

فلا فاطمة

لغة المرأة والعائلة المغربية

10 دراهم

10DH - 3€

أزواج

أزواج اكتشفوا سقوط
أقنعة شريك العمر

كيفاش نَتَعَامَلُ مع أسرارنا
الزوجية؟

حياتنا الجنسية

الخلل الجنسي بين الزوجين

موضة

«كَانْدُورَات» للأوقات الصيفية

نبيل الخالدي

المرأة المغربية
صعبة شوية

العرس الطنجاوي... إلى مَشَى الزَّيْنِ يَبْقَاوْ حُرُوفُو

أولادنا

صحة

علاج جديد لمرض الروماتويدي | فضاءات ترفيهية لطفلك



مسابقة «لالة فاطمة»
رحلات منظمة إلى اسطنبول وتركيا بمساهمة
وهذا فرصة ومفاجآت سارة



ص 105



في جو بهيج أطفالاً صاحب السمو الملكي الأمير مولاي الحسن شمعته الثامنة. جسدت الاحتفالات بميلاد الأمير مولاي الحسن، أبهى صور التلاحم والحب المتبادل وتمسك الأمة بمختلف مكوناتها بمبدأ الوفاء للعرش العلوي المجيد.

روماتيزم المفاصل هو أحد الأمراض المزمنة التي تصيب المفاصل، والمتمثلة في التهاب المفاصل والأنسجة المحيطة بها. التقينا بالدكتور هشام ساطع، اختصاصي في أمراض المفاصل والروماتيزم والعظام والعمود الفقري، لنبين أهم أسباب مرض الروماتيزم، وأهم أعراضه وكيفية الوقاية منه وطرق علاجه؟

بشرى دراج

الكشف المبكر لمرض الروماتيزم يساعد على التخفيف من أعراضه



الدكتور هشام ساطع

اختصاصي في أمراض المفاصل والروماتيزم والعظام والعمود الفقري

أرقام وإحصائيات

يشكل عدد المصابين بالتهاب المفاصل «الروماتيزم» بالمغرب، ما يقارب 500 ألف، حسب ما أكده الأخصائيون الذين أوضحوا أن نسبة 1 في المائة من المغاربة تعاني هذا المرض. وأشار الأخصائيون إلى أن النساء هن الأكثر تضررا من مرض التهاب الروماتيزم، إذ يشكلن نسبة 80 في المائة من المصابين.

أعراض وأسباب

تتمثل أعراض المرض في الألم الحاد، وتصلب وتورم المفاصل وتشوهها، وارتفاع درجة حرارتها، وتشوه شكل المفاصل وخصوصاً مفاصل أصابع اليدين والقدمين. وتبدأ علامات وأعراض المرض تتزايد بتزايد الإجهاد البدني، وازدياد وزن المريض. هو من الأمراض التي تصيب جميع الشرائح العمرية، ولعل أهم الأسباب التي توصلنا إليها، هي وجود خلل في الجهاز المناعي، حيث تبدأ خلايا الجسم المناعية بمهاجمة مفاصل وعظام الجسم، وهذا ما يسمى بالتدمير الذاتي.

العلاج

كما سبق وأشرنا إلى أن أمراض الروماتيزم ناتجة عن خلل في جهاز المناعة، حيث تصبح المناعة تهاجم مفاصل وعظام الجسم، فيصبح هذا الأخير عدو نفسه، من هنا جاء البحث عن الأدوية التي تعمل على التخفيف من قوة مناعة جسم الإنسان. ويعتبر Methotrexat أحد العلاجات الكيميائية التي تستعمل منذ ثلاثين سنة، وهو يستعمل لعلاج أمراض السرطان، وبعد أبحاث اكتشف أن نسبة قليلة منه تعمل على تخفيض المناعة، وبالتالي التخفيف من أعراض الروماتيزم. وهناك علاج آخر وهو ARAVA الذي له نفس

مفعول Methotrexat حيث يخفض من مناعة الجسم، ويخفف من آلام المفاصل، والإشكال المطروح في هذا العلاج أنه باهظ الثمن، حيث يصل إلى 700 درهم، وله تأثيرات جانبية أخرى. وهناك كذلك نوع آخر من العلاجات المتوفرة بالمغرب، وهو عبارة عن مضادات للالتهاب، وهو الكورتيزون الذي يطلق عليه بدواء المعجزة، لأنه يعمل على علاج جميع أنواع الأمراض تقريبا، إلا أن أضراره كثيرة، لذا ينصح قبل استعماله بضرورة استشارة الطبيب.

