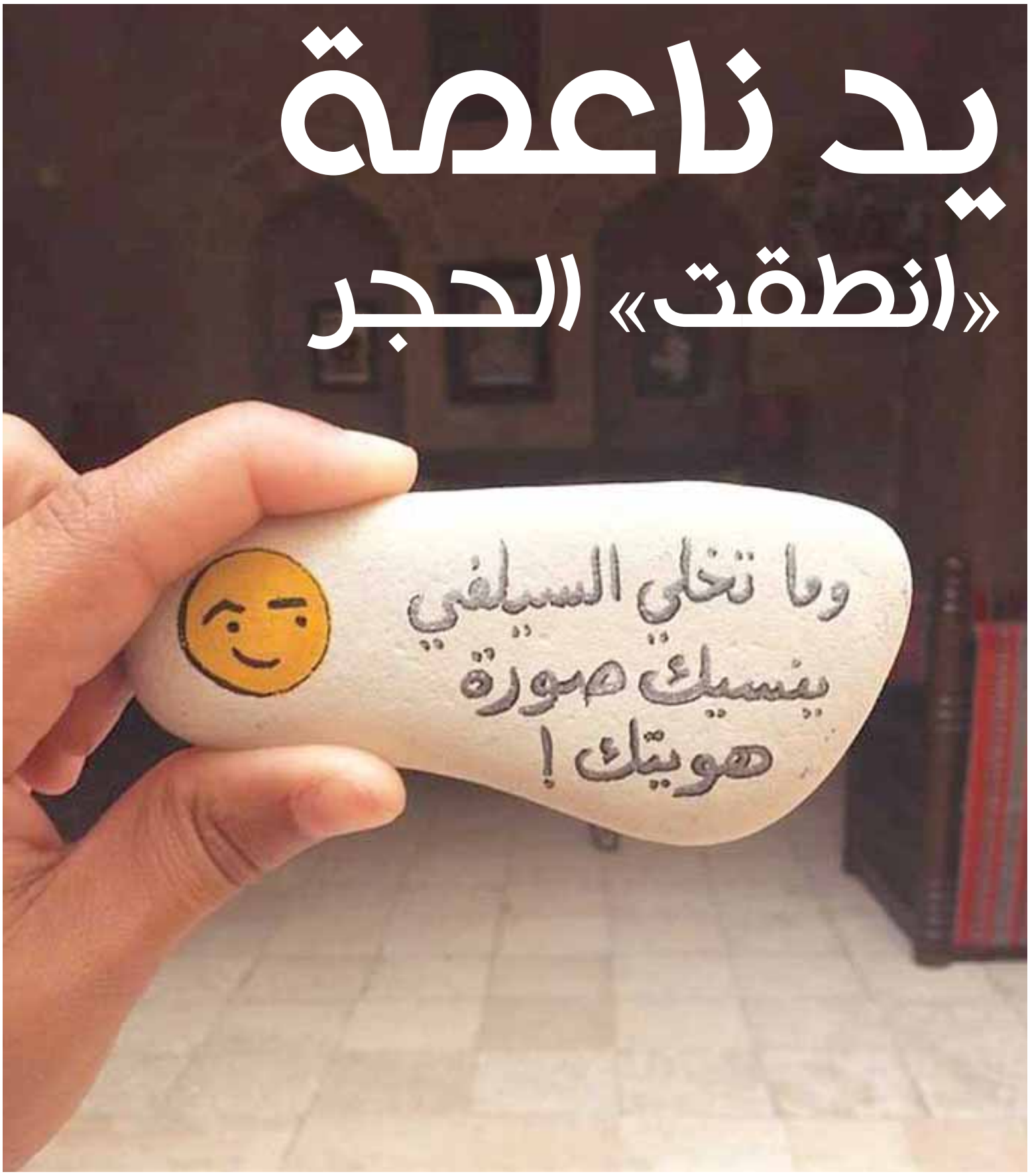
استراحة الحياة

يصدر عن صحيفة الحياة الجديدة

الثلاثاء 19-4-2016

العدد (41)

يد ناعمة «انطقت» الحجر



التكنولوجيا تبتلع «البنانير»

دولارات معلقة لجذب الزباين

السيرك في غزة «يُدَرّس»

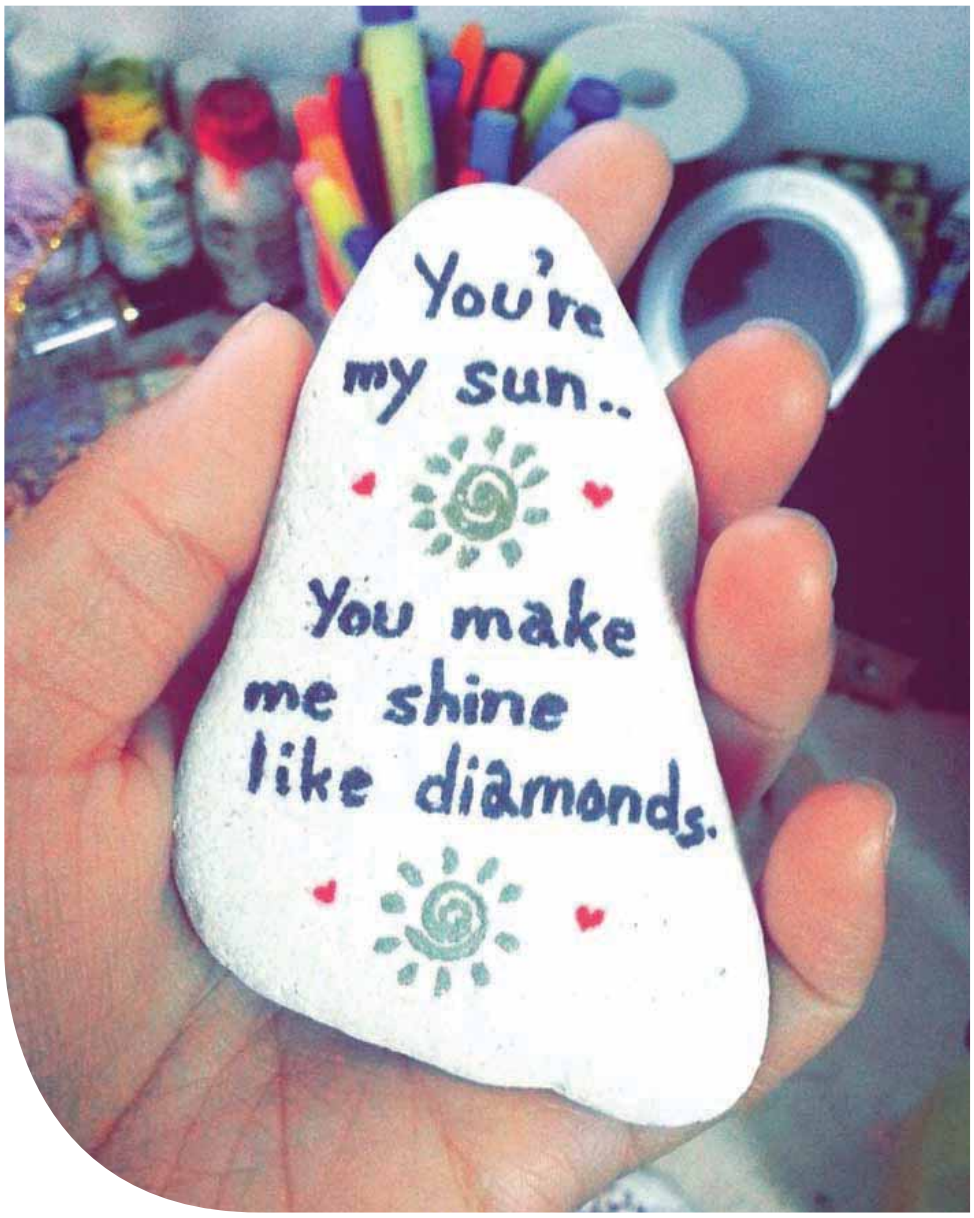
«الأنوف الحمراء» يزرعون البسمة

نابلس فقدت دمشقها

رفض «حسن الختام» وانشأ «ربيع العمر»

حافلات بـ «واي فاي»

يقتحمن مهنة «المخترة»



ولاء الإفرنجي..
يد ناعمة «انطقت» الحجر

استراحة الحياة — توفيق المصري

الأصابع التي تبلورت تحدت وأصرت على ألا تقف مكتوفة، فرياح الألم التي تعصف بمستقبل الشباب لم تحبطها يوما، والحجر الذي صمت دهرا لم يعد صامتا، فبقلمها أنطقته ليصبح ذا دلالة وقيمة، وبين يديها جعلت من كل صخرة وحجر رسالة حب وسلام، ولم يعد مقصورا لديها استخدام الحجارة كباقي الشباب في مواجهة المحتل الغاصب خلال اجتياحه لمدننا وقرانا.

ولاء الافرنجي «25 عاما» التي لم تيأس ولم تستسلم للواقع، في يوم الأرض الذي عهدته ذكرى ويوما وطنيا يتطلب من الكل الفلسطيني إحياؤه لم يعد كباقي الأيام لديها، فكان فرصة وفكرة ولدت لديها طاقة.

ولاء ابنة مدينة النصيرات جنوب قطاع غزة جعلت من يوم الأرض انطلاقتها فجعلت منه ذكرى من الأرض وللأرض، فرسمت عبارات أقبل عليها جمهورها بلهفة كونها ملفتة.

قصة ممزوجة بالتحدي

ولاء التي يغلبها طابع الفكاهة درست اللغة الانجليزية وليس الفنون أو الحرف وتخرجت في عام 2012، وعلمت بعدها مباشرة في مجال التدريس بعقد لمدة 3 سنوات؛ لأنها حصلت على معدل مرتفع أهلها لذلك، وبعد أن انتهت فترة تعاقدها، لم تنسَ موهبتها التي اكتُشِفت منذ الصغر.

وحول واقع الشباب وحصولهم على وظيفة تسد رمق حياتهم تقول ولاء «هناك أولوية في غزة من حيث فرص العمل، حيث ان الشخص الذي يحظى بفرصة عمل وينتهي عقده، حتى لو تقدم مرة أخرى فإنه لا يوفق، وتكون الفرصة متاحة أمام أشخاص لم يعملوا وحتى لو كان الشخص الذي عمل مسبقا متفوقا، وكنت أقول: لا أريد الانتظار والتعويل على التعليم، وقلت: أنا ممكن ان افتح خطا جديدا يكون تجاريا وخاصا بي».

وتضيف ولاء وهي ممسكة بيديها بقطعة حجر كانت بدأت كتابة أسماء لأشخاص عليها»موهبتي في الرسم بدأت منذ الصغر، وحين كبرت أصبحت اكتب، وحين تخرجت من الجامعة كان لدي وقت فراغ كبير، استدعاني ذلك لأن اكتب أشياء قصصية نوعا ما أو تكون بين الكتابة والرسم، وبعدها طبعت كتابا برفقة زميلتي ندى أبو مدين حمل اسم (مزاج مرسل)، لكن الكتاب يبقى شيئا أدبيا وأنا كنت أريد عملا بعد أن انتهى عقدي لأن يدر علي دخلا، بسبب صعوبة الأوضاع».

وتابعت ولاء أنها أصبحت ترسم على الحجارة وتعرض أعمالها على مواقع الانترنت ما أدى إلى إقبال متزايد من قبل الجمهور.

