دخول المرأة الخليجية في العمل الشرطوي مابين مطرقة «القدرة على الفعل» وسندان «العادات والتقاليد»

جاء اقتراح وزارة الداخلية الكويتية في أغسطس عام ٢٠٠٥ بإنشاء «المعهد التأسيسي للشرطة النسائية» لاستقبال الراغبات في الالتحاق بجهاز الشرطة وتخريجهن برتب للعمل في جهاز الشرطة بحلول العام الدراسي (٢٠٠٦/٢٠٠٧) ليثير العديد من التساؤلات حول مدى ملاءمة طبيعة المرأة كأنثى للعمل في هذا الجهاز، وكذلك أيضًا موقف العادات والتقاليد من هذا الأمر، والهدف من وراء ذلك.

لقد ظل عمل الشرطة مقتصرًا على الرجل قرونا طويلة، رغم وجود محاولات قد بذلت منذ أوائل القرن العشرين لاستخدام العنصر النسائي للعمل في الشرطة.

وقد تفاوتت دول العالم في أسبقية تطبيق نظام الشرطة النسائية نظرًا للظروف المختلفة والخاصة بكل دولة على حدة؛ ففي بريطانيا ألحقت شرطة لندن عام ١٩١٦ عددًا من النساء المدربات تدريبًا خاصًا بجهازها للتعامل مع النساء والأطفال وصغار السن بصفة خاصة، وتنفيذ أوامر القبض على النساء والفتيات وتقديم القضايا الخاصة بهن إلى المحاكم، بالإضافة إلى تفتيش المتهمات ومراقبة السجينات المودعات بالمستشفيات، وإضافة إلى ذلك تشير الإحصاءات الجنائية إلى أنهن ينهضن بدور حيوي يتعلق بالبحث الجنائي، ولهن نشاط ملحوظ في معالجة الجرائم على اختلاف أنواعها وصورها حتى أصبح بعضهن ضمن الفرق والوحدات التي تضمها إدارة سكوتلنديارد كفرق الجريمة الإقليمية وفرق النجاة والقسم الخاص بما يتصل بالمسائل المتعلقة بالأمن القومي كما أثبتن كفاءتهن إلى أن وصل عدد كبير منهن إلى العمل في مجال البحث الجنائي.

كما استعانت الولايات المتحدة الأمريكية منذ بداية القرن العشرين باختصاصات محددة في قسم الأحداث والمباحث الجنائية وقيادة دوريات الفرق، وفي التحقيقات وضبط المجرمين ومطاردة الهاربين وأعمال التنجيم والشعوذة، والتغرير بالفتيات، وتدرس المتدربات بالإضافة إلى القانون والرياضة والتدريبات العسكرية الدفاع عن النفس (كالمصارعة اليابانية والرماية) طرائق التنكر وتقمص الشخصيات والتلاؤم مع الظروف المحيطة بكل قضية.

وقد شهد عام ١٩٤٦ تعيين أول امرأة في الشرطة اليابانية لتعمل في المرور لملاحظة السيارات المنتظرة في غير الأماكن المخصصة لها ولمساعدة أطفال المدارس في عبور الطرق ضمانًا لسلامتهم وتعليمهم آداب المرور ونظمه في المدارس الخاصة. ويوجد الآن عدد كبير من الشرطيات في غرف عمليات النجدة في طوكيو، وفي مجال المباحث ومكافحة اللصوص في عربات القطارات. وبدورها حرصت الدول العربية منذ بداية القرن العشرين على الاستعانة بالمرأة في العمل الشرطي، وتعتبر جمهورية مصر العربية أول دولة عربية دخلت فيها المرأة أجهزة الشرطة النسائية كسجانة عام

١٩٢٠؛ وفي عام ١٩٥٥ دخلت عمل الشرطة كباحثة تخضع لقانون العاملين المدنيين، وطور هذا النظام وألحقت بإدارة البحث الجنائي. وبدأت المملكة الأردنية الهامشية الاستعانة بالشرطة النسائية عام ..١٩٧٣ رغبة في إشراك المرأة في مجال النشاط الاجتماعي. وتقوم الشرطة النسائية بأعمال التحقيق في المحافظات وتوزع على كل قسم شرطة ضابط تحقيق (رئيس قسم) وبعض ضباط الصف والجنود للقيام بأعمال كتابية، كما يقمن بالعمل بالمطارات والمرور وإدارة الجوازات.

