

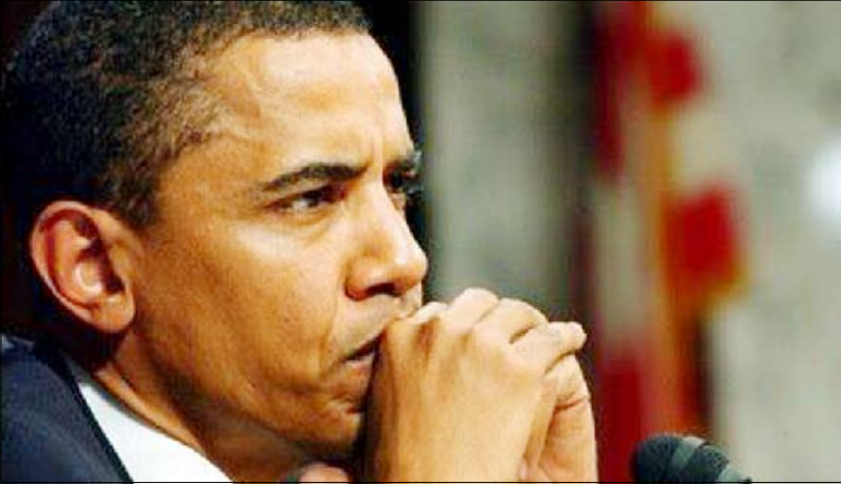


إعداد/إبسام العسيري

اعتقال عم الرئيس الأمريكي أوباما بتهمة قيادة السيارة مخمورا

مدينته "فريمنجهام" بعد أن أوشك على الاصطدام بسيارة شرطة. وأضافت الشبكة أن أوبانجو هو أخ غير شقيق لوالد الرئيس الأمريكي، مشيرة إلى أن السلطات الأمريكية رفضت الإفراج عنه بكفالة بالنظر إلى صدور أمر سابق باعتقاله وترحيله إلى كينيا صادر عن وكالة الهجرة والجمارك الفيدرالية.

واشنطن مناهات، في واقعة مثيرة، أعلن البيت الأبيض عن اعتقال عم غير شقيق للرئيس الأمريكي باراك أوباما بتهمة قيادة السيارة مخمورا. وذكرت شبكة "سي بي إس" الإخبارية الأمريكية أن العم أوبانجو أوباما "67 عاما" هاجر من كينيا للولايات المتحدة بصورة غير مشروعة وأنه اعتقل في



استثمار الوقت

إعداد / خديجة عبد الرحمن الكاف

الوقت هو أثمن ما يملكه الإنسان، والمعيشة المنظمة أفضل بكثير من العيشة المشتتة ولكي يستغل الإنسان الوقت بشكل صحيح لابد من أن يعرف كيفية إدارته والتخلي عن قول عبارة (ليس لدي وقت)، المهم أن يعرف الكبار والصغار أن 24 ساعة كافية للقيام بكافة الأعمال إذا استغلوا الوقت بشكل صحيح ومنظم.

فمن ابن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ) ومعنى قوله صلى الله عليه وسلم: ((كثير من الناس)): "أي الذي يوفق لذلك قليل.. فقد يكون الإنسان صحيحا ولا يكون متفرغا لشغله بالمعاش، وقد يكون غنيا ولا يكون صحيحا، فإذا اجتمعا فغلب عليه الكسل عن الطاعة فهو المغبون". والنعمتان ما يتنعم به الإنسان ويستلذه، والغيب أن يشتري بأضعاف الثمن أو يبيع بدون ثمن المثل". والوقت نعمة عظيمة فمن صح بدنه وتفرغ من الأشغال العائقة ولم يسع لاستثمار هذه الصحة وهذا الفراغ لإصلاح آخرته ودنياه، فيستثمرهما الاستثمار الأمثل في تحقيق أهدافه التي تعينه على العيش الرغيد في الدنيا، وترقى به إلى مدارج الصالحين في الآخرة، فمن لم يكن كذلك فهو كالمغبون فيهما. لا تشتت ذهنك في أكثر من اتجاه بل عليك أن تفكر في الأسئلة وتوجد الإجابات لها وتقوم بالتخطيط لحياتك واعلم أن النجاح ليس بمقدار الأعمال التي تنجزها بل هو بمدى تأثير هذه الأعمال بشكل إيجابي على المحيطين بك وبعدها تأتي مسألة تنظيم الوقت.

