الألعاب التي تزيد الذكاء".

يشاهدن القط والفار".

المشاهدة قائلاً:

فى حين انه له الحق بإدخالها وهذه أوامر من رئيس الجامعة وعندما أجرى معهم التحقيق أنكروا ذلك مدعيين أنهم لا يعرفون أن كان طالب دراسات عليا أو دراسات أوليه والغريب أن الحالة تكررت بعد ذلك وأيضا سحب أقسام بوجهه مدعين أنه اعتدى بالضرب على احدهم.

الجامعي فهل يا ترى أن ما يقوله الحرس الجامعي في (أن هذا قرار من رئيس الجامعة) صحيح أم هو ادعاء من جانبهم فقط ليبرزوا أنهم منعون ويسيطرون على الوضع.

السوَّال الذي اتفق جميع الطلبة عليه: هل وجد الحرس الجامعي لحمايتنا أم ليسببوا لنا

بعض المسلسلات الكارتونية يتشارك بها

رجل وامرأة وتوجد بينهما قصة حب فيجد

ولعل المسلسل الكارتوني الجاسوسات وهن

ثلاث فتيات يهجرهن اصدقائهن فيكتشفن

عطر اذا ما شمه الرجل فأنه يترك صديقته

ويبحث عن حب اخر .. فمثل هذة القصص

كثيرة ومتكررة وهناك الحاح شديد عليها

والنتيجة واضحة سهلة وستجعل الطفل

منذ الصغر بحاجة الى العلاقات يعتبرها شيئاً

عادياً والشرير من يريد التفريق بينهما .. اما

ملابس الكارتون العارية فيعتبروها شئ عادى

جميل واجمل ما موجود على ارض الواقع

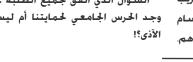
فعالم الكارتون عالم مثالي في عيون الاطفال

وستخلق عندهم حالة من الميوعة والانحراف

بالاضافة الى انها ستحرق مراحل مهمة من

عمر الطفل فهو اجبار للنضوج.

الطفل نفسه امام علاقة حب خطيرة



# أفلام الكارتون وآثارها الايجابية والسلبية على الاطفال



نتيجة لانتشار الحروب في العالم اصبح العنف والقتل واستخدام الاسلحة هو لغة العصر وثقافته وهذه الثقافة بدأت تزداد بشكل ملفت للنظر عن طريق برامج التلفزيون (من افلام ومسلسلات وتقارير).

كما بدأت ثقافة العنف تنتقل الى عالم الطفل عن طريق قنوات عديدة منها افلام الكارتون، فكان هذا التحقيق الذى اجريناه ضمن حملة بنت الرافدين لمناهضة ثقافة العنف عند الاطفال.

"وجدت طفلى الصغير البالغ من العمر ٨ اشهر في الثّلاجة تفاجئت كثيرا .. ثم اكتشفت أن الذي وضعه أخيه الاكبر لانه شاهد هذا المشهد في افلام الكارتون توم وجيرى" هكذا قال السيد ابو محمد منعضاً من الاثارة السلبية لهذه الافلام.

الطفل محمد معن البالغ من العمر ١٣ عاما عبر عن رأيه قائلاً

"افضل افلام كاتون باتمان او سبايدرمان (رجل العنكبوت) لانهما اقوياء ويساعدان الناس ويقضيان على الاعداء .. وأستمتع أكثر عندما أمثل ما أراه في الحلقة مع أخوتي الصغار وعندما أصبح أنا باتمان او سبايدرمان وهم الأشرار فاقوم بقتلهم

#### خطر افلام الكارتون على تصرفات الاطفال

السيدة ام سارة تقول "غفلت عن ولدي للحظات فوجدته على شرفة المنزل يريد القفز منها وهو يحمل بيده مظلة فعندما قمت بانزاله قال لى انه يريد ان يكون مثل سنبل الفتى الذي جاء من عالم اخر مظلته العجيبة التي يطير بها وينتقل من مكان الى اخر".

اما السيدة رواء رحيم ام زينب من كربلاء وهى ام لفتاتين فقالت معبرة عن رأيها: "افلام الكارتون اثرت على بناتي بشكل ملحوظ فبتن عصبيات ويتشاجرن كثيراً .. ومرور



#### ضياع القدوة

السيدة او كرار عرجت على موضوع القدوة فى افلام الكارتون قائلةً؛

"ان افلام الكارتون تضيع القدوة لدى الاطفال فالطفل في عمر ثلاثة او خمسة عشر سنة يتأثر بالشخصيات الكارتونية فبدلامن ان يكون قدوتهم احد الانبياء او الائمة او الشخصيات العظام بدأوا يقلدون شخصيات افلام الكارتون ويتعلقون بها ويحاولون ان يقلدونهم بشتى السبل ولندرك ان افلام الكارتون منشئها غير اسلامي وهي منافيه لكل عاداتنا وتقاليدنا

### يحاولون التخلص من واقعهم

اما الطفلة نور في الرابعة عشر من عمرها قالت مصرة على رأيها: "احب افلام الكارتون "ايرون كيد التي بطلها مارتي" لانه احد الابطال وهو صغير السن يبحث عن الحق وهو صغير السن والانتقام من الاشرار الذين يحاولون استغلال العالم بقتلهم واتمنى ان مارتى تكون شخصية حقيقية ليخلصنا من الارهاب والعناصر السلحة".

السيد ابو منتظر استاذ جامعي يستنكر بعض ما تلمح له هذه الافلام قائلاً: "افلام الكارتون لا تتماشى مع عقائدنا وديننا الحنيف مثلا السجود لغير لله ففى افلام كارتون سامبا عندما قتل سامبا النمر المتوحش سجدت حيوانات الغابة له لانه تخلص من عدوهم وبدأ ضياء الشمس يلوح له لانه هو البطل وهذا ما يضعف عقائد صغارنا"

#### مراقبة الاسرة لبرامج التلفزيون



حدث عن رأيه قائلاً: "يولد الطفل كصفحة بيضاء يتقبل كل شئ من العالم الخارجي ويقلد كل مايراه ويتأثر بالاشياء أكثر من الشخص الكبير .. وبرامج التلفزيون ليس لها رقابة قد يعرض بها شئ قد يكون منافى للتقاليد والعقائد الاسلامية.

وتعد برامج العنف احد اسباب انتشار ثقافة العنف في مجتمعنا لان اطفالنا تربو عليها واصبح استعمالها شيئاً عادياً مثل المسدسات

هنا يجب ان يظهر دور الاسرة فيتوجب عليها ان تقوم بمراقبة البرامج التي يراها الاطفال لان الطفل يكون غير قادر على التمييز بين (الصح والخطأ) فتنحصر البرامج التي يراها الطفل على القنوات التعليمية والتثقيقية مثل (القنوات التعليمية المصرية، او البرامج التعليمية على قتاة "art" ) فيتعلموا اللغة العربية والاناشيد والحساب بدلا من العنف والاشياء التي تؤثر على

السيد سلوان فوزي استاذ في كلية الاداب

وبسبب التلفزيون يربي الطفل على العنف والرشاشات والدبابات والاسلحة الاخرى

مستقبلهم وشخصياتهم والجتمع".

#### من بين منظمات الجنمع المدنى الناشطة والفاعلة التي أنبعثت بعد سقوط النظام البائد مباشرة مؤسسة المعرفة الثقافية والتي تهدف الى اشاعة ثقافة الحوار وحقوق الانسان وتعنى بتنمية الوعى الثقافي والاجتماعي وقد حققت المؤسسة حضوراً ثقافياً واجتماعياً وآضحاً في الساحة الكربلائية وقد استقطبت معظم الشباب المثقف في كربلاء. (بنت الرافدين) حاورت السيد علي الكردي الحسيني رئيس مجلس

واهتماماتها ومشاريعها الستقبلية \* ما هو تاريخ تأسيس المؤسسة وما هي الحيثيات والظروف التي أدت

إدارة المؤسسة للوقوف على حيثيات إنشاء وتأسيس هذه المؤسسة

- بدءا وقبل الاجابة عن تاريخ التأسيس أود أن أبين شيئا قبل ولادة هذا الكائن الثقافي حيث كان في رحمه معطاءاً وعاملاً من خلف الكواليس ولكن بكل سرية وحيطة وحذر ، فكما تعرفون أن حاكمية الذات التسلطية المتمثلة بنظام البعث الذي كان جاثماً على صدور العراقيين. ولكن بعد الجُلاء تلك الغبرة تم الأعلان عن ولادة مؤسسة المعرفة الثقافية على يد مجموعة من الشباب الخلص لهذه المدينة المقدسة وذلك في شهر آب من عام ٢٠٠٣ ، معلنين عن النهوض بالواقع الكربلائي خّت شعّارها الذي رفعه الإيمان بالله بالإنسان وبالوطن نحو الرقى آخذتّ على عاتقها الالتزام بالمنهج العلمي الموضوعي مبتعدة عن كل عصبِية جاهلية أو انتماء لنفس مغلف تنشّر السلام رسالة والحقيقة هدفاً إذ تسعى للتعاون مع العاملين من أجل عراق حر متنقل أصيل ديمقراطي. \* ما هو النظام الداخلي للمؤسسة والفئات العمرية التي تهتم بها

- المعرفة مؤسسة ذات طبيعة ثقافية غير ربحية وغير حكومية تتمتع بشخصية اعتبارية عثلها المؤسس تهدف للحفاظ على الهوية الحضارية الأصيلة للفرد والمجتمع الكربلائي والعراقي ،تلتزم بالموضوعية والحيادية الايجابية في التعامل مع النتاجات الفكرية التي تردها.

