إضاءة

مكتبة الطفل

فاتن جبار القيسي

صحيح ان التعليم ينتج اعداداً هائلة من البشر يمكنها القراءة، ولكن لا يمكنها التمييز بين ما يستحق ان يقرأ وما لا يستحق، ولكن الطفل إن اعتاد اختيار الكتب وشراءها لمكتبته الخاصة ومن ثم قراءتها منذ الصغر، سينمو لا ليصبح انساناً فحسب بل انساناً قارئاً ومثقفاً ومفكراً.

ولمكتبة الطفل اهمية كبيرة في البيت حيث ان مكتبة الطفل المنزلية تساعد على توفير المواد الثقافية والعلمية والمسلية للطفل كما تعود الطفل على حب المطالعة وحب الكتاب ايضاً وتسهم في عملية التثقيف الذاتي له كذا اضافة الى تنمية الاتجاهات الايجابية مثل احترام الكتب والمحافظة عليها. ولا شك في ان افضل مكان لإنشاء مكتبة الطفل المنزلية هو غرفة نومه هذا ان توفرت له غرفة نوم خاصة به وبذلك تكون الكتب قريبة منه وتحت متناول يديه وان لم تكن لدى الطفل غرفة نوم خاصة به يمكن تخصيص جزء من مكتبة العائلة المنزلية ليكون خاصاً بالطفل. اما اثاث مكتبة الطفل فليس ضرورياً ان يكون باهظ الثمن بل ممكن ان تحتاج فقط الى رفوف بسيطة مناسبة، اما بالنسبة للكتب فعلى الوالدين انتهاز فرص اعياد الميلاد او المناسبات الاخرى كالاعياد الدينية والوطنية لتقديم الهدايا الى الاطفال من الكتب الجميلة والمفيدة.

ومن الضروري تعويد الطفل على شراء كتبه بنفسه ومن مصروفه الخاص لإستمرار الشراء واثراء مكتباتهم بعد ان يبلغوا سن الرشد.

اما بالنسبة الى تصنيف الكتب فيمكن البدء اولاً، وحين يكون عمر الطفل سنة او سنتين بالقصص الشائعة المصورة وبمرور الزمن وبعد ان يصبح عمر الطفل اربع سنوات او خمس سنوات يجب ان تشمل مكتبته كتب المعلومات المختلفة وبعض المجلات الخاصة بالاطفال واشرطة التسجيل التي تصاحب كتب القصص، ومن المحبذ ان يحتفظ الطفل بدفتر خاص به ليسجل عليه اسم كل كتاب جديد يحصل عليه وطبعاً هذا حين يصبح قادراً على الكتابة مما يجعله فخوراً كلما نمت المكتبة وتوسعت.

ويستحسن ان يناقش الوالدان الاطفال فيما قرأوا والاستماع اليهم في حالة اعادة رواية القصة او التعليق عليها. ويجب على الوالدين عدم ارغام الطفل على قراءة كتاب معين لأن ذلك ينفر الطفل من الكتب والمطالعة ولكن التشجيع على المطالعة مطلوب.

كما يستطيع الاطفال في هذه المرحلة عمل ملفات خاصة بهم يحفظون فيها صوراً او قصاصات من المجلات او الصحف بشأن اي موضوع يهتمون به واضافة هذه الملفات الى مجموعة كتبهم ووضعها في مكتبتهم الخاصة ومن الحبذ ان يصطحب الوالدان اطفالهم الى معارض الكتب الخاصة بالاطفال لشراء ما يحلو لهم من الكتب.

واذا استطعنا ان نحقق كل ما ذكر بشأن انشاء مكتبة للطفل في المنزل وتزويدها بالكتب والمواد الاخرى وقمنا بتشجيع الاطفال على تنميتها والاعتناء بها واستخدامها نكون قد نجحنا في خلق الانسان القارئ المثقف. وكما قال (رالف والدو امرسون) ان القارئ الجيد يصنع الكتاب الجيد.

المخرجة خيرية المنصور:
يوسف شاهين علمني ان لا اتنازل عن حقي

خيرية المنصور - المرأة العراقية الوحيدة التي ولجت ميدان الاخراج السينمائي وبرعت فيه وقدمت فيلمين روائيين طويلين وعشرات الافلام القصيرة اضافة إلى مسلسلين تلفزيونيين ، عملت مساعدة لمخرجين كبار امثال يوسف شاهين وتوفيق صالح وعبد الهادي مبارك وغيرهم. (المدى) التقتها وكان هذا الحوار..

لقاء / أفراح شوقي

❖ دراستك الاكاديمية كانت عن المسرح، كيف تحولت إلى السينما؟

- قبل حصولي على شهادة البكالوريوس في المسرح اتجهت إلى السينما لأني احبها كونها تطرح مواضيع فكرية وثقافية واجتماعية.. ورحت اطور نفسي بالدخول في دورات تدريبية وتعلمت التصوير والمونتاج وكل مفاصل العمل السينمائي وكنت ادخل كل قسم في الدائرة لأعرف ما هو؟ وكيف يعمل؟ تدرجت من مساعد مخرج رابع حتى وصلت الى مساعد مخرج اول وكانت البداية مع محمد شكري جميل وعبد الهادي الراوي وصبيح عبد الكريم وبدأت اتغير واثبت جدارتي.

