

الكعب العالي يهدد أمومتك

ارتداء الكعب العالي لفترات طويلة على القدم والركب والظهر، إلا أن ذلك يؤثر على مفصل من مفاصل الجسم والعضلات ويؤثر على صحة المرأة بشكل عام.

في النهاية يقدم لك الخبراء تمارين بسيطة لتخلصي من الآلام الناتجة عن الكعب العالي، بداية جربي القيام بأربع حركات مط مريحة، إنها تقوي الأوتار العضلية وعضلات القدمين، و قفي على ساقك الأيمن وارفعي ركبتيك حتى يصبح فخذك على تواز مع الأرض، وحافظي، خلال ذلك، على يدك على الجانبين وشدي عضلات بطنك وحافظي على هذه الوضعية لمدة 30 ثانية، ولكن إذا شعرت باختلال في التوازن فأرجعي يدك على كرسي أمامك. كرري التدريب بالوقوف على وسادة. كما يمكنك أن تقفي على باطن قدميك على مسافة الدرج وتمسكي بحاجز الدرج، أو الجدار حتى تتمكني من التوازن.

قد تكونين من عشاق ارتداء الكعب العالي ولا تستطيعين الابتعاد عنه بسبب ما يضيفه عليك من مظهر أنثوي رشيقي، ولكن هل تقبلين التخلي عن حلمك بالأفمومة؟ إنه حقا يؤثر على خصوبة المرأة، وهذا ما حذر منه الخبير البريطاني داكس.

موضداً أن الكعب العالي يؤثر على الأعضاء الداخلية للمرأة ويتسبب في عدم قدرة المرأة على الإنجاب حيث تكثر المشاكل بالإصابة بمشاكل تتعلق بالخصوبة، والدورة الشهرية.

ويرجع ذلك إلى أن وظيفة الحوض تحدث الضغط على المنطقة الأمامية من القدم حيث تؤدي لمشاكل تتعلق بحوض المرأة مما يربك الدورة الشهرية ويؤدي من الآلام التي تتعرض لها المرأة في تلك الفترة.

كما أفاد داكس بأن معظم النساء يدركن المشكلات التي يتسبب بها



شقائق

في ندوة "المرأة والسياسة" بجامعة القاهرة:

سياسيون: تكبيل الحركة المجتمعية يعطل تمكين المواطن العربي

أكد المشاركون في ندوة "المرأة والسياسة"، التي أقيمت ضمن فاعليات مؤتمر "حقوق المرأة وقضايا النوع الاجتماعي في الوطن العربي: بين الواقع والمأمول"، والذي نظمه مركز الدراسات والبحوث الاقتصادية والمالية بالاشتراك مع منظمة العمل العربية والمركز العالمي لدراسات وأبحاث الكتاب الأخضر بالجماهيرية الليبية، أن نوع النظام الانتخابي المعتمد في أي دولة يؤثر على الفرص الانتخابية المتاحة للمرأة، وأن هذا النظام يثأر بالأوضاع والنظرة الاجتماعية للنساء، وكلما كانت أكثر تقدمية حرصت أكثر على إدماج النساء عبر الفرص المضمونة.

القاهرة/ 14 أكتوبر / وكالة الصحافة العربية

الرئيسي والوحيد، وكثيرا ما تلعب دورا تفرقة بين السياسة العامة على التعليم المدني للمرأة لا يقع على عاتق المؤسسات التعليمية ومصممة نظم انتخابية تحقق التمثيل الجغرافي المناطقي. وأوضح أنه في نفس الوقت تكون هذه النظم الانتخابية تناسبية، تحفز على تأسيس الأحزاب الوطنية القوية، وتضمن تمثيل النساء والأقليات المحلية، وتمتدح التعاون والتكامل والاندماج في مجتمع تعاني من أسباب مختلفة للفرقة بتوظيف الحوافز والشروط المعينة، ومن ثم ينظر لها على جانب باع من الأهمية والتأثير في قضايا الحكومية والحكم ومن جهته أشار د. محمد سلمان