الجراحة

تدخل جراحة هذا المرض في إطار الجراحة التقويمية، نلجأ إليها عندما تتآكل الغضاريف والعظام، ونقوم باستبدالها بواسطة مفاصل اصطناعية، وحالة إصابة المريض بهشاشة العظام، هنا لا يمكن العلاج بالجراحة.

الإبر الموضعية

الإبر الموضعية هي عبارة عن حقن تحتوي على مادة الكورتيزون، وتعمل على تخفيف الألم عند

ضرورة العلاج الشامل

عالميا يتم علاج مرض الروماتيزم بمقاربات شاملة، فبدون هذه المقاربات الثلاث يظل علاج المريض غير كامل.

- المقاربة الكيميائية وهذا هو أساس العلاج.
- المقاربة الفيزيائية التي تتمثل في الترويض الطبي، وفي إعادة تجهيز وترتيب بيت المريض، ليتمكن من التحرك داخل المنزل بكل سهولة، لأن المريض يصبح شبه معاق بفعل التشوهات التي تحدث لمفاصله.
- المقاربة البسيكولوجية فلا بد من تتبع المريض من طرف أخصائي نفسي، لأن الألم الناتج عن مرض



ANTI TNF على شكل حقن خاصة بالبطن، تحقن مرة أو مرتين في الأسبوع، وحقن أخرى خاصة بالوريد تحقن مرة كل شهر، وتصل تكلفة هذا العلاج إلى 17 ألف درهم شهريا، وهناك نوع آخر من الحقن وهي ANTI CD 20 الذي تأخذ حقنيتين في السنة، أما المدة التي يجب أن تفصل بين الحقنة الأولى والثانية فهي 10 أيام، وتصل تكلفة هذا النوع من العلاج إلى 60 ألف درهم للحقنة الواحدة، فيبقى الإشكال المطروح في هذا العلاج أنه جد مكلف، ولا يدخل في إطار التغطية الصحية.

نصائح لمرضى الروماتيزم

الكشف والعلاج المبكر قبل حدوث تشوهات بالمفاصل
ممارسة الرياضة .
تجنب استعمال الدرج بكثرة
تجنب الوقوف
تناول الزيوت النباتية زيت السمك زيت أركان زيت الزيتون
تناول الأسماك والفواكه الجافة.



الجيل الجديد في أدوية الروماتيزم

ونتيجة لتطور البيولوجية الحيوية، ظهرت أدوية بيولوجية حديثة تحمي الجسم من الالتهاب، وهي

الروماتيزم غالبا ما يؤدي بالمرضى إلى الكآبة، وهذه الأخيرة تزيد من حدة الألم، فيدخل المريض في حلقة مفرغة.





... داخل نفق مظلم، يمكن أن يحدث بين الرجل والمرأة أشياء عديدة تؤثر على استمرارية واستقرار العلاقة الزوجية.. نفق ممنوع و«حشومة» الحديث عنه في مجتمعنا المغربي....
صفحة سوف تضيء عتمة هذا النفق، حاملة بين طياتها أجوبة وتحليلات وتفسيرات من طرف مختصين وعلماء دين وأطباء نفسانيين وعلماء اجتماع...

نادية صمراني

الخبيل الجنسي بين الزوجين



وقبل كل شيء، هذا ما تؤمن به فاطمة، زوجة وأم لابن في عقده الخامس، التي ترى أن أي علاقة زوجية ناجحة يجب أن توضع فيها خطوط حمراء يجب على الطرفين التقيد بها، فتقول: «منذ الليلة الأولى لزواجنا، وأنا أحرص على التعامل مع زوجي بحدود في ممارستنا الجنسية، لدرجة أنني أمتنع عن كشف جسدي له، والمرأة الوحيدة التي رأى فيها زوجي جسدي عاريا، عندما أصبت بحالة إغماء في

يمكن أن تتجع العلاقة الجنسية داخل دائرة الخجل؟ وهل هناك خطوط حمراء بين الزوجين يجب عدم تجاوزها؟ وهل يمكن الوصول إلى اكتفاء جنسي بدون كسر حاجز الخجل؟