❖ وكيف واجهت صعوبات العمل الفني خصوصاً الاخراجي كونك امرأة؟

- الصعوبات كثيرة خصوصاً في مجال الاخراج، وهي عموماً تتطلب تضحيات وسهراً وسفراً وغياباً عن البيت وانا ام لبنتين وكذلك فأنا ادفق كثيراً في كل صغيرة وكبيرة في العمل، يقولون ان (نحسة) ولا اجامل احداً على حساب عملي، ولا اخفيك ان المنتج يخشى المرأة المخرجة لأنها صريحة ومصادقة في حين انه يريدها طوع اصبعه ولا تخالف امره.. وعليه يجب ان تكون المرأة المخرجة قوية ولا تقبل ان يفرض المنتج اراءه عليها.. ولأجل ذلك حظيت افلامي بجوائز عدة مثل فيلم بنت الرافدين في مهرجان موسكو و ٦/ ٦ عام ١٩٨٢ وهو اول عمل روائي طويل اخرجه.

❖ فيلماك الطويلان كانا كوميدين، فلماذا الكوميديا بالذات؟

- الكوميديا هي اصعب الفنون، فمن السهولة ان تبكي انساناً ولكن من الصعوبة ان تضحكه، وافلامي لها مغزى كبير وبالذات فيلم (٦/٦) الذي نال اعجاب النقاد وكتب عنه الناقد المعروف سمير فريد دراسة تحليلية، وما يوجد لدينا من افلام اغلبها افلام اعلامية وانا اخترت الكوميديا لاعبر عن افكاري الاجتماعية والانسانية وحتى السياسية.

❖ ما الذي استفدته من تجربتك الطويلة مع يوسف شاهين؟

- تعلمت منه كيفية اعادة صياغة الواقع بطريقة فنية وجعل المشاهد يفكر معك، وعلمني ايضاً ان لا اتنازل عن حقي وهذا ما جعلني اصطدم بالكثيرين!

❖ كيف تقوّمين تجربتك في العمل السينمائي في مصر، وكيف تعاملوا معك كمخرجة عراقية؟

- ليس من السهل ان يفسح الطريق الفني لأي احد في القاهرة لأنها بلد الفن وبمعنى اصح انها (هوليود العرب) .. لقد حفرت في الصخر لأصل الى ما وصلت اليه والموهبة والعمل الجيد يفرضان نفسيهما دوماً وقد كنت هناك مخرجة جاهزة ولست مبتدئة ولي اشرطة روائية، اخرجت هناك (٥) اعمال فنية. الافلام الخمسة تتحدث عن بلدي وهي (اللوحة الاخيرة) عن الفنانة ليلى العطار وفيلم (الملائكة تموت) وفيلم عن (نازك الملائكة) انتاج محمود حميدة بجزئين وفيلم (حدث في العامرية) وهي عبارة عن مقطوعة موسيقية للفنان نصير شمة وقد عرضت في مصر ولاقت ردود افعال جيدة.

❖ نلاحظ ان اغلب اعمالك يكون فيها نصير شمة القاسم المشترك، فهل لذلك مردود فكري ام سياسي ام ماذا؟

- هذا صحيح فنصير وانا تجمعنا قضية واحدة.. وهي قضية وطني وامتي وانا شخصياً انفعل بموسيقى نصير فتتفجر في داخلي اشياء واشياء وربما تقودني مقطوعة الى عمل فيلم ومرة ينطق الفلم مطالباً بموسيقى نصير، ونظراً لتجاربي السابقة معه فهو يفهم ماذا اريد من دون حوارات مطولة ومجادلات والفن في النهاية مكمل لبعضه بعضاً.

❖ نعود الى فن الاخراج اولاً يجب ان يكون المخرج او المخرجة متمكنا من ادواته وعندها سيكون كالليث في الساحة ويعكسه سيكون هناك خلل في بناء الشخصيات والمخرج هو قائد العمل الفني بأكمله.. والاخراج هو فكر وخلق وابداع وتتوقف حرية برمة لتقول: هل الاخراج (اكشن وستوب) فقط؟ هذا لا يمكن طبعاً ولكن مع الاسف هناك استسهال كبير في هذه المهنة وانا بصراحة اصاب بإنهيار وغضب شديدين عندما اشاهد عملاً ضعيفاً بسبب عدم مهارة المخرج، مقابل جودة الفكرة والنص. وعموماً فإن المخرجة العراقية لا تقل جدارة عن اية مخرجة في العالم ويتوقف عنصر النجاح بتوفر عاملي الحرية والساحة الديمقراطية التي تتحرك بها ولا ننسى الشجاعة اولاً.