شاركت ولاء في معرض الأرض في قرية الفنون والحرف في يوم الأرض وذلك للمرة الأولى، بعد ان كانت تبيع ما تنجزه بمفردها عن طريق مواقع التواصل الاجتماعي.

وتقول: شاركت في المعرض بأعمال عبارة عن الكتابة والرسم على الحجر، مشيرة الى أنها أرادت أن يكون يوم الأرض من الأرض بفكرة مختلفة وحتى تثبت أننا لن ننسى أي شيء في فلسطين.

وحول طابعها وأسلوبها تقول انها تختار الحجارة ذات الملمس الناعم، وتعمل على اختيار العبارات التي تراها مرغوبة عبر مواقع الانترنت، بالإضافة لأشكال معينة، وباستخدام خط لطيف وجذاب، وتترك في بعض الأحيان الحرية للجمهور في اختيار العبارات أو الأشكال التي يرغبها. وتعمل ولاء على كتابة عبارات وأشكال للثورة الفلسطينية وعن فلسطين، من أشعار ومقولات.

الحجر وفر لـولاء في مشاركتها في معرض يوم الأرض200 دولار في يومين، ويوفر لها بيع الأحجار المرسومة والمكتوبة بعنايتها 200 شيقل أسبوعيا.

موهبتها التي يدعمها فيها والدها ووالدتها وأهلها وعائلتها، لا تكفي لتطوير مواهب الشاب ولا تكفي لإبراز طاقات الشباب. ووجهت ولاء مناشدتها للجهات المعنية خاصة وزارة الثقافة لتسهيل التصاريح التي تعطى للمبادرات الشبابية والتي من خلالها يعمل الشباب على إبراز مواهبهم التي تعكس بالأساس صورة الشباب الواعي والساعي لتحقيق طموح بلاده، ودعت إلى ضرورة دعم الشباب والمواهب الشابة، وناشدت المؤسسات العاملة في القطاع كافة احتضان الطاقات الشبابية.

وطالبت السلطة الوطنية بالنظر للطاقات الشابة والواعدة لأنها هي القوة الجديدة، وبضرورة تسهيل حصول الشباب على التصاريح التي من خلالها يظهرون صورة فلسطين المليئة بالحب والسلام للعالم من خلال المعارض أو المبادرات التي تزورها الوفود والبعثات الأجنبية.

أعمالها وصلت فرنسا

هي صورة الشباب الفلسطيني الذي يناضل بكل الطرق؛ من أجل أعدل القضايا في الوجود «فلسطين»، فهناك المسلح والمثقف والفنان والرسام، وكل واحد يحمل في قلبه رسالته الأسمى وهي إظهار صورة وطنه بالصورة الأبهى للعالم. تقول ولاء: «من قوة الإرادة يبرز الإبداع، ولغة الإبداع تصل لمجال أوسع من لغة السلاح أو شيء آخر».

ولولاء صديقة فرنسية تأتي لغزة بصورة مستمرة وتشتري منها أحجار بصورة دورية وتأخذها لبلادها، إضافة إلى أنها تطلب من ولاء كتابة بعض العبارات باللغة الانجليزية (عبارات أو أشعار أو شعارات فلسطينية).

تختتم ولاء حديثها قائلة «هناك متضامنون مع القضية الفلسطينية ومتضامنون مع كل ما يمت للقضية الفلسطينية بصلة من شكليات أو تراث أو فن ، ويجب علينا كفنانين وشباب أن نستغل هذا التضامن في إظهار صورة فلسطين للعالم التي تسعى إسرائيل لتشويهها».

فنون الدمى والعرائس الفلسطينية تسعد زوار أيام الشارقة التراثية الـ 14

عبد السلام عبدو:
تجربتنا سبقت الدول العربية وانفتاحنا أثراها

رجائي صندوقة:
تاريخ صناعتها يرجع لـ100 عام

فيروز نسطاس:
المهرجان ينقذها من الانقراض

الشارقة - استراحة الحياة

شهد مهرجان أيام الشارقة التراثية عروضا فنية لفناني العرائس والدمى من دولة فلسطين خلال الدورة الرابعة عشرة لمهرجان الشارقة للتراث بدولة الإمارات العربية المتحدة.

وكانت المشاركة ضمن جناح الملتقى العربي لفنون الدمى والعرائس، المقام في إمارة الشارقة، وشمل مجموعة من أفضل صناع العرائس من فنانين مبدعين بارعين، وأصحاب خبرة وحائزين على جوائز عربية وعالمية، ودولية، من فلسطين والوطن العربي.

مثلت المشاركة الفلسطينية التقاط خيوط النجاة قبل الغرق لفن عريق استمر لقرون يثري العقل العربي ويسعد أطفاله، ويعيد له شروقه عند اقتراب الأفول، فكنت جهود الفنانين الفلسطينيين معبرة بصدق عن ضرورة المحافظة على هذا الفن من الضياع، وضمان استمراره وبقائه.

وأشار عبد السلام حسين عبدو «من القدس وتخصص صناعة عرائس» إلى أن هذا الفن يسهم في التنمية الثقافية، لكنه في الوقت نفسه عرضة للانقراض، مشيرا الى ان الشارقة بيئة آمنة للعرائسيين والفنون الشعبية عامة.

وأضاف «نقدم عروضنا من العرائس وصندوق العجب، ونعرفهم بخيال الظل ونجد تفاعلا كبيرا من الجمهور». وتابع: «ما وفره جناح الملتقى العربي لفنون الدمى والعرائس الذي أقامته الهيئة العربية للمسرح ضمن أيام الشارقة للتراث متعة وحفاظ على التراث العربي في الوقت نفسه».

وعن تاريخ الدمى في فلسطين قال: «يعد أراجوز عيواظ» أحد أبرز العروض المقدمة منذ أربعين عاما، وجسد الكثير من الأحداث الفلسطينية وعرف العالم بها، وكانت تجاربنا به تعبر عن فلسطين وتمثل مهارة الصانع ودقته.

وأضاف عبدو: أما في عام 1990 فكان لدينا مهرجان الدمى الأول، وشاركت 20 دولة حول العالم، وهذه العروض والورش أكسبتنا الكثير من الخبرات لتكون هناك مسارح متخصصة في فترات مقبلة، وقدم مهرجان مسرح الدمى الذي استمر لـ25 عاما في فلسطين الكثير من الجهود للحفاظ على هذا الموروث الشعبي، فكانت فلسطين الدولة الأولى في هذا الفن بعد مصر التي لديها موروث روماني في صناعة الدمى، لكننا تطورنا بشك لكبير، نظرا لاستقبال فلسطين للكثير من الخبرات العالمية التي أسهمت بحد كبير في مجال مسرح الدمى.

وأشار عبدو إلى رابطة الفنانين العرب التي عقدت في الشارقة في دورتها الأولى ثم في تونس ومصر وستعقد الدورة الرابعة العام القادم في الأردن.

وتقول فيروز نسطاس من فلسطين: عروضنا تبهر الزوار الكبار والصغار واستطعنا أن نخلق جوا من المتعة للجمهور، والأيام تعد المنقذ لهذا الفن من الانقراض، وجمهورنا ليس الصغار، بل تتفاوت أعمار المتفرجين وتتنوع الجنسيات، لأن محبي هذه الفنون، ما زالوا حريصين على الاستمتاع بها.

وأشار رجائي صندوقة «أحد المشاركين من فلسطين» بقوله: «تتميز فلسطين بتاريخ عريق في صناعة الدمى والعرائس، ونستخدمها في المسرح وتختلف عن جميع الدول العربية في روعتها ودقة صناعتها وتنوعها».

وأضاف صندوقة: «يرجع تاريخ صناعة العرائس إلى نحو مئة عام في فلسطين، والفنانون أصحاب رسائل سامية تصل إلى الجمهور من الصغار والكبار على حد سواء، وأنواع الدمى الفلسطينية تصنع داخل ورشات وتنتشر في العالم، ولدينا الكثير من الصناع المهرة».

عبد السلام وصندوقة

التكنولوجيا تبتلع لعبة «البنانير»

استراحة الحياة
نفوذ البكري

«من: الارشيف»

لعبة ا لجلو ل أو كما تعرف «البنانير» من الألعاب الشعبية الفلسطينية التي اشتهرت بين الأطفال والفتيان خاصة في فترة العطلة المدرسية بين أزقــة الشوارع وساحات البيوت وتحتاج للأماكن الرملية، لكن مع التطور العمراني والتكنولوجي تم ابتلاع هذه اللعبة واستبدالها بالألعاب الموجودة في الأجهزة الالكترونية.

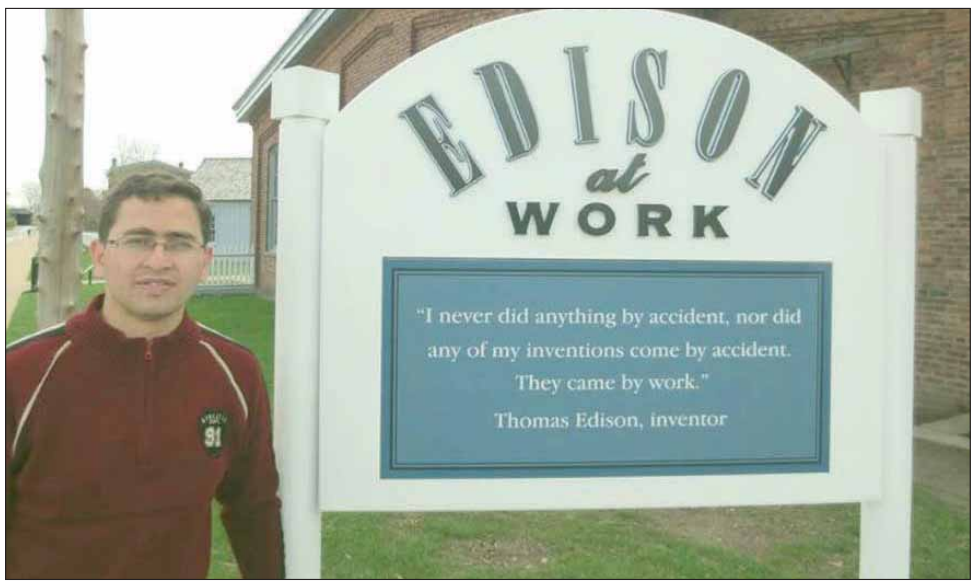
كما أن لعبة الجلول ساهمت في فترات سابقة في توفير مصدر دخل للعديد من الأشخاص الذين يستوردونها وبيعها في الأسواق امثلما أكد ذلك لــ «استراحة الحياة» التاجر رسمي حماد والذي أشار الى أنه يتم استيراد الجلول من الصين ويصل سعر الكرتونة الى ٥٠ شيقلا، بها ٥ آلاف حبة، ويتم بيع كل ١٠٠ غل للأطفال والفتيان بشيقلين، لكنه أكد ان اللعبة بدأت تتراجع مع وجود الألعاب التكنولوجية.

واستذكر التاجر إبراهيم مسعود مرحلة ازدهار لعبة الجلول الشعبية خاصة أيام الشتاء عندما كان يتجمع الأطفال والشباب في الشوارع الرملية لممارستها عبر الحفرة أو إتباع أسماء مختلفة منها «المور وطخ الرأس» وألعاب أخرى تحتاج للمهارة واليقظة،، مشيرا الى أنه ما زال حتى اللحظة يعشق هذه اللعبة ويبيع الجلول أيضا بعد استيرادها من الصين.