وأهم المواضيع التي تعمل عليها ؟

أما الفئات العمرية فالمؤسسة تهتم بجميع الفئات ابتداء من الطفل حتى الشيخ ، كما تهتم بمخاطبة النخبة المثقفة من كلا الجنسين كما تعمل على نشر واشاعة خطاب وثقافة الحوار الوطنى والديمقراطي وحقوق الانسان ونقد الآخر النقد البناء الذي به يصلح الفرد والجتمع \* من هي الجهات الداعمة لنشاطاتكم ؟ وهل لكم علاقات مع منظمات

- المؤسسة لها علاقات واسعة جداً في الداخل والخارج وعملت على اقامة المهرجانات وحضور المؤتمرات خارج الخافظة مما ادى الى عرض أعمال ومشاريع من قبل جهات عديدة منها على شكل تمويل أو عمل مشترك كما ندعو جميع العاملين والمؤسسات والمنظمات في العراق من أجل النهوض بعراق جديد تسود فيه الألفة والحبة والتآخى ولكن بعد دراسة اى عمل يقدم لنا ، كما نود أن نذكر شيئا أن المؤسسة أعتمدت وتعتمد من خلال التمويل الذاتي على المؤسس صاحب الامتياز الشيخ مهند الأسدى ، كما تعتمد مآلية المؤسسة على ربع المطبوعات والاصدارات والهبات والتبرعات والمنح التي تقدمها الجهات المانحة ومن خلال العلاقة مع منظمات عراقية ، وآخر اعمالها إقامة مهرجان شعرى إنشادي

#### إذن المرأة ليست دون الرجل وليست أعلى من (إنهما مشترك حقيقي تكاملي) . ولقد أثبتت النظرية الماركسية التي غزت الفكر العالمي في القرن السابق خطئها بتعاملها مع المرأة بمفهوم دوني .. حيث رأت (النظرية الماركسية) إن زهراء سعدى التحول من الجحتمع الشيوعي الأول إلى الجحتمع الشيوعي الثاني يأتي من خلال تعلم صغارنا التقاليد غبر الاسلامية

أعلى درجات التكاملية.

قوة الإنتاج ولطالما كانت المرأة اضعف من الرجل من حيث البدن فهي ووفقاً لنظرية الماركسيين عجاول أن تعالج خللها وضعفها البدنى فتنطوى غت لواء الرجل .. إن هذه النظرية أثبتت تجنيها على المرأة من خلال التطبيق، فلو أمنا بالنظرية أعلاه واعتبرنا إن قوة الإنتاج هو الأساس في التحول الاجتماعي ستدحض النظرية الماركسية نفسها .. لان قوة الإنتاج اليوم أصبحت عقلية وليست بدنية من خلال تطور الماكنة وأجهزة الحاسوب الرقمي .. والمرأة ليست اقل عقلا من الرجل أو أندر موهبة .. بالتالي هي شريك تكاملي ليس بالأدني بكل

ثقافة الدونية لدى المرأة تعرقل عجلة البلاد

كثير من المدافعين عن ما يعرف بحقوق المرأة ، يرددون العبارة الشهيرة (المرأة

نصف الجتمع) .. ما قيمة هذه العبارة التي نسمعها دوماً .. وما مدى واقعية

الطرح بالنسبة لواقع العراق .. لعل من البديهي التأكيد إن نموذج دراستنا في

هذا المقال المجتذب هي المرأة العراقية .. وهنا نكرر السنؤال حولها .. هل المرأة

الجواب المنطقى لهذا السؤال هو بالتأكيد كلا .. فالمرأة العراقية ليست

إن التعدادات السكانية الرسمية وغير الرسمية الحديثة أثبتت إن المرأة في

العراق ومنذ العام ١٩٩٠ أو قبل ذلك التاريخ هي أكثر عدداً من الرجال في العراق

. والأسباب واضحة فكثرت الحروب و المصائب التي عمت العراق منذ العام ١٩٨٠

لغاية اليوم سلبت الكثير من الأرواح البريئة من الرجال العراقيين في الحروب

الطويلة وأحداث العنف وما إلى أخره ... إذن المرأة في العراق هي أكثر من الرجل

عدداً ، كما إن المرأة العراقية تختلف بوضوح عن قريناتها في الشرق الأوسط

و الخليج العربي .. فهي تمتلك ومنذ مدة طويلة حقوقًا انتخابية كاملة وحرية

بالتعليم و التوظيف .. مع الأخذ بنظر الاعتبار بعض العواقب الاجتماعية التي

ولكن ورغم قناعتنا بأن المرأة العراقية هي أكثر من نصف الجتمع .. وان الواقع

لعملها مهداً ايجابياً ولو بشكل بسيط إلا إننا لجد أن وضع المرأة العراقية

اليوم لازال مختنقاً في قعر الزجاجة ولم يصل حتى إلى العنق كما يقول المثل

من أهم عوامل الضعف العام الذي أصاب المرأة العراقية ولازال .. ثقافة الدونية

الموجودة لدى المرأة .. لن أكون قاسى الطرح واسمى المفهوم (بعقدة الدونية) وهي

باختصار مجموعة الأفكار والسلوكيات التي تقنع المرأة ذاتها بأنها دون الرجل..

شعور المرأة بالدونية عجاه الرجل، حالة سلبية وغير منطقية وعنصر جذرى

في تعميق التراجع في حال الجتمع .. وهنا نحن عندما نحارب ثقافة الدونية لدى

المرأة لا نصطدم من بعيد أو قريب مع الطرح الديني للمرأة .. فالدين الإسلامي

(الدين الأعم في العراق) لم يضع المرأة في معيار دوني جّاه الرجل و(القران الكرم)

واضح في هذا الطرح .. ففي قوله تعالى (ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم

أزواجا) \* يتضح المعنى بان المرأة هي من أنفسكم وليست من نفس أخرى (أدنى

أو اعلى) إذن الجنس البشرى المتكون من الرجل والمرأة في طبيعة الحال هو جنس

واحد أي من نفس واحدة ، فليس هناك نفس أخرى ذكورية أو نفس أنثوية ..

فالتعبير واضح واختلاف الجنسين فيما بينهما ليس سوى اختلاف عضوى

(بيولوجي) وظاهرة طبيعية لاستمرار الحياة وغريك العواطف والمشاعر ولخلق

وبالتالي تضطهد نفسها ذاتياً قبل أن يضطهدها العرف الاجتماعي الخانق.

بنصف الجتمع كماً أو نوعاً وإنما هي أكثر من ذلك بكثير.

مازن الياسري

إن اقتناع المرأة بالدونية جاه الرجل سيكون معرقل حقيقي لنشاط وعزمة أكثر من نصف الجمتمع العراقي .. وخاصة ونحن بطور بناء البلاد والنهوض بها .. إذن ينبغي بادئ ذي بدء دحض ثقافة الدونية .. كما يجب أن تنهض المرأة ذاتها قبل أن تتوجه لمواجهة العرف الاجتماعي .. كما إن استثمار الايجابيات التي حصلت عليها المرأة ومعالجة السلبيات الملقاة على طريق المرأة ستساهم بفاعلية في تسيير عجلة البلاد وتطوير الواقع العراقي في مختلف مفاصله وفروعه.

## مؤسسة المعرفة الثقافية .. تنشر السلام رسالة .. والحقيقة هدفا

انتصار السعداوی / کربلاء

بالتعاون مع منظمة (بنت الرافدين) في محافظة بابل وذلك لمد جسور الحبة بين منظمات الجتمع المدنى العراقية

- أستطاعت المؤسسة أن تدخل في قلوب الكربلائيين من خلال إقامة ندواتها التي طالت حتى المناطق النائية في القرى والأرياف وإقامة اللهرجانات واصدار المنشورات والمطبوعات التي وجد المثقف له حيزاً فيها ومنبراً حراً يوجه من خلاله خطابه وذلكٌ لأستقلالية المؤسسة

\* كيف أستطاعت المؤسسة أستقطاب الكفاءات الثقافية والعلمية

الانتماءات الدينية والحزبية وغيرها. \* أهم القضايا التي عملت عليها المؤسسة في هذا العام وما هي الشاريع المستقبلية لها؟

وحياديتها ودعمها لكل المتقفين ، فقد كان لها ِ الدور البارز في مخاطبة

جميع شرائح الجتمع والنخب امتقفة على حداً سواء بلا فرق بين جميع

- لعل الوقت ضيق والجال لا يسع لذكر كل ما عملته المؤسسة ولكن سنقف عند أهم الأمور، في بداية التأسيس فقد كان للمؤسس دورِاً بارزاً من خلال اصدار منشور بعنوان (الوجه الآخر للديمقراطية) وذلك بناءاً على ما قامت به قوات الاحتلال من انتهاكات في سبجن (أبو غريب) وكان له الأثر الأكبر في توعية المواطن.