❖ عرفناك مخرجة روائية بالدرجة الاولى، ولكن اعمالك الاخيرة تسجيلية هل اكتفيت بذلك. وكيف تتطور السينما العراقية برأيك؟

- الحصار اجهض السينما العراقية، فمنع الفيلم الخام والاحماض ولكنني لم اقف مكتوفة اليدين خاصة في داخلي جرح يلح ويلح.. فشددت الرحال الى القاهرة واستعنت عندها بالفيلم التسجيلي الذي يلقى رواجاً في عصر المعلوماتية وهذا لا يمنع حنيني الدائم للفيلم الروائي الذي سابدأ به قريباً لأحدى الشركات المصرية. تقول خيرية ان السينما العراقية متعثرة الا انها تنعم بطاقات اخراجية جيدة لو اتيح لها الخروج من ضرنقتها لجات باعمال تذهل الجميع وكانوا يقولون ان اللهجة العراقية هي السبب وانا اقول ابداً، ثم النشاطات الفنية العراقية هي السبب وانا اقول كلا بدليل ان فيلم ٦ / ٦ طالبية وبعكسه سيكون هناك خلل في بناء الشخصيات والمخرج هو قائد العمل الفني منقطع النظير.

❖ وما مشاريعك القادمة؟

- لدي مسلسل بـ (٣٣) حلقة كتبه صباح عطوان اسمه (جودي) يتناول تاريخ العراق في بداية ١٩٤٧ و ١٩٤٨ ودور العراق في انتفاضة فلسطين، وهناك مشروع لعمل فني مصري روائي ساعلن عنه في حينه ان شاء الله.

❖ فلم تمنين ان تخرجيه؟

- ارض الخوف لداود السيد.

❖ رواية تتمنين تحويلها إلى فيلم؟

- ممر الى الليل، للروائية ابتسام عبد الله.. وانا اعدها حالياً لذلك.

الانفلونزا قد تفتك بالملايين

جوجيب كولبزادة

وتأكيد أهمية الممارسات الرياضية، توصلت دراسة طبية اعلنت عنها في شهر ايلول ٢٠٠٤، واجريت على ما يزيد على ٩٠٠ امرأة إلى أن اللياقة البدنية اكثر أهمية من النحافة لتجنب الإصابة بأمراض القلب. وقال تيموثي ويسل وهو طبيب في جامعة فلوريدا، رأس فريق البحث "الدراسة التي قمنا بها تظهر ان الافتقار إلى التناسق البدني هو عامل في غاية الخطورة في الطريق نحو الإصابة بأمراض القلب بما يفوق معاناة الشخص من زيادة في الوزن أو البدانة". وشملت الدراسة ٩٠٦ نساء تم تعقب تاريخهن الصحي بدءا من عام ١٩٩٦ حتى عام ٢٠٠٠ وكان ٧٦٪ منهن يعانين زيادة في الوزن في بداية الدراسة وتوسط عمرهن ٥٨ عاما. وإلى جانب عملية قياس الوزن سئل هؤلاء النسوة عن مدى إمكانية قيامهن بالأنشطة البدنية المعتادة في المنزل والعمل وأوقات الفراغ مثل صعود درجات السلم والجري لمسافة قصيرة أو السير حول المنزل من دون توقف، وخلال الدراسة توفيت ٨٦ امرأة وعانت ٤٤٥ منهن من مشكلات متعلقة بأمراض القلب مثل النوبات والأزمات القلبية.

واشارت الدراسة إلى انه عندما تم تحليل النتائج حسب الوزن والنشاط البدني وجد أن النسوة اللاتي يقمن بنشاط معتدل يواجهن مخاطر أقل لتطور أمراض القلب لديهن أو المشكلات المتعلقة بالقلب من اللاتي سجلن نشاطا بدنيا أقل من دون النظر إلى أية فئة من فئات الوزن تنتمي إليها النسوة".

وتوصلت الدراسة إلى أن "تلك النتائج تفترض أن اللياقة البدنية تعد امرا يفوق في أهميته مسألة الوزن الزائد والبدانة عند النظر إلى مخاطر الإصابة بأمراض في أوعية القلب لدى النساء". وأقرت رابطة القلب الأميركية بضرورة ممارسة النساء ثلاثين دقيقة من النشاط البدني المعتدل في كل أيام الأسبوع أو معظمها. ووجدت دراسة ثانية نشرت في الدورية نفسها أن مخاطر الزيادة في الوزن تفوق مخاطر عدم ممارسة نشاط بدني إذا ما تعلق الأمر بالإصابة المفاجئة بمرض البول السكري في سن المراهقة لدى النساء.