وأوضح ان التطور العمراني وقلة الشوارع الرملية أثر سلبا على ممارسة هذه اللعبة االشعبية إلا أن العديد من الأطفال ما زالوا يمارسونها. والمعروف أن لعبة الجلول من الألعاب الشعبية الفلسطينية، لكن في محافظات الضفة تم استبدال هذه اللعبة كنوع جديد لمواجهة الاحتلال حيث يتم وضع الغل في المقلاع وإلقائه على جنود الاحتلال مثل الحجارة التي يتم استخدامها خلال فعاليات الهبة الشعبية.

طلاب من جامعة النجاح ينشرون بحثا في واحدة من أهم المجلات الطبية على مستوى العالم

محمد جابر



مالك غنام

استراحة الحياة
محمد جودالله

كان الطب معدوما فأوجده أبقراط، وميتا فأحياه جالينوس، ومشتتا فجمعه الرازي، وناقصا فأكمله ابن سينا. وهاهم طلبة كلية الطب وعلوم الصحة في جامعة النجاح الوطنية يحملون المشعل ويكملون الدرب ببحث تلو البحث وإنجاز بعد إنجاز، ليثبتوا تميزهم وتميز جامعتهم في هذا المجال، ليس على المستوى المحلي فحسب بل على المستوى العالمي.

وحسب تقرير أصدرته دائرة العلاقات العامة في جامعة النجاح، فإن الطالبين في كلية الطب وعلوم الصحة في الجامعة في سنتهم الأخيرة فريد رزق فريد جمعة، ومحمد نادر عبد العزيز قرايرة، وزميلهم مالك يوسف أحمد غنام، طبيب مقيم في مستشفى النجاح الجامعي، استطاعوا منذ أيام نشر بحث علمي عن (التغيرات التشريحية العصبية المصاحبة لمرض التوحد) بالتعاون مع اطباء في كلية الطب في جامعة هارفرد ومعهد سياتل للعلوم، في مجلة (Clinical Anatomy)، التي تعتبر من أهم المجلات الطبية في علم التشريح الطبي على مستوى العالم.

فكرة البحث جاءت من صديق

نمر أديب أبو شهاب، تخرج منذ سنتين من كلية الطب وعلوم الصحة في جامعة النجاح، يعمل الآن في قسم جراحة الأعصاب في جامعة هارفرد في الولايات المتحدة الأميركية، صديق مقرب من فريد ومحمد ومالك، نصح أصدقاءه بعمل بحث علمي في مجال نادر ومهم وهو مجال التوحد الذي يعتبر من الأمراض المبهمة في علم الأعصاب.

ولم يقتصر دور نمر على الفكرة فحسب، بل قدم كل ما هو ممكن من مساعدة لأصدقائه طوال فترة عملهم على البحث التي استمرت قرابة الـ 12 شهرا. نمر أشار على أصدقائه بفكرة أصبحت فيما بعد بحثا عالميا جديدا.

كما أن الشغف الكبير لدى فريد ومحمد ومالك في مجال جراحة الأعصاب كان سببا رئيسيا في اختيار هذا الموضوع، عدا عن كون التوحد من الأمراض المبهمة في مجال الأعصاب، ومن الصعب تشخيص أعراضه، ولا تتوافر معلومات كافية لدى العلماء عن تركيبة الدماغ لدى من يعانيه، كل تلك العوامل شكلت تحديا لدى هؤلاء الباحثين الشباب للخروج ببحث علمي جديد في هذا المجال.

فريد ومحمد كانا شاركا أيضا في تأليف العديد من الأبحاث والكتب الطبية في مجالات جراحة الأعصاب، التشريح العصبي، واستخدام الخلايا الجذعية في علاج إصابات الحبل الشوكي.

طبيعة البحث

البحث الجديد يتناول موضوع في غاية التخصص في علم الأعصاب وبشكل مفصل وهو (التغيرات التشريحية العصبية المصاحبة لمرض التوحد)، حيث عمل الباحثون لقرابة الـ 12 شهرا كاملا على دراسة كافة المقالات والأبحاث التي تم نشرها من مختلف أنحاء العالم حول مرض التوحد، خصوصا التركيب الدماغي لمن يعانيه.

ويوضح الباحثون انهم أثناء دراستهم للمقالات المنشورة كانوا يدرسون تركيب كل منطقة وكل جزء من دماغ الشخص الذي يعاني من اضطراب التوحد من خلال البحث في مقالات متخصصة بكل جزء، وبعد دراسة وبحث لعدة ساعات بشكل يومي على مدار سنة، خرج الباحثون ببحث جديد مؤلف من 12 صفحة باللغة الإنجليزية يتضمن معلومات جديدة تضيف تقدم كبيرا في هذا المجال على المستوى العالمي.

فريد جمعة

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث في المجال الطبي كونه سيساعد في فهم مرض التوحد من الناحية العصبية، كما أنه سيفتح الباب مستقبلا لأبحاث عديدة في هذا المجال، عدا عن كونه بحثا يهم جميع اخصائيي الأعصاب على المستوى العالمي.

مبادرة شخصية

ما يزيد البحث تميزا أنه جاء بمبادرة شخصية من الباحثين الشباب وليس ضمن أي مساق أو مشروع أو متطلب في دراستهم. الرغبة الشديدة لديهم في إضافة شيء جديد للعلم وشغفهم في مجال أحبوه جعلهم يبادرون ويعملون بجد للخروج بشيء جديد جعلهم يتميزون ليخطوا أسماءهم في سجلات البحث العالمي. لم تمنعهم ارتباطاتهم الأخرى من العمل على البحث، فريد ومحمد في فصلهم الدراسي الأخير ورغم ضغط الدراسة عليهما عملا على بحثهم، أمام مالك فرغم ضغط مناوباته كطبيب مقيم أبى إلا أن يشارك زملييه عظمة الإنجاز ولذة النجاح.

الباحثون الشباب.. أصدقاء مقربون

لم تربطهم علاقة زمالة في العمل بل جمعتهم صداقة قوية، فريد ومحمد ومالك أصدقاء مقربون، يقضون كثيرا من وقتهم معا، ليتوجوا هذه الصداقة ببحث مميز جاء نتيجة عمل دؤوب وتعاون مشترك بين الأصدقاء الثلاثة.

وسائل التواصل الإجتماعي كالإيميل والفيسبوك والسكايب، كانت طريقة تواصل مهمة بين الأصدقاء الثلاثة أثناء فترة عملهم على البحث والتي كانت تستمر في بعض الأيام حتى ساعة متأخرة من الليل، ليكونوا مثالا يحتذى لأقرانهم في كيفية استثمار الوقت للوصول إلى النجاح.

البحث الجديد..عالمي بامتياز

بحث جاء بمعلومات جديدة عن موضوع في غاية التخصص في مجال الأعصاب، حكمه الدكتور شين تبز، طبيب مختص في التشريح العصبي ورئيس قسم الابحاث في معهد سياتل للعلوم وله العديد من المؤلفات العالمية، وحكمته لجنة علمية مختصة من مجلة (Clinical Anatomy)، وهي المجلة المعتمدة لجمعيات التشريح الطبي الأميركية والبريطانية وتعتبر من أبرز المجلات في علم التشريح الطبي على مستوى العالم، قبل أن تقوم المجلة بنشره مؤخرا...هو بلا شك بحث عالمي بامتياز.

في غزة..
واجهات المحلات التجارية نحو العالمية

استراحة الحياة
توفيق المصري

وقفت سيزل البلغارية الأصل «25عاما» وخطيبها أحمد حجو «26 عاما» على مفترق السرايا في شارع عمر المختار والمليء بالمحلات التجارية لتتجول بناظريها واجهات المحلات التي لم تتوقع أن تجدها يوما في قطاع غزة.

سيزل التي اعتادت أن ترى غزة كما تصورها بعض وسائل الإعلام «بعدم التحضر» بانت على وجهها علامات الاندهاش فتحدثت وترجم لنا خطيبها أحمد الذي يتقن اللغة البلغارية، ليقول إن سيزل»لم تتوقع أن تجد مثل هذا التقدم في غزة، فهنا وجدت واجهات محلات جذبتها لأن تدخلها». وأضاف أحمد أن خطيبته كانت في بلغاريا تسمع عن غزة بالحروب والدمار ومن تداعياته تخلف وعدم تحضر وعدم رقي.

وطالبت سيزل وسائل الإعلام الفلسطينية تنشيط دورها في مواجهة ما يروج له الإعلام العالمي عن فلسطين وغزة تحديدا، كما طالبت البلديات بالعمل على تحسين وتطوير المدن ما يضمن وصولها للعالمية لأنها هي وجهة وسمعة عن فلسطين.

سيزل وأحمد اللذان تعرفا على بعضهما حينما زار أحمد تركيا، فكانت نصيبه في هذه الدنيا، وبعد انتظار دام طويلا بسبب الإغلاق المستمر لمعبر رفح البري نالت فرصة الدخول لغزة حينما فتح معبر رفح قبل عدة أشهر، لتحظى بفرصة أن ترى أهل خطيبها وتتعرف عليهم.

أما أحمد أبو ربيع «25 عاما» فيفصل الدخول للمحلات التجارية ذات الديكورات والتصميمات العصرية؛ لأنها أروع ويشعر فيها بالراحة النفسية.

يقول أحمد «وأنا أتجول في السوق تلفت نظري المناظر والواجهات الجميلة للمحلات التجارية، وقد تجبرني على الدخول لها والشراء منها».

لكن أحمد يشتكي من ارتفاع أسعار السلع في المحلات المميزة وذات التصميم العصري، ويربط ارتفاع أسعار السلع المباعة للزبائن، بالتكلفة العالية التي تكبدها أصحاب المحلات التجارية نتيجة اختيارهم لتصميمات وديكورات محلاتهم.

وتعد الديكوات والتصميمات سواء للمنازل أو المحلات في غزة ذات تكلفة عالية لا يقوى عليها الكثير من أصحاب الدخل المحدود والمواطنين وأصحاب المحلات التجارية، وقد يصل أقل تصميم ديكور لمحل تجاري إلى 10 آلاف دولار فأكثر؛ وذلك نتيجة ارتفاع أسعار المواد الخام من «ألواح جبس، وحديد، ودهان، وكماليات»، والتكلفة العالية التي يتقاضاها مهندسو الديكور.

مهنة متطورة ومتجددة

ويوضح رمضان الحلاق «29 عاما» وهو صاحب مطبعة وصانع لواجهات المحلات التجارية، التطور الذي طرأ على مهنته قائلا: «في البداية كنت أعمل في مجال التخطيط اليدوي وصنع الوسائل المدرسية، وبعدها تطورت إلى يافطة صغيرة وبعدها يافطة أكبر واستمرت على ذلك».

رمضان الذي يمارس هذه المهنة منذ أن أنهى دراسته للثانوية العامة عام 2006 وحصوله على درجة الدبلوم المتوسط في الوسائط المتعددة بعدها، حيث لم يستفد كثيرا من تخصصه بقدر ما اكتسبه من خبرة عملية في مجال عمله.

