



هل تستطيع الاستغناء عن نصفك الحلو؟

لا يستطيع أدم الاستغناء عن حواء هذا الأمر مفروغ منه ،وقضية مسلم بها، ولكن يغيب هذا المعنى عن كثير من الأزواج حيث يتمنى بعضهم في قراره نفسه لو يتخلص من زوجته ولو ليوم واحد ، ومن ناحية أخرى ينقلون هذا الشعور إلى نظائرهم من العزاب ليعلموا عن إضرابهم عن الزواج مما يعرض حياتهم للخطر مع سبق الإصرار والترصد. قد لا تعرف عزيزي الزوج أن حسدك للعزاب قد يكلفك حياتك ، وهذا ما أكده الباحثون في دراسة أعدتها « مدرسة كاس التجارية في لندن » وهو أن فقدان الرجل زوجته يزيد احتمال وفاته بست مرات خلال الفترة التي تعقب ذلك في حين إن هذه النسبة لا تتعدى الضعف عند الزوجة. تنطبق هذه الدراسة على الزوجات أيضاً حيث أشارت إلى أن احتمال وفاة الزوج أو الزوجة خلال العام الأول من وفاة الشريك الآخر تكون عادة مرتفعة ثم تتراجع مع الوقت ، وتبين أن نسبة الوفيات بين الرجال عادة تفوق زوجاتهم تصل إلى 63% ، مقارنة بالأزواج الذين يعمون نصفك الحلو لتتعم بالصحة وطول العمر.



شقائق

مؤتمر حقوق المرأة وقضايا النوع الاجتماعي يوصي بـ :

دراسة الأجندات النسوية الوافدة لحماية الهوية العربية



القاهرة 14 أكتوبر / وكالة الصحافة العربية:

اختتمت بالقاهرة فعاليات مؤتمر "حقوق المرأة وقضايا النوع الاجتماعي في الوطن العربي .. الواقع والمأمول"، الذي جاء في توصياته مطالبة الحكومات العربية بضرورة الإسراع في تضمين المناهج الدراسية في المرحلة الثانوية والجامعية منها دراسياً يهتم بقضايا النوع الاجتماعي، والتحرك في اتجاه وضع حلول عملية لمشكلة الغذاء العالمية، وحثهم على أهمية دراسة كل الأجندات الوافدة إلى العالم العربي في هذا الجانب بدقة للاستفادة من الجوانب التي تناسب العرب فقط.

وناقص هذه الجهود المبذولة والتعرف على أنسب الطرق لتحقيق تمكين حقيقي للمرأة، وهذه الجهود لن تؤدي ثمارها إلا بتكثيف رأس هولدينج السويسرية لصناعة الأدوية ثبت أنها أقل تأثيراً من العلاج الكيميائي المعتاد في معالجة مرحلة مبكرة من سرطان الثدي لدى نساء متقدمات في السن. وكان الباحثون يعتقدون في الأقران التي تستخدم العلاج الكيميائي عن طريق الفم قد تكون في حالة فعاليتها بدلاً من العلاج الكيميائي التقليدي بعد الجراحات التي تجري للسيدات فوق سن 65 عاماً وهي مجموعة سنية لا تحظى بتمثيل كاف في التجارب الطبية. وقال المؤلف الرئيسي للدراسة هيمان موس من كلية الطب بجامعة فيرمونت ما وجدناه أن العلاج الكيميائي التقليدي كان أكثر تفوقاً وكشف عن الدراسة في اجتماع الجمعية الأمريكية لعلاج الأورام في شيكاغو.

وطالب المشاركون بالمؤتمر الذي أقيم تحت رعاية السيدة سوزان مبارك ،ونظمه مركز الدراسات والبحوث الاقتصادية والمالية بالاشتراك مع منظمة العمل العربية القائمين على مؤسسات المجتمع المدني بضرورة المضي قدماً لإحداث نوع من التشبيك الفعال بين مراكز الأبحاث والدراسات التابعة لهم للتركيز البحثي على قضايا النوع الاجتماعي. واتفقوا على أن التركيز على قضايا المرأة في الوطن العربي لا يعني أبداً أن هناك تقدم فعلياً على صعيد وضع المرأة، وأن التركيز على حقوق المرأة لا يعني أبداً المطالبة بانتقاص حقوق الرجال، فالأمر يسير في اتجاه واحد لا تقاطع فيهما، مشيرين إلى أن كل الشرائع المساوية أعطت للمرأة حقوقاً تفوق حقوق المرأة الممنوحة لها في أكثر دول العالم تشديداً بهذه القضية. وأكد الحضور أنه على الرغم من الزخم الهائل الملاحظ حول حقوق المرأة إلا أن الواقع لا يزال يسير في الاتجاه غير الصحيح، وهو ما يستوجب ضرورة التكاثر لإجراء دراسات متعمقة لتحديد

لا تصدرى النصيحة إلا إذا !!