وبغية اتخاذ إجراءات عملية لمحاربة البدانة في المجتمعات المتقدمة، أعلن المعهد الطبي الوطني في أيلول ٢٠٠٤ وهو أعلى مؤسسة طبية تابعة للحكومة الأميركية عن حملة شاملة لمحاربة السمنة التي تهدد ثلثي الشعب الأميركي البالغ عدده نحو ٢٧٥ مليون شخص. وتأتي ضمن برامج هذه الحملة إجراءات معينة لتغيير سلوكيات الأكل والبحث عن وسائل علاجية وجراحية فعالة، والتشجيع على الرياضة البدنية، وإرشادات تحذيرية عن خطورة البدانة التي تتسبب في مرض السكر وأمراض القلب وبعض أمراض السرطان وأمراض أخرى.

وتوازيا مع هذا الاهتمام الدولي بمشكلة البدانة، فقد توصل فريق بحث في أيلول ٢٠٠٤ من معهد سولك الأميركي للدراسات البيولوجية إلى إنتاج فئران معدلة وراثيا قادرة على الجري بضعف سرعة الفئران الطبيعية. جاء ذلك في دراسة بخصوص بروتين PPAR-delta اختبار قدرته على تنظيم عملية بناء وحرق الدهون بحثا عن حل لمشكلات البدانة، وما يرافقها كالإصابة بمرض السكري غير المعتمد على الأنسولين. ولدى تجربته على الفئران، قام بروتين PPAR-delta بمنع البدانة وتحويل الدهون إلى عدائين لسباقات طويلة. ويزيد هذا البروتين من معدلات حرق الجسم للدهون، مما جعله مركز اهتمام عملية تطوير أدوية لمرض السكري ولمشكلات الدهون كارتفاع كوليسترول وغليسيريد الثلاثي.

وقام الباحثون تحت إشراف الدكتور رونالد إيفانز بإنتاج فئران معدلة وراثيا بحيث تحتوي عضلاتها الهيكلية على صورة نشطة من بروتين PPAR-delta. فكانت النتيجة زيادة كبيرة في الخلايا العضلية عديمة التعب في الفئران المعدلة، مما جعلها قادرة – من دون تدريب – على الجري ضعف المسافة التي يجريها الفأر الطبيعي. أنتج البروتين في هذه الحالة أنسجة عضلية عالية التحمل وتحرق الدهون بمعدل أسرع، وتعزز القدرة على التحمل. ونتيجة لذلك لم تعد الفئران المعدلة وراثيا قادرة على اكتساب أية زيادة في الوزن على الرغم عدم ممارسة أي تمارين رياضية. وبالتحكم في مستويات هذا البروتين يؤمل ان يتم تصميم علاجات تغير التكوين العضلي للبشر، وتقاوم البدانة والمشكلات المترافقة معها.

وتجريا على الجهود العلمية المبذولة للوصول إلى اكتشاف عقار علمي لعلاج السمنة، فقد نجح فريق من الباحثين في جامعة هيوستن الأميركية في تموز ٢٠٠٤ في التوصل إلى طريقة جديدة تساعد على النحافة والرشاقة والتخلص من الوزن الزائد، وذلك بقطع الدم عن طبقات الدهون المتراكمة في الجسم. واوضح هؤلاء أن التقنية الجديدة تعرز باسم "شفط الدهون الجزيئي" وتم اختبارها على فئران سمينة ووضعت على أغذية دسمة عالية الدهون إلى أن تضاعف حجمها. ووجد الباحثون بعد عدة أسابيع من العلاج الجزيئي الجديد أن هذه الفئران استعادت وزنها الطبيعي خلال فترة قصيرة، حيث نجح الدواء في إعاقة توريد الدم الضروري لتغذية الأنسجة الدهنية.

وبغية وضع خطوات عملية باتجاه التحكم والسيطرة على مشكلة السمنة في الولايات المتحدة الأميركية، فقد طالبت لجنة من الخبراء الأميركيين في أيلول ٢٠٠٤، بأنه يتعين على الآباء والمدارس والحكومة والمعلنين وصناعة الطعام بأكملها إدخال تغييرات لمواجهة مشكلة ازدياد بدانة الأطفال. واقترح التقرير المخصص لبدانة الأطفال والصادر عن معهد الطب إدخال بعض الإجراءات المثيرة للجدل مثل كتابة مواصفات أكثر دقة على الوجبات السريعة وإعطاء المدارس صلاحيات لمراقبة وزن الأطفال وصحتهم. وقال التقرير إنه يتعين وضع مستويات للتغذية لجميع أنواع الطعام والمشروبات التي تقدم بالمدارس بما في ذلك التي يتم الحصول عليها من أجهزة البيع، واعتبر التقرير أن "نحو تسعة ملايين طفل تزيد أعمارهم على ست سنوات بدناء" في الولايات المتحدة.