وعن طبيعة عمله في مجال التخطيط وكيف تطورت وكيف رأى التطور في هذه المهنة وإلى ما وصلت عليه، يقول «في البداية كان المهنة تعتمد على التخطيط اليدوي بالورقة والقلم، وبعدها تطورت لطابعة صغيرة، وبعدها أصبحت تطبع الوسائل المدرسية طباعة، وأصبحت مطبوعة وليست مكتوبة وهذا وفر جهدا ووقتا وأعطى جمالا أفضل بكثير للوسيلة التعليمية، وفي المساجد كانوا يعتمدون في البداية على التخطيط اليدوي وأصبح اعتمادهم بشكل كلي على اليافطات واللافتات والوسائل المطبوعة، فأصبح التوجه كثيرا وملفتا للأنظار لهذا العمل، والشغل القديم بالورقة والقلم تقريبا شبه انقرض».

ونوه رمضان الى أنه ما بعد الورقة والقلم تطورت المهنة من يافطات عادية وجلدية لواجهات كمبوزايت. وقال: «تقريبا منذ 6 سنوات ظهر شيء جديد في غزة وهو (واجهات الكمبوزايت والأحرف البارزة)، حيث لفتت نظر الناس وأصبح التوجه نحوها بشكل كبير، وأي شخص ينشئ مشروعا أصبح يضع من التكلفة الأساسية صناعة يافطة أو واجهة كمبوزايت أو أحرف بارزة، بل وأصبحت واجهة الألمنيوم شبه أساسية بنسبة 80%، وحتى أصحاب الدكاكين أصبحت لهم الواجهة الكمبوزايت شيء أساسي».

وعن طبيعة هذه الواجهات يقول رمضان «هذه الواجهة تكون عبارة عن إطار بروفيل (حديد) مكسية بالكمبوزايت، وتعطي عمرا كبيرا ولمسة فنية للمحل، وتضيف لمسة ديكور، وصنع الأحرف البارزة لاقت اقبالا كبيرا من المواطنين، ونحن تحولنا من خطاطين لصنايعية».

وعن أسعار تلك الواجهات قال رمضان «من يتحكم في السعر هو مكان التصنيع، ويختلف سعر اللوح الكمبوزايت اذا كان تركيا أو صيني الصنع، أو إسرائيليا، ويتراوح المتر بين 40 دولارا لـ 60 دولار كمادة خام وحسب جودته، وبعد التصنيع يتم تشكيله ويصل سعر الكمبوزايت من 60 لـ 80 دولارا للمتر الواحد وحسب مصنعيته، والأحرف البارزة البلاستيك شامل مع ليدات إضاءة مع تركيب تصل من 660 لـ 900 شيقل للمتر الطولي للأحرف البارزة».

ويوضح رمضان ان هناك عدة طرق لصناعة الأحرف التي تختلف حسب طلب الزبون. وقال «هناك طريقتان لليافطات هما: كمبوزايت مفحور ومضيء، والطريقة الثانية وهي الأحرف البارزة فوق الكمبوزايت، ومن الممكن أن يتم تركيب الأحرف البارزة فوق حجر قدسي أو فوق بروفيل حديد مصنوع من الستانلس ستيل».

ويعمل رمضان على حفر الأحرف لواجهات الكمبوزايت بواسطة جهازcnc المتطور الذي يعمل بالكمبيوتر، بعدما كان يعمل في البداية بالجكسون اليدوي. وقال رمضان «هذه الماكينة متوفرة في سوق العمل، لكن تم استخدامها حديثا في مجال عملنا».

واضاف: «عملنا تدخل فيه الحدادة وأسياخ اللحام وهذه سعرها مرتفع، وكلما ذهبت لشراء بعض أنواع الحديد أتفاجأ بأنه غير متوفر بالسواق، والكمبوزايت نفس الشيء؛ بسبب التشديدات الإسرائيلية على البضائع التي تدخل القطاع». وأشار رمضان الى ان إسرائيل معنية بوضع هذه العوائق؛ لأنها لا تريد لغزة أن تظهر في المظهر الجديد، ولأن هذه الصناعات تشكل لمسة فنية وطابعا جميلا وملفتا لكل من يزورها.

وطالب رمضان الجهات المعنية والرسمية في السلطة الوطنية بالضغط على إسرائيل لدخول البضائع التي ما زالت «ممنوعة». كما طالب المؤسسات والجهات الرسمية والبلديات بدعم هذه الصناعة المتطورة، التي يتجاهلها الكثير من المؤسسات والـوزارات والهيئات العاملة في قطاع غزة. ويشتكي رمضان من الضرائب التي تفرضها البلديات. ويفتخر رمضان بعدة صناعات قام بها منها البريد الفلسطيني، ولمؤسسات رسمية، وللبنك العربي.

ماجد كلوب..

من مهرج يسعد الأطفال إلى مؤسس أول مدرسة للسيرك في القطاع

استراحة الحياة
عماد عبد الرحمن

استهوته منذ صغره عروض السيرك وألعاب الخفة، وأكثر شيء كان يلفت انتباهه تفاعل الجمهور مع فرق السيرك أثناء تقديم العروض، هذا النوع من الفنون يفتقده قطاع غزة تماما، فلا يوجد في القطاع كباقي دول العالم خيمة للسيرك تقام فيها عروض السيرك بجميع فنونه وألعابه، وحركاته، ويتوافد عليها الجمهور خاصة الأطفال منهم للاستمتاع بما يقدم من عروض، حيث معرفة أبناء قطاع غزة عن السيرك ضئيلة جدا وتقتصر فقط على رؤيته من خلال شاشات التلفاز، وهو الأمر الذي يفقد هذه العروض بهجتها ولذة الاستمتاع بها حسب تعبير الشاب أمجد كلوب (21 عاما) منسق أول مدرسة لتعليم السير في قطاع غزة.

يقول أمجد انه عشق منذ طفولته التمثيل المسرحي كونه تفاعليا مع الجمهور من خلال الوقوف على خشبة المسرح ومواجهة الجمهور في عروض المسرحيات المباشرة، الأمر الذي دفعه الى الالتحاق بالعديد من فرق التمثيل المسرحية، وتطوع لدى الكثير من المؤسسات التي تعمل في هذا المجال، وكان هدفه وحلمه الأساسي التواصل والتفاعل مع أكبر قدر من الجمهور.

واضاف انه ومن خلال تجاربه وتفاعله مع الجمهور وجد أن أهل قطاع غزة بحاجة ماسة للبهجة والسرور والترويح عن انفسهم نظرا لما يمر به القطاع من ظروف غاية في الصعوبة، فاتخذ قراره بأن يستخدم فنه للترويح عن الناس فاستوقفته شخصية مهرج السيرك الذي بدأ يلعبها وبدأ مشواره

معها وهو في الـ 16 عاما، ووجد من خلال لعب شخصية المهرج أنه من أفضل الطرق للتواصل مع الجمهور وإضفاء البسمة على وجوههم خاصة الأطفال منهم الذين هم بأمس الحاجة للتفريغ النفسي في ظل الأوضاع الصعبة التي يعيشونها، ومع مرور الوقت راودته فكرة أشمل من شخصية المهرج التي كان يلعبها وهي التأسيس لمدرسة سيرك تقدم جميع فنون وحركات السيرك على غرار ما يقدم في باقي دول العالم.

بداية التأسيس

يضيف كلوب أن فكرة تأسيس مدرسة للسيرك بدأت تراوده عندما حضر الى قطاع غزة وفد من مؤسسة «الجبل» البلجيكية باستضافة مركز القطان عام 2011 وتلقى ومجموعة من أصدقائه على أيديهم أول تدريب على فنون السيرك، وتكررت التجربة مرتين بعد ذلك كان آخرها عام 2012 الى أن تم منع وصول الوفد البلجيكي الى قطاع غزة من الجانب الإسرائيلي.

واوضح كلوب ان قرار منع الوفد البلجيكي من الوصول الى القطاع لم يثنه واثنين من أصدقائه عن المضي قدما في فكرة إنشاء مدرسة لتعليم السيرك في القطاع، مشيرا الى انه قام وزملائه بعدها بتطوير أنفسهم وتدريب مجموعة من الأطفال على أساسيات تمارين السيرك التي تلقوها على يد الوفد البلجيكي، بجانب مقاطع فيديوهات من اليوتيوب وبمساعدة بعض المؤسسات التي لها علاقة بالسيرك الى أن تمكنوا من عمل شراكة مع مدرسة «كرامبا للسيرك» الإسبانية، حيث حضر وفد من المدرسة مكون من 5 أشخاص عن طريق اتحاد لجان العمل الصحي عام 2013 وقاموا بتدريب الفريق ومشاركتهم في بعض العروض التي أقاموها في القطاع، وبعد الحرب الأخيرة على القطاع حضر 11 شخصا من مدرسة كرامبا وأقاموا عروضا للسيرك في القطاع من رفح الى بيت حانون، رافقهم فيها الفريق وشاركهم في بعض العروض واستفادوا من خبراتهم كثيرا.

الانطلاقة

وأوضح كلوب أن الانطلاقة الحقيقية للمدرسة كانت عام 2015 حيث تم افتتاح مدرسة غزة للسيرك في بيت لاهيا بدعم من أصدقاء إيطاليين وإسبان وألمان وكان الراعي الأول للمدرسة مؤسسة يتشيس الإيطالية التي تكفلت بدفع الإيجار وإحضار الأدوات اللازمة للسيرك من الخارج وتوفير زي للفريق وتساهم أيضا في البحث عن مؤسسات شريكة للمدرسة من أوروبا.

واشار الى أن فريق المدرسة الآن يضم 12 شابا أعمارهم فوق الـ 20 عاما، بجانب 30 طفلا اعمارهم من 10 الى 17 عاما.

وقال: المدرسة تعمل حاليا للحصول على تراخيص لإضفاء الصفة الرسمية، مؤكدا أن المدرسة لم تتلق أية رسوم من الأطفال الذين لديهم الرغبة في تعلم فنون السيرك، وفي المقابل توفر المدرسة لهم الأدوات والزي اللازم لممارسة ألعاب السيرك وأدوات الأمان التي تحميهم من مخاطر اللعبة، وكل هذا بجهود ذاتية والعلاقات مع الأصدقاء الأجانب الذين حضروا للقطاع وآمنوا بالفكرة.

وأكد كلوب أن إقبال الأطفال على المدرسة لتعلم فنون السيرك كبير، وأصبحت حصص تعلم فنون السيرك جزءا من حياتهم وبتشجيع من الأهل لما لمسوه من سعادة أبنائهم.