نعمت عيسى

... كثيرون هم الأزواج الذين تستنزفهم نصائح الزوجة واهتمامها بالمباغ فيه، ويشعرون بالضيق والاختناق والضجر من معاملتهم كأطفال. وذلك لأن الرجل يرفض أسلوب الوصاية الذي يمارسه عليه، لكن هناك حقيقة (إذا عرف السبب) التي قد تخفف من شعور الرجل بالغضب والاستفزاز.. فالمرأة فعلاً تقدم النصائح لكن ما ينبغي فهمه هو أن تقديم النصيحة (في عالم المرأة) يعد دلالة على حسن النية والمحبّة.

... ولكن الرجل يتورط في كم النصائح المجانية التي تصدر دون طلب أو مشورة، لأن في عالم الرجل لا تصدر النصيحة إلا إذا طلبت، كما أن المرأة بطبيعتها ذات المخزون العاطفي تجد نفسها تتصرف وفق ما تملحها عواطف الحب والميل نحو الرعاية، الأمر الذي يدفعها إلى تقديم المساعدة إلى الزوج وسؤاله عن برنامج يومه وخطط ذهابه وإيابه، الأمر الذي يقصره الرجل بأنه عدم ثقة به وبقدراته على الاهتمام بنفسه وشؤونه ناسياً أن المرأة بطبيعتها كائن يجب الاهتمام والرعاية وتجب أن يحيطها شريكها أيضاً بهما.

... لذا في تقبيل احتياجات الآخرين باحتياجاتها ولأنها تحتاج إلى الاهتمام فهي تظن إن الآخرين يحتاجون ذلك بنفس الدرجة. ورغم أن المرأة لا يستطيع أن يخرج عن طبعه الذي نشأ عليه إلا أنه يجد بالمرأة عدم تقديم النصيحة المجانية للرجل إلا عندما يطلّبها وهذا لا يعني أن تكتف بنفسها وتقتل مشاعرها أبداً ، إذ لا بأس بان تعبر عن رأيها إلا أنه من الضروري جداً أن تتصرف بحكمة وألا توجه ملاحظاتها وآراءها كمنصائح أو انتقادات من شأنها أن تشعل قنبل المشاكل بينها وشريك حياتها. - إن خير الأمور الوسط، وكل شيء حينما يزداد عن حده ينقلب إلى ضده والعكس صحيح ، فكل شخص منا يداخله خطوط حماية ذاتية ترفض أن يتعداها أحد مهما كانت أهميته ومنزلته في حياتنا، والاهتمام والرعاية والنصح والنقد كلها كالعقاقير بعضها مفيد وكثيرها مهلك. وبالأخير تبقى هناك دوماً أرض مشتركة يستطيع الطرفان أن يلتقيا عليها ليفهما ويتفهما احتياجات بعضهما البعض لمراتعاتها وأخذها في الحسبان دون أن يفرد أحدهما جناح الوصاية والرعاية المطلقة التي قد تفسد أكثر مما تسعد.

شعر ابنتي لا ينمو .. ما الحل ؟



في هذا الأسبوع استقبلت مشكلة أم سونيا التي في البدء شكرتنا على هذا الباب ومن ثم قالت: طفلي الصغيرة عندما ولدت كان لها شعر طويل ،وبعدين أنا قصصته على أمل أنه ينقل ويكثر ، ولكن على العكس طول في بعض الأماكن دون البعض الآخر وخاصة في منطقة خلف وأسفل الرأس فأرجو أن تطمئنوني هل هذا طبيعي.

الحل: قارتنا العزيزة أم سونيا ، لا شكر على واجب وتنمى أن تكون عند حسن ظنك بنا دائماً ، فنحن قرأنا مشكلتك وقد استشرنا طبيب جلد فأقنادنا مؤكداً بأن حالة ابنتك واردة بسبب عمرها الصغير حيث من الطبيعي تحدث تغيرات بالشعر.

ولكن تصحك بضرورة إجراء لها تحاليل لفحص الدم لاستبعاد وجود أنيميا تؤدي إلى تساقط الشعر ، وإن وجدت الأنيميا عليك باستشارة الطبيب من أجل وصف الفيتامينات الخاصة بها وخاصة التي تحتوي على مادة الحديد.