وفي منطقة الخليج تعد مملكة البحرين الدولة الرائدة على مستوى دول مجلس التعاون الخليجي، حيث بدأت الشرطة النسائية فيها عام ١٩٧٠، وانحصرت مهمتها في القضايا ذات العنصر النسائي وقضايا الأحداث والدراسات والبحوث الاجتماعية، وتقديم الرعاية الاجتماعية للمراهقين لإبعادهم عن الانحراف والتحقيق في الجرائم، وتعتبر الشرطة النسائية أحدث الأجهزة المتخصصة في الأمن العام كالتوعية الأمنية بين أفراد الأسر، وإلقاء المحاضرات والندوات وتنظيم اللقاءات والزيارات بما يخص رعاية الطفولة والأمومة، بالإضافة إلى دورها الرئيسي في التفتيش واستجواب النساء في عمليات ضبط المخدرات، والإشراف على المسجونات، والعمل ضمن الإدارة العامة للجنسية والجوازات والإقامة وإدارة المؤسسات العقابية والإدارة العامة للتحقيقات والمباحث الجنائية، وهناك متخصصات في التحليل الكيميائي في مختبرات الطب الشرعي. وفي هذا السياق تكمن أهمية دور الشرطة النسائية في مملكة البحرين في ترسيخ دعائم الوظيفة الاجتماعية للشرطة، وقد أقامت الدولة مبنى خاصًا لقسم الشرطة النسائية، كما تم تعيين أول شرطة مرور في أغسطس ٢٠٠٤، وتخريج الدفعة الأولى من الدفاع المدني التابع لوزارة الداخلية في سبتمبر ٢٠٠٥ من المرشحات الجامعيات لرتبة وعددهن ١٢مرشحة كمأموريات ضبط قضائي، وقد أمضين عامًا دراسيًا كاملاً في التدريب، تلقين خلاله المناهج الدراسية والتطبيقات العملية اللازمة والضرورية للقيام بواجبات مهنتهن بكل كفاءة واقتدار، إضافة إلى الدفعة الأولى من شرطة المجتمع، التي يبلغ عدد أفرادها ١٩٠ من جميع المحافظات بينهم ١٥١ من الذكور و٣٩ من الإناث، وذلك بعد استكمالهم جميع التدريبات والبرامج اللازمة لمزاولة عملهن الشرطي، كما تنوي وزارة الداخلية حسب خطتها المستقبلية تدريب ٥٠٠ شرطي مجتمع بواقع ١٠٠ لكل محافظة (بواقع ٢٥٪ إناث و٧٥٪ ذكور)، وذلك على ٥ دفعات حتى استكمال العدد المطلوب في غضون نهاية عام .٢٠٠٦ الجدير بالذكر أن شرطة المجتمع قد وجدت لتحقيق الأمن لأفراد المجتمع المحلي، وكأداة من الأدوات الوقائية من الجريمة وتقليل هاجس الخوف منها، ويجرى حاليا إدماج العنصر النسائي في إدارة الخدمات الطبية.

وفي سلطنة عمان، شاركت المرأة في العمل الشرطي منذ عام ١٩٧٢، وكان دورها في البداية مقتصرًا على العمل في السجون والمطارات، ثم بدأ تدريبها تدريبًا نظاميًا في عام ١٩٧٤، وأصبحت الشرطة النسائية منذ ذلك الوقت جزءًا مكملاً لدور الرجل في العمل الشرطي، وتقوم بالأعمال الإدارية والحاسب الآلي والتحريات والتحقيقات الجنائية وتعمل في إدارة الجوازات والإقامة والجمارك والسجون وأمن المطار، وقد تم تخريج واحد وأربعين فصيلاً من الشرطة النسائية، وأربع دفعات من حارسات أمن المنشآت حتى عام