الخبيل معيار الاحترام

العلاقة بين الرجل والمرأة تقوم على الاحترام، أولا

■ الخجل الجنسي عنوان عريض، يفرض نفسه في بعض الأحيان على الحياة الزوجية، فيقلبها رأسا على عقب، ليصبح الزوجان غريبين تحت سقف واحد، بمشاعر ورغبات مكبوتة، خصوصا من جانب المرأة التي تقبل العيش مع زوج يحترمها، غير أنه من المستحيل أن تتحمل نظرات انتقاد أو لوم أو اتهام، فالمرأة بطبيعتها وتربيتها تخجل من الإفصاح عن حاجاتها الجنسية... لكن التساؤل المطروح، هل

على الإلمام أو التجربة المسبقة، وهذا ما لا يتقبله معظم الرجال... فالطبيعي أن يكون خجل الزوجة مقبولا وخجل الزوج ممنوعا...»

الدوش، وستكون المرة الأخيرة...»

عقدة نفسية واجتماعية..

وبالمقابل سعيد، واحد من الأزواج الذي يرفض وجود حاجز الخجل في الحياة الزوجية، لكن للأسف كما يقول: «أن هذا الحاجز طبيعة موجودة في شخصية كل زوجة مغربية، بحكم التربية والتقاليد والحشمة، فالبنيت منذ صغرها وهي مجبرة على كتم مشاعرها ورغباتها... وعندما تصبح امرأة ناضجة تتبنى فكرة أخرى أن الجنس من اختصاص الرجل، وهو صاحب العصمة، وبالتالي عندما تتزوج تبقى حبيسة هذه الفكرة... والغريب أن أغلب الرجال يعززون هذا الاعتقاد، بحيث نجد غالبا ما تبقى مسألة العلاقة الجنسية رهن إرادته وقتما يشاء وكيفما يشاء... وهو اعتقاد غير صائب ويجب تصحيحه عند الأزواج، لتجاوز الصمت الذي «يسبق العاصفة...» لأن خجل الشريك وعدم قدرته على البوح برغباته قد تقف حاجزا للوصول إلى اكتفاء ومتعة جنسية...»

الخجل من اختصاص الزوجة فقط

في حين الزوجة «نادية» ترى أن الخجل الجنسي أمر طبيعي في بداية العلاقة الزوجية، على اعتبار أنها فترة يكشف فيها الطرفان نفسيهما ورغباتهما الجنسية، لكن مع الوقت يتم كسر حاجز الخجل، وهو أمر يأتي بالتدريب والتعود، هناك من الأزواج من يتفوق في حل هذه المعادلة، وبالمقابل هناك أزواج يبقون محبوسين فيه... بالإضافة إلى ذلك هناك نقطة يجب الإشارة إليها، أنه بحكم العقلية المغربية فإن الزوجة التي تفصح عن مشاعرها وتتحدى صمتها، غالبا ما يحكم عليها حكم الإدانة ودليل

خجل الشريك وعدم قدرته على البوح برغباته قد تقف حاجزا للوصول إلى اكتفاء ومتعة جنسية.

الزوجة لباس لرجلها والزوج لباس لامرأته



الدكتور لحسن آيت بلعيد

البناء الزوجي الصحيح يقوم على المودة والرحمة والسكن العاطفي والنفسي، ولكي يتحقق ذلك، وضع الإسلام مجموعة من القواعد والضوابط في العلاقة بين الزوج وزوجته، خصوصا في المعاشرة الزوجية بينهما، فمن مثل ذلك ذكر الله تعالى في كتابه الحكيم «هن لباس لكم وأنتم لباس لهن». وبالتالي دعوة صريحة للاستمتاع والإشباع العاطفي والجنسي فيما بين الزوجين، بالإضافة إلى قوله تعالى «نساؤكم حرث لكم فأتوا حرثكم أنى شئتم» وهذه الآية في غاية الروعة، لأنها توحى بالقرب والدفع والستر والزينة، وكلمة لها إحياء بهذه المعاني، فلا يستغني الإنسان عن اللباس، المرأة لباس الرجل والرجل لباس المرأة، بدون وضع حواجز أو قيود الخجل بين زوجين تجمعهما أسرار وعلاقة حميمة لا يعلمها إلا الله سبحانه وتعالى.

