14 أكتوبر
الخميس 24مايو 2007م - العدد(13766)

القوات المسلحة والأمن دور رائد في مسيرة النضال الوطني والانتصار لإرادة الشعب في الثورة والوحدة والديمقراطية

علي عبدالله صالح رئيس الجمهورية القائد الأعلى للقوات المسلحة

بمناسبة اليوم العالمي للامتناع عن التدخين

التدخين يسبب أنواعاً عدة من السرطانات

المدخن يفقد (8) سنوات من عمره ....!!

يُصادف الـ (٣١) من مايو الجاري اليوم العالمي للامتناع عن التدخين، الذي يُعد ظاهرة عالمية منتشرة في دول العالم كافة، فربما وصل عدد المدخنين إلى الملايين من مختلف الأعمار والمستويات الاجتماعية وتحوّلت صناعة السجائر إلى صناعة اقتصادية تدر المليارات على الشركات المنتجة وتوظف آلاف العمال في زراعة التبغ وصناعة السجائر.

ومن هذا المنطلق، فإنّ هناك عدداً من التعاريف المهمة التي يجب علينا معرفتها والمتعلقة بظاهرة التدخين منها :

إعداد : أثمار هاشم

التبغ :

وهي المادة التي تدخل في صناعة السجائر وهي عبارة عن نبات من نوع الأعشاب الحولية يعود أصل نشأته إلى أواسط القارة الأمريكية تكون ثماره على شكل علب صغيرة تحتوي على عدد كبير من البذور الصغيرة أما أوراقه فتحتوي على مواد كيميائية متعددة كالنيكوتين.

التدخين :

عملية تقطير إتلافي للتبغ تنتج عنها مواد سامة متعددة.

دوافع التدخين :

تختلف الدوافع التي تدفع الأشخاص للتدخين من شخص لآخر ومنها :

(١) التقليد : عادة ما يبدأ الأشخاص بالتدخين للمرة الأولى تقليداً لآخرين يعرفونهم من الأهل أو الأصدقاء.

(٢) إثبات الذات : يلجأ بعض للتدخين محاولة منهم للفت الانتباه على نضجهم ودخولهم مرحلة جديدة من الحياة.

(٣) الشعور بالمتعة : غالباً ما يشعر المدخنون بالراحة بسبب تذوق السيجارة وتولد داخلهم إحساساً بالمتعة يستطيعون من خلاله نسيان مشاكلهم.

أضرار التدخين

أثبتت الدراسات وعلى مدى سنوات طويلة أنّ التدخين ينجم عنه أضراراً جمة، وفي نواح متعددة من الحياة، إلا أنّ أهم تلك الأضرار المتعلقة بالنواحي الصحية، فلقد وجد أنّ التدخين يسبب أنواعاً عديدة من السرطانات منها سرطان الرئة، الفم، اللسان والمريء وضعف قدرة عضلة القلب على ضخ الدم مما يعرض للإصابة بهبوط في القلب وفشل في أداء القلب للمهام الحيوية كما يعمل كذلك على ارتفاع ضغط الدم، كما يؤدي التدخين المزمن كذلك على ضعف قدرة الكلى على تصفية الدم من السموم وكذلك ضعف وضمور الجلد بسبب تقلص شرايين الجلد المغذية له مما يعني ضعف وقلة وصول الغذاء والأوكسجين اللازم للجلد والضروري لنموه وحيويته، كما يؤثر التدخين كذلك على حاستي الإبصار والسمع نتيجة انقباض الأوعية الدموية، إضافة إلى ذلك يسبب التدخين ضعفاً جنسياً لدى الرجال، أما في النساء فيسبب ضعف القدرة على التناسل والإنجاب، وكذا الإصابة بسرطان عنق الرحم، أما النساء الحوامل المدخنات فقد وجد أنّ التدخين يعمل على زيادة احتمال الإجهاض المبكر أو الولادة المبكرة، بالإضافة إلى ضعف نمو الجنين جسمانياً وعقلياً على جانب إصابتهم بالربو وبمختلف أنواع الحساسية الجلدية، وإلى جانب ذلك فلقد وجد أنّ الأضرار الصحية للتدخين لا تكون مقتصرة على المدخنين فقط، بل تمتد لتشمل غير المدخنين (التدخين السلبي)، كما أنّ التدخين يكون سبباً في حدوث أضرار بيئية تمثل في تلوث الهواء بدخان السجائر الذي يحتوي على مواد سامة، وكذا الحرائق التي تحدثه أعقاب السجائر المشتعلة، أما الأضرار الاقتصادية الذي يسببه التدخين فيتمثل في إنفاق المدخنين المال لشراء السجائر التي تعود عليه بالضرر أكثر مما تفيده وتحرم أسرته من ذلك المال، وفيما يخص الأضرار الاجتماعية، فإنّ المدخنين يكونون أكثر عرضة للإصابة بالأمراض وقرض تكاليف علاج تبقي الأسر في مستوى مادي متدنٍ.

