

الطفل خطاب البحري الفائز بجائزة مكتب التربية العربي للتعليم الإلكتروني - الأسرة:

فوجئت بإعلان فوزي في شريط الاخبار بالتقنيات الفضائية



مكتب التربية العربي لدول الخليج، لأفضل طلاب التعليم الإلكتروني، في 24 مارس الماضي. وقتها لم يصدق الأب أن ابنه خطابا حتى أرسلت الجائزة المالية وهي عبارة عن شيك وشهادة تسلمها خطاب ووالده.

خاص الأسرة

شقاوته في اللعب على الحاسبات الالكترونية واعطاه أكثر من حاسب.. غفرها اتصال الأخ (خالد الشهري) من مكتب التربية العربي لدول الخليج بمدينة الرياض بالملكة العربية السعودية حين اتصل بالزميل عبد الواحد البحري (والد الطفل خطاب) وابلغ ابنه فوز بجائزة

أسوار

مساحة ضوء

عائشة الطويلي

تغلق أبوابها المدينة.. تسارع الأنسام بطي صفحة الأشياء المبعثرة.. يلغي الصمت مساحة الضوء. هناك يقبع الإنسان الحي وحيدا بين الأمطار والصفيق، بانتظار أيد تلوح بشروق بطيء، غامض الروح، قلق، متائب، يرتد تحت قطرات المطر.. حتى هو، يقذفه بالبرد، يصرخ في وجهه: عد أدراجك القاحلة!

تمة جملة من البشر الغائبين عن الضوء، مهشمين في زواياهم.. حاضرين في غيابه، لا تعرف أشكالهم مقاساتهم، مساحتهم بينما هم غارقون في انتظار الضوء الخافت إلا من بقعة تحفر بمخالبها حتى البقاء، الثبات القاسي! قريباً، بعيداً.. استخراج نماذج من البشر المعوقين ألياً، يغامرون براحة أذهانهم القابعة منذ عهد بعيد، عاجزة في نوم متعمد وقوة أجسادهم المتألفة من تجرد الحركة / البركة.

سيخرجون ليبحثوا لنا الحياة، لتستمر هكذا كما نراها كل صباح.. لا تشعر بهم عندما يرحلون/ يبقون! لا نعي حاجتنا لهم حتى لو غربت أشعتهم عن المكان فهناك صور أخرى ستسقط على المكان تمتلك نفس التقاسيم المتعرجة!

لا ترق في أعيننا تضحياتهم وتلاطم أسانمنا أياديهم للمصافحة.. يبعدون عنا أمثارا بحساب الزمن، لكننا نعد عنهم سنوفاً بحساب القيم. قلما نهم لمعرفة أحجامهم.. كثيراً ما نهمل هويتهم.. هم رفقاؤنا منذ زمن. لا نلتفت لوجودهم، لا ننحنى نحوهم لرؤيتهم

مستبينون إلا من يوم واحد لنحتفي بهم خلف الظلام.. واحتفاؤنا لا يغني ولا يسمن من جوع! فهم عائدون من جديد، يلغون أوجاعهم في أكياس مرققة، يحملون الألم في أجسادهم، يصحبون العوز أينما يصحبهم.

يكتفون إلا من ابتسامة منكسرة، خلجى، تتمتم: " لا جديد!"

لم تحتمل الأضراس إلا من جملة هائلة من الهموم المتراكمة المتراصة كطابور الصباح! جملة من الكائنات الحية تعرف أسماها، تجهل مستقيمتها، تعني أنفسها، تعيش بنصف رغيف، بتام على الرصيف.

تزاوم بين الدخان لتحصل على هواء يوفّر لها الحياة، حتى يقبها حالات الاختناق العشوائية، التي لا تطال إلا الضعفاء من الشعب، يتأذى.

سلامتي مسؤوليتي

سعيد شجاع الدين

< أسبوع المرور العربي الموحد هو مناسبة لرؤية ما يحدث في الشارع من قرب. لم تتبين لي المناسبة إلا عندما شاهدت فتاة عدن في المساء، الفتاة تقف على المناسبات، وحاولت إيصال رسالتها. أعدت التقارير عن حوادث السيارات، ركزت على مدينة عدن بالذات. عرضت صوراً للسيارات تجعل الواحد منا يكره اليوم الذي فكر فيه بشراء سيارة. لقد قررت أن أتخلص من سيارتي، ولو بنصف الثمن، رغم أنني لم أكمل الأقساط المتبقية من قيمتها للبنك، لكن لا يهم فسلامة الرأس أهم.