ثم عملنا على تشكيل هيئة باسم (هيئة التعبئة والتوعية الانتخابية) لمساندة العمليات الانتخابية الحرة النزيهة ، كما تنظم المؤسسة مهرجاناً شعِرياً للقصيدة الحسينية يقام في شهر صفر من كل عام وقامت أيضاً بفتح دورات على الحاسوب وأعمال الإدارة ونظم الأقتصاد والسياسة وأصدرت بيانات مختلفة في أحداث شتى منها عند وقوع تفجيرات كربلاء والكاظمية في العاشر منّ محرم الحرام، أما فيما يخص المطبوعات والحركة الفكرية فقد تم طبع كتب (نحن والعولمة) و(الحمل والولادة) و (التعليم والاعلام) ولا يخفى على المواطن الكربلائي مجلة (المعرفة) وهي مستمرة في اصدارها وللسنة الرابعة ، كما أصدرت المؤسسة عدة ملاحق تتناول الوضع الداخلي في كربلاء وأهمها ملحق (الطاقة والوقود) و (التربية والتعليم) و ملحّق أُختص بالفساد الاداري

كما كان للمؤسسة دوراً بارزاً في إصدار صحيفة (اعمار كربلاء) فقد كانت الصحيفة تتخذ من المؤسسة مقراً لها وقد تم تفريغ الأخ توفيق الحبالي من رئاسة خرير مجلة المعرفة لرئاسة خرير صحيفة (اعمار كربلاء) لما لها من أهمية تصب في مصلحة كربلاء الاعمارية وحرصاً من المؤسسة على مصلحة كربلاء وكما ترون الآن أصبحت (اعمار كربلاء) تنافس الصحف الموجودة في المحافظة وخارجها.

وفى الآونة الأخيرة أصدرت المؤسسة صحيفة (راصد المعرفة) والتي تعنى بهموم مشاكل المواطنين وللوقوف على مكامن الخلل في العملية الخدمية وآخر نشاطات المؤسسة تأسيس فرقة (المعرفة الانشادية) التي اقامت مهرجانها الأول في كربلاء والثاني في بابل لشهر ثقافة الحب والسلام على لسان أطفال كربلاء ولنبذ الارهاب وكان ذلك إدانة لما تعرضت له كربلاء في التفجير الأخير الذي شهدته منطقة الخيم. حديث الصمت (٥) .. سلطة الضمير

انسان كما قال الرسول (ص) "اذا تزوج الرجل

احرز نصف دينه" فهو رباط مقدس يقوم على اساس التكافؤ بين الزوجين ومستند على

بها العراق وسوء الحال الامنى وانتشار البطَّالَة

وبشكل كبير لا يخفى على أحد، فهذه الاسباب

. الفرض الاجتماعي والانساني وبعد ان تنتهي

مراسيم الزواج تبدأ المعاناة وتكون النتيجة

تعب نفسى وارهاق وهموم لا تنتهى الا بتسديد

فالمهر او الصداق هو حق مالى للمرأة على

الرجل الذي يتزوجها فهو يطيب نفسها وهو

دليل على ألحب والاحترام والتقدير والرغبة في

التعاون والمشاركة بين الزوجين اضافة الى ذلك

ان الصداق لم يجعل له مقداراً معيناً من المال

بل على قدرة واستطاعة الزوج وحالته المادية

وأن يكون برضى الطرفين وان قلة المهر توجب

جريان الزواج بأسهل وأسرع وقت مكن .. كما

ولكن للاسف الشديد تعتقد بعض الأسر

انها اذا غالت في المهر بحيث جمعله غالياً

تضمن فيه حياة زوجية ناجحة لبناتها وكأنما

تعتبرهن سلعة للبيع او بضاعة تتاجر بها عن

طريق المغالاة في المهر .. وكذلك تعتقد بعض

قال الرسول الأكرم (ص): (خير الصداق أيسره).

استاس الحب والوفاء والاخلاص

طريق تكوين الاسرة وبناء الجتمع.

الى وقت غير مسمى؟!

# آبِاؤِنَا الأعزاء .. خُلقنا أحراراً .. فَلمَ القيود؟ !

زينب الشمري

بيته إلا انك اذا تمعنت جيداً ستجد ان مهرها (عً)

لم يكن قليلاً فقد كان ثلث ما ملكه زوجها وهو

باعه وجاء بثمنه مهراً لأطهر نساء العالمين ..

بتلك الدراهم القليلة استطاعا ان يبنيا اسعد

بيت في الدنيا .. منزل مفعم بوسائل الاحترام

والتقدير والشعور المتبادل بأن الحياة لا مكن ان

ليعطى لشبابنا درساً في الاختيار المناسب

إن تلك القصة الاسطورية التي لم تكرر في

من السلف الصالح وهو بذل ما مكن لنيل



فمتى اصبحت الفتاة سلعة يساوم عليها؟! وأى ضمير انسانى يسمح ان تكون للفتاة

بل على العكس .. فكثيرة قصص الزواج التي لم يكتب لها النجاح، وبعضها ينتهى بهدوء الطرفين وبعضها يشن فيها الازواج والزوجات حربا تصل احيانا كثيرة الى قاعات الحاكم وكل هذا بسبب الامور المادية التي عكرت صفو تلك الاسر واحالها الى اطلال .. وما يدعو الى الاست ان الكثير من اهالى (الفتيات) يتصورون ان السعادة الزوجية والخياة السعيدة خصل عن طريق المال والقصور الفاخرة وتعتبر البساطة

الاسر الاخرى انها اذا قللت من مهر بناتها تكون قد قللت من قيمتها او استهانت بها ..

قيمة مالية قد تزيد او تنقص؟! فمن كرم الرأة وأهلها ألا تشترط على الخاطب مقداراً معيناً من المال وهذا لا يعتبر استهانة

فى المعيشة من وسائل الشقاء وعلائم الحرمان

فكم من امرأة ترفل بالثباب الباهضة والراقية وتتزين بمثاقيل الذهب وتسكن في قصور مشيدة ولكنها من الداخل تعِيش في جحيمِ وكم منِ امرأة تسكن كوخاً او بيتاً صغيراً متواضعاً ومع ذلك تراها في منتهى السعادة وكأن ذلك المسكن جنة عدن؟!

أو ليس لنا في رسول الله (ص) وابنته الزهراء (ع) أسوة حسنة؟! فإن سيدة نساء العالمين (ع) وبنت حامل

الرسالة والنبوة كان صداقها درع باعه ابن عمها (على ـ ع) ليشترى بدراهمه مستلزمات المعيشة! وقد زُفت الى بيت ليس فيه الا القليل من الاثاث المتواضع .. ولم تكن مغصوبة على هذا الامر او مجبرة عليه .. فقد وافقت وهي

ورغم ذلك فالسعادة الزوجية والرفاه الاسرى لا يحصل عن طريق الترف والبذخ بالمال بل بالتفاهم والقناعة والتي هي كنز لا يفني وبالتعاون بين الطرفين

فالأهل مدعوون الى فتح الجال واتاحة الفرصة لأبنائهم وبناتهم ان يختاروا حياتهم ومطالبهم ولا يضيقون عليهم الخناق ويجعلوهم احراراً في اختياراتهم لكي يتحملوا المسؤولية في ادارة انفسهم وليبنوا حياتهم على نسيم ألحب والوئام وتزيينها بالعاطفة بجمالها المدهش والخلاب

فالحياة الطيبة السعيدة لا يعكرها الفقر ولا تغيرها الفاقة .. فيا أيها الآباء يسيروا ولا تعسروا وكلما كان المهر ومستلزمات الزواج يسيرة كان الزواج مباركاً وسعيداً.

# مكي محمد ردام إن قوة العلاقة والارتباط بين الضمير والصمت

ليست فقط لكونهما يشكلان مع العقل، نقطة مركز التشكل والنمو في حاضنة واحدة. توفر فيها جميع شروط توثيق هذه العلاقة مثلة ب القاسم الشترك الاعظم وهي:

- صعوبة سبر غور جوهر الصمت والضمير - كلاهما مشروع مؤجل، مؤمل، جوهره الرجاء

- يركز على المبادىء والمثل الانسانية

- كلاهما قابل للافصاح (خيراً إو شراً) فلا يمكن للصمت ان ببقى صمتاً مطبقاً ولا للضمير ان يبقى مطلقاً لانه مكون من جزئين متناقضين (الحي والميت) اي الحي الناطق والحي الصامت...