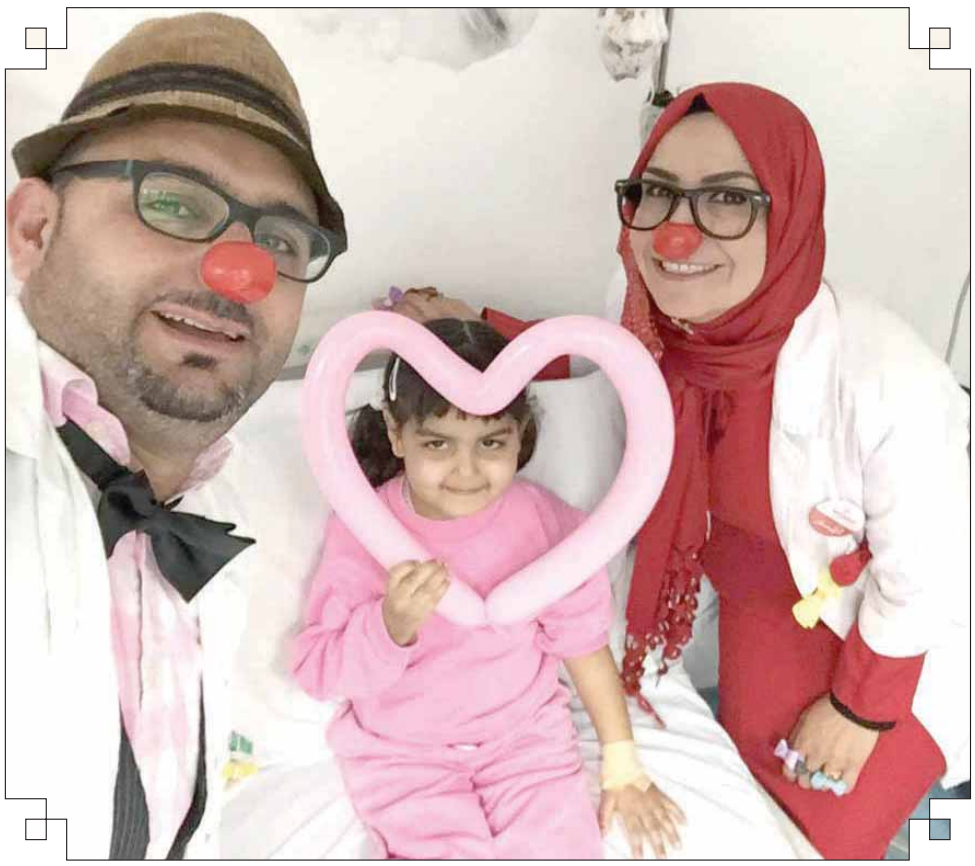
واضاف: لأن المدرسة تقوم بجانب تعليم الأطفال مهارات فنون السيرك تعلمهم أيضا المهارات الحياتية وكيفية التعامل مع الجمهور وكيفية إيصال رسالتهم من خلال العروض التي يقدموها، مشيرا الى أن الأطفال الذين تلقوا تدريبا في مدرسة السيرك أقاموا عروضا في مدارسهم لخلق جو من الترفيه لزملائهم.

وأوضح كلوب أن طبيعة الألعاب التي يقدمها فريق مدرسة السيرك في الوقت الحالي بسيطة لضعف الإمكانيات مثل ألعاب «الجونجلير» وهي ألعاب «القذف في الهواء» وفن الأكروبات الفردي والجماعي والمشي على الحبل والتوازن على دراجة بعجلة واحدة والرولا بولا، كما يقوم فريق المدرسة أيضا بإقامة العديد من العروض في المؤسسات والروضات والاحتفالات تتمثل في تقديم ألعاب الخفة والدمى والمهرجين ومسابقات تنشيط، الأمر الذى يلاقي ترحابا كبيرا من الجمهور للفكرة. وقال: قام بعدها فريق مدرسة السيرك بإقامة عروض خاصة في خيمة للسيرك في الأعياد بخبرات غزية خالصة لم يشارك فيها ضيوف أجانب، وصمم العروض فيها والملابس أعضاء فريق المدرسة.

الطموح

ويطمح كلوب وباقي فريق مدرسة السيرك في بناء مدرسة سيرك متكاملة بمعايير دولية ويكون في قطاع غزة خيمة سيرك دائمة تقدم فيها عروض فريق المدرسة على غرار مدرسة فلسطين للسيرك بالضفة الغربية التي تعتبر أكبر داعم لفريق مدرسة السيرك في غزة الذين آمنوا بالفكرة وقرروا دعم فريق مدرسة السيرك بغزة بالدعم المادي والمعنوي، متمنيا أن تذلل العقبات أمام فريق المدرسة لتحقيق حلمه في الوصول للعالمية من حيث قلة الإمكانيات الماديات وعدم توفر مدربين أصحاب خبرة في هذا المجال والحصار الذي يحول دون سفر الفريق أو استجلاب خبرات من الخارج.

«الأنوف الحمراء» يزرعون البسمة في المستشفيات



من: «الارشيف»

ضحى سعيد - وفا

يكتسب «الأطباء المهرجون» افراد طاقم مؤسسة «الأنوف الحمراء» الدولية - فرع فلسطين، شعبية كبيرة لدى الأطفال المقيمين في اقسام المستشفيات المختلفة المصابين بأمراض صعبة ومزمنة كالسرطان والفشل الكلوي وغيرها، وذلك بسبب إضفائهم أجواء مرحة مليئة بالضحك والقصص والعروض الفكاهية.

قبل 6 سنوات افتتحت المؤسسة الدولية «الأنوف الحمراء»، وضمن رسالتها الانسانية للتخفيف من معاناة الاطفال وتحقيق اكبر منفعة لصحتهم النفسية عن طريق العلاج بالضحك، فرعا لها في فلسطين تحديدا في بيت جالا، وبذلك انضمت فلسطين الى 10 دول بالعالم للمؤسسة فروع فيها وتكون الدولة الوحيدة في الشرق الاوسط المتخصصة في مجال «الطبيب المهرج».

المدير الفني للمؤسسة طارق زبون والمعروف بالمهرج «اكوي» وفي لقاء مع «وفا» أوضح فكرة المؤسسة التي تقوم على الاهتمام بالجانب النفسي للأطفال المرضى عبر الزيارات الدورية والاسبوعية للأطباء المهرجين الى المستشفيات وعملهم الفني كأداة علاجية مساندة لدور الأطباء بطرق مختلفة بالضحك والموسيقى والعروض الفكاهية التي تقدم بشخصيات متنوعة.

وقال «تكمن رسالة المؤسسة والتي تعتبر المؤسسة الاكـبر في العالم في هذا الاطـار بتحسين مزاج الأطفال المرضى وحالتهم النفسية التي تنعكس على استجابتهم للعلاج بشكل أفضل ولمساعدتهم على التكيف مع المرض ورحلة العلاج الطويلة والمؤلمة في أغلب الأحيان خاصة للحالات الصعبة التي يشعر بها الأطفال بالخوف والتعب والملل أيضا بسبب فترة بقائهم الطويلة في المستشفى».

وتابع «نؤمن بالبسمة والفرح في العلاج، وهذا جوهر وفكرة عملنا كأطباء مهرجين».

وبين زبون ان المؤسسة وخلال سنوات عملها في فلسطين سعت لخلق ثقافة بدور الضحك والتفاعل الفكاهي باستخدام ادوات فنية عديدة متنوعة في العلاج، وهو الأمر غير الجديد في مستشفيات الدول الاوروبية والعالم والذي أصبح للمهرج دور مهم كجزء من العلاج للأطفال، خاصة للذين لم يعودوا يستجيبون للعلاج.

ولفت زبون الى ان دخول «الأطباء المهرجون» الى المستشفيات لا يتم بطريقة عشوائية، إذ غالبيتهم فنانون وممثلون مسرحيون، فالطاقم يخضع للعديد من التدريبات وورشات العمل بشكل مستمر داخل فلسطين وخارجها، وهي تدريبات مهنية ومتطورة مختصة بالتعامل مع الأطفال المرضى بشكل خاص، و»اثبتت قدرتها على مساعدتهم لتجاوز معاناتهم وتحسين استجابتهم للعلاج، وقبل دخولنا الى غرف الأطفال نتواصل مع الأطباء والممرضات والأهالي لنعرف أسماء الأطفال وأعمارهم ووضعهم الصحي لمعرفة الطريقة الأفضل للتواصل معهم، اضافة الى المحافظة على التعقيم والمسافة والحركة والحوار المناسب الذي نراعي فيه ما نقول واين وكيف»، قال زبون.

وأضاف: لا نتوقع في كل مرة نزور فيها الاطفال المرضى استجابة معينة، فكل طفل له ما يثيره ويدفعه للتفاعل معنا، بعضهم لا يتقبلنا في البداية وآخرون يتحمسون منذ لحظة دخولنا وينتظروننا من أسبوع لآخر، ونعتمد كثيرا في عملنا على الارتجال المرتبط بسرعة البديهة والخيال والحركة والكلمة والقصة والاكتشاف، ونسعى للفت انتباه الأطفال بطرق مختلفة، ونتفاعل بالفعل وردة الفعل من المهرجين فيما بينهم والاطفال وذويهم أيضا الذين ينسجمون معنا ويحبون فكرة تواجدنا مع اطفالهم لنزرع بسمة وإن كانت صغيرة على وجوههم، ربما تترك اثرا كبيرا على حالتهم النفسية.

وتابع زبون: في بداية عملنا واجهْنا تحديا كبيرا من عدم تقبل فكرة وجودنا في المستشفيات وفي غرف الاطفال وعدم ادراك دورنا لا سيما وان للمهرج صورة معينة في مجتمعنا، لكن مع الوقت وايماننا بالفكرة نجحنا في إثبات أن عمل المهرج هو عمل احترافي وعلمي ومدروس وليس اي شخص ممكن ان يكون مهرجا.

واردف أنه منذ بداية عملهم لم يتوقفوا يوما، وكانوا يعملون في 5 مدن (رام الله، والقدس، وبيت لحم، والخليل، ونابلس)، ويتم زيارة 6 مستشفيات بشكل اسبوعي، «ونرى ونسمع ردودا ايجابية ونلمس تحسنا على صحة كثير من الأطفال، كما نسعى لتوسيع عملنا لنصل الى مستشفيات في الشمال في قلقيلية وطولكرم وجنين».

وبين زبون أنه الى جانب العلاقة الجميلة التي تنشأ بين الطبيب المهرج والأطفال هناك قصص كثيرة اثرت فيهم، فكثير من العلاقات بنيت مع الأطفال خلال فترة تواجدهم في المستشفيات، وعملهم معهم، ولا يخفي المواقف الصعبة التي مروا فيها، قائلا «كنا نخشى السؤال عن أطفال غائبين حتى لا نعرف انهم توفوا مثلا».

وقال: التدريبات التي تلقيناها تعلمنا بناء «جدار حماية»، بحيث تكون العلاقة بين المهرج والطفل وليس بين شخصياتنا الحقيقية، حتى نتمكن من الاستمرار في مهمتنا الانسانية بالأساس، ولهذا لدينا مشرف نفسي يساعدنا في هذا الجانب.

وبين ان المؤسسة تتلقى دعما فنيا من مدرسة الفكاهة العالمية الموجودة في العاصمة النمساوية فينا ضمن منهج تعليمي، اضافة الى الدعم المالي من الوكالة النمساوية للتنمية.

نابلس فقدت دمشقها

فاطمة إبراهيم - وفا

على زاوية باب ضيق لدكان يغص بأنواع من التحف والأنتيكا يقف الخمسيني عزام القدومي محييا المارة من الشارع المرصوف لخان التجار بنابلس. قبل أن يقترب منه أحد الزبائن سائلا عن طاولة زهر سورية «أو الشيش بيش كما تسمى هنا»؛ يضحك القدومي ويرد «كلهن بدهن سوري .. راح السوري يابا».

افتتح القدومي محله قبل ثلاثين عاما، كان يعرض منحوتات وخزفا وأواني نحاسية مستوردة من سوريا، بعدها زاد الطلب على بضاعته، فاشتغل ببيع الأدوات الموسيقية والغرابيل وطاولات الزهر وكلها سورية.

الحانوت فيه كل شيء على حاله، سوى خلوه من بضاعته الأساسية.