المرأة العربية حتى تصبح قادرة على المشاركة السياسية الفعالة والممارسة الواعية لحقوقها، هذا مع ملاحظة أن التعليم المدني للمرأة لا يقع على عاتق المؤسسات التعليمية ومصممة نظم انتخابية تحقق التمثيل الجغرافي المناطقي. وأوضح أنه في نفس الوقت تكون هذه النظم الانتخابية تناسبية، تحفز على تأسيس الأحزاب الوطنية القوية، وتضمن تمثيل النساء والأقليات المحلية، وتمتدح التعاون والتكامل والاندماج في مجتمع تعاني من أسباب مختلفة للفرقة بتوظيف الحوافز والشروط المعينة، ومن ثم ينظر لها على جانب باع من الأهمية والتأثير في قضايا الحكومية والحكم ومن جهته أشار د. محمد سلمان

النظمة الانتخابية

د. حورية مجاهد: مشاركة المرأة في صنع السياسة أمر يفيد الرجل

أما د. عبد النبي العكري أستاذ العلوم السياسية بجامعة البحرين فأكد أنه قد تزايد الاهتمام مؤخرا بدراسة الأنظمة الانتخابية بغرض اختيار أفضلها وأكثرها حكمة وتمثيلا وعدالة، وكثيرا ما يقال إن النظام الانتخابي هو المؤسسة السياسية الأكثر عرضة للتلاعب، سواء للأفضل أو للأسوأ، موضحة أن عملية الإصلاح السياسي الشامل الذي تسعى إليه مجتمعاتنا. وقال: انطلاقاً من ذلك، شهد النصف الثاني من القرن الماضي اهتماماً متنامياً بضرورة وقضايا المرأة في مختلف أنحاء العالم، بداية من إعلان الجمعية العامة للأمم المتحدة باعتبار

المرأة العربية حتى تصبح قادرة على المشاركة السياسية الفعالة والممارسة الواعية لحقوقها، هذا مع ملاحظة أن التعليم المدني للمرأة لا يقع على عاتق المؤسسات التعليمية ومصممة نظم انتخابية تحقق التمثيل الجغرافي المناطقي. وأوضح أنه في نفس الوقت تكون هذه النظم الانتخابية تناسبية، تحفز على تأسيس الأحزاب الوطنية القوية، وتضمن تمثيل النساء والأقليات المحلية، وتمتدح التعاون والتكامل والاندماج في مجتمع تعاني من أسباب مختلفة للفرقة بتوظيف الحوافز والشروط المعينة، ومن ثم ينظر لها على جانب باع من الأهمية والتأثير في قضايا الحكومية والحكم ومن جهته أشار د. محمد سلمان

د. محمد سلمان: تحقيق التنمية الشاملة مرهون بفاعلية النساء

نيوبلدهي للمشاركة السياسية في 1997، والذي عقد بمبادرة من الاتحاد البرلماني الدولي الذي حرص على متابعة مقررات كخبير في مجال الممارسة السياسية للمرأة، وذلك عبر عدد من المؤتمرات المتخصصة، غير أن هذا المؤتمر أضاف فيما يتعلق بقضية المرأة يمثل في تحريك الأخيرة على المستوى البرلماني الشعبي، ووقع هذا الاهتمام المتزايد بالكثير من الدول إلى إعانة النظر في مواقفها من المشاركة السياسية للمرأة. وأكد أنه من هذا المنطلق، تبرز أهمية دور وقضايا المرأة في الوطن العربي، الذي يشهد بعض بلدانه

تجارب للتعددية السياسية والليبرالية الاقتصادية فرضت على المرأة مواجهة العديد من التحديات، التي لا تفرزها فحسب طبيعة كل من التطورات السياسية والاقتصادية، التي تستوجب إتاحة فرص للعمل وتوسيع نطاق المشاركة السياسية، وإنما هناك تلك النوعية من المعوقات، التي يفرزها النسق الثقافي السائد بما يمكن أن يحد من المشاركة السياسية الفعالة للمرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها

المرأة. وخلص إلى أن قضايا المشاركة السياسية للمرأة في المنطقة العربية قد اتخذت طابعاً خاصاً نتيجة تأثيرها



أبواب الزويرة.. والعنف الوظيفي للنساء



نعمت عيسى

أثارت في المدة الأخيرة زويرة الدفاع عن المرأة، خاصة المرأة المعتقة العنف ضد المرأة لا يتخذ أشكال العنف الأسري أو عنف الزوج فحسب، بل هنالك نوع صامت اسمه «العنف الوظيفي»