ينَّفرد علماء الديَّن والكهنوت والتوحيديون، وصفوة من المفكرين والمثقفين بإدراك حقيقة ان الضمير تشكل بداية تكون العقل البشرى والدماغ ونموه وتطوره، ابتداء من محاكات

آراء المشاركات

في معرض الاجابة عن رأيها في الملتقى،

قالت القاصة اطياف ابراهيم من محافظة

بغداد: "فوجئت بهذا الملتقى وهو خطوة

الجابية كونه يضم الكثير من الاديبات الواتي

بحاجة ان يكونن قريبات من بعضهن فأعتقد ان هذا الملتقى وحد بين صفوف الاديبات وخاصة

الاديبات من الحافظات البعيدات عن بعضهن

ومن خلال هذا الملتقى سيكون هناك اتصال

فيما قالت السيدة ميار الختار الشاعرة من

بغداد مشيدة بهذه التظاهرة الاولى من نوعها

"تظاهرة جميلة ورائعة اشد على ايادي من

قاموا بهذه التظاهرة الثقافية والادبية والمرأة

العراقية بحاجة الى مثل هكذا تظاهرات لكى

تبرز ولو القليل من ادائها الثقافي والادبي واتمنى

من كل الحافظات ان حدو حدو بابل في مثّل هذه

المهرجانات وان يدعون اديبات الخافظات الاخرى

وهذا مالاحظته هنا حيث ضم هذا الملتقى

اما الشاعرة هدية كاظم من محافظة بابل

فقد قالت: "هذا الملتقى هو قفزة ونقلة نوعية

لكل الاديبات والمثقفات العراقيات لكن مايثير

استغرابي هو الشاركة القليلة للمرأة العراقية

فيما اذا اعتبرنا هذا الملتقى هو فرصتها لكى

تظهر صوتها وحتى العالم يراها وهي تمثل

اديبات من جميع انحاء العراق".

مستمر وفاعل بينهن".

الطبيعة والبيئة الحيطة الى تعامله سلباً وايجاباً مع هذا الحيط المتغير، ويرتبط بهذا التغير، تغير في وجهة النظر الفردية، الانسانية وخاصة حين يصادف التعارض بين رغبة الكائن الانساني كفرد وبين مواقع محِيطهِ وبيئته، عبر تطوره "كأنسان وفرد" إذ كان تطور وتغير الطبيعة والتأثير عليها بطيئاً جداً- قبل اكتشاف وسائل تغير الطبيعة والتأثير عليها في المعرفة والعلم من اكتشاف الزراعة والنار وطرق الصيد الى بعض ادوات الدفاع

منذ انفتاح عقله ورؤيته على بيئة الحددة، ويومها لم يكن ما يتوارثه من معرفة وثقافة عن من سبقوه في الجِياة الله عن طريق بعض الكلمات البدائية المحدودة والمحددة بحاجته لستلزمات البقاء حياً- مهمته المركزية- كان جهازه العقلى المستند الى مجموعة معارفه وعاء تخزين احاسيسة وانطباعاته بمثابة الختبر لدراسة مواضيعه الانية السرية والعلنية ليعطى لنفسه وذاته فقط الحكم او الحد الفاصل بين ما يرغبه ويحبه ويتعاطف معه وبين ما لا يرغبه او يؤذيه ويتالم منه.

واذا جاز لنا ان نتصور ان منطقة ما في عقل ودماغ الانسان قد تخصص بالاهتمام بالمساحات المشتركة بين عقلية وذهنية (الفرد- الانسان) وعقلية وذهنية الفرد الجتمع. وبعد ان ازدادت هذه المساحة بازدياد حجم العلاقات الاجتماعية وتنوعها وتعددها لتصبح جزءاً لا يتجزء من حياة الفرد والجُتمع .. ولد معنا ما اصطلح على تسميته .. بالضمير .. وهو ما تنطوى عليه رؤية الانسان قبل اعلانها على الاخرين من عائله او افراد او مجتمع او امة . فالضمير سر الانسان وجوهره .. والحد الفاصل في المساحات بين الرفض والقبول. بين الحب والكره. بين الالم واللذة. بين الخطأ والصوب الى اخّر القائمة الطويلة من تتِّناقض مفاهيم الانسانية في قائمة القاسم المشترك بين الفرد والجتمع التي تتسع يومياً وتتداخل فيما بينها مرة على حساب الفرد ومرة على حساب الجتمع في خَدٍّ وصراع مستمر معطية الحق للقوانين الوظعية الجديدة "التدخل" في ايجاد صيغ للتفريق بين حق الفرد وحق المجتمع.

## بابل عاصمة العراق الثقافية تحتضن وتدعم الملتقى الأول للأديبات



انطلقت فعاليات (ملتقى اديبات العراق) ضمن فعاليات مهرجان بابل عاصمة العراق الثقافية لعام ٢٠٠٨ على قاعة الثقافة والفنون في محافظة بابل وبدعم من الحكومة الحلية في الحافظة.

ستمر الملتقى لمدة يومين (٧\_١٠٠٨/١/٨)، بدأت فعالياته بكلمة الحكومة الحلية ألقتها للسيدة أميرة البكرى نائب رئيس مجلس محافظة بابل لشؤون الرأة ذكرت فيها ان المرأة العراقية أكثر عزما من أي وقت مضى للعمل والأبداع بعد أن همشت فيّ تلك السنين الطوال وأثبتت كفاءتها وحرصها على العمل والنجاح

والقاصة أطياف ابراهيم من بغداد قصتها القصيرة بعنوان (آخر من يعلم) وبعد الأنتهاء من قراءة القصتين جرت مناقشات ومداخلات حولهما شاركت فيها كل من القاصة علياء الأنصارى والشاعرة حسينة عباس والشاعرة ميار الختار والصحفي حسين الفنهراوي والناقدة انتصار السعداوى والشاعرة منى الخرسان والزميلة سميره عبد الحسين والشاعر فلاح الياسين والشاعرة منى الهلالي. بعدها قدمت الناقدة والصحفية انتصار

بغداد في فعاليات اليوم الاول، والقت السيدة

مكارم رئيسة الوفد كلمة حيت فيها الملتقى.

وعلى هامش الملتقى أقيمت جلسة

مسائية حوارية حول القصة قدم للجلسة

الشاعر والكاتب والاعلامى خالد القطان أمين

عام مؤسسة أور المستقلة للثقافة الخرة استضيفت فيها قاصّات من المشاركات في

الملتقى حيث قدمت فيها القاصة هند السعد

من العمارة قصة قصيرة بعنوان أعاصير الحياة

من مجموعتها القصصية ذكريات زوجين

السعداوى من كربلاء موضوعا حول قصة علياء الانصارى للتحدث حول روايتها (على وعائشة) والاجابة عن بعض اسئلة الحاضرات،

وفي معرض اجابتها عن الفرق بين القصة في

الادبين (النسوي والذكوري) قالت: "انا ارفض

هذا التصنيف لأن الادب هو ادب ولا فرق بين

الادب الذي يكتبه الرجل او الذي تكتبه المرأة

ولكن المرأة برأيي اقدر من الرجل في الغور في

اعماق النفس الآنسانية" وتطرقت الآنصاري اليّ

صورة المرأة في ادب فجيب محفوظ واحسان عبد

القدوس واكدت على ان هؤلاء الادباء وامتالهم



أعقبتها الأديبة والقاصة علياء الأنصاري رئيسة منظمة بنت الرافدين والناطقة الأعلامية بأسم الملتقى بكلمة عرفت الخضور بالملتقى وأعلنت عن تأسيس رابطة أديبات العراق والتي تم انتخاب هيئة امنائها في ختام فعاليات الملتّقي لليوم الثاني، دعت الانصاري المشاركات والحاضرات الى تقديم مقترحاتهن بشأن الرابطة، ثم تلى ذلك مشاركات الاديبات والشاعرات بالقاء قصائدهن حيث شاركت في اليوم الاول كل من الشاعرة منى الهلالي من محافظة الناصرية والشاعرة رضية العطار (اكبر مشاركة من مواليد ١٩٤٤) من محافظة ميسان والشاعرة هنادى جليل من محافظة بغداد والشاعرة منى الخرسان من بغداد والشاعرة حسينة عباس من بابل والشاعرة هدية كاظم من بابل، اضافة الى اوبريت قدمته الشاعرتان سعاد الشاهين وميار الختار من محافظة بغداد