ويتهدد هؤلاء خطر كبير بالإصابة بمرض السكري وأمراض القلب، وذكرت دراسة نشرت الأسبوع الحالي أن الأطفال الذين يعانون السمنة وتقل أعمارهم عن سبع سنوات لديهم دلائل بوجود تلف في شرايينهم. وقال الدكتور جيفري كوبلان من جامعة إيموري في أتلانتا التي تدرس مجموعة الخبراء وكان مديرا سابقا لمراكز مكافحة الأمراض والحد منها "يجب علينا أن نتحرك الآن ويتحتم علينا أن نقوم بذلك كأمة". واوصت اللجنة التي أعدت التقرير المدارس بالعودة إلى التربية البدنية. واضافة برامج أخرى للأطفال حتى يمارسوا تدريبات رياضية لمدة نصف ساعة يوميا. ويقوم المعهد -وهو هيئة مستقلة- بإسداء النصيحة للحكومة الفيدرالية بشأن شؤون الصحة مثل الحاجة للفيتامينات والتأمين الطبي، وشكل لجنة من أطباء متخصصين في الأطفال وخبراء في التعليم والصناعة ومحامين لبحث موضوع سمنة الأطفال، تمهيدا لتبني خطة عملية مدروسة للسيطرة على السمنة لدى الأطفال وبالتالي توجيه العائلة إلى تبني إجراءات عملية مرتبطة بنظام التغذية ونظم السلوك اليومي لتخلص الأفراد من السمنة الزائدة التي أصبحت تسبب مشكلات صحية وطبية واجتماعية واقتصادية على مستوى المجتمع والدولة.

البدانة.. مرض العصر الشائع

٢-٢

معهد الفنون الجميلة للبنات في الموصل..
دراسة صباحية ومسائية

الموصل/ رعد الجماس

الدراسة في معهد الفنون الجميلة للبنات بمدينة الموصل تحمل سمات خاصة ميزتها عن بقية الدراسات العلمية الاخرى، نظراً لطبيعتها الفنية والجمالية اولاً، ثم النشاطات الفنية الغزيرة للمعهد والتي تجاوز بعضها اسواره ليمتد الى صالات وقاعات المدينة، لتغنيا بمديرة المعهد (سلوى عبد الله كركجة) لتتحدث عن طبيعة الدراسة في المعهد (٣٠٠ طالبة) بينهن (١٥٠ طالبة) في المراحل الاولى، بالاضافة الى افتتاح الدراسة المسائية التي شهدت اقبالا واسعاً من قبل الراغبات في الحق للمتفوقات من خريجاته اكمال دراستهن الجامعية، ويضم المعهد اربعة اقسام هي الرسم والسيراميك والخط والزخرفة والموسيقى، كما تم خلال هذا العام الدراسي الجديد افتتاح قسم التصميم أول مرة في المعهد وهو قسم فني جديد ضمت مرحلته الدراسية الاولى (٢٠ طالبة) ومن المؤمل ان يشهد المستقبل القريب افتتاح قسم المسرح. وجدير بالذكر ان المعهد استقبل هذا العام نحو (٣٠٠ طالبة) بينهن (١٥٠ طالبة) في المراحل الاولى، بالاضافة الى افتتاح الدراسة المسائية التي شهدت اقبالا واسعاً من قبل الراغبات في إكمال دراستهن، حيث استقبلنا نحو (١٠٠ طالبة) في هذه الدراسة المسائية.

ومن نشاطات وفعاليات المعهد اضافت مديرته:

استقطب المعهد العديد من الاكاديميين والفنانين المبدعين كملاك تدريسي وتدريبي وبمختلف الاختصاصات الفنية، ونتيجة لجهود هذه الكفاءات الحاصلة على جوائز وشهادات تقديرية داخل وخارج القطر، كان للمعهد العديد من النشاطات والنتاجات الفنية التي اقيمت داخل قاعاته او خارجها، كتنظيم معارض الفنون التشكيلية وعقد الندوات الفنية والثقافية وفتح دورات مختلفة في الخط والرسم والتشكيل وغيرها..

وعن المستقبل وما يحمله من مشاريع تتطلب انجاز بعض الخطوات والجهود قالت: (الفنانة يثرب الطائي) احدى مدرسات الفن التشكيلي في المعهد:

على الرغم من افتقار المعهد الى الكثير من الوسائل والادوات التي تسهم في تطوير اداء وعمل ملاكه وطالباته واهمها مكتبته العامرة بالعديد من المصادر والكتب الفنية التي اصبحت من حصة معهد الفنون الجميلة للبنين بعد انشطاره عن معهدنا، الا ان جهود العاملين فيه حثيثة لتحقيق طموحاته نحو الافضل، والتي لن تتكلل بنجاح يرضي الطموح الا بعد توفير بعض المستلزمات الضرورية للدراسة، من قبيل تخصيص بناية حديثة خاصة بالمعهد تشتمل على قاعات فنية اختصاصية لإقامة النشاطات الفنية، وافتتاح اقسام جديدة لإكمال نصاب المعهد مع توفير كافة احتياجاتها ومستلزماتها الدراسية. وهذه المقترحات نضعها جميعاً امام المسؤولين والجهات ذات العلاقة ونرجو ان يتخذوا خطوات جادة في طريق تحقيقها خدمة للحركة الفنية في محافظة نينوى وجيلها الناشئ، خاصة اذا علمنا ان المعهد يضم طاقات شبابية واعدة تنتظر الفرصة السانحة لإثبات ذاتها الفنية على ارض الواقع.