فالتجارب عديدة ومريرة عاشتها ولا زالت تعيشها بعض النساء الموظفات من ضغوط وممارسات لدى بعض المسؤولين تجاههن للضغط عليهن للتنازل عن ترقية ما أو مكتسبات.. ولم تستطع جمعيات حقوق الإنسان من الوصول اليهن، ولم يستطعن هن بدورهن من الوصول لتلك الجمعيات، إما لخوفهن أو خياؤهن وإما لشعورهن العميق إن تلك الجمعيات قد لا تحقق لهن ولو أقل القليل من حقوقهن المهدورة، فيرضين بأقل القليل في وظيفتهن مغلقة بمرارة الصمت، خاصة إذا كان المسؤول المباشر منتفذاً أو «مسنون» أو حتى قادراً على قلب المقائيق وتسخير بعض الزملاء لتلك الوظيفة «من صفاة النفوس»، من الشهادة صحتها لو تكلمت فتجد نفسها محاربة بكرامتها ووظيفتها ولقمة عيشها.

فالموظفات الصامتات كثيرات جدا، يعانين بصمت موجه، حتى لا يحدن أنفسهن في حرب مع مسؤول متحجر، أو زوج لا يريد الوقوع في مشاكل ودوامه وظيفة زوجته أو الدفاع عنها.. وحتى لا يخسر وظيفة أجتهدهم وقد في الحصول عليها، وحتى لو حاولت الموظفة الدفاع عن حقوقها الوظيفية فستجد نفسها فجأة تواجه سياسة «حرق الشخصية المباشر» لها فيتم التنبيه حتى عن إجازاتها المرضية وشؤونها الشخصية لتنتهي عن المطالبة بحقوقها.. أو حتى الدفاع عن نفسها.. فالمرأة بحاجة للدفاع عن وجودها كموظفة، وتخليصها من بعض السلوكيات السلبية التي تواجهها في وظيفتها.. وأفهامها كيفية الدفاع عن حقوقها الوظيفية، وبما حيداً واقترح، وضع ضابط أمان في لونها وزرارة ترجع إليه المرأة المعتقة - ل طرح ما يتعرض له - حماية لها ووجودها بكرامتها، بعض النساء لا يعرفن كيفية الوصول لجمعيات حقوق الإنسان.. وربما حتى ما يتولاهن من شعور بطول مدة التقاضي يجعلهن يعضضن عن المطالبة بحقوقهن أو رفع الظلم الواقع عليهن..

فالموظفات المعتقات عندنا، بحاجة لإشعارهن بالأمان أو الأمن الوظيفي حتى يتمكن بالمقابل من اليوق بثقة واطمئنان بما تعانينه شريحة كبيرة صامتة منهن.. ومن بحاجة إن لم يصح المسؤول مباشرة لهن، أن تكون أبواب الزويرة مفتوحة لهن بشفاافية أمامهن حفظاً لكرامتهن ودرءاً للمفاسد طلاعية يتعرضن لها.

هذه قضية اجتماعية حساسة ومتنامية ينبغي عدم التعميم عليها، أفنحوا الأبواب واسمعوا شكواي النساء المعتقات.. فأنادي هنا بتفعيل دور جمعيات حقوق الإنسان تجاه النساء الموظفات المعتقات وإشعارهن بالأطمئنان في بلدهن ووظيفتهن، فكما أسلفت إن العنف الذي يقع على المرأة ليس عنفاً أسرياً أو عنفاً اجتماعياً أو عنفاً زوجياً.. كلا.. هنالك عنف خفي يتم واده باسماته حتى لا يكون هنالك صوت هادر، إن العنف الوظيفي ضد المرأة الموظفة سواء كانت موظفة بالقطاع الخاص أو القطاع العام..

فإنها إنسانة تقول أسنونا أيها المسؤولين المباشرون التعامل معها ولا تظلموها ولا تحاولون سحب ما هو حق لها..

أرغب بالتخلص من الشعر الزائد نهائياً..



في هذا الأسبوع أرسلت لنا الأخت (ب.ص.ع) وهي طالبة جامعية ومقيمة على الزواج وتود أن تعرف كيف يمكنها التخلص من الشعر الزائد في الجسم نهائياً عبر وسائل طبيعية جديدة أو عن طريق الأعشاب والبلك الآن الجواب الشافي الحل:

في البداية أحب أن أحييتك علماً بأنه لم يفت عملياً و عن طريق التجربة نجح أي وسيلة طبيعية أو ليزر في القضاء على الشعر الزائد نهائياً، وما يحدث عادة هو الحد من نمو وكثافة الشعر كما أنه لا توجد وسائل طبيعية جديدة مثلما ظلت في سؤالك غير الوسيلة التقليدية وهي حلاوة الشعر.