وأختتمت فعاليات اليوم الأول بعرض مسرحى قدمته جمعية اليسر لتأهيل المرأة في بابل, وقد حضر حفل افتتاح الملتقى الدكتور نعمة البكرى نائب رئيس مجلس محافظة بابل والدكتور أسامة عبد الحسن عضو مجلس محافظة بابل ورئيس هيئة التخطيط الستراتيجي في الحافظة والسيد عباس العاني مدير البيت الثقافي مثلا عن وزارة الثقافة وعداً كبير من مثلى الأحزّاب ومنظمات الجتمع المدنى وناشطات الجُتّمع المدني في بابل وعدد كبير منّ المواطنين ومثلى وسائل الأعلام، كما شارك وفد من التجمع النُّسوي لحزب الامة العراقية من

(دور رعاية النساء المعنفات .. ضرورة ملحة ومسوُّولية الجميع) للكاتبة زينب الشمري. اما فعاليات اليوم الثاني فقد تضمنت (على وعائشة) للقاصة البابلية علياء الأنصاري (على وعائشة قضية سياسية في إطار أدبي) والمنشور في صحيفة إعمار كربلاء في العدد عرضا للأزياء العراقية الفلكلورية اضافة الى (١٥) لشهر حزيران ٢٠٠٨، ثم دعيت السيدة

مشاركة الشاعرات من كربلاء وبغداد وبابل إضافة الى أوبريت "بيتى بغداد" لفرقة المعرفة من كربلاء كما شارك الناقد الأستاذ ناجح المعموري مسؤول اللجنة الثقافية في هيئةً الأحياء والتحديث الحضارى في بابل بكلمة هنأ فيها أديبات العراق المشاركات في هذا الملتقى وشد على أيديهن متمنيا لهنّ دوام النجاح والتألق وبروز كفاءات كثيرة وكبيرة في مجال الثقافة من النساء وأختتم الملتقى بأنتخابات أول هيئة أدارية للأديبات العراقيات بعد أن أعلنت القاصة علياء الأنصارى الناطقة الأعلامية بأسم ملتقى أديبات العراق عن إستقبال طلبات الترشيح وتقديم المرشحات أنفسهن أمام الحاضرين بتقديم نبذة مختصرة لكل منهن ليتسنى للجميع التعرف عليهن وجرت الأنتخابات بأشراف السيدة أميرة البكري نائبة رئيس مجلس محافظة بابل لشؤون المرأة والناقد ناجح المعموري والدكتور بدر ناصر استاذ الاعلام في جامعة بابل.

ن موصوع ا

في العدد ٥٨ من صحيفة بنت الرافدين بعنوان

وجاءت نتائج الأنتخابات بفوز الشاعرة منى الهلالي من الناصرية رئيسة للرابطة بحصولها على ١٦ صوتا وعضوية كل من الناقدة انتصار السعداوي من كربلاء ١٧ صوتا والشاعرة حسينة عباس بنيان من بابل ١٥ صوتا والقاصة هند السعد من العمارة ١٤ صوتا والشاعرة هنادى المالكي من بغداد ١٢ صوتا والشاعرة منى الخرسان من بغداد ١١ صوتا والشاعرة هدية كاظم من بابل ١٠ أصوات.

وفي ختام الملتقى قدمت السيدة أميرة البكريُّ نائبة رئيس مجلس محافظة بابل درع الخافظة الى رابطة الاديبات تسلمته السيدة

لم ينصفوا المرأة وقدموا لها وجهاً غير حقيقى فيما قدمت الشاعرة والأذاعية ميار الختار



مجلس الحافظة هدايا وشهادات تقديرية للمشاركات في هذا الملتقى.

### مسؤول الثقافة في هيئة الاحياء والتحديث: الملتقى برر ثقتنا به.

فى ختام فعاليات الملتقى، صرح الاديب والناقد الاستاذ ناجح المعموري، مسؤول الثقافة في هيئة الاحياء والتحديث وعضو اللجنة المركزية لفعاليات بابل عاصمة العراق الثقافية قائلا: "شاهدت فعاليات الملتقى الاول لادبيات العراق وانا سعيد يتفاصيله الفنية والشعرية التى كشفت عن معطيات عديدة أهمها احتفاء بابل كعاصمة للعراق الثقافية لعام ٢٠٠٨ بالمرأة المبدعة والكشف عن طاقاتها الابداعية المتميزة في مجالات الفن والادب، وكنت فرحا بعرض الازياء الذي استطاع ان يوحد بين محافظات العراق وان يقدم مشهدا سيميائيا، لان الزى علامة كاشفة عن جغرافية المكان وخصائصها في الزي وتميزها وتفردها وحتما كان الزى معلما خاصا بالمكان وميزاته البيئية وكشف الملتقى عن طاقات ابداعية في الشعر الشعبي وعناصره العروفة في التراث العراقي واضاء اللتقى مجالا حيويا في تكونات المرأة العراقية منذ الازل، حيث وفرة الوظائف التي اسست الاصول الاولى في الثقافة والفن كما كشف الملتقى عن الروح العالية التي تمتعت بها المشاركات أثناء اجراء التصويت لانتخاب الهيئة الادارية لرابطة الاديبات العراقيات.

تهنئة للاخت العزيزة علياء الانصارى وانا سعيد ايضا لان الملتقى برر ثقتنا به لاننا في اللجنة المركزية لمهرجان بابل عاصمة العراق الثقافية خمسنا له ووفرنا له ما يمكن من دعم

عن رأيها: "الملتقى ناجح على الرغم من ان المرأة العراقية تعاني من العنف والتهميش واعتبر ان هذا الملتقى هو نصر للمرأة ضد العنف". اما الشاعرة منى الهلالي من محافظة

الناصرية والتي تم انتخابها امينا عاما لرابطة اديبات العراق فقد قالت: "بابل ليست غريبة



خيط بهن وتمنعهن من الخروج".

هي المرة الثانية التي اتي بها الى بابل في المرة

الاولى مهرجان بابل الوطني وهذه المره الثانية

مشكورة السيدة علياء الأنصارى لانها بادرت

بهذه المبادرة كان من المفروض أن تبادر بها

الوزارات والجهات الختصة مثل وزارة الثقافة.

ولكننا بحد ان منظمة بنت الرافدين هي التي

بادرت الى لم شمل الاديبات ونحن نفتخّر بأنّ

لنا اديبات من كل الحافظات الجنوبية والوسط

وبغداد وهذا شيىء لا اعلم لماذا غافلة عنه وزارة

الثقافة وانا واثقة بعد الرجوع الى محافظاتنا

ستظهر اديبات كثيرات على الساحة لان الالف

ميل يبدأ بخطوة والنساء غتاج الى تشجيع،

#### الاجتماع الاول لهيئة الامناء

في ختام اليوم الاخير، اجتمعت هيئة الامناء المنتخبة عصرا في اول لقاء لها، وتم الخروج

١ - وضع نظام داخلي لرابطة الاديبات خلال

الثلاثة اشهر القادمة، ثم عرضه على الهيئة العامة للتصويت عليه.

- ا يتم قبول الاعضاء من عمر ١٦ عاما فما فوق. ٣ – استحصال الاجازة الرسمية.
- ٤ خديد موعد دورى لاجتماع الرابطة. ٥ - مفاحّة الحكومات الحلية في الحافظات والوزارات المعنية لاجل رعاية المهرجانات
- والفعاليات التقافية التي تقيمها الرابطة في المستقبل. ٦ - حضور المهرجانات داخل وخارج القطر.
  - ٧ اطلاق موقع على الانترنيت.
- ٨ تنظيم مسابقات ادبية عن طريق الانترنيت.
- ٩ متابعة نشاطات الاديبات.
- ١٠ تأخذ الرابطة على عاتقها مهمة تنمية المواهب الشابة ورعايتها وكذلك تعمل على التنسيق مع منظمات الجمتمع المدني وفتح فروع
- للرابطة في كل الحافظات. ١١ - خَديد بدل عضوية ومنح هويات للعضوات في الرابطة.