تغير إيقاع الحياة في دمشق، غيرته الحروب، فتغير معه إيقاع العمل في نابلس. فُقدت أنواع من البضاعة واستبدلت بأخرى تقل عنها جودة، حتى الأعواد الموسيقية تغير صوتها وقالبها.

يتذكر القدومي أعواد إبراهيم سكر، وموفق خليفة، والزرياب، وهي أعواد مشغولة بحرفية عالية، ولا يجد وجها للمقارنة بينها وبين الموجود في السوق الآن، مصرية الصنع أو تركية.

يقول القدومي: «كثير من البضاعة كانت تفقد على الطريق عند نقلها أو تصلها القذائف فيخسر التاجر كامل الحمولة المصدرة إليه، وحتى إن وصلت فإن أسعارها أعلى بكثير من السابق، لذلك اتجهنا للاستيراد من دول أخرى».

على مدخل الحانوت يتدلى عود مصري يقول القدومي إن دوزان أوتاره يختلف عن عود الزرياب السوري المتقن في صنعه والمميز في رنة لحنه، وعلى الجهة اليمنى للمدخل يوضع طبل مصري أيضا لا يشبه مثيله السوري، حتى دلات القهوة المنتجة في الهند لا تضاهي تلك القادمة من حلب أيام عزها. «الاتقان السوري مفقود في غيره من السلع الأخرى... الناس تحن إلى الحس السوري في هذه المشغولات» يضيف عزام القدومي.

يتحسر جميل الرمحي صاحب محل للتراث الشعبي في خان التجار بنابلس على أيام الشام قائلا: «مستحيل أن تجد بديلا للبضائع السورية. الشغل السوري لا مثيل له».

في السوق القديم أغلقت محال كان اعتمادها على المنتجات السورية، وغيرت أخرى توجهها فأصبحت تستورد البضاعة من تركيا ومصر وحتى الهند والصين، لكن المشتري الفلسطيني ظل يبحث عن الأقمشة السورية المشهورة بنعومتها ومتانتها، كما بقي الفلاح يبحث عن الغرابيل السورية ذائعة السيط في كل القرى والسهول الفلسطينية والتي انتهت تماما من سوق نابلس.

يقول الرمحي: «يأتي الفلاحون دائما للسؤال عن الغرابيل، لكننا توقفنا عن جلبها لصعوبة ذلك».

ويضيف: «الشوام يحبون أهل نابلس كثيرا ونحن نحبهم، اعتدنا على عاداتهم وفضلنا منتوجاتهم، حتى بيوتنا تشبه البيوت الشامية القديمة».

وكأن نابلس قطعة دمشقية ارتبطت بها اجتماعيا وعرفيا واقتصاديا، تحن أسواقها ومحالها للنكهة السورية الغائبة عنها منذ أكثر من 4 سنوات، ويردد بائعوها «الله عأيام الشام وشغل الشام وريحة الشام».

«ربيع العمر»..
مركز لعلاج المسنين مجانا في غزة

المواطن رضوان النخالة رفض الاستسلام لمقولة «حسن الختام» وانشأ المركز

استراحة الحياة
عماد عبد الرحمن

كثيرا ما نسمع جملة «حسن الختام».. جملة نجدها تتكرر على لسان الكثير من كبار السن في بلادنا، أو ممن يحيطون بهم، فالمرء في بلادنا يعمل على مدار سنوات شبابه بكل جهد ومثابرة ونشاط، وما أن يحال على المعاش تجده ينزوي على نفسه ويربض في بيته مرددا جملة «حسن الختا «.

والأدهى من ذلك عندما تسمع هذه الجملة من طبيب معالج يقولها لذوي مريض كبير في السن يشكو من علة ما ويعجز عن تشخيصها، فيكتب للمريض بعض المسكنات قائلا لذويه «سنة الحياة « أو «حسن الختام».

هذا ما حدث مع رضوان عبد الكريم النخالة «أبو المنذر» (69 عاما) من سكان قطاع غزة منذ 30 عاما عندما مرض والده وعانى كثيرا في علاجه، وكان الرد دائما من الأطباء أو المحيطين به نفس الجملة «حسن الختام» ولكنه لم يستسلم لتلك الفكرة فتوجه به للخارج وقتها وعالجه، وعاش بعدها 10 سنوات وتوفي الطبيب قائل تلك الجملة. واليوم بعدما بلغ أبو المنذر (69 عاما) تكرر معه نفس السيناريو الذي حدث مع والده، ولم يلق علاجا مناسبا له في القطاع فتوجه لجمهورية مصر العربية وعاد سليما معافى.

هذا السيناريو لم يمر مرور الكرام لدى أبو المنذر الذي راودته فكرة إنشاء مستشفى مجاني لعلاج كبار السن بعد تجربته مع والديه، لإيمانه بفكرتين أساسيتين أولهما أن الإكرام الحقيقي للإنسان يجب أن يكون في الكبر، ويجب أن يلقى كبير السن العناية والرعاية المناسبة في مثل هذا السن بالذات، ودون أية تكاليف ترهقه إن كان عاجزا عن تحملها، وثانيهما أن الإنسان قادر على العطاء في جميع مراحل حياته، ومن خلال هاتين الفكرتين استطاع أبو المنذر إنشاء أول مركز في قطاع غزة لعلاج أمراض كبار السن بالمجان ويعمل فيه أطباء وممرضون متقاعدون ليحقق حلمه بشقيه.

جمعية أصدقاء المستشفيات

يقول أبو المنذر: في عام 2011 حصلت على قطعة أرض بمساحة 1000 متر مربع، قررت تخصيصها لإنشاء مركز صحي لعلاج أمراض كبار السن، وأعددت دراسة الجدوى وخرائط البناء، وتوجهت لأحد أصدقائي التجار حيث كنت أعمل تاجرا، وطلبت منه التبرع بزكاة ماله لصالح إنشاء المركز، فسألني صديقي عن تكلفة البناء، فوجدها مرتفعة فأشار برأيه أن أبدأ بمساعدة المستشفيات القائمة في القطاع وأقضي بعض احتياجاتها، وبالفعل جمعت مبلغا من المال من التجار وتوجهت لمستشفى الشفاء بغزة وعرضت عليهم مساعدتي فرحبوا بالفكرة فقمت بإصلاح الحمامات وتأثيث وصيانة بعض الأقسام مثل قسم الولادة والأورام وزودت المستشفى بدواء مجاني وقمت بتركيب أسقف عازلة للمستشفى، وكررت نفس التجربة مع المستشفى الأوروبي برفح على غرار مستشفى الشفاء بغزة.

واستطرد أبو المنذر: الفكرة لاقت استحسان الجميع خاصة المتبرعين وتم جمع وصرف أكثر من نصف مليون دولار، وتحسبا للمساءلة القانونية قمت بترخيص جمعية خيرية تحمل اسم جمعية أصدقاء المستشفيات وما زال حلم مركز العلاج المجاني لكبار السن يراودني.

مركز ربيع العمر لعلاج أمراض كبار السن

وأضاف أبو المنذر أنه بعد نجاحه في مساعدة المستشفيات بالقطاع استطاع الحصول على قطعة أرض في منطقة السودانية شمال قطاع غزة فرزت له من وزارة الصحة لإقامة مشروع مستشفى مجاني لعلاج أمراض كبار السن بالمشاركة مع وزارة الصحة، وأثناء حضوره مؤتمر منظمة التعاون الإسلامي بجمهورية مصر العربية استطاع الحصول على دعم من أربع مؤسسات كويتية وماليزية وسعودية وقطرية لبناء المستشفى، ولكن عند عودته للقطاع تم رفض المشروع من وزارة الصحة وقتها.

وأشار أبو المنذر الى أن هذا الرفض زاده تمسكا بفكرته، فقام بجمع 100 ألف دولار تبرعات اشترى بها قطعة أرض بمساحة 600 متر مقام عليها مبنى سكني مكون من 3 طوابق، حوله الى مركز يحمل اسم «ربيع العمر لعلاج أمراض كبار السن» تم تجهيزه بمختبر وعيادة أسنان ومركز للعلاج الطبيعي والباطنة وصيدلية تقدم العلاج المتوفر، قام بعدها بتوسعته ليشمل مركزا للأشعة بتكلفة إجمالية بلغت 600 ألف دولار، وهناك مخطط للمرحلة الثانية بتكلفة نصف مليون دولار، ويعمل في المركز 30 شخصا ما بين طبيب وممرض وإداري.

وأوضح أبو المنذر أنه استطاع بجانب الدعم المادي للمركز الاتفاق مع أطباء وممرضين متقاعدين وشباب للعمل في المركز بشكل تطوعي لخدمة وعلاج أمراض كبار السن.

وناشد أبو المنذر سلطة النقد الفلسطينية بالسماح له بعمل حساب بنكي لدى البنوك العاملة في قطاع غزة لأن جمعيته حديثة العهد، مؤكدا أنه لا ينتمي لأية جهة وجميع خدماته تقدم بالمجان لخدمة كبار السن وأوراقه الثبوتية جاهزة للتدقيق والمراقبة.

من جانبه يقول د. سلامة التتر اخصائي واستشاري أمراض الباطنة والغدد انه بعد تقاعده بفترة قصيرة طلب منه أبو المنذر إدارة المركز فرحب بالفكرة وقرر استثمار خبرة 33 عاما في خدمة هذه الشريحة، مؤكدا أن كبار السن لهم خصوصية وكثيرا يكون عندهم شكوى بسيطة، فبمجرد أن تسمع لهم وتعطيهم علاجا بسيطا يشعرون أنهم امتلكوا الدنيا وتتلقى منهم دعوات خالصة من القلب.

وأشار التتر الى أنه تواصل مع الكوادر الطبية من أطباء في شتى التخصصات وممرضين وسكرتارية طبية، بعد توفير الأدوات والعلاجات اللازمة لكل تخصص في المركز ليباشروا العمل، وبدأ المركز بعدها بعيادة الباطنة مع أمراض السكري والغدد لأمراض كبار السن حيث الفئة المستهدفة 50 عاما فما فوق يتم التعامل معهم من قبل كوادر طبية شابة ومتقاعدة من أطباء وممرضين ذوي خبرة بعناية كبيرة لأن كبير السن له معاملة ولا يستطيع في بعض الأحيان التعبير عن نفسه، خاصة من عندهم إصابة شلل نصفي يؤثر على كلامهم مع توفير آلات مساعدة تعينه على الحركة، مشيرا الى أن المركز مزود أيضا بجهاز رسم القلب، والأدوات التمريضية للقدم السكري، وأنواع العلاجات اللازمة، وجهاز تعقيم، وعيادة أسنان، وغرفة للعلاج الطبيعي لإصابة معظم كبار السن بخشونة في المفاصل، مع وجود أخصائية علاج طبيعي للنساء وأخصائي للرجال، وأيضا يوجد مختبر لجميع أنواع التحاليل الطبية الروتينية التي يحتاجها مرضى الضغط والسكر، وعيادة أنف وأذن وحنجرة، وعيادة عيون، وعيادة أمراض النساء، وجهاز الترا ساوند .

وفي ذات السياق يقول الحكيم عودة أبو رويضة وهو أيضا متقاعد ويعمل في غرفة الخدمات التمريضية ان أكثر ما جذبه للعمل في مركز ربيع العمر هو إيمانه بالفكرة، مشيرا الى أن كبار السن ضحوا وأعطوا بلا توقف، والآن هم بحاجة للرعاية والاهتمام، خاصة المهمشين منهم في ظل الظروف الصعبة التي يعاني منها القطاع، مؤكدا أن الإقبال كبير على المركز ورواده من جميع أنحاء القطاع وسعداء بالفكرة وكلهم رضى بالخدمات المجانية التي يوفرها المركز.