٢٠٠٥ أما دولة الإمارات العربية المتحدة فقد تولى معهد الشرطة مهمة تدريب الفتيات ممن يرغبن العمل في هذا المجال عام ١٩٧٧، وقد أنشئت مدرسة الشرطة النسائية عام ١٩٧٨، وتعد هذه المدرسة من أهم مراكز التدريب بالإدارة العامة للشرطة، وتاريخها مليء بما قدمته لقوة الشرطة والأمن من عناصر بشرية تؤدي دورها في مختلف مجالات العمل الأمني والشرطي، وتهدف هذه المدرسة إلى تأهيل العنصر النسائي للعمل بجهاز الشرطة وتنمية مهاراته في العلوم الشرطية والقانونية والعلوم المساعدة الأخرى، كما تقوم بعقد الدورات للضباط وضباط الصف من الشرطة النسائية في المجالات التخصصية والعامة وتأهيلهن لرتب أعلى وفق السياسة العامة لوزارة الداخلية، وتعتبر المدرسة وحدة تنظيمية تتبع إدارة التخطيط والتطوير ولها هيكل تنظيمي خاص بها منذ عام .١٩٩٥ وقد بلغ عدد المنتسبات في بداية تأسيس مدرسة الشرطة ٢٥ منتسبة في شهر يونيه عام ١٩٧٩، وبلغ عدد الخريجات من الدورة رقم (١٢) في ١٩٩٦/١٠/٢١ (٥٤)، وارتفع العدد في مطلع الثمانينيات إلى (١٦٠)، ووصل عددهن عام ٢٠٠١ إلى (٢٠) وأكثر من (٢٢) عام ٢٠٠٢، أما إدارة الدفاع المدني في مدينة كلباء في مايو عام ٢٠٠٢، فقد قامت بتدريب العديد منهن على مهمة إطفاء الحريق.

وقد شارك في هذه الفعالية نساء من مركز التنمية الاجتماعية ومركز كلباء النسائي بهدف زيادة الوعي الاجتماعي والوقائي لديهن في موسم الأعراس والأفراح، كما بلغ عدد منتسبات الدورة الرابعة للشرطة النسائية في شرطة الشارقة عام ٢٠٠٤ (٢٣) طالبة تم إلحاقهن بمختلف الإدارات والأقسام التابعة للإدارة العامة للشرطة، وكانت الخريجات قد تلقين تدريباتهن على مدى ستة أشهر بالأكاديمية ومعهد الشرطة التابع لها بالخضيرة. وفي قطر، تم تخريج (١٠٧) من المستجدات من الشرطة النسائية في يوليو ٢٠٠٣ وتدريبهن وإمدادهن بالمعلومات الأمنية والشرطية وتأهيلهن عسكريًا، وتعد هذه المرة الأولى التي يتم تخريج أول سرية نسائية من المتدربات بهذا العدد؛ حيث كان إقبال الفتاة على العمل الأمني في السنوات السابقة لا يتعدى (٣٠) شرطية، ولكن في ظل التشجيع وإتاحة الفرصة والدعم تم تحقيق الإقبال الكبير من حملة الشهادة الثانوية بنسبة بلغت ٤٠٪ من عدد المتقدمات بالإضافة إلى بعض الحاصلات على الشهادات الجامعية. بينما في السعودية فتح المجال أمام المرأة للعمل العسكري في عام ٢٠٠٤، وتعد سميحة درويش هي أول سيدة سعودية ترتدي الزي العسكري مع أربع فتيات أخريات في ٢٠٠٤/٩/٢٥ في قسم جوازات مدينة جدة الذي يرأسه أحد الأقسام النسائية المتنقلة في المناطق والمدن السعودية لخدمة المواطنات والمقيمات الزائرات وإنهاء كل ما يتعلق بهن.

يذكر أن مدير جوازات منطقة الرياض أصدر قرارًا بتعيين السيدة فاطمة العتيبي رئيسة للقسم النسائي في جوازات الرياض، وفي ٢٩ ديسمبر٢٠٠٤ تخرجت الدفعة الأولى من موظفات الأمن السعوديات في جامعة الأمير نايف العربية للعلوم الأمنية بعد حصولهن على دورات تدريبية بهدف تأهيلهن للعمل في كليات البنات، وبلغ عدد الخريجات ١٧ سيدة، حيث سيقمن بتأمين كليات البنات بالمملكة لمنع الاحتكاك بين البنين والبنات، ومراقبة مداخل ومخارج البنات من الكليات وإليها. ولعل اللافت للنظر مما سبق قلة أعداد الفتيات الخليجيات المنتسبات والمتخرجات في مدارس الشرطة على الرغم من