أتمنى للجميع السلامة، كما أرجو أن تصل رسالة التعاطف لهذا العام إلى المواطن نفسه، فلا نحمل الجهات المسؤولة، كما هي العادة، أي ذنب. لنجرب أن نضع أنفسنا في المقدمة على أساس الشعار الملصق في أكثر من مكان وبواسطة وسائل الإعلام. إنه شعار أرى من الفائدة تربيته، في السر والعلن، فهيا نردد: «سلامتي مسؤوليتي». لننظر جميعاً إلى السلامة وما يترتب عليها أو ما تحتها من مسؤولية. مثلاً المطبات المنتشرة في الخطوط البرية، الرابطة بين المحافظات، بعض هذه المطبات بحاجة إلى تجديد باستمرار، كونها ترابية تجرفها مياه الأمطار، فتتعرض حياة المارة للخطر. لأبأس علينا إن عملنا بنصيحة المواطن حين كنا في جلسة نقاش وتناولنا مسألة أستغلال الفرض، وكيف يعمل البعض على توظيف احتياجات الناس، أيا كانت، والتفكير بمشايخ ذات دخل مريح. نصيحة المواطن مفادها: ماذا لو أن الصين وصلت إليها المشكلة عندنا، وقامت بتصدير مطبات تقلل من أخطار المطبات محلية الصنع، وإلى أن يكون سبقي مجرد أمنية، أحملها أنا وذلك للمواطن القهقري.

أعود إلى فتاة عدن، وإلى ما حاولت أن تؤكد من خلال عدد من المسؤولين أو الضيوف والمواطنين. لقد طرحت الفتاة قضية التفحيطات، وأسهب مسؤول مروري في الحديث عن الظاهرة، وتوجه إلى الشباب ناصحاً لهم، ودعاهم إلى التحلي بالأخلاق والقيم، وترك ازعاج الآخرين وما التفحيطة إلا سلوك دخل، وقد بدا لي من خلال الصور أن عدن قابلة لمثل هذه الحالات، التي يقف لها الجميع بالمرصاد.

في صنعاء (أمانة العاصمة) لم أتابع الحضور الإعلامي المتلفز، لكن المناسبة فرضت نفسها في لقاءات مختلفة، منها حلقة نقاش مع زملاء وزميلات، الكل أجمع على استنكار ما يحدث من تجاوزات تؤدي إلى الضرر، وكيف أن السائقين يتهورون، ولا يباليون بحياة الناس، سواء في الخطوط الطويلة، أو داخل المدن، لاسيما وقد زادت مشاهدة المراهقين ممن يسرقون سيارات آبائهم.

وفي هذه الأثناء حرف أحدهم النقاش، ووجهه صوب المرأة السائقة، ورأى أنها الأفضل، وبقينا نتخيل لو أن السيارات كلها بقيادة النساء، إلى أن طرح أحدنا قضية «خوف المرأة» وتطرق إلى ما قال إنها وقائع شاهدها بأم عينيه، ومنها ما هو مسوم من أناس آخرين أكدوا له صحتها وهي أن المرأة (السائقة) إذا تعرضت لحادثة أثناء قيادتها لسيارتها كان تصددها سيارة أخرى فإن السائقة هذه من الفجعية «تبول»! لكن إحدى الزميلات قاطعتها وتدخلت بقوة وقالت: أنا نفسي أشترى سيارة وأسوقها، وما تتحدثون عنه لقد سمعت مثله كثيراً. تعرفون إلى ما قال إنها وقائع ما قالت زميلتي. لقد قالت إنها تعرضت لحادث في أحد الشوارع فتقدم الناس في المكان وطلبوا منها أن تنزل فرفضت، إلا أنها بعد أن سمعت البعض ينهاها مسوم قائلين «أكيده شخيت، أكيده شخيت، أكيده.. فما كان منها إلا أن قفزت من مكانها لتبين لهم أن لا شيء.

الآن وبعد انقضاء أسبوع المرور أتمنى .. ماذا أتمنى: أسأل الله أن تظل سيارتي معي، وألا أصدق كلام الناس.

وكان يتزكني انتظره في السيارة خارج مبنى الوزارة ويوم الأربعاء الماضي يأتي والدي لأخذني من المدرسة لمقابلة الوزير ساعتها كنت أقول هل هناك أسئلة وبقيت احضر بعض الجمل التي سوف القيها عند مصافحتي للوزير وبقيت متشوقاً لمقابلته ودخلت مع والدي وأخي وعمي إلى مكتب الوزير والكل منتظر خطاب والكل يسأل والدي هذا ابنك خطاب ماشاء الله هذه الكلمات لن تتمحي من ذاكرتي وهيبة الوزير الذي دخل علينا وهو