حجم المشكلة ومعالجتها

إنّ مشكلة التدخين أكبر بكثير مما قد تصفه الكلمات التي قد تدفع بعض إلى عدم التصديق عن مدى ضرر التدخين على حياة المدخن، ولكن الأرقام قد تكون أبلغ تعبيراً في وصف حجم مشكلة التدخين فيكفي أن نعرف أنّ التدخين يفقد المدخن (٨) سنوات من عمره وتبلغ حجم تجارة السجائر في العالم سنوياً ما يقارب (٤٠٧) مليارات دولار، فيما يموت (٥) ملايين شخص حول العالم بسبب التدخين، أما التدخين السلبي، فإنه يقتل (٣٠٠٠) حالة سنوياً في الولايات المتحدة فقط نتيجة إصابتهم بسرطان الرئة، وفي تقرير لمنظمة الصحة العالمية وكشف آخر إحصائيات التدخين على المستوى العالمي أظهر أنّ مناطق دول شرق البحر الأبيض المتوسط من أكثر المناطق المستخدمة للتبغ ومنتجاته وتشمل هذه المنطقة حسب تقسيم المنظمة دول شمال أفريقيا ودول شبه الجزيرة العربية، بالإضافة إلى بعض الدول الآسيوية وأظهر التقرير أنّ التدخين أكثر انتشاراً بين رجال تونس حيث تصل نسبته على ٦١,٤٪ يليهم رجال اليمن في حين أنّ اقل نسبة انتشار كان بين رجال سلطنة عُمان، أما عن انتشار التدخين في أوساط النساء فيشير التقرير إلى أنّ أعلى نسبة للتدخين كانت بين نساء اليمن حيث يدخن ٢٩٪ من النساء لتبلغ نسبة تدخين الرجال على النساء ٢ : ١، أما في الإمارات فتبلغ النسبة ذاتها ٢٤ : ١، وفي البحرين ٢٢ : ١، وفي الكويت ١٢ : ١، وفي الأردن ١٦ : ١، وفي المغرب ٢٠ : ١ وفي إيران ١٠ : ١، والتدخين في أوساط الشباب فكانت أعلى نسبة انتشار بين شباب الكويت وأقلها بين شباب البحرين وبين الشابات فكانت أعلى نسبة انتشار في الأردن وأقلها في البحرين.

إنّ الحل الأمثل لمكافحة ظاهرة التدخين يتمثل في نشر الوعي بين الناس عن أضراره بوصفه خطراً يهدد حياة الجميع، وكذا إصدار القوانين التي تتعلق بمنع التدخين في الأماكن العامة والصرامة في تطبيقها وينبغي لنا الإشارة هنا إلى أنّ ايرلندا تعتبر أول دولة في العالم تطبق حظراً على التدخين في الحانات والمطاعم وأماكن العمل المغلقة، وقد كان ذلك عام ٢٠٠٤م وتبعتها كل من إيطاليا والسويد واسكتلندا بوضع تشريعات مماثلة، أما في فرنسا فقد اصدر مرسوماً اعتبر سارياً من فبراير ٢٠٠٧م بمنع التدخين في الأماكن العامة والمغلقة والمسقوفة.

أما على المستوى المحلي فلقد أصدرت بلادنا قانوناً عام (٢٠٠٥م) بشأن مكافحة التدخين ومعالجة أضراره منوهاً بأنّ التدخين لا يقتصر على السجائر فقط، بل يشمل كذلك الشيشة والشمة وغيرها مما يحتوي على تبغ عام أو مصنع كما نص القانون على حظر التدخين في الأماكن العامة كالمدارس والجامعات والمستشفيات ووسائل النقل الجماعية العامة، وكذا داخل مباني الوزارات والمؤسسات والهيئات الحكومية والمختلطة، وعلى الرغم من هذا فإننا قلما نشهد تطبيقاً لهذا القانون فما زلنا نرى المدخنين يدخنون في كل مكان ومع هذا فإنّ هناك وعياً بدأ بالظهور بين بعض الأفراد الرافضين للتدخين في الأماكن العامة.