إنشائها منذ سبعينيات القرن الماضي.. ويرجع البعض ذلك إلى الاعتقاد أن العمل الشرطي يتطلب جهدًا ومشقة لا تستطيع المرأة بذلهما نتيجة تكوينها البيولوجي، فضلاً عن العادات والتقاليد التي قيدت خروج المرأة للعمل بصفة عامة، والتي كانت بمثابة قوانين يجب الالتزام بها وعدم الخروج عليها بيد أن ذلك لا ينفي حرص الإرادة السياسية الخليجية منذ السبعينيات على تشجيع المرأة على الدخول في مجالات العمل كافة بما فيها سلك الشرطة للمشاركة في تدعيم مسيرة البناء والأمن والاستقرار من ناحية، وأن اشتغال المرأة في سلك الشرطة يعتبر من مظاهر الاهتمام بعملها ومؤشرًا على التغيرات التي طرأت على القناعات والمفاهيم والثقافة الخاصة بالمجتمع الخليجي من ناحية أخرى، الذي أصبح ينظر إلى وجود المرأة في سلك الشرطة كضرورة اجتماعية، لعدة أسباب، منها:

١- ان جهاز الشرطة يكفل ويحفظ النظام ويحقق الاطمئنان والرفاهية لجميع أفراد المجتمع وركيزة أساسية من ركائز المصلحة القومية العليا في أي مجتمع، حيث تقع عليه مسؤولية تحقيق الانضباط في السلوكين الفردي والجماعي وحماية الآداب العامة.

٢- ان المجتمعات الخليجية تخوض مواجهة حضارية مع العالم الحديث، وتضم هذه المجتمعات عمالة وافدة (رجالاً ونساء) من جنسيات عدة في كل القطاعات والتخصصات مما يترتب على وجودها آثار ثقافية واجتماعية ينتج عنها المساهمة في زيادة معدلات الجريمة والانحراف وارتكاب جرائم الاعتداء على النفس والعرض والسطو على الأموال والسرقة والنصب والتزوير والاتجار في المخدرات، وهو ما يتعارض مع قيم هذه المجتمعات وتقاليدها السائدة، وهذا ما يدعو إلى مشاركة المرأة الرجل في تحمل مسؤولية التصدي لهذه الموجات الانحرافية وتجفيف منابعها.

٣- تراجع المهام التقليدية التي كانت تضطلع بها أجهزة الشرطة فيما مضى، وأصبحت لا تمثل سوى نسبة ضئيلة من المهام التي تقوم بها في الوقت الحاضر؛ حيث لم تعد تلك المهام قاصرة على تحقيق الأمن بمعناه الضيق بل امتدت لتشمل تحقيق الأمن بمدلوله الواسع والشامل بأبعاده السياسية والاقتصادية والاجتماعية وهي الأبعاد التي أصبح للمرأة دور رئيسي في تشكيلها.

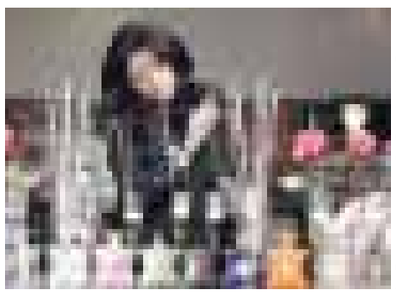
وبشكل عام فإنه رغم الصعاب التي اعترضت ولوج المرأة العربية عامة والخليجية خاصة مجال العمل الشرطي فإن حل هذه الإشكالية وغيرها من الإشكاليات التي تخص المرأة يتلخص في مفهوم جديد هو «القدرة على الفعل»، وهو مفهوم للحكم ليس بين امرأة وأخرى أو بين رجل وآخر، بل الأهم بين المرأة والرجل، فكما أن هناك تفاوتًا في القدرات بين النساء وبعضهن بعضا وبين الرجال وبعضهم بعضا هناك تفاوت أيضًا بين الرجل والمرأة في القدرات، فمن لديه «القدرة على الفعل» يستطيع إنجاز المهام، ويليها إثبات الكفاءة في ظل تحقيق مبدأ «المساواة في الفرص».

وهذا يفرض على المرأة الراغبة في الانضمام للشرطة اجتياز الاختبارات من مهارات بدنية وما يتصل بها من تمارين اللياقة البدنية والرياضية المختلفة

التي تتناسب والمهام المتعلقة بالعمل الشرطي، فضلاً عن المهارات التقنية من استخدام الأدوات والوسائل الفنية التي تمكنها من ممارسة عملها، وأيضا التدريب على اكتساب المهارات السلوكية، بحيث تكون قادرة على التعامل الايجابي والمتوازن مع الأطراف المعنية.

بمبادرة سيدة فرنسية من أصل لبناني

عطور أميركية تروّج للسلام في العالم



يرنو عطر «السلام» الذي أطلقته لوريس رحمة من مدينة نيويورك للاحتفاء به في جيرة الأمم المتحدة، إلى أهداف سياسية واجتماعية.