حسين الفنهر اوي

أصدقاء الشدة صحفيون

خلال الأسبوع الماضي ومنذ بداية إنطلاق الحملات الأنتخابية لمرشحي مجالس المحافظات بدأ المرشحون بإستهداف وإستقطاب الناس بكل الطرق والوسائل فمنهم من أخذ يزور المرضى

وحضور مجالس الفاحّة التي كان قلّما يحضر فيها راح آخرون بالسلام وتقبيل كل من يلتقوه

حتى أننى خشيت على البعض منهم أن يصاب بمرض من الأمراض التنفسية لا سامح الله فيما

إستعاد آخرون الأرقام القديمة في موبايلاتهم للأتصال بالأصدقاء والمعارف القدامي حتى يستعيد

نشاط الأخوة والصداقة ليخبروهم ويذكروهم إنهم رشحوا الى الأنتخابات القادمة واهلّة

الهلُّه بيه) من أجل حفنة من الأصوات في هذه الشدَّة التي مابعدها شدَّة. فيما راحت كيانات

ومسؤولين بأستهداف واستقطاب الأعلاميين والصحفيين لأستغلالهم ووسائل إعلامهم لنفس

الغرض أعلاه فبعد التهميش الذي عاني منه الصحفيون والأعلاميون لفترة طويلة خاصة من

قبل المسؤولين أصبحوا الآن أكثر جاذبية ولهم الكأس المعلّى في التقدير لأستغلالهم للغرض

(نفسه) فبعد أن تناقلت وسائل الأعلام الدعوة التي قام بها أحد المسؤولين لعدد من الصحفيين

والأعلاميين والتي حضّر وخطط لها أحد كبار الصحفيين في التنسيق وإبتزاز المسؤولين والتي

أستلم على أثرها كل أعلامي وصحفي من الوفد مبلغ (٥٠٠) دولار حسب ماذكرته إحدى الصحف

مضيفة ان هذه المقابلة والمبلغ هي مقابل دعم أعضاء من كيان هذا المسؤول في الأنتخابات

القادمة فيما قام مسؤول آخر بدعوة آخرين لنفس الغرض وبالسعر نفسه (٥٠٠) دولار حسب

ماذكره أحد الصحفيين التاركين الذين رافقوا الوفد الى بغداد وهو المعروف معرفته الكبيرة ب(من

أبن تؤكل الكتف) وحسبما ذكر أحد الزملاء الذي شارك الوفد هذه الزيارة ان الصحفي التارك قام

بدوره وكعادته بتزويق الكلمات الرنانة مخبرا إياه ان الجميع حملوه أمانة السلام وانهم جميعا

(معك معك لا مع عدوك) و(فوت بيهه وعالزلم خليهه)علما انه قالها وسيقولها لأكثر من مرشح

.. وما أن عاد الوفد حتى وجدوا (بشارة) أمامهم أن أحد المسؤولين دعا الأعلاميين والصحفيين لزيارة

إحدى دول الجوار وكانت الزيارة محدودة أولا وبعد ان (زعل) عدد كبير من الصحفيين ووعدوا ذلك

المسؤول بالأنتقام صحفيا وإعلاميا منه قام السيد المسؤول بفتح الباب على مصراعيه ولكن

لوسائل إعلام حددت من قبله وبالتعاون مع أحد المستفيدين من تلك الوسائل لترشيح واحد من

كل وسيلة من الوسائل التي أتفق عليها وأغفلت وسائل أخرى وصحفيين آخرين لمعرفته ويقينه

أن هذه الوسائل وصحفييها لن تنفع معها الزيارات والأموال من أجل بيع أصواتهم وخيانة

ونحن لسنا ضد من يعطي الأموال أو من يستقبل الأعلاميين في مكتبه أو ضد من يأخذهم

في زيارة للنزهة أو لزيادة الخبرات وتبادلها حسب ما ذكره أحد المقربين من أحد المسؤولين. ولكن

نحن ضد من يكون قلمه ومهنيته أداة لتزييف الحقائق والتطبيل والتزمير لأناس هم ليسو أهلا

العمل الصحفي مهنة شريفة وعلى العاملين في هذا الجال أن يعملو بشرف بعيدا عن

المكاسب الشخصية وان لا يخافوا بالحق لومة لائم ولا تؤثر فيهم مايهبه لهم المشحون

والمسؤولون الذين إكتشفوا بعد التفكير الطويل ان اأصدقاء الشدّة صحفيون) لشراء أصواتهم

همسة مع الضمير

١ـ لو.... تكفل كل مواطن قدر المستطاع

بيتيم وفاقد المعيل لما وقف الاطفال في

تقاطع الشوارع خت الشمس الحرقة لبيع

1- لو.... فكرنا برمي الاوساخ في المكان

الخصص لرميها لما بقى عمال البلدية

ساعات في تنظيف الشوارع وهم يخبئون

٣- لو.... تعاون اصحاب المركبات على

ان يتيح كل واحد منهم فرصة لأخيه

للمرور معه وسط الشارع لما تغير وجه

الشرطى من حرارة الشمس وبقي على طبع

٤ـ لو.... كان كل رب اسرة مثل رب

۵ـ لو عددنا هدفنا لتكون بعيدة

٦ـ لو.... تأسست في كل دائرة الثقة

والصراحة بين المدير والموظف لما كانت

الرشاوي هي السبيل الوحيد لنيل الحياة

٧ـ لو.... حاسبنا انفسنا اخر ساعة من

يومنا لما نسج الشيطان شراكه حولنا

كالشرنقة لكى لا نعلم ماذا ينتظرنا غداً

٨ لو.... حطمنا كل القيود التي تقيدنا

٩ـ لو.... استطعنا ان نبني على ارضنا قاعدة يستند عليها الغائب المنتظر لما

بقينا لحد الان مثل الوحوش الكل يريد ان

تعرض الأطفال المبكر للتدخين يزيد

مخاطر ضعف اجهزتهم المناعية

نيويورك / رويترز؛ أكد باحثون من هوغ كوغ أن

الاطفال الذين يتعرضون للتدخين السلبي في

مقتبل حياتهم تزداد لديهم احتمالات الإصابة

بأمراض معدية بالمقارنة بغيرهم الذين ينشأون

وخلص الدكتور ام كى كوك وزملاؤه بجامعة

هونج كونج الى أن خطر الاصابة بعدوى كان في

اعلى درجاته بين الرضع من عمر ٦ اشهر أو أصغر

ولكن الخطر المتزايد استمرحتى بلغ الاطفال

وكان الاطفال غير مكتملي النمو والمولودين

وأكد الباحثون ان التعرض للتدخين لا يضر

وراقب الباحثون مجموعة تضم ٧٤٠٢ طفل

ولدوا في عام ١٩٩٧ حتى وصلوا لسن ثمانية

الاطفال للتدخين السلبي في منازلهم.

اعوام. وفي بداية الدراسة تعرض ٤٢ في المئة من

واستنتج الباحثون ان الاطفال الذي تعرضوا

لدخان السجائر خلال اول ١٨ شهرا من عمرهم

كانوا اكثر عرضة بنسبة ١٤ في المئة للاصابة

بأى نوع من العدوى ببلوغهم ثمانية اعوام.

فقط الجهاز التنفسي للاطفال ولكنه يضر

بوزن اقل من الطبيعي الاكثر عرضة للخطر

عن قول الحقيقة لما سحقت اجيال بأقدام

الجبابرة والطغاة

يصبح اسد الغابة.

في بيئة خالية من الدخان.

اجهزتهم المناعية ايضاً.

ثمانية اعوام.

ومتوسطة وقريبة المدى لما كان لدينا كثرة

الفراغ وقلة نتاج العمل اليومي.

السفينه مديراً لشؤونها بشكل صحيح

لما تفشى الكذب والنفاق والأنحراف بيننا

المرطبات والمشروبات الباردة.

وجههم في وشاح أسود

التسامح في اداء واجبه.

سميرة عبد الحسين

### حرارة الوجدان

في ظلمة الليل البهيم تطلعت

عيناي في كبد السماء حدق

فاذا بوجهك مشرق في ظلمة

سناء الأعرجي / بابل

نوراً تأجج في الافلاك ينبثق رنوت له متطلعاً في نهفة لاشكو له قلباً بحبك بخفق واشكو له شوقاً اذاب حشاشتي واشكو له بثي وطول تأرقي فهطلت دمعا كالسحاب بمطرأ اقاسى به موتاً بطيئاً يسحق بل ناديتها بحرارة فلم ترع قلباً في هواها يمزق فلم ترحم الدمع الذى سال جارياً كأن قذى عينى نارتحترق جّرعت مابى من مرارة هجرها ورقعت ثوب الصبر وهو مرق ائن انين الصابرين جملداً حتى غدا الواشى يحن ويشفق فقلت معاذ الله نكرت مودتي وتصد اعراضاً كمن لاينطق فبأغتى في الفكر بعض تفكر وداهمني صمتي كأنى اخرق

### من يمتة المذاهب نحسبها حساب

صدك تقبل حبيبي لغيرى هسه تصير؟؟ وصدك مليت منى وبعد متحبنى؟؟ وصدك هانت عليك اسنينه الحلوات وما هانت عليك شلون تتركني؟؟ من يمته المذاهب نحسبلها حساب؟؟ ومن يمته الطوائف جانت تهمني؟؟ أنه لن عشكتك ما سألت الناس ولا جنت ادرى اصلك شيعى لوسنى شجاك تغيرت وبكلبك انته شصار؟؟ جنت تموت بيه وجنت تعبدني وجنت اتنفسك وانته الهوه بدنياي . وجنت لو تبتعد لحظات .. تخنكني معقولة الورد ينكر جميل الماي؟؟ وانته بهالسهولة تنازلت عني؟؟

عباس السعيدي / الديوانية

### مبروك المولود الجديد

تتقدم اسرة خرير بنت الرافدين الى الاستاذ مكى محمد ردام بمناسبة ولادة حفيدته الاولى (نور) متمنين لها دوام الصحة والسلامة والعيش الكرم حت ظلال والديها المهندس محمد نهاد البيرماني والسيدة زهراء