فمتى يدرك المدخنون أنّ حريتهم تنتهي عندما تبدأ حرية الآخرين وإن كانوا اختاروا طريق الموت البطيء فمن حق غيرهم من غير المدخنين أن يحافظوا على صحتهم وسلامتهم.

نافذة

اليوم العالمي للامتناع عن التدخين

تحتفل شعوب العالم كافة بهذا اليوم العالمي للامتناع عن التدخين.. ولكن كل دولة تستقبل هذا اليوم بطريقتها أي أنّها تتنافس وتتسابق على إظهار كيفية القضاء على هذه الآفة.. ولا يختلف اثنان بأنّ التدخين آفة قاتلة ومضرة بالإنسان والمجتمع والبيئة.

الكثير من الدول حددت استراتيجية معيّنة بحسب القرارات التي تصدرها حكوماتها خصوصاً في المجالات التي تضر بالصحة والبيئة وفي مقدمتها (التدخين).. معظم تلك البلدان حددت أماكن معيّنة لمنع التدخين مثل الأماكن المغلقة وصالات الرياضة ومرافق العمل ووسائل المواصلات والمدارس والمطاعم وأصدرت الهيئات المختصة بشؤون البيئة هنالك عقوبات لمن يخالف ذلك.

ونجحت هذه التجارب من خلال التوعية بأضرار هذه الآفة وأصبحت معظمها (أي تلك الدول) خالية من مظاهر التدخين.. في إحصائية سريعة لما يسببه التدخين.

فقد بيّنَ أنّ عدد المدخنين في العالم يقدر حالياً بما يقارب ١,٣ بليون مدخن، بينهم ٨٠٠ مليون فقط في دول العالم الثالث ويسبب التدخين ما يقارب خمسة ملايين وفاة سنوياً.

كما حذرت دراسة علمية حديثة من التدخين السلبي الذي يعتبر من أهم مسببات سرطان الرئة عند غير المدخنين.

نتمنى أن تكون هناك توعية جادة وتجاوباً أكثر جدية في مسألة الحد من عملية التدخين في بلادنا، وأن يفعل القانون الخاص بمنع التدخين على الواقع.

وكل عام وبلادنا خالية من الأوبئة.

ألطاف
Eltaf2008@yahoo.com

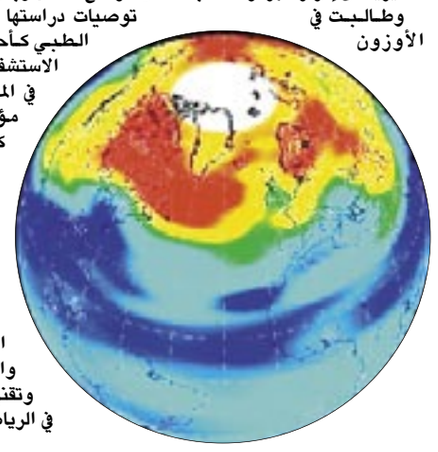
أخبار بيئية

الأوزون مفيد للرياضيين

أكدت دراسة مصرية أجريت عن فوائد غاز الأوزون الطبي في علاج الأمراض عامة والرياضيين إذ تبين أنه يخفض «حمض اللبن» المسؤول عن الإجهاد وآلام العضلات وضعف الأداء. كما أنه يزيد من نسبة الاكسجين المتاحة لأنسجة الجسم ويزيد من انتاج مادة «الانيوسين ثلاثي الفوسفات» التي تقوم بزيادة الطاقة في الخلايا وسرعة الاستشفاء عقب المجهود.

وأشارت ريهام حامد عبدالخالق التي قامت بالدراسة إلى أن الغاز يقوم أيضا بتقليل حدوث التورم والكدمات والآلام عقب الإصابات ويرفع من مناعة الجسم عن طريق زيادة إفراز مادة «الجاما أنترفيرون» ومادة «الانترليوكين ٢» كما أنه يزيد من إفراز الهرمونات البناءة الى الوضع الأمثل وبطريقة طبيعية.

وطالبت في توصيات دراستها بضرورة استخدام الطبي كأحد وسائل اعادة الاستشفاء وكأسلوب حديث في المجال الرياضي مؤكدة أهمية وجود كبائن الأوزون المتخصصة في النوادي ومراكز التدريب لرفع كفاءة الرياضيين. كما طالبت بالاستعانة بمراكز الأوزون المتخصصة والأطباء لتحديد وتقنين الجرعات اللازمة في الرياضات المختلفة.