ولوريس رحمة، مؤسسة مركز «بوند رقم ٩»، جعلت من شوارع وجيرة مدينة نيويورك عناوين عطور قننتها في زجاجات فخمة بألوان مختلفة طبعت عليها ختم المدينة في قطارات تحت الأرض. ومن عطر «وول ستريت» العابق برائحة «المال» إلى عطر «هارلم» المثير، مرّت رحمة بعطورها على جيرة مدينة الصين وإيطاليا الصغيرة وشارع بليكر في القرية الغربية وشارع ماديسون الفخم. فعلت ذلك بنجاح كبير، وها هي اليوم تملك مركزين في شارع ماديسون والقرية الغربية، بعد أن بدأت تجربتها في «٩ بوند ستريت».

الفارق بين عطور الجيرة والشوارع وبين عطر «السلام» هو ما دفعها إلى فكرة تسويق عطر «السلام»، عبر حملة بدأت تستقطب كبريات وسائل الإعلام في العالم.

اكتسبت لوريس رحمة (لبنانية _ فرنسية)، الجنسية الأميركية أخيراً. وهي تعيش في نيويورك منذ أن غادرت باريس، مسقط رأسها. امتهنت منذ البداية صناعة التجميل والعطور، لكن السياسة شكلت جزءاً رئيساً من شخصيتها واهتماماتها. فالشابة التي ترعرعت في ظل الحركة الطالبية في الضفة الشمالية من باريس، وجدت نفسها محط حملة لا تمت إلى شخصيتها بأي صلة. إلا أنها وكونها فرنسية من جذور عربية، اضطرت أن تعيش تحت ضغط الحملة على العرب والفرنسيين بعد إسقاط برجي المركز التجاري العالمي وبعد تصويت فرنسا ضد تخويل الولايات المتحدة شن الحرب على العراق.

أصرت رحمة على دخول الحلبة من باب «الوفاق» بحسب قولها، لأن في «وقف النار وحل النزاعات إغراء من نوع آخر... فهذه المدينة الصعبة دخلت بعد أحداث ١١ أيلول (سبتمبر) مرحلة لم تعرفها من قبل وأصبحت لفترة قصيرة غاضبة وخائفة تريد العقاب. لكن نيويورك تغلبت جزئياً على تلك المرحلة، فأعادت اكتشاف نفسها لتصبح «جمهورية التسامح والتفهم والسلام»، تقول رحمة، «فاستحقت أن ينطلق منها عطر «السلام». عطر يؤكد مرحلة ما بعد ١١ أيلول و«أن السلام جميل، وجميل جداً. لذا قررنا وضعه في زجاجة».

ولأن الهدف من الحملة هو نشر «السلام» بمفهوميه في دول العالم الأجمل، تعهدت رحمة بأن تنقل حلم السلام إلى جميع الشعوب. لذا قررت أن تخصص دولارين من كل زجاجة تُباع في سنة التسويق الأولى من «عطر السلام» للتبرعات، إما عبر إحدى وكالات الأمم المتحدة مثل «اليونيسيف» للأطفال أو من خلال جمعيات ومؤسسات تساعد في صنع السلام.

عطور «بوند رقم ٩» وُلدت في مدينة نيويورك، وهي للنساء والرجال معاً. «فنحن عطر المساواة» تقول رحمة، التي تعمّدت أن تتخذ الزجاجة شكل الجسد، من دون أن يكون بالضرورة جسد امرأة. ولون زجاجة عطر السلام بنفسجي وأبيض وقاعدته من المسك وخشب الأرز.

لوريس رحمة سيدة أعمال جريئة ومغامرة ذكية تعرف عنها براعتها في التسويق الذي أتى لها بجوائز عدة وبتقدير حتى من البيت الأبيض في عهد بيل كلينتون. لكن عطر «السلام» بالنسبة إليها ليس مشروعاً تجارياً عادياً، وإنما مهمة إنسانية كبيرة. فهذا العطر سيوزع في مختلف أنحاء العالم من هونغ كونغ إلى دبي.

ما يجعل لوريس رحمة في منتهى الشغف والتطلع إلى هذا العطر بالذات هو تنشق فكرة السلام في الدول كافة. وهي في غاية الحرص على ضمان استفادة المجتمعات التي تعاني من نقص السلام من مردود العطر عبر تخصيص نسبة من الأرباح لهذه المجتمعات ولأحلامها.