التنظيم:



وهو أن ترسم جدولا أسبوعيا وتضع الأهداف الضرورية فيه، وهي أمور أو أفعال تساعدك على تنظيم وقتك فحاول أن تطبقها قبل شروعه في تنظيم وقتك. التنفيذ: وهنا حاول أن تلتزم بما وضعت من أهداف في أسبوعك وكن مرنا أثناء التنفيذ فقد تجد فرصا لم تحط بها.

فاستغلها ولا تخش من أن جدولك لم ينفذ بشكل كامل. وفي نهاية الأسبوع قيم نفسك وانظر إلى جوانب التقصير وتداركها.

لا بد من وجود الخطة فعندما تخطط لحياتك مسبقاً وتضع لها الأهداف الواضحة يصبح تنظيم الوقت سهلاً.

دون أفكار وخططك وأهدافك على الورق، وغير ذلك يعتبر مجرد أفكار عابرة تستنساها بسرعة.

إدخال تعديلات على الخطة: بعد الانتهاء من الخطة توقع أنك ستحتاج إلى تعديلات كثيرة عليها لا تقلق ولا ترم بها فذلك شيء طبيعي.

لا تنس: الفشل أو الإخفاق شيء طبيعي في حياتنا وكما قيل: اتعلم من أخطائي أكثر مما اتعلم من نجاحي.

المقارنة بين الأولويات: لأن الفرص والواجبات قد تأتيك في الوقت نفسه فإيهما ستختار؟ باختصار اختر ما تراه مفيداً لك في مستقبلك وغير مضر لغيرك.

ستجد الكثير من الملاحظات لزيادة فاعليتك في استغلال وقتك فحاول تنفيذها.

حاول أن تستمع بكل عمل تقوم به. وهذا سوف يساعدك على الالتفات إلى عائلتك وأصدقائك ويساعدك على تنمية نشاطاتك.

في بعض الأوقات عليك أن تتخلى عن التنظيم قليلاً لتأخذ قسطاً من الراحة وهذا الشيء يفضل في الرحلات والإجازات.

قراءة الكتب والمجلات المفيدة. الاستماع للأشرطة المفيدة. ممارسة الرياضة المعتدلة للحفاظ على صحتك. التخطيط للمستقبل دائماً.

هناك أمور يتعمد من لا ينظم الوقت عملها:

- 1- المماطلة والتأجيل أسبابها:
- الإرغام
- عدم توفر الحواس
- الخوف
- 2- الخلط بين أهمية الأمور
- 3- عدم التركيز
- 4- المقاطعات المفاجئة
- 5- المجهود المكرر
- 6- التخطيط غير الواقعي
- 7- عدم النظام.

والوقت أو الزمن هو البعد الرابع الذي أضفناه إثنين للأبعاد الثلاثة المعروفة فخرجت إلينا نظرية النسبية وقيلت حياتنا رأساً على عقب والوقت اللامتنامي هو الدهر..والدهر بالنسبة للمسلمين هو تعبير عن الذات الإلهية فقد قال الله تعالى على لسان نبيه محمد صلى الله عليه وسلم في الحديث القدسي (أنا الدهر، أرسل الليل والنهار، فإذا شئت قبضتها)

والمعنى أن المسلمون العرب هم أول من اخترع الساعة الدقيقة التي أهداها الخليفة العباسي هارون الرشيد إلى الملك شارلمان فأفزعته وحاشيته وظنوا أن بداخلها شيطان.

ورغم أن الحياة الإسلامية ملتزمة بأوقات الصلاة والصوم والحج في أزمته محددة ومعروفة إلا إن انهيار الإمبراطورية الإسلامية وتفككها.. يبدو أنه قد فكك من داخلنا الكثير من القيم ومن ضمنها قيمة الوقت.. فأصبح التلذذ والتكاسل هي نظرة الغالبية وأصبح الوقت.. ساعة فحمة في يدنا.. ربما لا ننظر إليها باهتمام وفتاراً نذهب إليه في موعده.. فلا يأتي هو في الموعود.

مواطنون لـ 14 أكتوبر :

بعض الفئات هي من تخلق أزمة البترول والديزل مواطنون وسائقو أجرة: الأزمة خفت لكن الطوابير مازالت قائمة



ما تزال آثار انعدام مادتي البترول والديزل تشكل عبئاً على المواطنين حتى الآن وسبب استمرار هذه الأزمة في البترول والديزل هو المتاجرة بهما في السوق السوداء واستغلال حاجة الناس لهما فقط للكسب السريع والربح.

وزاد الطين بلة دور سائقي الأجرة والعشوائية في رفع التسعيرة واستغلالهم للوضع الراهن ورفضهم إيصال بعض الناس إلى مناطق معينة.. فأين دور المرور والنقابة والجهات الرسمية في ما كان يحصل في الأيام الفائتة وهل ستحل الأزمة بعد توفير مادتي البترول والديزل بشكل طبيعي وكذلك الكيروسين (الجاز) الذي أصبح هو أيضاً مختلف ولا ترضى المحلات ببيعه بحجة عدم توفره..