رحلة اللقلق الابيض

الحلة / ناصر حسين ناصر

عرف بعض البلدان العربية وحصراً الاردن طائر اللقلق الابيض وتعددت اماكن وجوده في الاردن، حيث تم تحديد اكثر من ٢٧ منطقة مهمة يتواجد فيها اللقلق الابيض، ولعبت هذه المناطق دوراً في حماية هذا الطائر محلياً وعربياً وعالمياً، وذلك لأنها مناطق نظيفة وغير ملوثة وقال الاستاذ خالد الايراني المدير العام للجمعية الملكية لحماية الطبيعة بأن هذه الاعداد الغفيرة لطائر اللقلق لا تضفي الجمال على الاماكن التي هي فيها بل هي دليل على ازدهار الطبيعة والبيئة وخلوها من عوامل التلوث.

وعرفت بلدان اوربا انواعاً من اللقلق الابيض والتي تتواجد بشكل متقطع في انحاء عديدة من اوربا ومنطقة الشرق الاوسط واخيراً في وسط غرب آسيا.

ان حجم الطيور كبير ولذلك فهي تتبع تكتيكاً خاصاً اثناء طيرانها ليساعدها على الاحتفاظ بقوتها وطاقتها لأطول فترة طيران ممكنة، وهذا التكتيك يعتمد على الاختلاف الحراري في تيارات الهواء اثناء تحليقها وهذه الميزة لا تتوفر فوق المسطحات المائية، ويفسر هذا سبب عزوف طيور اللقلق عن الطيران فوق البحر الابيض المتوسط في طريقها الى وجهتها نحو افريقيا الاستوائية. وهناك تناغم وتزامن وتوافق كبير بين طيور السرب اثناء تحليقها وهذا امر مهم جداً خصوصاً اذا علمنا ان بعض الاسراب يتجاوز عددها ١١,٠٠٠ طير وانها قادرة على قطع مسافة ٢٢٠٠٠ كم اثناء هجرتها من اوربا الى افريقيا ثم العودة مجدداً .

تفضل هذه الطيور المناطق الاكثر انخفاضاً، لتتخذ منها مكاناً لها وخصوصاً في مناطق الاسباخ، والعشبية الخضراء، البحيرات الضحلة والمستنقعات حيث الاشجار المنتشرة على رقعة كبيرة وذلك لإتخاذها كمأوى ولغايات التعشيش. واعتادت طيور اللقلق بناء اعشاشها في المناطق التي شبدها الانسان وتحصل على غذائها من هناك.

حيث يمكن اعتبار العديد من الانواع الحية غذاء لها، مثل القوارض والزواحف/ السحالي/ الرخويات/ القشريات وايضاً بعض الطيور الصغيرة التي تختار دائماً الارض وتعشش عليها.

اخيراً لا بد من الاشارة الى ان طيور اللقلق تناقصت خلال الخمسين سنة الماضية وذلك بسبب التلوث وانتشار استخدام المبيدات واهم الاسباب هو تجفيف الاراضي الرطبة التي كانت وطناً لطيور اللقلق ومصدراً لغذائها.

بين قوسين
(...)

صباح الخير

جودت جالي

جمعتني بصديق قديم قبل اسابيع مصادفة من مصادفات شارع المتنبي. لم يكن قد جاء الى شارع المتنبي قبلها كثيراً منذ نهاية الحرب وراَيت شبابه رثة ووجهه ممتقعا، لم يحلق ذقنه منذ مدة، وعرفت انه عاطل عن العمل منذ زمن طويل، حتى من قبل ان يسقط النظام البائد ، كابر وصابر، فلم يحوسم ولم يتسبب انتفاضا كما فعل الكثيرون. وجلسنا لنتجاذب اطراف الحديث، اسألة ويسألني واواسيه وكان من بين الكثير الذي قاله:

(لطالما جلست احايين كثيرة في مطلع شبابي افكر محاولا ان اعرف الاسباب التي تجعل ابسط الاشياء تتحول الى عقدة امامي مستعصية الحل وما هو السبب في اني لم افلح في ان اكون كذا او احصل على كذا، وبدا لي كان قوى لا اعرف كنهها تحول بيني وبين تحقيق رغبات هي من ابسط الحقوق والاماني بشكل غرائبي حتى جاء يوم اعفيت نفسي فيه من وجع التفكير جملة وتفصيلاً حين اعارني صديق كتابا تراثيا عنوانه غريب لم اسمع به ولا اظن ان كثيرين سمعوا عنوان الكتاب (الفلاكة والمفلوكون) وهو يتحدث عمن استعصت عليهم الراحة في حياتهم (غابت حظوظهم) ومن جملتهم شخصيات شهيرة في الادب والفكر والتاريخ ذلك بأقدار قدرت لهم في عالم الأفلاك فمن كان منهم فهو (مفلوك) لا أمل له، إلا ان يكون معاندا مثلي فيحاول ويحاول فعليه ان يتحمل مقابل ما تجلبه المحاولة له من سعادة الاحساس بالبقاء على قيد الحياة والمقاومة، وعلى كل حال فان صاحبي (المفلوك) لا امل له، الا ان يكون معاندا مثلي فيحاول ويحاول فعليه ان يتحمل مقابل ما تجلبه المحاولة له من سعادة الاحساس بالبقاء على قيد الحياة والمقاومة، وعلى كل حال فإن صاحبي (المفلوك) مثلي اراد في الحياة ما يستحق على غزارة علمه ومكانته فكيف بنا نحن الذرات الناعمة الضائعة في الكون. الكتاب يعنوانه ومضمونه فسر لي معنى دعاء نقمة كنت اسمعه منذ طفولتي ولا اعرف له معنى وهو (فلك طرلنا) وهذه فائدة. لم احفظ اسم المؤلف وهذا شيء طبيعي ما دام كتب كتابا عن المفلوكين فلا اظن ان حظه خير من حظهم ولعل (فلكا طره) فلم يؤلف غيره. من الناس الذين ذكرهم الكاتب فاضليا عرف بالفقه وعدالة القضاء وحسن العشر والادب وداع صيته حتى بلغ اهل مصر فرغبوا ان يكون عليهم قاضياً واستقدموه ولما وصل اليهم اعدوا له استقبالاً حافلا واتفقوا ان يقيموا له الولائم ويكرموه، فلما كانت اول وليمة مديده ليأكل اللقمة الاولى من سمكة شهية ووضعها في فمه نبت عظم منها في حلقه وهب الناس لإسعافه وكانوا كلما ارادوا اخراج العظم زاد غورا واستعصى عليهم.. سمعوا الشيخ المسكين يحشرج بهذه الكلمات وهو يلفظ انفاسه الاخيرة (سبحان الله .. يوم عشنا متنا!!).

سحب الصديق نفسا من سيجارته بحرقة المفيوف وتفكر الحائر ثم تابع قائلاً:

(اتدري؟ برغم ان ما سألوه من باب التشاؤم واليأس، وقد تقف لي يا صديقي واعطنا ناصحا بالصبر والتصبر وتقول لي عليك بالغد الذي سيكون افضل من اليوم دون شك، فإني لا استطيع ان امنع نفسي من الحزن على الذين يموتون اليوم ضحايا، يخرج الواحد منهم، بالغاً كان او طفلاً رجلاً كان او امرأة،من بيته لا يدري انه لن يعود ايضا وربما عاد ممزقا ايضاً لكني لا بد ان اقول (سبحان الله .. يوم عاشوا ماتوا!!).

سكت ولم احر جواباً على ما قاله، ولم تجد تفاؤليتي منطقا به حقيقة، واطرقت فيما تابع هو من جديد يصوت كأنه صدى بعيد:

(وهل تدري ايضاً اني لم اعد ارغب بالشهرة الادبية النظيفة المخلصة التي طالما حلمنا بها برغم تقتي بأن السبل اليها قد تيسرت، واريد ان اموت وانا طي النسيان كما يموت هؤلاء الناس، سوى ما يقال في الصحف انفجرت عبوة ناسفة فقتلت مدنيا او مدنيين دون اسماء ولا شيء غير هذا، او اموت في فراشي دون ضجيج، قد تأتي بعدها هذا وتجلس ومعك صاحب آخر فتذكرني هو فيقول: اذكر ان شخصا كنا صفته كان يأتي الى هنا قديما ترى ماذا حل به؟ فتجيبه انت نعم والله تذكرته، لا ادري ما اي خير.. وعند هذا ينتهي الحديث. تلك هي السعادة).

ظللت مطرقا صامتاً لا انظر اليه فترة من انتبهت الى انه صمت طويلا. نظرت فلم اجده، تلفت مذهولاً، كيف ذهب دون ان اعرف؟ شعرت بأني لن اراه مرة اخرى فاعتصرني الالم وعزمت على الانصراف. اعطيت بائع الشاي ورقة نقدية ودفعت له:

- اثنان.

فابتسم كالمشفق علي وكأني قد تكررت مني الهفوة نفسها عدة مرات.

- فن الشاي الآخر؟ جلست وحدك و شربت شايا واحدا.

تركيب مضخة للقلب بدون جراحة

المدى / وكالات

اصبح مريض اول شخص في بريطانيا يتم تركيب مضخة لقلبه بدون الحاجة الى جراحة. وقام الاطباء في مستشفى هامرسميث في لندن بتركيب المضخة باستخدام اصغر نظام دعم للقلب في العالم وهو جهاز يبلغ عرضه اربعة مليمترات فقط.