الجفاف يهدد الإنسان والأرض في الصين

الجفاف ألحق أضرارا بملايين الهكتارات الزراعية في الصين (الأوروبية- أرشيف)

يهدد الجفاف ملايين الهكتارات والأشخاص في أقاليم شمال الصين التي شهدت هذه السنة ندرة في الأمطار وارتفاعا في درجات الحرارة.

وقالت وكالة الأنباء الصينية (شينخوا) إن هذا الجفاف ألحق أضرارا جزئية أو كلية بـ١١ مليون هكتار من المحاصيل، ويهدد بالعطش ٤,٨ ملايين شخص وعددا كبيرا من الماشية.

وأكدت الوكالة أن إقليم هينان -أكبر المناطق الزراعية بالبلاد- هو الأكثر تأثرا، حيث انخفض معدل سقوط الأمطار منذ مارس/آذار بنسبة ٧٠٪ عن المتوسط خلال العامين الماضيين، ولا يتوقع سقوط أمطار كثيرة هذا الشهر.

وأضافت (شينخوا) أن ١٥٧ خزانا و١٨٦ ألف بئر بمنطقة نينجكسيا شمال غرب البلاد قد جفت.

وفي إقليم هيبي -وهو منطقة أخرى رئيسة لزراعة القمح والذرة- جف أكثر من ٢٠٠ خزان وتعرض ١,٨٧ مليون هكتار من الأراضي الزراعية لأضرار.

وكان مسؤول كبير بالأرصاد الجوية قد حذر الأسبوع الماضي من احتمال أن تواجه الصين مناخا أشد قسوة مثل الأعاصير والفيضانات والجفاف هذا العام أكثر من أي وقت في العقد الماضي بسبب ارتفاع حرارة الأرض.

وشهدت أجزاء من جنوب غرب الصين في الصيف الماضي أسوأ جفاف منذ أكثر من قرن.

في ظل الوحدة المباركة .. تعظيم سلام لأهل المياه

مياه عدن مستقرة .. ورضا الناس يتعاظم !

ونحن نعيش في خضم احتفالات بلادنا بالعيد السابع عشر للوحدة اليمنية المباركة، لابد لنا أن نسترسل ولو قليلاً في سرد بعض الإنجازات الملموسة في مجال المياه والصرف الصحي بمحافظة عدن التي لها وقعٌ ملموسٌ في حياة كل مواطن سواءً بشكل مباشر أم غير مباشر، وذلك انطلاقاً من أنّ هذا المورد الحيوي المهم يدخل في حفظ الحياة واستمرارها وحفظ الحياة بشكل عام.

نعمان الحكيم

ولكي نسترسل في رصد بعض الإيجابيات التي استطاعت مؤسسة المياه والصرف الصحي في عدن من تحقيقها واستحقت بها تقدير واحترام الناس، هو استمرار تدفق المياه إلى المنازل حتى في المواقع العالية والجبلية، بعد أن كنّا قد عشنا سنوات سابقة ضاقت بها منازلنا من جراء التخزين للمياه بوسائل مختلفة، حتى صارت البيوت أشبه بدكاكين ممتلئة بأواني مختلفة تحفظ الماء.. وهي ضرورة كان لابد من أن تحدث، وإلا فالعطش هو البديل!

كما أنّ من الأمور الباعثة على الاحترام والتقدير هو مسألة إصلاح الأعطال والنزول السريع لإصلاحات كبيرة في مرافق ومؤسسات الدولة وفي المدارس والمنشآت التعليمية والجامعية.. ما يعني أنّ المؤسسة قد تجهزت مؤخراً بمعدات حديثة للشق والسفلتة والترميم الذي يفضي إلى اطمئنان واحترام الناس، من منظور أنّ أي مؤسسة مناط بها أداء خدمات للناس على أكمل وجه، وإلا فما فائدة وجود الكم الكبير من الكادر العامل فيها!!

وبهذا .. كان لابد من حفر آبار عديدة تدعم بتعزيزاتها الحقول القديمة، لكي لا تجف، ولكي لا تحدث الكارثة.. ونعلم حجم المسؤولية في حفر آبار وإيصال الخدمة إليها ومن ثم ربطها بشبكة النقل التي تقوم بتوزيع المياه لكل أحياء المدينة، وعلى مراحل متعددة في اليوم الواحد.