شاي أخضر لجمال نضر

الشاي الأخضر صيدلية متنقلة للجمال الانثوي. يعالج عيوب الجمال ويشكل اكسير شباب البشرة من دون استثناء منذ أن اكتشفه امبراطور صيني بالصدفة قبل آلاف السنين، يوم كان يغلي خادمه الماء بالقرب من نبتة شاي. فطارت ورقة منها وحطت في الماء... وقرر الامبراطور تذوقه.

ويدخل الشاي الاخضر في مكونات معظم مستحضرات التجميل، منعماً ومرطباً ومقوياً ومنظفاً... كما يتحول عنصراً منحفاً، او على الأقل يسهم في ضمان النحافة متى ترافق وحمية غذائية ملائمة.

فالشاي الاخضر بقي لسنوات عدة مقتصراً على محبي نكهته الفريدة والمميزة قبل ان يتحول عاملاً اساسياً في غالبية مستحضرات التجميل، في أعقاب اكتشاف فوائده الجمالية للإعتناء بالبشرة والجسم في آن واحد والحفاظ على جمالهما الدائم.

من تنظيف الوجه، إلى الماكياج والعطر ووسائل ترطيب بشرة الجسم ككل، إنه موجود أينما كان نظراً إلى الشهرة التي لاقاها بين المختصين بابتكار المستحضرات التجميلية.

فالشاي الأخضر غير المخمر يحتوي على الذرات الأساسية التي تحتويها النبتة الأصلية، ومن أبرزها العنصر القوي المضاد للتأكسد والفيتامين A و C، إذ ان ورقة واحدة منه تحتوي على كمية مماثلة من الفيتامين C الموجود في حبة كاملة من البرتقال. ويتميز هذا الفيتامين بأنه يؤثر مباشرة في البشرة فيحسن إشراقها ولونها في شكل سريع.

وتحتوي هذه النبتة أيضاً على مجموعة من الأملاح المعدنية إضافة إلى الكالسيوم والبوتاسيوم والزنك والنحاس والمانغانيز، فتجتمع كلها لتنشط تجدد خلايا البشرة وتخفف احمرار الوجه مع تقوية الغلاف الخارجي الذي يحميه.

فالشاي الأخضر يستعمل في الصابون السائل الخاص بـ «الدوش» الذي ينشط وظائف الجسم صباحاً بعد الليل الطويل، كما أنه يظهر في الشامبو ليلمع الشعر ويكسبه حيوية. أما في كريم النهار فإنه يشكل حماية مثالية ضد التلوث والإعتداءات الخارجية، من أشعة فوق بنفسجية وغيرها.

وهو يشكل أيضاً مرطباً مثالياً لكل الجسم، إذ إنه يتعاون مع النعناع والحامض الأخضر ليلف الجسم بلفحة من الإنتعاش لا مثيل لها، ناهيك بأنه ينشط عمل خلايا البشرة ويقوي مقاومتها لاعتداءات الجذريات الحرة التي تسرع في ترهلها وظهور التجاعيد عليها. ويلعب دوراً فعالاً في تهدئة البشرة الحساسة، متى اجتمع مع طحالب البحر ومائه.

وقد لجأ إليه اختصاصيو التجميل لاستعماله في مستحضرات إزالة الماكياج لأنه يضفي برودة ملموسة عليها، ولا سيما في فترة الحر الشديد. كما أنه يستعمل في الكريم الخاص بمحيط العين ليحمي هذه المساحة الحساسة التي تتأثر فوراً بالتلوث والتعب وتظهر عليها التجاعيد، إضافة إلى مستحضرات التجميل بحد ذاتها من ظلال العين واحمر الوجنتين والماسكارا و «الفون دي تان» وغيرها.

أما الصناعة الصيدلية فأفادت منه في معجون الأسنان، إذ إنه مضاد للبكتيريا والإلتهابات ويمنع نمو البكتيريا المسؤولة عن تسوّس الاسنان، كما أنه غني بالفليور ويعالج مشاكل اللثة.

وهو يكفل النحافة المطلوبة عبر قدرته على تذويب الدهون بفضل نسبته العالية من الكافيين التي تسهم بفعالية في جعل الخلايا تتخلص من المادة التي تخزن الدهون كما الجسم من مأنه. وهو مضاد ممتاز للتعب الذي يرافق عادة الحميات الغذائية المنحفة بفضل نسبته العالية من الفيتامين C . ولم يكتف الشاي الأخضر بهذا القدر، لا بل دخل أيضاً في تصنيع العطور التي يضفي عليها نفحة حامضة مميزة، فيلائم النساء كما الرجال على حد سواء.