فغوضاً عن أن يكون هناك تعاون من قبل كل الجهات المعنية قام البعض بخلق هذه الأزمة ولا نعلم متى تنتهي !!.

وقد تساءل عدد من المواطنين وسائقي الأجرة خلال لقائناهم: هل ستنتهي أزمة البترول والديزل أم لا؟! خاصة بعد ما تم تفرغ حمولات من مادتي البترول والديزل في ميناء، بالإضافة إلى ناقلات كويتية وليبيرية الجنسية كانت تقل على متنها مادتي الديزل والبترول الخالي من الرصاص خلال الأسابيع الماضية.

استطلاع / دنيا هاني

الوقوف في الطابور أربعة أيام وخمسة ولا أكثر بـ 5000 أو 6000 يعني ضعف ما نشتريه ثلاث مرات وأكثر ويقال لنا إنه متوفر رغم أننا ما زلنا نعاني وعندما نقوم برفع السعر على المواطن ننقل شكاوى لماذا رفعت عليهم؟!، فنحن أيضاً مواطنون ومقدرون الوضع في ظل هذه الظروف وكل شيء يأتي على ظهر المواطن وكل شيء أرتفع سعره من مواد غذائية وقطع غيار وزيت وإطارات لذلك نحن أيضاً نعاني مثلهم ولهذا قمنا برفع التسعيرة قليلاً وتختلف من باص لآخر حسب المنطقة، ونحن مضطرون بحكم الأزمة.. وإذا توفرت لنا الحلول ورجع كل شيء كما كان فسوف نرجع التسعيرة كما كانت ولا نريد أن نستغل المواطن لأننا منه واليوم عليه وغدا الدور علينا..

وقال الأخ أحمد: نحن أصحاب الأجرة لا نرفع على المواطن هكذا ونطلب من التجار أن يراعونا قليلاً وينزلوا من الأسعار التي أصبحت عائقاً في حياة المواطن اليمني وتنمى أن تنتهي الأزمة بسلام وترجع الأمور كما كانت.

بينما الأخ أبو محمد رد على تساؤل لماذا بعض سائقي الأجرة لا يفضلون الذهاب للملعب أو التواهي وكانت هناك في الأيام الأولى أزمة والناس كانت تقف بالساعات حتى يمر (باص) يأخذهم فقال: صراحة البعض

- بدايتنا كانت مع الأخ محمد حسين سالم الذي قال " خرجت الساعة الخامسة عصراً وجلست بالطابور حتى الساعة الحادية عشر ليلاً، صحيح أنه تم توفير البترول وعملاً ثلاث محطات لأصحاب الأجرة وأصبحت الأمور أحسن من الأول، لكن ظل الطابور عائقاً ولم يتغير شيء ونتمنى خلال الأيام القادمة أن يخف الازدحام في المحطات ونستطيع أن نتزود بالبترول من دون الوقوف ساعات حتى يأتي دورنا.. وواصل محمد حديثه قائلاً " ما زال أصحاب السوق السوداء يتاجرون بالبترول وكانت الدبة (20لتر) بـ 6000 ريال والأن نقصت إلى 3500 ريال وعلى حسب المتاجرين بذلك فهناك أيام يرتفع السعر أكثر من كذا فبيع البترول بهذه الطريقة هو ما خلق الأزمة وجعلنا نعاني، فقد كنا نطّل يومين أو ثلاثة بالطابور، فنحن نشغل ونحتاج له ولا نقوم ببيعه أو المتاجرة به.. وطبعاً مسموح لنا أن نعبئ مرة واحدة باليوم والدي بـ 1500 ريال فنتمنى أن تنتهي هذه الأزمة خلال أيام ويتوفر البترول وتنتهي أزمة الطوابير بالساعات.

وأضاف بالنسبة لنا سائقي الأجرة نأخذ 30 ريال داخل عدن مثلاً للذهاب إلى صيرة أو العبدروس كان في السابق 25 ريالاً بينما هناك فرزات أخرى رفعت إلى 40 ريالاً..