أثرن امتعاض معظم مزاولي المهنة

نساء في غزة يقتحمن مهنة «المخترة» الذكورية

استراحة الحياة
جهاد عويص

حتى عامنا هذا، لم يختلف مجتمع غزة بتركيبته العشائرية عن «مختار» يستمع لمشكلات النساء، ويُرشدهن إلى حلولها القانونية، لكن الكثير من خصوصية تلك المشكلات كانت عصّية على البوح بها، فيضيع الحق أمام الصمت المُكره.

ظاهرة اجتماعية جديدة تبوأت من خلالها عدد من النساء لقب «مختارات» على مستوى القطاع، مشهدٌ أثار استغراب الغزيين، ولاقى ردود أفعال متباينة حول الموضوع.

الشاب مصطفى الفار «22عاما» أيد تلك الظاهرة، مُعزيا ذلك إلى طبيعة مجتمعه المغلق، قائلا «هناك مشاكل عائلية حساسة يصعب على المخاتير حلّها، وتحتاج لنساء قادرات على الوصول لأدق التفاصيل لتحقيق الإنصاف».

وتتفق حنين سمارة «24عاما» مع الفار في كون المختارة قادرة على الوصول لخصوصية الكثير من المشكلات العائلية لحلها، مضيفة «هذا العمل يعزز دور المرأة كشريك للرجل في بناء المجتمع، واعطائها الفرصة للمشاركة في الأعمال الاجتماعية».

في حين لم ينكر عبد الحكيم أبو دقن «26عاما» مكانة المرأة الفلسطينية في المجتمع، لكنه يفضل ابعادها عن العمل «كمختارة»، مستشهدا بالضغوط والمشاكل التي قد تتعرض لها، وبأن عادات المجتمع تتنافى مع هكذا مشهد.

وعقبت هبة نعيم «32عاما» بأن استقلالية المرأة لا تعني مساواتها بالرجل بشكل قاطع، وجوهرت حديثها بالقول «عندما تجلس المرأة في بيتها وتُربي أبناءها، لن نحتاج مختارة ولا حتى مختارا».

نساء اقتحمن مهنة «المخترة» الذكورية ما أثار امتعاض بعض مُزاوليها. المختار حامد حبيب «54عاما» عارض عمل النساء في المجال، مُبرهنا على ذلك بحاجة «المختار» لديوان يجتمع فيه الرجال وأصحاب الشأن والاشكاليات ما يتنافى مع عادات وتقاليد مجتمعنا، متسائلا: هل المرأة قادرة على حل أي مشكلة تصادفها بالشارع؟، وهل هي قادرة على أن تكون كفيلة بعض الأوقات؟».

وبقيت كلمة «مختارة» اشكالا للمختار عمر ارقيق «65 عاما» الذي أعرب لـ «استراحة الحياة» عن حاجة المجتمع إلى مصلحة اجتماعية لا مختارة، كون الأخيرة تقتضي أمورا عديدة لا تتوافر في المرأة الفلسطينية، بينما شجّع المختار عيسى البنا «50عاما» الفكرة، كون النشاء يشاركن الرجال في عملية الإصلاح، قائلا «لا اختلاف على المسميات، المهم هو إيصال الرسالة».

أم ماجد حسونة «60عاما» واحدة من أصل أربع نساء حصلن على لقب «المختارة» بعد جهودهن في حل مشكلات عديدة واجهت المرأة في غزة، تقول «عملت كمصلحة اجتماعية لأكثر من 20 عاما على صعيد الحي والعائلة التي أعيش فيها، وأعمل في مجال الإصلاح الاجتماعي والأحوال الشخصية والميراث للمرأة منذ عام 2011».

حسونة عزت وجودها إلى قُرب المرأة للمرأة، وحاجة المجتمع لنساء ينصفن أخريات في ظل مجتمع ذكوري لا يقبل أن تكون المرأة لسان حالها، وتُعقب: «واجهنا صعوبة في تقبلنا كمختارات، ومعارضة من مخاتير، لكن وجودنا أعطى للمرأة القوة للبوح عما بداخلها لأخرى تفهمها، حتى استطعنا اثبات أنفسنا بعد حل مشاكل عديدة، وأصبحنا نعمل جنبا إلى جنب مع بعض المخاتير».

حسونة أم لشهيد، وخمسة من الأبناء ومثلهم من البنات، تخرجت من معهد معلمات غزة، أوضحت بأن عملها لا يتنافى مع بيتها، وأن زوجها يُشجعها على العمل في هكذا مجال، وتقول: «أستقبل حالات بشكل شبه يومي، ونعالج ما نسبته 70% من المشاكل، والباقي نستعين بمختار أو نحوّله إلى القضاء».

وعن مصدر تسميتها مختارة تقول: «المرأة هي من أطلقت علينا هذا اللقب، بعد انجازاتنا في حل مشاكل عديدة، ونحن لن نتنازل عن مُسمّانا»، موضحة أن وزارة الحكم المحلي (في غزة) وبضغط من بعض المخاتير رفضت اعطاءهن ترخيصا بهذا المسمى إلى الآن.

وفي ظل مجتمع يصدح بصوت الرجل، تتجاهل حسونة العُرف الاجتماعي، مُحققة مُرادها بإنصاف الكثير من النساء ممن حرّرتهن من عقدة «صوت المرأة عورة»، ومن صمتهن المُكره.

لأول مرة في غزة.. حافلات مزودة بـ «واي فاي»

استراحة الحياة
حياة أبو عيادة

صعد الطالب عبدالله العطار إلى إحدى حافلات نقل الركاب المتواجدة في موقف جامعة الأزهر بغزة ماسكا هاتفه المحمول ومتصفحا للمواقع وبرامج الشات بكل حرية قاصدا منزله في مدينة خان يونس بعد انتهاء دوامه الجامعي.

الطالب العطار لم يكن الوحيد ضمن الركاب المنشغلين في هواتفهم النقالة، فهنا يستطيع الجميع فتح برامج المحادثات والاستمتاع بخدمة الـ «واي فاي» التي توفرها حافلات تابعة لاحدى الشركات بغزة والمخصصة لنقل الطلبة بين المحافظات.

وتعد تجربة الانترنت في الحافلات الأولى من نوعها في قطاع غزة، وساهمت في منح الركاب جانبا من التسلية ومراسلة الأصدقاء والأهل خلال تواجدهم في الحافلات وفقا لما تقوله الطالبة نهلة أبو ظاهر .

ويكشف طارق كردش أحد مسؤولي الشركة القائمة على هذه الفكرة «ان فكرة تطبيق مجانية الانترنت في الحافلات جاءت عن طريق احد فروعنا بالخارج ورغبة منا في مواكبة التطور التكنولوجي ومنح ابناء شعبنا كل ماهو مفيد وجديد».

واضاف كردش في حديث لـ «استراحة الحياة»: يمكن للطالب أو المواطن العادي استغلال وقت الفراغ والقيام بتصفح الانترنت ومراسلة الأصدقاء وتبادل المعلومات اثناء تواجده في الحافلة دون الشعور بأي ملل.

ويؤكد لؤي كردش سائق احدى الحافلات ان عدد الركاب ازداد بنسبة 20%عما كان عليه سابقا، مضيفا أنه يمكنه منح هذه الخدمة للباصات الأخرى مقابل شروط محددة. وأكد كردش أن هذه الخدمة لن تؤثر على تكلفة الراكب ما يعني ان هذه الخدمة لا اضرار لها فكل ما على الراكب فقط الحصول على كلمة المرور والتمتع بالخدمة المجانية وتصفح الانترنت بكل حرية.

واوضح المهندس زياد الشيخ ديب المدير العام للتراخيص في وزارة الاتصالات بعزة : «ان خدمة الواي فاي في الباصات جديدة في قطاع غزة رغم الحصار والتضييق الاسرائيلي في ظل منع سلطات الاحتلال استخدام ترددات الجيل الثالث». مضيفا «الخدمة تضعف كلما تحركت الحافلة ولكن إحدى الشركات حاولت اضافة بعض التعديلات عليها ومعاينة جودة الانترنت مع سرعة معينة للحافلة».

ونوه الشيخ ديب إلى ان الوزارة يوجد بها قسم للشكاوى، يعمل على البحث والتقصي وايجاد الحلول لكافة المشاكل التي قد يواجهها المواطنون في الخدمات المقدمة من كافة الشركات العاملة في قطاع غزة.

مسلسل «باب العامود» الرمضاني... العود أحمد

لقطة من المسلسل

د. فؤاد نبهان *

في رمضان الفائت أتحفتنا شاشة فضائية فلسطين بعرض مسلسل باب العامود للمخرج والفنان إسماعيل الدباغ وبطولة مايا ابو الحيات، هذا المسلسل الاجتماعي المحلي الذي رسم الابتسامة على وجوه متابعيه، وعايش من خلال طرحه الاجتماعي المبسط واقع وهموم أبناء وبنات الشعب الفلسطيني والعربي عامة والبيئة المقدسية خاصة، وجذب هذا المسلسل جمهورا لا بأس به من المشاهدين كونه المسلسل الرمضاني الفلسطيني الوحيد الذي يتطرق لقضايا اجتماعية فلسطينية ومقدسية ابدع فيها المخرج الدباغ في الدخول الى معظم البيوت الفلسطينية والعربية من خلال اتقانه لدور الشخصية البسيطة المتواضعة الساذجة ان جاز التعبير من خلال طرح قضايا اجتماعية واقتصادية وإنسانية في سلسلة حلقات كل حلقة تطرح وتناقش مسألة وتطرح في الختام حلا لها او تترك الباب مفتوحا للمشاهدين لاستنتاج الحل او الاستهداء عليه.

كما نقل هذا المسلسل وبتميز الصور الجميلة والمعبرة لمدينة القدس، خاصة البلدة القديمة بما فيها من أزقة وطرقات وأسوار وأبواب عتيقة وظروف حياة تعيشها هذه المدينة التي يقف على أعتابها الحرب والسلم على مستوى الكون لبعد أهميتها ورمز مكانتها في قلب كل المؤمنين على وجه الارض. لقد استطاع الفنان إسماعيل الدباغ من خلال تجسيده لدور مصلح الغسالات (حسن ظاظا) والفنانة مايا ابو الحيات التي لعبت دور زوجته حسنة من ارسال جملة رسائل عميقة وهادفة الى المشاهد أبرزها أنه بالرغم من الصعوبات والمعاناة التي يعيشها المواطن الفلسطيني والعربي عامة والمقدسي خاصة فإن بوابة الأمل لم تكن مغلقة وهي دافع انتظار المستقبل المأمول ان يكون أفضل وأحسن، كما كانت شخصية الممثل الدباغ في المسلسل اقرب ما تكون لشخصية الفنان الأردني ربيع شهاب التي تركت اثرا كبيرا في نفوس المشاهدين على امتداد سنوات طويلة. من المؤكد ان مسلسل باب العامود هو نافذة مهمة في تطور الدراما الفلسطينية التي تسجد هموم الناس وهو مسلسل للصغار والكبار على حد سواء، لكن المطلوب هو دوام واستمرارية انتاج هذا المسلسل بشكله وآدائه وأهدافه وفي توقيت بثه وتقديمه للجمهور، لان المسلسلات هي مرآة الواقع دائما، والإنسان الفلسطيني الذي يعاني شتى ظروف الحياة القاسية والمعاناة بدءا من الاحتلال حتى الظروف المعيشية القاسية يحتاج لمن يعبر عنه وعن ذاته بقالب من العرض الفني المبسط والناقد والذي يبعث على بث الابتسامة بغلاف من الفرح، لذا نتمنى على دائرة انتاج هذا المسلسل وطواقمه الفنية والتمثيلية تصوير حلقات اخرى متنوعة منه، فحياتنا قصص لا تنتهي، فكلما طالعت الشمس علينا لم تغب إلا وهي تحمل على عاتقها ألف قصة وقصة من أرضنا المقدسة، وما التمثيل والفن الا نوع من أنواع التعبير والتنفيس عن واقعنا الذي نعيش، فلنواصل هذا العمل وما يشابهه، لنساهم في بناء هويتنا الفنية والتعبيرية الفلسطينية والمقدسية ذات السمات والظروف الخاصة.