أخي يساعدي

وبخصوص فوزه بالمسابقة ونوع الأسئلة التي فوزه قال خطاب: المسابقة سهلة ويمكن لأي طالب أن يشارك فيها ولكنها بحاجة إلى سرعة في حل الإجابات وكنت استعين بأخي محمد 12 - سنة طالب الصف السابع اساسي الذي عرفني على أكثر المواقع التعليمية على شبكة الانترنت، هو من أعود إليه وسرعان ما تواجهني مشكلة في استخدام الكمبيوتر وهو من يأتي ويحل هذه المشكلة قبل أن تصعد وتصل إلى والدي. وفوزي اليوم بجائزة مكتب التربية التربية العربي للتعليم الإلكتروني برنامج (واحة) شاركت فيه أكثر من مرة وعرفت الموقع من خلال نافذة في موقع وزارة التربية والتعليم اليمنية ومشاركتي لم تكن بهدف الفوز بجائزة مكتب التربية فقد أشارك في مسابقات كثيرة ولا أتذكر أيا من المسابقات التي فوزتني وكلما أفوز أقيم نفسي بنهاية التمارين واتنافس مع أخي الذي يتفوق دائماً ولكنني هذه المرة تفوقت عليه بشهادة مكتب التربية العربي.

كبرت وتمددت حين شاهدت اسمي في الاخبار في القنوات اليمنية هنا شعرت بعظمة الانجاز والفرحة والفوز.

الجميع يبارك

ولأول مرة أدخل مع والدي وزارة التربية والتعليم والكل يبارك لوالدي بعكس الأيام التي كنت أراقق والدي الذي دائماً ما يصطحبني معه في تغطياته لأخبار التربية والتعليم وبعض الاحيان ارافقته إلى وزارة التربية

بين زملائي في المدرسة واكتب هاتفي والدتي لأنها قريبة مني ودائماً ما ترد على الهاتف بعكس والدي ولهذا جاء الاتصال لوالدي من مكتب التربية السعودية واعطتهم رقم والدي وبالنسبة للمشاركة انا دائماً اشارك مع أخي "محمد" ولم نتوقع الفوز بجوائز مالية وتفاجأت بهذا الفوز الكبير والرائع وقسمت الجائزة المالية مع أخي من يعطيني جهازه المحمول ويعلمني كيفية الدخول الى المواقع الدراسية والتعليمية المفيدة وفرحتي

خطاب وحكايته مع الفوز
يقول الوالد: ان خطاب أصغر الاولاد الثلاثة ترتيبياً وسعاده تمكن في تركه امام الكمبيوتر وقد يبقى لساعات طويلة وهو يلعب دون كلل او ملل رغم اعطائه اثنين من الحاسبات واحد مكتبي وآخر محمول ومع ذلك يتابع الالعب الالكترونية ويجمع مصروفه الخاص بالمدرسة مع شقيقه لشراء (سيدي العاب) أقراص مضغوطة ويبقى امام شاشة الكمبيوتر لساعات حتى أنه تأثر نظره وتم وعرضه على طبيب عيون ونصح بالتخفيف من البقاء طويلاً امام شاشة الحاسب لكن حبه الشديد لممارسة الألعاب الالكترونية وطلبه الوحيد ان يبقى في المنزل وحيداً المهم ان يكون برفقته جهاز كمبيوتر وتكمل فرحته حين يدخل على مسابقات ثقافية مثل (من يربح المليون) وغيرها من المسابقات العلمية والثقافية وتزداد سعاده حين يرتبط بالانترنت.

قسمت الجائزة مع أخي

يقول خطاب عبد الواحد البحري- طالب الصف الخامس اساسي بمدرسة الفتح بمنطقة بني الحارث اهدي فوزي لكل أطفال اليمن ممن يحملون في ادخال تعليم الحاسب الى المدارس والحلمين بمستقبل آمن من الحروب والمشاكل.

وعن فرحتي بهذه المناسبة هو اني كتبت عنوان والدي الذي يعمل في مؤسسة الثورة للصحافة فلنا مني ان هذا العنوان سوف يزيد من شهرتي

التغذية غير الصحية سبب في ضعف الطلاب دراسياً



الرضاعة الطبيعية، كما قالت منظمة الصحة العالمية أن الأمهات يهجن الرضاعة الطبيعية نتيجة أنهم لا يعملون الطريقة الملائمة لطعام أطفالهم أو نتيجة معاناتهم من الألم أو عدم الراحة.

نوع واحد من الغذاء

كما أن مجرد الاعتماد على نوع واحد فقط من الأغذية كمصدر لمعظم وجبات الفرد، ومنها تناول كمية متزايدة من القمح أو الأرز، قد تؤدي إلى تعرض الفرد لسوء التغذية كذلك. ومن المحتمل أن يرجع هذا إلى نقص التعليم حول المكونات الغذائية الملائمة للفرد أو مجرد تناول أو الاعتماد على مصدر واحد فقط للغذاء.