وهو، منذ أن وقع بالصدفة في كأس الماء المغلي الذي كان أمام الأمبراطور الصيني «تشانغ نانغ» Cheng Nung، لم ينفك يكشف ميزاته الفريدة، الواحدة تلو الأخرى في العالم الغربي بعدما انحصرت شهرته بالصين واليابان لمئات السنين.

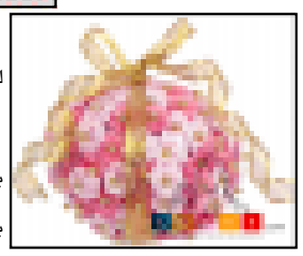
ويقول الخبراء في هذا الاطار ان الكتب الصينية القديمة ادرجته في وصفات طبية عدة وأتت على ذكره كوسيلة فاعلة لمحاربة الامراض منذ اكثر من اربعة آلاف سنة.

وهو اثبت في الطب الحديث انه يحمي من امراض السرطان نظراً الى قدرته على القضاء على الخلايا السرطانية من دون الحاق الاذى بالأنسجة السليمة.

وهو يخفض نسب الكولسترول السيئ فيما يرفع نسب الكولسترول الجيد، كما يحمي من امراض القلب، اذ يمنع تكوّن جلطات الدم في شكل ملحوظ.

لمسة أنيقة مع كرة الزهور

الموضوع: لمسات فنية
لمسة أنيقة لمنزلك ,, لحفلتك
,,كرة زهور بألوان رائعة
مزينة بشرائط الأورجنزا والساتان وحبات اللؤلؤ ,,
إستخداماتها متنوعة ,,,
نفذيها وابدعي في تصميمها
وطريقة عرضها سواء على طاولات العشاء أو تعليقها في الأسقف !!
تحتاجين من أجل تنفيذ هذا العمل إلى :
كرة



ورود صغيرة
خرز ذهبي اللون أو حبات لؤلؤ او كريستال
شرائط اورجنزا ذهبية
صمغ
ثبتي الورود على الكرة بواسطة الصمغ ومن ثم ثبتي بداخلها الخرز وقومي بلفها بشرائط الأورجنزا

ثمن العنف .. بحث ميداني لملتقى المرأة

يعتزم ملتقى المرأة للدراسات والتدريب تنفيذ بحث ميداني بعنوان(ثمن العنف) في اليمن، ستعرض نتائجه خلال ندوة موسعة تعقد بصنعاء بعد شهرين، كما سيتم فيها الاطلاع على ما أنجزته الواعظات والخطباء خلال هذه الفترة.

وكان الملتقى قد نظم خلال الأسبوع المنصرم دورة لثلاثين من خطباء المساجد، ينتمون لمحافظات صنعاء- تعز- عدن- حجة- إب- ضمن برنامج عمل(حقوق النساء في الاسلام)، في مرحلته الثانية التي يتولى تنفيذها الملتقى منذ سنوات.

وتلقى المشاركون في الدورة التي عقدت بتعز، عدداً من المحاضرات ألقتها د. منى طلبة أستاذ تفسير القرآن وأحكامه بجامعة القاهرة، وتركزت المحاضرات حول:

١) مفهوم حقوق النساء في الاسلام.

٢) حق المساواة، التعليم، العمل، المشاركة السياسية والاجتماعية.

٣)المعوقات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية أمام حقوق النساء.

٤) دور النساء في تعزيز المسار الديمقراطي.

٥) عمل خطة استراتيجية لتفعيل دور النساء.

جمال العنق

العنق عضو مهم في جسم المرأة،ولابدوأن يحظى بالعنايةوالإهتمام من تنظيف وتدليك وتجميل،ولإكتمال جمال الوجه والإهتمام به وظهوره بصورة شابة نضرةلابدمن تجميل العنق لإنه العضو المكمل والمتصل بالوجه..

فوجه جميل لايعني شيئاولايظهر جماله أصلا مع عنق مترهل حيث يغلب عدم جمال العنق في ظهوره على جمال الوجه..

ويعتمدجمال العنق على :

مدى الإهتمام به وتدليكه وترطيبه بالكريمات المرطبة..