# روضة أطفال ذكية

انتظار محمد يوسف / النجف



خظى مؤسساتنا التعليمية باهتمام ورعاية القائمين عليها انطلاقا من الأمان بأن تعليم الانسان وتاهيله وتدريبه هو الاساس في تكوين فرد قادر على المشاركة الفاعلة في بناء وتطوير مجتمعه ورغم الاهتمام الذى تخظى به مؤسسات التعليم الا ان هناك تفَّاوتا في مستوى الرعاية بين مرحلة واخرى . وهنا نتوقف لنسأل أى المراحل اكثر اهمية: هل هي المرحلة الاولى من حياة الطفل ام المرحلة اللاحقة؟ واذا اتفقنا على ان مرحلة الطفولة المبكرة هي اهم مراحلة في حياة الانسان لانها المرحلةً التى يتكون فيها كثير من المفاهيم والقيم وتنمو فيها القدرات والامكانات تكون بالتالى مرحلة رياض الاطفال من اهم مراحل التعليم كونها المرحلة التى تنمو فيها مفاهيم ومعايير الاطفال فاما ان نخرّج الى الجنمع انسانا سويا متوازنا واما ان نخرج انسانا يحمل معه في

مستقبل حياته مفاهيم وسلوكيات خاطئة تؤثر في علاقاته وقيمة تعامله مع الاخرين ولذا تسعى كثير من المؤسسات التعليمية نحو توجيه رعاية خاصة لمرحلة رياض الاطفال باعتبارها تمثل اهمية خاصة في حياة الابناء والسؤال الذي يطرح نفسه ما الذي يجب ان نقدمه لابنائنا في هذه المرحلة؟بل ندهب الى ابعد من ذلك فنقول: ما هي الخطط والبرامج التي يجب تقديمها لابنائنًا في هذا الوقت بالذَّات؟ماهي نظرتنا لهذه المرحلة؟ هل نرى انها مرحلة اساسية تستحق الرعاية والاهتمام ام نراها مجرد مرحلة عادية؟مانوعية القائمين علیها؟ وما مستوی کفاءتهم؟ ان ما نطرحه من تساؤلات حول هذ المرحلة مرجعه ما نراه من رعاية واهتمام بهذه المرحلة في دول اخرى، ولقد توقفت عندعنوان يقول" الصين تصنع

النوابغ من رياض الاطفال" ان هذا العنوان يحمل

### الطب النفسي بإيجاز

الطب النفسى هو فرع من فروع الطب .. وهو قديم قدم الإنسان، وقد مر بمراحل عديدة من حيث فهم الاضطرابات النفسية وأساليب علاجها. وبين أيدينا في الوقت الحالي جملة من النتائج والنظريات لتفسير هذه الاضطرابات وعلاجها. والنظرة المتوازنة للإنسان تبين أنّ الإنسان ومشكلاته النفسية ترتبط بتكوين الإنسان نفسه من حيث تأثير الجوانب الاجتماعية والبيئية. ولا ننسى أهمية الجوانب الثقافية والفلسفية والدينية في تأثيرها على الإنسان في صحته ومرضه.

والاضطرابات النفسية منها الاضطرابات الشديدة ومنها الاضطرابات الصغرى وتصنيفها بصل إلى أكثر من مئة نوع نوع وشكل. ومن الاضطرابات الشديدة الفصام والهوس والزور والذهان الحاد ومن الاضطرابات الصغرى القلق والاكتئاب والخاوف المرضية والوسواس القهرى والاضطرابات الجسمية النفسية النشأ وهناك أيضا اضطرابات الشخصية في صفاتها وسلوكها، واضطراب . العلاقات الشخصية. والاضطرابات الجنسية واضطرابات الطعام والنوم .. وغير ذلك. ويعتمد الطب النفسي في العلاج على عدد من الأساليب بما يتناسب مع الحالة المرضية.

وأساليب العلاج كيميائيّة وعضوية ونفسية واجتماعية. ويشترك في أساليب العلاج غير الكيميائية عدد من الاختصاصات الأخرى مثل الأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين والمرشدين التربويين وغيرهم من المثقفين والموجهين في الجال الديني. وبالطبع فإن لكل دوره الهام والمفيد وفي كثير من الحالات لابد من التعاون بين عدد من الجهات للوصول إلى خُدمات علاجية أفضل والجأل مفتوح أمام الطب النفسي والعلوم المرتبطة به

لاكتشافُ الإُنسان وفهمه بشكل علمي أفضل في حاّل الصحة والاضطراب والجهود العلمية دؤوبة في دراسة الإنسان والعقل البشري ما يَكن من تطّوير أساليب فعالة ومفيدة سؤال ثقافتنا العربية ما تزال تنظر بالشَّكُ والريبة إلى الطب النفسي ما هو رأيكم في كيفية

ـد من المعرفة العلمية والوعى النفسي وَأخَذ العلم من مصادره. وأما الشائعات والأفكار السلبية السطحية التعلقة بالطب النفسي فهي مرفوضة وتأثيرها مؤذ وخطر وأيضاً هناك مفهوم اللوثة أو الوصَّمة السَّلبية الرتبطة بالموضوع ..

وحيث يظن كثير من الناس أن الطب النفسى مرتبط بعلاج الجنون فقط مع العلم بأن الاضْطّرابات النّفسيّة الشّديدة لا تشكل إلا حوالي ١٠٪ من الاضطرّابات النفسية العديدة. وهناك مشكلات أخرى تتعلق بتطبيق العلوم النفسية في بلادنا من حيث صلاحية أساليب بعض أنواع العلاجات، وأيضا ضرورة فهم مشكلاتنا الخاصة بنا بما يتناسب مع المشكلة وحجمها وتفاصيلها دون اللجوء إلى استعارة الأساليب الجاهزة غير المناسبة. وهناك مشكلات المصطلحات النفسية وتعريب الطب النفسى والتواصل مع أحدث الاكتشافات العلمية في هذا الميدان، وهذا من المشكلات التى تواجه الاختصاصيين العرب والتى تتطلب منهم مجهودا خاصا وتعاونا لتذليل كثير من العقبات الموجودة. ومما لاشك فيه أن الأولويات المطروحة في بلادنا من حيث التنمية والوعي والتحديث سيكون لها أثر إيجابي في تغيير النظرات السلبية والمشكلات التي تواجه العلوم النفسية والطب النفسى في مجتّمعنًا.

## لنحيا سعداء

ابتسمت لى الحياة وقالت: كانت ميته. بهذا الحجم الكبير وزهوتها الجميلة..

ولكنها ابت الانكسار فقاومت الى ان تغير الحال

وفتح عليها الماء من جديد. - وهل تريدين ان اصبر مثل صبرها ولكنى

المدرسة في حرب اخرى وصرت في الجامعة وتريدين منى الصبر

الماضي وعيشي يوم جديد العبي مثل هذه الاطفال تسامري مثل هؤلاء الشيوح وافرحي كتلك النسوة اكسرى قيدك ازيحي دموع الحزن واملئى عيونك بالابتسامة فلا يوجد شيء في الدنيا اجمل من الفرح.

- وهل تكونين الى جانبي.

عندها شعرت ان الفرح قريب منى وانا لا اشعر به لان ضباب السنين يمحو كل فرحة افرح بها فمحوت الماضى لاجعل منه عبرة

الحياة تقترب منى فالخة ذراعيها لتضمني بقوة إلى صدرها الحنون... همست في أذنيّ لمَّا اليأس.. التفاؤل جميل.

من الرياض منها روضة اطفال اطلق عليها

"روضة اطفال ذكية" تجريبية تهتم بتنمية

نسية معامل الذكاء ونسية معامل المشاعر

للاطفال ومفهوم قدرة الذكاء المتعددة لتنمية

اللغة والمنطق وتوسيع الافق وفي هذه الروضة

ترتيب كافي للالعاب الحببة وانشطة التواصل

والتبادل لتنمية قدرة الاطفال على اقامة

العلاقات على الفحص الذاتي مبكرا، ولاشك

ان استخدام قدرة الذكاء المتعددة للاطفال

في التعليم يفيد في اكتشاف خصائصهم

في وقت مبكر لتربيتها باسلوب سليم، الامر

الذي يفيد في النمو العقلي والبدني للاطفال

كما أن هناك نوعا أخر من رياض الاطفال في

الصين اطلق عليه روضة الاطفال الفلسفية

التجريبية التي تهدف الى تنمية قدرة الاطفال

على التفكيرالعلمي بصورة كبيرة.

أجبتها والحزن يقطر من عينيّ... - اين هو التفاؤل لقد اصبح شيئاً منسر هل التفاؤل ان ارى الناس تقتل من حولي وافرح... ام التفاؤل إن أرى اغتصاب بسمة من شنفاه طفلة وهي ترى أمها تموت إمام عينيها... ام التفاؤل إن أرى أم تموت من الوجع بعد كسر قلُّبها . ام زُوجة تذرف دموعها وهي في ثوبها الأبيض .. أم أب ينتظر قدوم نبض قلبه في صندوق خشبي... إي تفاؤل هذا بالله عليكِ.

