



زيت السمك و(أوميغا-3) يحسان مهارات التخاطب والتعلم للأطفال

ما بين السابعة والتاسعة، حيث تناولوا جرعات يومية من الأوميغا-3 بواقع 600 ملليجرام ليتم متابعتهم لنحو 16 أسبوعاً، طبقاً لما ورد بوكالة "أنباء الشرق الأوسط". وأشارت المتابعة إلى حدوث تحسن ملموس بلغ نحو 19٪ بين الأطفال الذين انتظموا في تناول "الأوميغا-3" مقارنة بالأطفال الذين يتناولوا عقاراً زائفاً.

لندن /متابعات: أظهرت أحدث الأبحاث الطبية أن الأطفال الذين يعانون من مشكلات في التخاطب أو التعلم ويتناولون زيت السمك وأوميغا-3 تتحسن لديهم مهارات التخاطب والتعلم بنسبة 19٪. وكان الباحثون بجامعة أوكسفورد البريطانية قد أجروا أبحاثهم على 362 طفلاً تراوحت أعمارهم



قوس قزح

إعداد / محمد فؤاد

الطفل والحقيبة المدرسية

الوزن الزائد في الحقيبة يعرض أطفالنا لأضرار صحية مستقبلية

الحقيبة التي يحملها الطفل يجب ألا تزيد على (15 ٪) من وزن الجسم



مهمة الحقيبة المدرسية نقل الكتب والدفاتر أم التسبب في آلام الظهر؟



إضافة إلى أنهم يحملونهم الزمزمة مع الحقيبة بالرغم من وجود حقائب خفيفة في السوق لكن أولياء الأمور لا يشترونها ولا تعرف ما السبب في ذلك.

عدم التزام المدرسة بجدول الحصص

أما الأخت / أم نسمة محمد عبدالرسول (ولية أمر) فقالت: يجب علينا أن نحمي أطفالنا وبنائنا من هذه المشكلات فهناك الكثير من المدرسين يلجؤون إلى تحميل الطفل كتباً وكراسات فوق طاقتهم ولا تعرف ما السبب في ذلك.

فبعض المدرسين والمدرسات لا يرحمون التلاميذ ويطلبون منهم إحضار كافة الكتب والدفاتر يومياً ما يضطرهم إلى حمل حقائبهم وهي مكتظة بالمواد الدراسية فالمفروض مع بداية الفصل الدراسي أن ينظم المعلمون والمعلمات بالتعاون مع الاختصاصيين في المدارس الجدول الدراسي وتوزيعه على التلاميذ لتفادي خطورة الحقيبة المدرسية الثقيلة.

ونلاحظ أن بعض التلاميذ تدمر نفسياتهم بسبب الأحمال الثقيلة على ظهورهم ولذا يكرهون المدرسة والمدرسين ودائماً ما يتهربون من مواصلة الدراسة ومن هنا لا بد من وجود حلول سريعة لإراحة التلاميذ من هذه المشكلة.

ها نحن على أبواب العودة إلى المدارس وبدء العام الدراسي الجديد... وغالباً ما نرى التلاميذ في كل عام يعانون يومياً من مأساة حمل الحقيبة المدرسية التي تشكل لهم عبئاً ثقيلاً.

وبانت الحقيبة المدرسية بوزنها الزائد وحملها خطأ قضية طبية تستحوذ على اهتمام أولياء الأمور نظراً لخطورتها على صحة ونمو أطفالهم وتسببها في إصابتهم بكثير من المشاكل الصحية... ولهذا التقينا بالذكور خالد عبدالباقي فارغ مدير المجمع الصحي بالمعلا الذي تحدث قائلاً:

غالباً ما يحمل الأطفال على ظهورهم يومياً ما بين ثلث إلى نصف أوزانهم من الكتب والدفاتر المدرسية داخل حقائبهم ما يؤدي إلى آثار صحية خطيرة فالوزن الزائد يعرض أطفالنا للإصابة بآلام الظهر والرقبة والكتفين والقدمين خاصة عند البلوغ ويتسبب في بعض الأحيان بالضغط على القلب والرئتين نتيجة تشوه الهيكل العظمي والعمود الفقري ويؤدي إلى تقوس ظهر الطفل والأم مزمناً وانحناء والتواء أو ميل إلى أحد الجانبين وكذلك التوتر والإجهاد.. وهذه التغيرات التي تحدث للطفل ستؤدي في المستقبل إلى حدوث انزلاقات غضروفية.. ويجب أن لا يتخطى وزن الحقيبة 15٪ من وزن التلميذ، وحمل الحقيبة المدرسية على الكتفين أمر أساسي لتوزيع الوزن تلقائياً على الجسم.