كما أن الرسول صلى الله عليه والسلام في العديد من الأحاديث النبوية نصح الزوجين بالاستمتاع بالمعاشرة الجنسية، وتهيي الأجواء المناسبة، لكن شريطة التحلي بالأدب والاحترام، التي لا توقع الحرج ولا تشعر أحدهما بالإساءة إلى الطرف الآخر، وتجدر الإشارة إلى أن في العلاقة الزوجية غالبا ما تستتر الزوجة وتكتم رغباتها تأدب لما حياه الله، بها من حشمة ووقار، شريطة أن يتفهم الزوج مشاعرها ورغباتها فيساعدوها في أدب المعاشرة، بما لا يوقع في نفسها بما هو سلبي...

آمال شباش
أخصائية في
الأمراض الجنسية
والمشاكل النفسية

الخجل ممنوع و«الحشمة» مقبولة..

■ الحياة الزوجية هي ملحمة تناغم روحي وجسدي بين الرجل والمرأة، لا تحتاج إلى أي حاجز يعكر صفوها، خصوصا في الحياة الجنسية التي يجب تجنب إحاطتها بستار من الغموض الرهيب، والخجل غير المقبول من الطرفين، الذي قد يولد اضطرابا وتباعدا في الأحاسيس.

وكما هو معروف فإن المجتمع المغربي تحكمه العديد من العوامل التي تنمي الخجل كتربية والعادات وأيضا العقلية الأنثوية والذكورية، الأولى التي تقمع مشاعرها ورغباتها الجنسية على زوجها، مخافة أن يحكم عليها ويتهمها بأنها «امرأة لعوب»، وكرد فعل طبيعي يضطر البعض منهن إلى تمثيل وتصنع خجل مفتعل، وبالتالي تصنع اللذة والاستسلام للروتين، وبالمقابل هيمنة العقلية الذكورية التي تثبتت بهيمتها على العلاقة الجنسية، ولا يسمح للزوجة بأن تتخذ المبادرة، لأنها سوف تمس برجلته...

وهناك نقطة مهمة، يجب توضيحها، أن الخجل يصبح مشکلا خطيرا عندما يكون أحد الطرفين غير راض عن هذه الوضعية، فيلتزم الصمت، ويفضل البحث عن ضالته في إشباع رغباته الجنسية عند امرأة أخرى، أما في حالة وجود اتفاق، ربما طبيعتهما معا يحكما الخجل، فيمكن اعتبار الأمر شبه عادي عند بعض الأزواج خلال ممارستهم الجنسية.

وبالنسبة للتصانح التي يجب على الزوجين الالتزام بها في بداية علاقتهما الزوجية والجنسية، لتجنب الخجل أن يسمع الزوج زوجته، ويتفهم رغباتها الجنسية ويعلمها الصراحة والثقة، ويقترب منها أكثر، فمعرفة بعض التفاصيل الصغيرة والعميقة عن مشاعر ورغبات زوجته، سوف تؤسس للثقة والألفة بينهما، ويجب أن يتعلما معا، أن يستمتعا ولا يجعلوا الممارسة الجنسية شيئا بلا روح.

وتجدر الإشارة إلى أن الفرق بين الخجل الجنسي و«الحشمة»، أن هذه الأخيرة تتعلق بذاتية الفرد واحترام خصوصيته، ولا يتنافى مع أخلاقياته ودينه، سواء عند الزوج أو الزوجة.

من حق كل ضحية نصب واحتيال أن يتقدم بشكاية إلى وكيل الملك

ما العمل إذا كنت ضحية نصب؟ كيف ستتصرف؟ وأين ستكون وجهتك؟... عبد المالك ثفالي، محام بهيأة الدار البيضاء يقدم أهم الخطوات الواجب اتباعها في حال تعرضك للنصب.

رحمة بوشيع الجوهري



يفرز الواقع المعاش بعض الحالات، التي يتعرض فيها بعض الأشخاص للنصب من طرف بعض عديمي

الضمير، ممن يستغلون ثقة الأفراد بهم، في إطار التعامل معهم، فيقومون بالنصب عليهم، باستعمالهم لأساليب احتيالية قصد إيقاعهم في الخطأ، بتأكيدات خادعة أو إخفائهم لوقائع صحيحة بسوء نية، وذلك قصد دفعهم إلى أعمال تمس مصالحهم المالية.