ولكن هناك وسائل طبيعية

يابانية تقيم داخل «دولاب» رجل لمدة عام..!

هناك ترقد متقوطة على جانبها، واعترفت المرأة أنها لا ماوى لها وتقيم في المنزل منذ أن نجحت في التسلسل إلى داخله قبل عام بعد أن نسي صاحبه أن يوصد الأبواب.



وقام صاحب المنزل بتزويد كاميرات أمنية في المنزل تبت صورها إلى هاتفه المحمول مباشرة للوقوف على الأسباب الكامنة وراء اختفاء المواد الغذائية، في مسكنه في بلدة «كاسويا» جنوبي اليابان.

واتصل صاحب المنزل بالشرطة لدى التقاط إحدى الكاميرات شخصاً يتحرك في الداخل، إلا أن الشرطة لم تعتز على أحد بالمنزل الذي كان بابيه وكافة نوافذه موصدة تماماً.

وأجرى رجال الشرطة تفتيشاً دقيقاً للمنزل، وكانت المفاجأة عندما عثروا على المتشردة، 58 عاماً، وهي تختبئ في الجزء الأعلى من الخزانة.

وقال الناطق باسم الشرطة هيروكي إيتاكورا: «فتشنا المنزل بدقة ووفقنا في أي مكان يحتمل أن يختبئ فيه شخص، وعندما فتحنا خزانة الأرفف، كانت

تنازلي عن كبريائك وتعلمي التمثيل في حب حماتك

تكرهين حماتك وتعلمين التمثيل معهما رغم أنك، وتحاولين التأقلم مع رجل جاف المشاعر، جاهل في أمور الرومانسية.. كل هذه الضغوط جعلتك سريعة الغضب وأوشكت على نسيان الرومانسية، لذا أمامك حل من اثنين إما أن تقنعي بحياتك وتقبلها كما هي، أو تتميزي بشيء من المرونة والذكاء وتقتني فن التمثيل.



عادة ما يطلق خبراء علم الاجتماع على إتقان المرأة تمثيل حبهما لحمايتها وسعادتها المتناهية مع زوجها، ذكاء اجتماعي، لأنها تصر على النجاح والاستمرار في حياتها، وغالباً ما يجني هذا التمثيل ثماره بنجاحها في تعليم زوجها الرومانسية.

في البداية يؤكد أطباء النفس، أن الرجل كائن يسهل التعامل معه، بعكس ما تظنه غالبية النساء، وذلك بتعلم الفتح التي يمكن استخدامها لفتح أي جانب مغلق من جوانب شخصية الرجل وبخاصة الجانب الرومانسي.

كما يمكن للزوجة بكل بساطة فرض جو الرومانسية على علاقتها الزوجية باستخدام مفتاح التظاهر، الذي يعني في هذه الحالة تظاهر الزوجة بأن العلاقة الزوجية هي مثالية رغم

"القوس" زوجة تقرأ أفكارك



المرأة "القوس" متزينة وهادئة بطبيعتها، لكنها تصني وتتكلم بعصبية، وقد تحترق أصابعك لمعرفة ما إذا كانت فرجة أم متجمهة، فلتصوتها رنين خاص وصدى مؤثر. نضاح للزوج: إذا اكتشفت استخفافك بها أو خيانتك ستدمر وتدمر نفسها معك، جمالها فيه كثير من الغموض ولكنه يتقبل على كثر من الجاذبية والإغراء، فإذ لم تكن جادا فوفّر كلامك

العاطفية لأنها ستقرأ أفكارك ونواياك وتعرف بالضبط ما ترمي إليه، فإذا بدت باردة كالجرح في مظهرها الخارجي فهي بطبيعتها تخفي بداخلها شغفا وحبوبة كالبرق وتعد أن يكون كل ما يحيط بها جيماً، تحب بشدة وتكره بشدة، تتحفظ على زوجها ولا يمكن أن يتوح.

الغيرة مشكلة حياتها، فهي تقار جداً لكن لا ترجح بأن يغار عليها زوجها - ومن الصعب إلا يغار عليها زوجها - لا تحاول التأثير عليها ومن الأفضل مجاملتها وملافتتها حتى تقابلك بالأسلوب نفسه.

أحذر: الزوجة القوس تحترق الرجل الضعيف والجان وتعجب جدا بالقوي الشجاع الذكي، لذا حافظ على مكانم القوة في شخصيتك.