أجرت اللقاءات / نبيلة عبده محمد

بشكل متزايد للإصابة بآلام الظهر والإجهاد العضلي وتؤثر صحياً في جسمه وبدنه والسبب في ذلك يعود إلى الأسرة وأولياء الأمور بشكل خاص ونحن كمربيات تربويات دائماً ما ننصح التلاميذ بحمل الكتب والدفاتر المدرسية حسب الجدول المطلوب يومياً.. ولكن أولياء الأمور في المنزل خاصة الأم تجبر أبنها على أخذ جميع الكتب والدفاتر المطلوبة وغير المطلوبة في الجدول

أولياء الأمور يفضلون الحقائب الثقيلة

ثم التقينا بالأخت / رجاء قحطان الخلقي مديرة مدرسة ريدان التي تحدثت قائلة: مع بداية العام الجديد نلاحظ أن التلاميذ يحملون الحقائب المدرسية على ظهورهم كونها ثقيلة للغاية وتجعل الطفل عرضة

كما أننا كثيراً ما نرى أن تلاميذ المدارس يحملون حقائب أثقل من أجسامهم ومن سنهم ما يعرضهم مستقبلاً للعديد من المشكلات الصحية ومنها تقوس الظهر.

فلاش



ضحية حادث التفجير أمام نادي وحدة عدن

تعليق / عبد الله قائد علي:

الطفل عبدالرحمن طارق سلطان الذي أصيب جراء الانفجار الذي حدث أمام نادي وحدة عدن في أكتوبر 2010م قبل انطلاق خليجي 20 ويعالج حالياً في القاهرة عاصمة جمهورية مصر العربية.. منذ تسعة أشهر ويبيد وهو بحاجة إلى مزيد من الدعم والرعاية والاهتمام من قبل الحكومة في ظل أن راتب والده موقف منذ فترة طويلة. الطفل عبدالرحمن تم زراعة شبكية لعينه اما الشظية فمازالت برأسه إلى أن يكبر قليلاً ليتم استخراجها.. نستغرب إيقاف راتب والـد الطفل الذي يتكبد الأمرين في القاهرة التي كل شيء فيها غال جداً.. نطالب كل الجهات بالوقوف إلى جانب والد الطفل عبدالرحمن حتى تعود إليه البسمة ويعود إليه بصره.. فهل من استجابة؟

اتفاقية حقوق الطفل



لدعم تنفيذ الاتفاقية على نحو فعال وتشجيع التعاون الدولي في الميدان الذي تغطيه الاتفاقية:

تضمن الدول التي تقرر أو تجيز نظام التبني إيلاء مصالح الطفل الفضلى الاعتبار الأول والقيام بما يلي:

2 - ولهذا الغرض، توفر الدول الأطراف، حسب ما تراه مناسباً، التعاون في أي جهود تبذلها الأمم المتحدة وغيرها من المنظمات الحكومية الدولية المختصة أو المنظمات غير الحكومية المتعاونة مع الأمم المتحدة، لحماية طفل كهذا ومساعدته، وللبحث عن والدي طفل لاجئ لا يصحبه أحد أو عن أي أفراد آخرين من أسرته، من أجل العثور على المعلومات اللازمة لجمع شمل أسرته، وفي الحالات التي يتعذر فيها الحصول على الوالدين أو الأفراد الآخرين لأسرته، يمنح الطفل ذات الحماية الممنوحة لأي طفل آخر محروم بصفة دائمة أو مؤقتة من بيئته العائلية لأي سبب، كما هو موضع في هذه الاتفاقية.

رسائل تربوية

رفع شأن الأبناء

أشعر ابنك بأهميته مهما كان صغره سنه وقلة إدراكه، وامنحه جزءاً من مساحة التعبير عن نفسه حينما يعبر عما يحب وما يكره واجعل الحوار الهادئ الهادف بينكما طريقاً للوصول إلى ما تريده أنت.



هلا تعلم

كنوز المعرفة

هل تعلم: ان الذبابة والافعى والسحفاة لا تمتلك حاسة سمع.

أكثر الفئات تضرراً من حرق المخلفات في الشوارع والأحياء هم الأطفال والرضع والمسنون ومرضى الربو