هذا ويتجه الكثيرون إلى الاعتقاد أن سوء التغذية ترتبط اصطلاحاً بالجوع، إلا أنه على الرغم من ذلك، فإن الإفراط في تناول الطعام يمثل عاملاً مساهماً كذلك في الإصابة بسوء التغذية. كما تنتشر بالعديد من المناطق بالعالم الأطعمة غير الغذائية، بالإضافة إلى تزايد أنماط الحياة المستقرة غير المنتقلة. وفي المقابل، أسفر ذلك عن انتشار الإصابة بوباء السمنة العالمي. مما دعا كيلي براونيل، العالم النفسي ببيل، إلى اعتبار تلك القضية «بيئة الطعام السام» والتي أصبح للأطعمة الدهنية والسكريات السبق فيها والانتشار على الأغذية والأطعمة الصحية السليمة. وهنا نلاحظ أن السمنة لا يصاب بها سكان الدول المتقدمة فقط، إلا أن مثل تلك المشكلات تحدث في الدول النامية كذلك.

سوء التغذية المتمثل في نقص اليود يمثل «السبب الحتمي والأكثر شيوعاً وراء الضعف العقلي عبر أرجاء العالم». حتى أن النقص المتوسط من اليود، وخاصة عند النساء الحوامل والأطفال، يقلل من مستويات الذكاء بمعدل 10 إلى 15 نقطة على مقياس الذكاء، مما يقلص من احتماليات تنمية البلاد بصورة لا تحصى. كما أن الآثار الأكثر وضوحاً وحدة - والمتملة في تعطيل الدراق والغداسة (بالإنجليزية -cretinism) والتقزم (بالإنجليزية: Dwarfism) تؤثر على أقلية صغيرة، والتي غالباً ما تقطن القرى الجبلية. في حين يعاني نحو 16% على الأقل من سكان العالم من دراق طفيف، وهو عبارة عن تورم للغدة الدرقية الموجودة بالرقبة. هذا وقد أشارت الأبحاث التي أجريت في المجال أن زيادة الوعي باختيارات الوجبة الغذائية المتكاملة ونشر قائمة مطولة بالعادات الغذائية طويلة المدى لهما أثر إيجابي على سعة الذاكرة المعرفية والمكانية، بالإضافة إلى زيادة قدرة الطلاب على معالجة واسترجاع المعلومات الأكاديمية التي تم تحصيلها.

ممارسات غذائية

الرضاعة الطبيعية قد يؤدي نقص الرضاعة الطبيعية إلى سوء تغذية عند الرضع والأطفال. ولعل أحد الأسباب الكامنة وراء نقص التغذية في الدول النامية يرجع إلى أن متوسط الأسر يعتقدون أن الرضاعة الصناعية (لا لباً ن الصناعية) هي أفضل من

كلما زاد التفاؤل.. قل الكوليسترول

الكوليسترول عبارة عن مادة دهنية أو شحمية صفراء موجودة بصورة طبيعية في الدم مع مواد دهنية أخرى، فهي أساسية في تكوين أغشية كل خلية في جسم الإنسان، ويتكون في الجسم من مصدرين وهو الجسم نفسه عن طريق الكبد الذي يصنع منه حوالي 80%، أو الأغذية التي تتكون من مصادر حيوانية.

والكوليسترول يرتفع عن حده الطبيعي إذا تناول الإنسان كثيراً من الأغذية التي تسبب ارتفاعاً وزياداً الكوليسترول في جسم الإنسان مثل الزبدة، والبيض، واللحوم الدهنية، والكبد، والريبيان والتونة والكافيار والساردين.

وفي هذا الصدد، أكدت دراسة أجراها فريق من الباحثين في جامعة هارفارد الأمريكية في قسم الصحة العامة أن الإنسان الأكثر تفاؤلاً أقل عرضة للكوليسترول الضار عن غيره من الإنسان المتشائم. وأرجع الباحثون السبب وراء ذلك إلى أن الشخص المتفائل يهتم أكثر من غيره بالنظام الغذائي ومظهره وراشقة جسمه، مما يجعله يمارس الرياضة ويتناول الغذاء المفيد ويعتمد عن الأطعمة التي تعمل على زيادة وزنه وبالتالي تضره وتصيبه بالعديد من الأمراض منها الكوليسترول الضار. وفي ذات الجانب، أفادت الدراسات العلمية أن التفاؤل يرفع نظام مناعة الجسم ضد جميع الأمراض، ويرجع عمل الدماغ، ويسبب السعادة والراحة النفسية في الحياة الاجتماعية.

يجب التفكير بمستقبل واعد لشعب واحد ووطن واحد.

عبدربه منصور هادي
رئيس الجمهورية