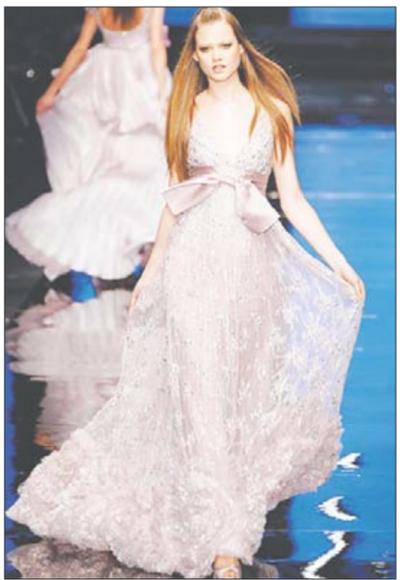
من يدفع ثمن الإعلان؟!

إن للمرأة دوراً فعلاً في حياة كل مجتمع فهي نصفه - كما يقال - ولكن عندما تظهر هذه المرأة على شاشات التلفاز بشكل أو بآخر وهنا نتفقد المرأة مكانتها واحترامها وخصوصاً إذا قدمت الإعلان بشكل يسيء إلى مكانة المرأة كونها كانتا تلوذ العفة والطهارة ومن المشاكل بأن القنوات الفضائية سواء كانت عربية أو الأجنبية أصبحت تستخدم المرأة في تقديم الإعلانات أيًا كان نوعها، لكي تستحوذ على جذب انتباه المشاهدين الذين يشاهدون التلفاز، لأنها الطريقة الوحيدة والشخص الوحيد الذي يمكن أن يقنع الرجل والشباب في أمانتهم لمشاهدتها وبذلك يتأكد المرء على من نجاح إعلانه بتلك الطريقة. فمع الإعلان، يوضع الأفس - يوجد فيها انحلال أخلاقي، وينظر من غير اللائق لتلك المرأة التي وضعت لها مكانة عالية في المجتمع، متمثلة بشخصية بعيدة كل البعد عن الأخلاقيات، هل الغرض من هذا هو إنتاج تلك الإعلانات وليس مهمها بأي طريقة "تقدم" لماذا لا نتجح الإعلانات بشكل لائق ومحترم.. أم من شروط النجاح أن تتم بطريقة تسيء وتخدش الحياء العام؟

ومن المؤسف أن المرأة أصبحت في ظهورها على شاشات التلفاز مجرد غزو فكري استطاع به الغرب السيطرة على عقول الرجال والشباب معاً، وأصبح لا يتم إنتاج تلك الإعلانات إلا بالطرق الإباحية التي تخدش الحياء العام في المجتمع وحتى تصل إلى الجمهور بشكل جيد كما يعتقدون، وبالفعل استطاعوا السيطرة حتى على عقول الفتيات صغار السن فأصبحن يردن تقليدتهن من حيث.. الشكل.. الملابس.. الشكل.. الموضة.. الخ من الطرق التي يستخدمنها. إننا لا نذكر بأن المرأة أصبحت تظهر في الإعلان بحيث تعرف العين عن رؤيتها بتلك الحالة المرزبة، بل أصبحت أضحوكة لكل المجتمعات.. وخصوصاً عند تقديمها للإعلان بشكل يثير التفرق والاشمئزاز وفي النهاية كيف يكون شكل تلك المرأة عند ظهورها على التلفاز ويشاهدنا طفلها أو شقيقها وفي ذلك الوضع.. بعيدة عن الدين والأخلاق؟

وفي النهاية ينجح المنتج على أكمل وجه بشكل لائق ولكن.. هي من دفعت ثمن هذا غالياً!!!

هبة حسن الصويفي



فستان زهري اللون مصمم من قماش الشبك الجبير المطرز بوردات من الخيوط الفاخرة من أصل القماش نفسه والطرزة بنفس اللون البراق يتوسطه شريط من الساتن الفاخر بنفس اللون حيث إن مثل هذه التصميمات تظهر بشكل رائع أنيقة من ترديده كونه من التصميمات شديدة الأناقة

فستان زهري اللون مصمم من قماش الشبك الجبير المطرز بوردات من الخيوط الفاخرة من أصل القماش نفسه والطرزة بنفس اللون البراق يتوسطه شريط من الساتن الفاخر بنفس اللون حيث إن مثل هذه التصميمات تظهر بشكل رائع أنيقة من ترديده كونه من التصميمات شديدة الأناقة