وأدخل الجهاز في شريان بمنطقة الأربية ونقل الى القلب.

وساعدت المضخة، التي تزيلت في اليوم التالي، قلب المريض ٤ الساعات القليلة الحرجة بعد جراحة لعلاج انسداد في الشريان التاجي.

ويقدم الجهاز أملا للمرضى الذين كان يتم اعتبار حالتهم في السابق خطيرة جدا لدرجة لا تسمح بخضوعهم للجراحة على عكس طريق تقديم دعم مؤقت لعضلة القلب خلال الفترة الحرجة التي تعقب التعرض لازمة قلبية أو جراحة.

وقال بيتر سميث، استشاري جراحة القلب في مستشفيات هامرسميث التابعة لادارة الخدمات الصحية والذي قاد عملية تركيب المضخة، إن المريض كان يعاني من مرض خطير في الشريان التاجي واصيب مرتين على الاقل بنوبة قلبية.

وكانت احتمالات نجاته ضعيفة جدا بدون خضوعه لجراحة.

وقال سميث ان "هذه التكنولوجيا الجديدة لتركيب مضخة في القلب بدون جراحة ستحدث ثورة في الطريقة التي نتعامل بها مع مرض القلب."

واضاف ان "سهولة استخدام هذه المضخات وخصوصا في الحالات المتأخرة للمرض او تلك التي يصاب فيها القلب باضرار تعني ان بوسعنا الان ان نعالج بنجاح المرضى الذين كنا لا نستطيع مساعدتهم."

ويوضح الجهاز الذي يطلق عليه "Impella Recover" البطين الايسر الذي يبعد أوسع ٢,٥ ملم من الدم في الدقيقة.

وقال الدكتور كيفين بيت وهو احد المتخصصين في القلب الذين ساعدوا في تركيب المضخة داخل القلب ورغم صغر حجمها يمكنها ضخ ما يصل الى ٢,٥ لتر من الدم في الدقيقة.

وأضاف "ولان المضخة صغيرة جدا يمكن وضعها في مكانها كان يعاني من مرض خطير في الشريان التاجي واصيب مرتين على الاقل بنوبة قلبية.

وكانت احتمالات نجاته ضعيفة جدا بدون خضوعه لجراحة.

وقال سميث ان "هذه التكنولوجيا الجديدة لتركيب مضخة في القلب بدون جراحة ستحدث ثورة في الطريقة التي نتعامل بها مع مرض القلب."

وأضاف ان "سهولة استخدام هذه المضخات وخصوصا في الحالات المتأخرة للمرض او تلك التي يصاب فيها القلب باضرار تعني ان بوسعنا الان ان نعالج بنجاح المرضى الذين كنا لا نستطيع مساعدتهم."

ويوضح الجهاز الذي يطلق عليه "Impella Recover" البطين الايسر الذي يبعد أوسع ٢,٥ لتر من الدم في الدقيقة.

وقال الدكتور كيفين بيت وهو احد المتخصصين في القلب الذين ساعدوا في تركيب المضخة داخل القلب ورغم صغر حجمها يمكنها ضخ ما يصل الى ٢,٥ لتر من الدم في الدقيقة.

وأضاف "ولان المضخة صغيرة جدا يمكن وضعها في مكانها بدون الحاجة لاجراء جراحة إذ يتم عمل فتحة صغيرة في شريان بمنطقة الأربية وتنقل المضخة باستخدام اسلاك ارشادية عبر الشريان حتى تستقر في المكان المحدد."

وتستخدم الاشعة السينية في التأكد من استقرار المضخة في المكان المحدد. وتستخدم المضخة محركا كهربائيا متصل بسلك يبلغ عرضه ثلاثة مليمترات يمتد الى خارج جسم المريض حيث يتصل بطارية وجهاز تحكم في حجم كمبيوتر محمول صغير.

وتزعت المضخة من جسم المريض الان ومن المتوقع ان يتعافى بشكل طيب.

وقال سميث "هذه الاجهزة اصبحت تكلفتها معقولة جدا وخصوصا عندما يأخذ المرء في اعتباره البدائل الاخرى التي تشمل تكرار اجراء الجراحة واحتمال الحاجة لنزع قلب المريض الى خارج جسم المريض والبقاء لمدة طويلة في المستشفى.

التوت البري يعالج الالتهابات الفيروسية

دبي، الإمارات العربية/--(CNN) أظهرت دراسة تايوانية انه قد يكون للتوت البري تأثير جيد على الالتهابات الفيروسية.

المركب النباتي الذي أطلق عليه (برواتوسياينيدين ١ (A-، تم عزله من التوت البري، الذي يطلق عليه اكثر من تسمية حسب اشكاله، وتشبه المادة الكيماوية فيه مضاد الأكسدة (التانين