واستطاعت المؤسسة أن ترفد ميزانية الدولة بملايين الريالات التي تحصل من قيمة المياه، على الرغم من المعاناة التي يتسبب في عدم الإيفاء بها بعض (الكبار) الذين يغتصبون الثروة من ناحية، و لا يسددون ما عليهم من أموال كبيرة أو من جراء حفر الآبار العشوائية تجاوزاً للقانون والقيم والأخلاقيات المرعية منذ عهود سابقة.. كل هذا يشكل هماً وغماً للمؤسسة .. نأمل لها أن تخرج منتصرة عبر القانون ولا شيء غيره!!

إنّ التنامي المطرد والملموس لأعمال المؤسسة العامة للمياه والصرف الصحي في عدن، إنّما يعود لكفاءات بشرية صقلتها الخبرة والتجربة، كيف لا.. وعدن لها الفضل الكبيرة في (أنسنة) الناس وجعلهم نافعين مخلصين وهذا ما جعل المؤسسة تفخر بخبرائها المجربين وكذا مهندسيها وعمالها بشكل عام.. ولا ننسى أنّ الدور القيادي لقيادة محنكة تقود هذه الكفاءات إنما يكون هو الفيصل في هذه الأمور.. ومن دون جدال!

لقد أدى الأخوان المهندسان : عبدالله عبدالفتاح الجنيد وحسن سعيد قاسم دوراً مهماً في جعل المؤسسة من أهم المرافق المستقرة والناجحة، وذلك لتقبلهما النقد والرأي المفيد.. كما أنّ مكتبيهما مفتوحين لكل الناس، وتجد مكاتب المؤسسة كخلية نحل لا ينقطع الناس عن التوافد إليها ومن ثمّ معالجة مشاكلهم اليومية التي قد تبرز هنا أو هناك!

لذلك نسجل لهما شكرنا وتقديرنا ولكل المشتغلين في مؤسسة المياه والصرف الصحي في مناسبة غالية كهذه، ونشد على أيديهم ليكونوا عند هذا السمو والرفعة بل وأكثر.. ونقول في ختام الكلام :

المياه حياتنا كلنا وأنتم بيدكم، بعد الله سبحانه وتعالى، استمرار هذه النعمة، فتذكروا ذلك لتكسبوا حب الناس أكثر فأكثر.. ولكم الصحة والعافية على الدوام!

ملاحظة أخيرة :

لابد من أن نقول هذه الملاحظة وهي لا تؤثر على ما قلناه سلفاً بل على العكس تعزز من حسن الأداء والثقة أكثر فأكثر.. ألا وهي متابعة عمل الساعات (العدادات) الجديدة ماركة (صيني / سعودي) فبعضها يعمل بشكل غير معقول.. وأنتم بيدكم وعقولكم تقدرون ذلك!

التدخين للمرة المليون

نعم سنتكلم عن التدخين للمرة المليون أيضاً، ولما لا.. ما دام التدخين آفة كبيرة منتشرة في كل أرجاء المعمورة، والدول النامية هي الأكثر ضرراً من ظاهرة التدخين، فالشركات العالمية المنتجة للتبغ والتدخين بأنواعه وأشكاله المختلفة والمغرية، لها تأثير فاعل على شعوب الدول المقهورة وهي لا تفتأ تسحب ما تبقى لديها من نقود في جيوبها، وهذه الشركات بما تصنّعه من دخان وسجائر فيها من القطران والنيكوتين والمواد الكيماوية السامة الأخرى الداخلة في صناعة التبغ والسجائر ما يسبب كثيراً من الآفات والأمراض الخطيرة على الإنسان كسرطان الرئة والتهاب اللثة وسرطان الفم وسرطان المريء وضغط الدم العالي وسرطان القولون وسرطان عنق الرحم وكل هذه الأمراض تصيب الأطفال والشباب والكهول والنساء المتعاطين للتدخين والتبغ، بل أنّ التدخين السلبي أو الدخان الذي يستنشقه الأشخاص المجاورين للمدخنين له أيضاً من الضرر ما للمدخنين أنفسهم، لهذا ترانا نرفع شعارات :