- تعالى معى سوف يتغير الحال فالأمس ليس اليوم واليوم لن يكون غداً..

حاولت الاستجابة لها ولكن يأسى يدفعني كى لا ارضخ لدعواها فأن الحياة لن تكوّن جميلةً وعنصر الشر موجود فيها..

الحت على مرة اخرى.. - تعالي سوف نكون هناك حيث الأمل

والفرح... هيا لنمضي.. سارت بي الحياة وخطواتي اربكها الخوف حست الحياة بخوفي فراحت تطوف بي في أماكن غريبة لم تصل لها يد الشر حيث أطّفالّ يلعبون ونساء فرحات وشيوخ تتسامر والهواء يفوح بالنقاوة بدأت أتغير بعض الشيء، قلت فى داخلى هل هناك أناس تفرح وما معنى

أجابتنى الحياة حتى تفرحى أزيحى القلق والدمار الذي بداخلكِ فأنت مّا زلت صغيرةً العمر طويل لاتقضيه بالحسرة واللوم كونى

نجوي الطاهر

مهنيتهم وكل هذا وحسب مايقوله المنطق غضيرا للأنتخابات القادمة ..

استغربت لحديثها فكيف تكون ميته وهى

- قطع عنها الماء فترة طويلة استمرت سنين

صبرت الكثير ففتحت عينى على حرب ودخلت ليدخل بلدى في حرب اكبر وما زلنا في حرب

- اه كم أنت يائسة غيرى ما بداخلكِ انسى

- لا بل كوني انتِ الى جانب نفسكِ اولاً.

لا شماعة اعلق عليها حزنى فقررت السير في طريقي الجديد مع فرحي وترك حزني جانبا لأغرد كما الطيور لأرسم لوحة فرح أضيء بها

نظرت نظرة عابرة إلى شجرة كبيرة أوراقها متدلية وثمارها يانعة. وكيف اكون مثلها؟ انها لم تقاسى مثلما قاسيت ولم تعش مرارة يوم واحد مثلماً عشت انا او غيري..

صداقتك تفيدك نفسيا

سيدتى..... بعد ان يتحقق حلم الامومة وسعادتك التى لاتضاهيها سعادة بطفلك

جّدين نفسك وحيدة وان صديقات الامس قد

ابتعدن عنك وستجدين نفسك قد اكتسبت

صداقات جديدة امهات في نفس وضعك تعرفت

عليهن حديثا وهنالك نقاط مشتركة بينكن

لكنها كلها تصب في اطار واحد الاطفال، نموهم

ودخولهم الى المدرسة وغير ذلك من المواضيع

اليومية وتتذكرين صديقات الامس وغنين الى

احاديثكن الشخصية وتلك العلاقة الحميمة

التي كانت تجمع بينكن والتي بدات تفقدينها

هذه الصداقة التي ينتظرها منك فالمسألة اولا

واخيرا مسألة اخد وعطاء ومشاعر متبادلة

بنفس القدر ونفس المستوى ويؤكد الخبراء ان

من الافضل لكي ان تكوني علاقات صداقة

اعداد: لقاء الربيعي



رعاية وحب حتى تنمو وتقوى.



خطيم ذلك الجدار الذى بنيته بينك وبين العالم الخارجى دون قصد وبالفعل راى العلماء النفس ان الصديقات لهن التاثير الساّحر على الصحة النفسية ومن يتمتع بصداقات قوية تتميز عادة بتوازن عاطفي بالاضافة الى علافات اجتماعية

بالصداقة والاكتفاء وثقي ان العزلة وعدم القدرة على التركيز ولاسيما اذا عرفنا ان المراة غتاج الى الصداقة فطريا فعندها جدنفسها فى موقف صعب مثلا تتوجه الى صديقاتها للتنفيس عن همومها وهذه الحقيقة التى اكدها علم النفس تعني امرا واحدا وهو ان تخرجي من قلعتك الحصينة وتتصلي بصديقاتك على ان تكونى لهن الصديقة الخلصه المستمعة الجيدة لان الصداقة هي علاقة اخذ وعطاء وغتاج الي

## مطبخ أم حسنين

هذه الفقرة من اعداد السيدة أم حسنين/ناحيـــة القاسم (جنــوب بابل)، مساهم ...ة منها في اتراء مطبخنا بالأكات العراقية الفلكلورية.

المقادير: ربع کیلو لحم غنم .. ربع کیلو رز ٤ كوب ماء، ملعقة اكل معدنوس مفروم، قطعة جزر، بصلة، قطعة شلغم، ملح.

طريقة العمل: ا. يقطع اللحم قطعاً صغيرة ويضاف

حتى ينضج حوالي ساعة واحدة. ٣. يرفع العظم ان وجد ويترك قليلاً لرفع

### حساء اللحم بالرز

اليه الماء ويوضع على النار الهادئة لمدة ساعة ونصف مع نزع الزفرة كلما ظهرت. آ. يضاف الرز بعد غسله والخضر بعد تقطيعها عدا المعدنوس ويبقى على النار

المادة الدهنية.

٤. يضاف اليه المعدنوس المفروم ويقدم.

### كل النساء جميلات

وفاء شاكر

كلنا جميلات بطرق مختلفة ولايمكن ان ختلف على هذه الفكرة لكن عاداتنا السيئة وعدم اهتمامنا الكافي هو مايقودنا نحو الخطا وهذه عزيزتي مجموعةً من النصائح تساعدك على الوصول الى مايسمى بالجمال ابدئي تخصيص نصف ساعة يوميا لتحصلي على لنتائج المرجوة على المدى البعيد يمكنك ان تكونى جميلة بوصفات بسيطة تخضرينها نفست وتعمل على اغناء مواطن الجمال لتى يمكنك اظهارها بالعناية المستمرة والمدروسة واتمنى ان اجعل هذه النافذة مفيدة لتستسقي منها ما ينفعك . اليوم عزيزتي ارجو ان تنتبهى الى بعض النقاط التى تفيدك في التعامل مع شعرك.

ً - ابدئي بغسل شعرك باستمرار لتخليصه من الاتربة والغبار العالق به.

وقلة النوم قد تفقد شعرك لمعانه ورونقه. - في الصيف يميل شعرك الى الجفاف لذا بجب المداومة على استخدام البلسم بعد الشامبو عليك الانتباه لوجود أية أمراض جلدية أو قشرة فالقشرة تنتج عادة من جفاف الشعر فاذا كنت تعانين من القشرة فاستخدمي غسول الفم الذي يستخد

- نقص المواد الغذائية والتعرض للشمس

كمظهر للفه وضعى معيارمن الغسول على ٩ معايير من الماء واتركي شعرك عشر دقائق - قللى من الصبغات الكيمياوية والعلاج

وهو مبلل ولا تمشطيه وهو جاف، داومي على قص اطراف شعرك، لا تغسلي شعرك يومياً ان الغسل المتكرر يحرم شعرك من زيوته، لا تتركى شعرك ملفوف بالمنشفة طويلا، بعد الغسل عليك بتدليك فروة الرأس بين الحين والآخر وذلك بوضع اصابعك عليه وتحريكها بطريقة دائرية، لا تستخدمي أمشاط أو فرش

في الاونة الاخيرة نظرا للضغوط النفسية التي تمرين بها وينتابك شعور بان عالمك رغم ما فيه من حب ومشاعر انسانية رائعة يفتقد الى تلك العلاقة الحميمة التي كانت تربطك بصديقات الامس واذا كانت خيوط المودة قد تقطعت او ضعفت بينك وبين صديقات الامس فلا تفكرى الكيمياوي للشعر دلكي فروة الرأس بأطراف انهن الوحيدات اللواتي يمكنك ان تقضى معهن الأصابع وبرفق اثناء الغسل والشطف وقت متعا واعملى على الارتباط بعلاقات جديدة او اعملي على تقوية صداقات حالية .كما في فصل الصيف، أعملي ماسك للشعر كل لاتلومى نفسك اوتلومى صديقات الامس على هذا التباعد فمن تفهمت وضعك منهن قد تمنعها ظروفها التي حتما تختلف عن ظرفك ان تعطيك ما حتاجين اليه من دعم خاصة وانت ايضا قد لاتكونين قادرة على اعطائها نوع من

لا تعرضى شعرك لاشعة الشمس وخاصة عشر أيام لتعيدى اليه توازنه، أنهى حمامك بماء بارد خاصة على شعرك، لا تمشطي شعرك

مع نساء في مثل سنك على ان تعملي على تقوية اواصرها وثقى انها تستحق منك اى من البلاستك لان ذلك يؤدى الى تقصفه. جهد تبذلينه لانها ستساعدك كثيرا على