اقرص علاج سرطان الثدي لاتجدي مع المسنات

وشملت الدراسة 633 مريضة في مرحلة مبكرة من الإصابة بسرطان الثدي وخضعن بالفعل لجراحة لاستئصال الأورام وركزت على تبين ما إذا كانت هناك حاجة للعودة إلى العلاج الكيميائي التقليدي. ووجد فريق البحث أن المريضات اللائي تلقين عقار أكسيلودا أكثر عرضة بمقدار 2.4 مرة للتعرض مجدداً للمرض بعد عامين وأكثر عرضة بمقدار 2.1 مرة للموت مقارنة بمن تلقين علاجاً تقليدياً. وأقر عقار أكسيلودا مع عقاقير أخرى للعلاج الكيميائي لعودة ظهور سرطان الثدي بعد التعامل معه بعلاجات أخرى. وتجري أيضاً دراسة العقار في تجارب أخرى كعلاج لاحق للعمليات للمراحل المبكرة لسرطان الثدي سواء بصورة منفردة أو مع علاجات أخرى



اظهرت دراسة كشف عنها في اجتماع كبير لعلماء الأورام ان اقرص أكسيلودا أو كاسيستاتين التي تنتجها شركة روش هولدينج السويسرية لصناعة الأدوية ثبت أنها أقل تأثيراً من العلاج الكيميائي المعتاد في معالجة مرحلة مبكرة من سرطان الثدي لدى نساء متقدمات في السن. وكان الباحثون يعتقدون في الأقران التي تستخدم العلاج الكيميائي عن طريق الفم قد تكون في حالة فعاليتها بدلاً من العلاج الكيميائي التقليدي بعد الجراحات التي تجري للسيدات فوق سن 65 عاماً وهي مجموعة سنية لا تحظى بتمثيل كاف في التجارب الطبية. وقال المؤلف الرئيسي للدراسة هيمان موس من كلية الطب بجامعة فيرمونت ما وجدناه أن العلاج الكيميائي التقليدي كان أكثر تفوقاً وكشف عن الدراسة في اجتماع الجمعية الأمريكية لعلاج الأورام في شيكاغو.

دبلوماسية الأميرات علمي زوجك الرومانسية



وأنسبه متابعيه وهمومه. * إياك أن تكوني بخيلة بعواطفك. وحنانك تجاهه، فهذا سيظهره لا شعورياً للبحث عن العواطف مع غيرك. * علمي جيداً أن التفاهم أساس الحياة السعيدة، وذكري نفسك دائماً بأن الزواج الصحي والعلاقة القائمة على التفاهم هي أساس الحياة الزوجية السعيدة. فكل خطوة تقومين فيها لتحسين علاقتك مع زوجك ستعكس إيجابياً على جميع الأطراف. * حاولي تسويق موعد نومكما معا بحيث تذهبان إلى الفراش معا في نفس الوقت. حتى إذا لم تكوني تشعرين أنك بحاجة إلى النوم، ذلك يزيد من الحميمية بينكما ويزيد الدفء في العلاقة الزوجية. استمتعي بهذه اللحظات من السكينة والحنان المتبادل واستعيني بها على مشاكل الحياة والأولاد. بعد أن يخلد إلى النوم يمكنك الخروج ثانية لمتابعته ما كنت تقومين به.

يرى خبراء العلاقة الزوجية أن الزوجة الذكية هي التي لا تسمح للرومانسية بالفرار من بينها بعد أول عام من الزواج، ومن واقع خبراتهم اليومية يقدمون لك مجموعة من النصائح تحافظ لك على حرارة الرومانسية مع زوجك طوال العمر. * اجعليه لا يقوى على فراقك : لا تعتقدي أن خدمة المرأة لزوجها أو التفاني في سبيل إسعاده تعتبر نقيصة في حق المرأة، بشيء من الذكاء يمكن للزوجة أن تجعل خدمتها لزوجها سر عدم استغناء عنها ولو ليلية ، اعرفي فمفتاح زوجك وانطلق في تطبيق النصيحة. * غيري دائماً من مظهره وكوني أنيقة فالمظهر له تأثير على نفس الزوج فتبدو زوجته وكأنها ألف امرأة. واحرصي زوجك منك بين الحين والآخر وأبدي له عروساً رائعة بعيدة المنال . * كوني دائماً الحرص على تحضير المفاجآت السارة للزوجك، فمثل هذا التصرف يسعده لأبعد ما تتخيلي .