الجلسة غير الصحيحة تؤثر تأثيرا بليغا على جمال العنق ،بأن تجلس المرأة منكبة على وجهها وتغرس بذلك عنقها بين كتفيها مما يتسبب في تهدل جلد العنق والذقن المزدوجة مما يسبب الحزوز في العنق والتكتلات الشحمية .

كما تؤثرالمشية الصحيحة بجعل القوام مشدودا وليس مترهلا ولامتمايلا اثناء المشي ، كما يجب ان يكون العنق مرتفعا لأعلى من اجل التمتع بعنق طويل شاب وايضا لسلامة العمود الفقري..

يساعد على صلابة العنق بالتهدل ايضا والتعود على النوم فوق وسادة عالية ومحشوة بحشوة قاسية..

خير علاج لعنق وظهر متعب هو النوم مستلقية بدون وسادة على ظهرك فوق سرير مسطح الفراش بدون سست والنوم بدون وسادة تحت الرأس.

لاترهقي عنقك بلبس السلاسل الذهبية على الدوام لإن الذهب مع العرق والغبار يسبب اسوداد الجلد بفعل عملية التأكسد ..

لابدمن الإهتمام بنظافة العنق مرة يوميا بالماء والصابون بليفة خشنه وليست اسفنجية لتدليك العنق .

لاتعمدي على ترطيب عنقك بالماء فقط بل يلزم دعكه يوميا.

بعد دعك العنق عليك بتجفيفه بمنشفة وتدليكه بها لتحريك الدورةالدموية .

لابد من تعويض العنق بالمادة الدهنية المفقودة عن طريق دهنه بالكريمات المرطبة.

فطائر مشكلة

المكونات

١/٤ ك سكر_
١ ك ماء دافيء _
م/ك خميرة جافة
١/٢ م/ص ملح _
١/٣ ك دهن أو زبدة ١/٣
١/٢ ٤ ك دقيق
١ بيض
٢/ م ك حليب بودرة

الحشوات:

١- حشوة الطماطم والدجاج

(صلصة طماطم / تابسكو/ زعتر + شرائح دجاج مسلوق ومنسل / فلفل ألوان)

٢- حشوة الفلافل

(فلافل مهروسة / ملح / فلفل / سلطة طحينة / سلطة خضراء)

٣- حشوة السبانخ

(سبانخ / بصل أخضر/ بصل مفروم / زعتر / شبت / عصير ليمون / ملح / فلفل / بشر ليمون / زيت)

٤- المحمرّة

(صلصة طماطم / طحينة/بقسماط/ عصير ليمون/ زيت زيتون/ جوز مطحون/ شطة/ملح /فلفل)

٥- سلطة الدجاج

(دجاج مسلوق ومنسل / Soure Cream/ ملح / فلفل/ / فلفل ألوان مقطع مربعات)

الطريقة:

– يضاف نصف مقدار الماء أو الحليب على الخميرة.

– في العجان يتم خلط الدقيق والزبده والسكر والملح ثم يضاف الماء بالتدريج حتى يتداخل المزيج معاً لمدة ٣-٤ دقائق.

تترك العجينة لترتاح لمدة ٢٠ دقيقة

– ترش الطاولة بقليل من الدقيق وتفرد العجينة ثم تقطع لدوائر مثل البيتزا الصغيرة وتحشي بمزيج الموزاريلا والفلفل الألوان والزيتون.

– تقطع العجينة لدوائر ثم ترش بالماء ليسهل غلقها

– تحشي بحشوة الفلافل ثم تغلق الدوائر ويضغط على الحواف باستخدام الشوكة.

– تحشي بحشوة السبانخ وتغلق كالمثلث مع ترك الجزء الأوسط مفتوح قليلاً.

– يتم دهان الفطائر بالبيض المخلوط مع قليل من الحليب.

– تترك العجينة لتتخمر لمدة ٣٥ دقيقة في درجة حرارة الغرفة ، ثم تخبز في فرن متوسط الحرارة ١٨٠ درجة مئوية ولمدة حوالي ١٢ دقيقة.

ملحوظة:

يتم إضافة القليل من الدقيق أو الماء حسب احتياج العجينة حتى تتماسك وتصير لينة الملمس.

– يمكن حشو العجينة بالHot Dogs / جبنة الموزاريلاأو العكاوي مع الزعتر/ لحمة معصجة مع اللبنة / جبنة موزاريلا+ زيتون أخضر وأسود + قطع طماطم مكعبات.

– تغلق الحشوات بأشكال مختلفة لتميزها