---

* **جامعة القدس المفتوحة**

العقبة ووادي رم والبحر الميت.. بعيون فلسطينية

استراحة الحياة
إعداد وتصوير: عصام الريماوي

في أخفض بقعة في العالم تحت سطح البحر، يقع وادي الأردن والذي يتوسطه البحر الميت بمقدار 400 متر، مشكلا مشهدا طبيعيا لا مثيل له، وعلى حافة الوادي تأخذ الأرض بالارتفاع غربا مكونة سلسلة مرتفعات جبلية من ابرزها مرتفعات القدس وشرقا تقع مرتفعات البلقاء وهضاب السلط.

ومن هذه البقعة كانت انطلاقة الحافلة التي تقل ممثلين عن مكاتب وشركات سياحية فلسطينية وبمشاركة صحافيين في جولة نظمتها وللعام الثالث على التوالي «عيون الأردن» للسياحة والسفر، بهدف تعريفهم بالأماكن السياحة والتاريخية الاردنية والترويج لها في الاراضي الفلسطينية.

الرئيس التنفيذي لشركة عيون الاردن يحيى الجبعي أكد ان السائح الفلسطيني يقع ضمن أهم الاولويات لتنشيط السياحة بالاردن من خلال تقديم عروض تفضيلة له بالتعاون مع مكاتب السياحة الفلسطينية.

وقال الجعبي: «الهدف من تنظيم مثل هذه الرحلات هو تنشيط السياحة الداخلية الأردنية، وندعو الشركات السياحية الفلسطينية للتعرف على المنتجعات والفنادق والمناطق السياحية، ليتم نقل صورة ما شاهدوه إلى بلدانهم».

الجولة التي استمرت 4 أيام، بدأت من شواطئ البحر الميت عبر زيارة فنادق «الهولي دي، والكراون بلازا»، حيث يتميز البحر الميت الذي يقع غرب الأردن على خط الحدود الفاصلة بين الأردن وفلسطين بشدة ملوحته وهو من اهم العوامل التي تجعله من اهم المراكز السياحية، حيث يقبل العديد من السياح المحليين والاجانب على منتجعات البحر الميت بحثا عن الترفية والعلاج في آن واحد.

طين البحر الميت

ويعتبر طين البحر الميت متميزا فهو يحتوي على العناصر والاملاح التي يعتقد بأنها مفيدة للجلد وتؤدي الى علاج بعض الامراض الجلدية اضافة الى اثره التجميلي فهو يعطي الجلد مرونة ونقاوة ونعومة.

ومع ساعات الغروب في اليوم التالي توجه الوفد لـ«وادي رم» لمعايشة الاجواء الصحراوية التي يتمتع فيها، حيث مكث ليلة واحدة في مخيم بدوي.

وادي رم.. مقصد لهواة التخييم والمغامرة

ويعتبر «وادي رم» مقصدا لهواة التخييم والمغامرة وهو ذات طبيعة صحراوية وكذلك محمية طبيعية تجذب السائحين من كل اقطار الدنيا.

وعاش الوفد مغامرات مثيرة في جبال وادي رم تخللها ركوب سيارات الدفع الرباعي، ورصد غروب الشمس في مخيم «وادي رم» السياحي وسط صحراء الوادي.

ووادي رم أو كما أطلق عليه بـ« المريخ أو وادي القمر»، موقع مدهش، لم تصل اليه يد الإنسان ولا قوته التدميرية العابثة، لقد شكلت عناصر الطبيعة الرياح والطقس منه ناطحات سحاب طبيعية شاهقة ومهيبة وصفها لورنس العرب بـ (ذات الأصداء اللامتناهية). أقام الوفد ليلة في خيمة بدوية استمتع خلالها بوجبة تقليدية تطبخ على نار طبيعية أو يعرف بـــ» الزرب».

وكان لمراسم العرس البدوي الذي اقيم للعروسين اللذين رافقا الوفد في الجولة (سمعان وخطيبته) من رام الله، حيث إرتديا الثياب الخاصة بالزواج البدوي، وصاحب ذلك انغام الموسيقى البدوية التراثية خاصة «الدحية»، وشارك الوفد بالدبكة الشعبية للمجتمعات البدوية.

بعد ذلك، توجه الوفد للتعرف على عدد من الفنادق الموجودة على الساحل الشمالي لمدينة العقبة وهي المنفذ البحري الوحيد للمملكة الأردنية الهاشمية وتعد من المناطق الاستراتيجية، وكان منتجع إنتركونتيننتال المحطة الرئيسية التي استضافت الوفد لثلاثة أيام متتالية، حيث كان باستقبالهم مدير عام الفندق مازن أبو سخا الذي أعرب عن سعادته بالوفد.

واطلع أبو سخا الحضور على الخدمات التي يقدمها الفندق لزواره من الاستجمام ببرك السباحة المتنوعة، والشاطئ الفريد من نوعه، والقيام بجولة في وسط البحر حيث وصلت السفينة التي استقلها الوفد الى منطقة تشاهد فيها أربع مناطق دولية (إيلات، والعقبة، وطابا والحدود السعودية).

العقبة.. المنفذ البحري الوحيد

والعقبة مدينة أردنية تقع على ساحل البحر الأحمر في أقصى جنوب الأردن. تبعد عن العاصمة عمّان حوالي 330 كلم. تتميز المدينة بأنها منطقة استراتيجية والمنفذ البحري الوحيد للأردن، للعقبة حدود مع مدينة حقل في المملكة العربية السعودية عبر مركز حدود الدرة، ومصر، وأيضا مع مدينة ايلات عبر معبر وادي عربة وكلتا المدينتين تقعان على رأس خليج العقبة المتفرع من البحر الأحمر. وتشتهر العقبة كمنطقة للغوص وبشواطئها المطلة على البحر الأحمر.

وأكد أبو سخا (من مواليد مدينة جنين، ويعمل في مجال الادارة منذ 33 عاما، وتنقل في العديد من الدول العربية منها مصر والسعودية والأمارات ومن 3 سنوات يعمل مديرا لهذا المنتجع): أن السياحة في مدينة العقبة في إزدهار وتطور مشيرا الى أن لها مستقبلا واعدا في السياحة رغم ما يجري في المنطقة. واعرب الوفد عن سعادته بالمشاركة بالجولة.وقالت المدير العام لشركة عيون الأردن المنظمة للجولة لمى الترزي، ان الجولة تنظم للمرة الثالثة وتهدف لتنشيط السياحة بين الأردن وفلسطين وتعزيز التعاون بين الجانين، من خلال اطلاع وكلاء السياحة على الخدمات التي تقدمها المنتجعات السياحية بالاردن وتقديم عروض خاصة لتحفيز السياحة بين البلدين. وتابعت الترزي، أن الجولة اتاحت للوفد التعرف على الخدمات الجديدة في الفنادق خاصة التي تم افتتاحها حديثا.

احذري استعمال مراهم تفتيح البشرة لمدة طويلة

قد تضطر بعض النساء إلى استعمال مراهم تفتيح البشرة، بهدف التخفيف من التصبغات الجلدية والحصول على بشرة بيضاء صافية.

وذكرت صحيفة «الحياة» اللندنية إن معظم مراهم تفتيح البشرة يحتوي على مادة هيدروكينون، التي تعمل على وقف إنتاج صباغ الميلانين الذي يعطي اللون الأسمر للبشرة، ويفرح مستعملو مراهم التفتيح كثيرا عندما يشاهدون أن لون بشرتهم أصبح فعلا أفتح من قبل، لكن المصيبة هي أنهم ما أن يتعرضوا لأشعة الشمس مرة أخرى حتى يحصل العكس، إذ يعود اللون الأسمر بقوة إلى البشرة الجلدية، ما يدعوهم إلى استعمال المزيد من مرهم التفتيح ولفترات طويلة.

إن الاستخدام المديد لمراهم التفتيح يؤدي إلى تراكم مادة الهيدروكينون في الجسم وظهور أخطار صحية، فقد بينت بحوث أن هذا السلوك يفضي إلى ظهور بقع داكنة على الجلد، وإلى الإصابة بحب الشباب، وإلى زيادة احتمال الإصابة بسرطان الجلد، وإلى اضطرابات في وظائف الكبد والكليتين. هناك ثلاثة أشياء ممنوعة عند استخدام مراهم التفتيح:

- استعمالها لمدة أطول من تلك المسموح بها، وهي بضعة أشهر لا أكثر.
- استخدام مراهم تحتوي على تراكيز عالية من مادة هيدروكينون، فالنسبة المسموح بها في البلدان الغربية هي ٢ في المئة، لكن هذه النسبة تكون أعلى بكثير في بلدان آسيا وأفريقيا وفقا للفحوص المخبرية التي أنجزت على تلك المراهم في تلك البلدان.
- استعمال مراهم غير مسجلة على علبها أسماء المكونات المحتوية عليها ونسبها.
- وضع كمية مرتفعة من مراهم التفتيح، ما يسفر عن مضاعفات خطرة قد لا تستطيع الوسائل الطبية علاجها.
- التعرض لأشعة الشمس بعد وضع المرهم، فهذا السلوك يقود إلى ظهور البقع الجلدية الملونة مرة أخرى.

مكونان للتخلص من ندوب حب الشباب

يعاني العديد من الاشخاص من مشكلة حب الشباب التي غالبا ما تترك أثارا سيئة على شكل ندوب إذا لم تتم معالجتها بالطرق الصحيحة. وللتخلص من هذه التشوهات التي تصيب منطقة الوجه قدم موقع sante هذه النصيحة السهلة من المواد الطبيعية.

المكونات:

- ملعقتان كبيرتان من بيكاربونات الصودا.
- ملعقتان ماء دافئ.

طريقة التحضير:

- في وعاء، اخلطوا المكونين الاثنين جيدا إلى أن يصبح لديكم عجيبة متماسكة.
- ضعوا العجيبة على الوجه ودلكوا المسام بطريقة دائرية لمدة ٣٠ ثانية، ومن بعدها غسلوا وجهكم جيدا بالماء البارد.
- ضعوا المرطب الذي يلائم بشرتكم مباشرة بعد تنشيف البشرة بشكل جيد.
- ينصح باستخدام هذه العجينة مرة واحدة في الاسبوع فقط.