إذا كان زوجك يقضي معظم يومه بالخارج انتظريه لتناول الطعام معه على ضوء الشموع، وحاولي أن تقضي على الروتين اليومي بأن تتناولوا الطعام مثلاً في غرفة النوم، ولكن إياك وأن تجعليه يتناول طعامه بمفرده، لأنه حينئذ سيشتعر بعدم اهتمامك. * إذا شعرت بالغضب من تصرفات زوجك فاصمتي وأغلقي فمك واحترسي من لسانك واذكري الله، فالمرأة حين تغضب تلدغ زوجها وتلعنه في مواضعه دون أن تشعر وسيفضب جدا ويحقد عليها. * كوني خفيفة الروح والشخصية، وتعودي أن تكوني مرحة في منزلك وبهذا سوف يستمتع زوجك بحيثك ولو تعيدينه ألف مرة من لحلاته ولما فيه من معرفته وثقافته. * انصتي إلى زوجك بحماسة واجاب حتى لو تفاخر بنفسه كطفل صغير، وفكري له الراحة، واحرصي على أن تكوني أنيسة وحدته

أبراج نساء



"الجوزاء" متعددة الوجوه المرأة "الجوزاء" متحدثة لبقة لديها اتهامات عديدة، ولكن شخصيتها متعددة الوجوه، ويمكنها أن تكون ساحرة ومقنعة جداً. نصائح للزوج : عليك التعود على مزاجها المتقلب كالغيوم ولكن كلما تقدم بها العمر ازدادت نضوجاً وأصبح التعامل معها أكثر وضوحاً ، ولكنها في الوقت نفسه امرأة جذابة ومتحدثة لبقة

تعقد صداقات بسهولة وببساطة، وهي شريكة حياة رائعة تذهب معك حيثما شئت، حتى لو كانت مبراة كرة قدم أو مسابقة صيد ، زوج المرأة الجوزاء رجل محفوظ لأنه يرتبط بعدة نساء مرة واحدة تختلف الوحدة عن الأخرى، فالأولى تقليدية والثانية مرحة ولطيفة والثالثة ربة بيت ممتازة تهتم بالطبخ وجمال المائدة.. الخ. احذر: لتجنب النكد داخل المنزل كن دائماً إلى جوارها حتى تذكرها بوجودك في حياتها، وإلا ستعرض لما لا تحم عقباه وسيزداد النكد داخل المنزل.

فصل ست مسلمات من عملهن لرفضهن ارتداء ملابس ضيقة



لا واشطن/سانيات، بعد أن رفض ارتداء زي جديد فرضته الشركة عليهن ، لأنه يتعارض مع كونهن مسلمات ، قامت شركة «ميشن فوندر» التي تقوم بتصنيع الكعك المحلي بولاية مينيسوتا الأمريكية، بفصل ستة من المسلمات العاملات لديها.

ووفقاً لموقع «أمريكا إن أرابيك» الإخباري فإن المسلمات الست وهن من أصول صومالية ذكرن أن مديرهن أمرهن بارتداء سراويل « بنطلونات» ضيقة وفالات «تي شيرت» بدلاً من الملابس الطويلة التي اعتدن ارتداؤها أثناء عملهن في أحد مصانع الكعك التابعة للشركة.

وقدمت العاملات الست شكوى إلى «لجنة الفرص المتساوية في التوظيف» المعنية بشكاوى العمال» اتهمن فيها الشركة بالتمييز الديني ضدهن. وقال مجلس العلاقات الإسلامية الأمريكية «كير» : إن شركة «ميشن فوندر» التي تقع بمدينة سانت بول- قامت بفصل العاملات المسلمات بعد رفضهن ارتداء الزي المثير الجديدي.

وفي محاولة لتبرير الخطوة التي أقدمت عليها، زعمت الشركة أن دواعي الأمان هي التي دفعت إلى تطبيق النظام الجديد للزي في المصنع، لكن منظمة «كير» المعنية بحقوق المسلمين في أمريكا ذكرت أن دواعي الأمان الخاصة بارتداء الزي الجديد ينبغي ألا تنطبق على العاملات الست؛ لأنهن لا يقمن بتشغيل ماكينات.



فستان مصمم بنوعين من القماش استخدم فيه الحرير الأسود الصافي في تصميم الصدرية والأخر قماش مخمط اللون مندرج بين الأسود والبني والزهري والأخضر الفاتح وتدرج من الألوان المتناسقة التي تظهر ألفة الفنان ورفقه وهذا النوع من القماش المخمط يفضل لبسه للفتيات ذات الأجسام البدينة كونه يفتق الجسم وعيوبه إن وجدت