وقد جرم المشرع المغربي هذه الأفعال من خلال الفصل 540 من القانون الجنائي، وعاقب مرتكبيها بعقوبة تتراوح من سنة إلى خمس سنوات، وغرامة من 500 درهم إلى 5000 درهم.

وعليه يقول عبد المالك ثفالي، محام بهيأة الدار البيضاء فإنه يحق لكل شخص كان ضحية نصب واحتيال من طرف أي جهة كانت أن يتقدم بشكاية إلى السيد وكيل الملك، بشأن ما تعرض له، حيث يقوم هذا الأخير وبعد دراسة الموضوع وتقديم المشتكى به أمام النيابة العامة، بتوجيه تعليماته للضابطة القضائية قصد فتح تحقيق في الموضوع، وتقديم المشتكى به أمام النيابة العامة، التي تقوم بمتابعته من أجل المنسوب إليه، وتعمل على تقديمه أمام العدالة قصد نيل الجزاء الذي يستحقه.

في الغالب تكون العناية بالمنزل وتنظيفه من الأولويات التي تعتني بها ربة المنزل. لك هذه النصائح.



● لإزالة البقع التي يسببها العرق، أضيفي مسحوق أقراص الأسبرين لماء الغسيل.



● للقضاء على تأثير روائح السمك أو البصل العالقة باليدين، قومي بذلك اليدين بشرائح ليمونة مقطعة.

● لإزالة بقع الصدأ من على الملابس عن طريق إضافة قدر من الملح إلى فتجان عصير ليمون، ويسكب هذا الخليط على بقع الصدأ الموجودة، ثم تترك في الشمس. وكلما بدأت البقعة تجف، تضاف إليها كمية أخرى من الخليط، بحيث يبقى مكان البقعة مبتلا دائما، وذلك حتى تختفي البقعة تماما. ثم بواسطة فرشاة ناعمة، تتم إزالة بقية الملح الجاف، وتغسل الملابس بالطريقة العادية.



● استخدم ماء دافئا وإسفنجة عند قيامك بتنظيف الثلاجة من الداخل والخارج، أما في حالة وجود بقع يصعب التخلص منها بالتنظيف العادي، فيمكنك استخدام إما الصابون الخاص بآلة غسيل الأطباق، أو إضافة فتجان من بيكربونات الصودا أو البيكنج باودر إلى ربع كأس من الماء الدافئ.

● أزيل البقع الدهنية أو الزيتية أو أي من أنواع الشحوم وبصمات الأصابع، من خلال إضافة محلول زيت معدني أو زيت أطفال إلى قطعة قماش نظيفة، ثم قومي بدعك المكان المراد تنظيفه بالثلاجة، ثم ابدئي عملية غسل نفس المنطقة، مستخدمة الماء الدافئ والصابون، وأيضاً الخل يفيد كثيراً في إزالة الشحوم والمواد الدهنية.





مسابقة «لالة فاطمة»

بمناسبة موسم الأعراس «لالة فاطمة»
تدشن سلسلة مسابقات للفوز بهدايا رائعة
ورحلات منظمة إلى اسطنبول بتركيا
بمساهمة ACCESS
HOLIDAYS&EVENTS
شاركوا أيها العرسان والأزواج في هذه
المسابقة للفوز بواحدة من 6 بطائق الرحلة
إلى تركيا.

6
تذاكر سفر إلى تركيا
+
التنقل داخل اسطنبول

طريقة المشاركة

إبعثوا برسالة SMS على الرقم 5054 تحمل الجواب الصحيح

يقول المثل «زواج ليلة تدبيرو.....»

A - يوم

B - عام

سعر SMS «TTC DH 6.00»

كيف نزرع الصدق في نفوس الأطفال؟

- تشجيع الطفل على قول الصدق، وتعليم الطفل كيف يصف ما يدور في خاطره دون تعنيف وإن كانت الفكرة خاطئة أو مخيفة.
- مكافأة الطفل وشكره عندما يقول الصدق لتعزيز قيمة الصدق في نفس الطفل.
- محافظة الوالدان على أن يكونا قدوة حسنة أمام الطفل بالتزام الصدق دائماً، وعدم الوقوع في فخ (الكذبة البيضاء) فهذا الأمر يجعل الطفل يفقد الثقة بوالديه.
- جعل مائدة الطعام فرصة في الحوار مع الأطفال حول موضوع معين أو إجراء المسابقات الترفيهية على أن يكون فيها سؤال عن خلق معين لإيصاله للأطفال ومنها الصدق.
- الاتفاق مع الجد أو الجدة عند زيارتهما على أن يحكي شيئاً من السيرة يخدم خلق الصدق، فالأطفال يتأثرون بالأجداد كثيراً، وكلما تعددت مصادر دعم الخلق كان أثبت في نفوس الأطفال.