أما الأخ أحمد بن سهيل صاحب باص أجرة فعبر عن رأيه بهذه الأزمة التي يعاني منها المواطن اليمني قائلاً " كنا نعاني من نقص مادة الديزل وعندما توفرت بقيت مسألة التخلص من استغلال البعض في بيعها بالسوق السوداء لأننا ما زلنا رغم وجود البترول نقف ساعات حتى نتزود وأنا أفضل

من عشوائية أصحاب الباصات إلى عشوائية التاكسيات

وقالت الأخت سماح " كنت أنتظر ساعة وأكثر حتى أجد (باصاً) يقلني إلى مديرية التواهي فأغلبهم يحملون للقلوعة أو خورمكسر أو الشيخ وعندما أجد اضطر لدفع 100 ريال وهذه الأيام خفت الأزمة وأصبحوا يأخذون إلى التواهي والمعلا بسعر 70 ريالاً لكن حصل استغلال في الأيام الأولى للأزمة بحجة عدم توفر البترول والديزل ولهذا كنا مضطرين لدفع ما نقولون حتى نذهب لعملائنا.. ونتمنى بعد سماعنا بتوفير البترول والديزل أن تنتهي الأزمة ويصل المواطن إلى عمله بالوقت المعتاد ولا يضطر للوقوف ساعة أو التأخر عن العمل..

وقالت الأخت أم عبد الله " تعبتنا من الشكوى من أصحاب الأجرة ولا نعلم نلقاها من أين فعندما قلنا لخصنا من العشوائية التي يمارسها علينا أصحاب الباصات وجدنا عشوائية لأصحاب التاكسيات فأصبح استغلال الوضع واضحاً ولا يخفى على أحد فيسبب حجتهم بصعوبة التزود بالبترول رفعا علينا الأجرة أضعاف ما كنا ندفع من قبل سواء في المشاوير الداخلية أو إلى المناطق المجاورة وتنمى فعلاً أن نشهد حلولاً ملموسة وأن يراعينا أصحاب الباصات والتاكسيات ويعملوا على خفض الأجرة ويكفي الأزمات الأخرى التي نعاني منها خاصة ارتفاع الأسعار.

فتيات التواهي يبدعن في المخيم الصيفي لهذا العام



المستشفيات، تقول أسماء " كان تعامل المدرسين والمدرربين معنا كأننا أسرة واحدة ولا يوجد تفضيل بين وحدة وأخرى و كانت الأنشطة منتظمة".

أثرت أنشطة هذا المخيم بإيجابية كبيرة على الطالبة ليالي أباد حيث قالت: " هذا المركز ساعدني كثيراً في تنمية قدراتي حيث كان المرشد العلمي من الدورات جيداً وتمنت أن تستمر مثل هذه المخيمات وأن تكون هناك فصول دراسية كثيرة ودورات في الكوافير ونقش الحناء والنظيفة وطرق نقل الصاب إلى المستشفى للحفاظ على سلامته والدورة الثانية عن تركيب

ما دفعنا إلى إعطاء التلميذات صورة مبسطة عن جهاز الكمبيوتر وأجزائه، وكيفية تشغيله وإغلاقه وكيفية إنشاء بريد إلكتروني في موقع (yahoo) والتعرف على موقع (facebook) وكيفية التعامل معه وإنشاء اشتراك في الموقع، وإرشاد التلميذات إلى مواقع علمية وثقافية والتعامل الصحيح والسليم مع الإنترنت".

مقططات

خلق مهارات اتخاذ القرار وكيفية الحوار مع الآخر من أكثر التطبيقات التي استفادت منها الطالبة شام كامل من مديرية التواهي التي بالاستبط والشفاقية، وإقامة الرحلات الترفيهية والتعليمية وزيارة لمرضى السرطان في

الطائرة كالكسور والحروق وكيفية استخدام الحقن " الإبر" وتضميد الجروح، بالإضافة إلى دورات في اللغة الإنجليزية والحاسوب إلى جانب الأنشطة الثقافية والأصافية المتمثلة بزيارات إلى المستشفيات ورحلات ترفيهية.

موهوبات

تدفع للطالبات كان كبيراً ما أهبها الأخت رشا محمد اللبود "مدرسة" في الحاسوب فوصفتهم بالموهوبات، مؤكدة "تدفع" الطالبات بشكل كبير إلى المخيم حيث بلغ عدد المشاركات في دورات الحاسوب ما يقارب خمسين مشاركة، وهذا يدل على حاجة التفتيات إلى تعلم لغة الحاسوب والأقبال على التعرف على أهم تطبيقاته وهذا

أنشطة عملية

عالم الفتيات بحاجة إلى تنمية في القدرات والمهارات التي من حاجة إليها في حياتهن هذا ما قالته الأخت حكمت طربوش رئيسة المخيم الصيفي، وتابعت: هدفنا من خلال مخيم الفتيات في مديرية التواهي إلى دعم قدرات الفتاة في المجالات التي هي في

أشجان القطري