"الامتناع عن التدخين حفاظاً على صحتك وصحتي" أو دخن كل يوم .. إلا هذا اليوم" ونحن ندعو مع دنو اليوم العالمي للتدخين كل المنظمات الدولية والشركات العالمية البحث عن السبل الكفيلة بتضييق إنتاج التبغ من السجائر وأن يبحثوا عن سبل أخرى للتمويل والربح، فالسجائر صناعة لا فائدة منها، ولكن أرباحها مغرية وكبيرة، لذا لا يهم الشركات الكبيرة المنتجة للتبغ صحة الإنسان بقدر ما يهمها ما تدر من أرباح وفوائد لهذه الصناعة الغريبة التي تضر ولا تنفع وتجر العالم إلى الفقر والمجاعة والأمراض القاتلة.. فإذا كانت مهمة المنظمات العالمية صحة البيئة وصحة الإنسان وتحسين مستوى المواطنين وفئات المجتمع في كل أنحاء العالم، فلماذا لا تزال صناعة السجائر صناعة رائجة وتغزو جميع أنحاء العالم بل أنّ هذه الصناعات تموّل الأندية الرياضية وبعض المجتمعات لتغطية ما تصدره من أمراض وتلوث للبيئة.. والأجدى بالمنظمات العالمية أن تفرض المزيد من القيود لصناعة السجائر إلى أن يتم القضاء على هذه الصناعة باعتبارها جزءاً أساسيا مما يعيشه العالم من آلام ومجاعة وأمراض.

عمر السبع

التغيرات المناخية قد تتسبب بنزوح مليار شخص الملايين يواجهون الهجرة القسرية بسبب التغير المناخي

وكالات / متابعات:

حذرت منظمة كريستيان ايد في تقرير لها من إمكانية أن تؤدي التغيرات المناخية إلى موجات نزوح بشري قد تصل إلى مليار شخص بحلول عام ٢٠٥٠م.

وتتوقع المنظمة أن تفاقم التغيرات المناخية المستقبلية ظاهرة النزوح البشري التي بدأت فعلا.

وقال التقرير الذي أصدرته المنظمة إن هناك خشية من أن تؤدي موجات النزوح الى اشتعال نزاعات في المناطق ذات الموارد الشحيحة.

ويضيف التقرير ان البلدان الاكثر فقرا غير واعية للتطورات، ويقول ان النزوح هو التهديد الأكثر الحاحا الذي يواجه الشعوب الفقيرة في الدول النامية.

وقال جون ديفيسون أحد الذين شاركوا في وضع التقرير : "نسمع عن محاولات الهجرة إلى دول أوروبا الغنية ولكن الأزمة الحقيقية هي قيد التطور والكثيرون ليسوا واعين بها بعد".

ويركز التقرير على المشاكل التي سيواجهها المهاجرون من مناطق إلى أخرى داخل البلد، نفسه حيث مشاكلهم لا تحظى باهتمام واسع وليست لهم حقوق حسب القانون الدولي وأصواتهم ليست مسموعة رغم إمكانية تعرض حياتهم للخطر.

وتحث منظمة كريستيان ايد في تقريرها المجتمع الدولي على إبداء اهتمام أكبر بالموضوع لمحاولة تجنب الآثار المدمرة للظاهرة.

التدخين .. من يُحرقُ مَنْ ؟!

كتب / محبوب عبد العزيز
تصوير : جان عبد الحميد

لا يختلفُ اثنان على الأضرار الجسيمة والمهالك الوخيمة التي تتربص بصحة الإنسان وحياته من عواقب التدخين.. إنّ هذه الآفة الخطيرة أصبحت تلازم كثيراً من الشباب الذين ينتظرهم المستقبل لتحمل مسؤولية بنائه وتنميته، وليس هناك ما يعود على المدخنين من فائدة بسبب الاستمرار في هذه العادة السيئة التي تهلك أجزاء الجسد وتأكلها من الداخل وتشوّه منظر اللثة والأسنان من الخارج، وتجعل متعاطيها يبعث رائحة كريهة خبيثة ينفر منها كل من يجلس حوله.. وقد أتفق العلماء على تحريم تعاطي هذه المادة التي تدخل في أصناف المخدرات.. وتجعل متعاطيها يهرب من مشاكل الحياة إليها، ولكنه لا يعلم حين يشعل السجائر بأنه يحرقها في لحظة بينما هي تهلكه ببطء فيحتاج إلى مال كثير للعلاج من الأمراض التي أصيب بها منها وهذه دعوة من القلب للشباب لترك التدخين حفاظاً على صحتهم وزهرة أعمارهم وأموالهم التي يحرقونها عبثا في الهواء فيعكرون صفائه ويلوثون البيئة من حولهم ويلحقون الضرر بالآخرين بسبب هذه الآفة الفتاكة..

لا للعصبيات الضيقة القبلية والمناطقية والسلالية.. نعم للتعددية الديمقراطية المعاصرة