احذري.. اكتئابك أثناء الحمل سيجعل طفلك المولود عدوانياً



«إذا كنت مكتئبة خلال الحمل..سيكون طفلك عدوانياً»، هذا ما أظهرته دراسة بريطانية حديثة، حيث كشفت أن إصابة الأم الحامل بالاكتئاب أثناء فترة الحمل قد يضاعف من احتمالات أن يصبح الطفل المولود عدوانياً عند بلوغه سن المراهقة. وأوضحت الدراسة أن اكتئاب النساء الحوامل يؤثر في هرمونات الجنين، ويعرضه لمخاطر الإصابة بأنواع مختلفة من العدوانية والاكتئاب خلال حياته المقبلة. وباستجواب الباحثين للأمهمات الحوامل أثناء مرحلة الحمل، وما بعد الإنجاب، وعند بلوغ الأطفال سن الرابعة، خلال عينة الدراسة التي شملت 120 أما حاملاً، تبين أن أطفال الأمهات اللواتي أصبن بالاكتئاب أثناء فترة الحمل تتضاعف بينهم بواقع أربع مرات احتمالات انتهاج مسلك عدواني عند بلوغ سن 16 عاماً، كما أنهم يكونوا أكثر عرضة لأشكال أخرى من أشكال السلوك المعادي للمجتمع. وأشارت الدراسة إلى أنها اكتشفت أن الأمهات اللواتي مررن بفترة مراهقة متوترة وغير مستقرة هن أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب خلال فترة الحمل.

فيما يلي بعض الأعراض التي قد تظهر عليك إذا كنت تعاني من الاكتئاب:

- عدم القدرة على التركيز
- القلق
- النزق والانفعالية الشديدة
- مشاكل في النوم
- التعب الشديد أو الإرهاق المستمر
- الرغبة الدائمة في تناول الطعام، أو عدم الرغبة في تناوله مطلقاً
- الحزن المتواصل.

إرشادات عند إعطاء الطفل الرضيع مكملات غذائية



- التأكد من أن الطفل الرضيع لا يعاني من ارتخاء العضلات، لأهميتها في تناسق عملية البلع، ويمكن ملاحظة وضع الطفل الرضيع للمعرفة هذا.
- استشارة الطبيب المتخصص في إعطاء الطفل الرضيع الطعام.
- البدء باستعمال ملعقة بلاستيكية ورخوة القوام، وتكون الكمية نصف ملعقة ثم القيام بزيادة الكمية والقوام تدريجياً حسب تحمل الطفل الرضيع.
- تجنب وضع الملعقة أو الطعام في فم الأم قبل إعطائه للطفل الرضيع.
- عدم إضافة السكر أو الملح للطعام المقدم للطفل الرضيع.
- الحرص على عدم إعطاء الطفل الرضيع العسل مبكراً لاحتوائه على عناصر معقدة التركيب ومواد قد تسبب التحسس.
- حفظ طعام الطفل بطريقة صحيحة وصحية.

أسباب عادة قضم الأظافر



- تقليد الكبار الذين يقومون بقضم الأظافر أو الأطفال المماثلين لهم بنفس العمر.
- كرد فعل من جانب الطفل تجاه موقف معين من المعلمة أو الأم.
- محاولة من الطفل للتخلص من زوائد الأظافر.
- تفريغ الطفل لمشاعر القلق والتوتر التي قد تسيطر عليه نتيجة مشاهدة فيلم رعب أو إهانة أحد الوالدين له أو مشاجرة له مع أحد زملائه.
- شعور الطفل بالغيرة من جانب شخص ما، فيلجأ إلى قضم الأظافر.
- إحساس الطفل بأنه شخص غير مرغوب فيه وجميع من حوله ينتفضونه، مما يترتب عليه شعوره بالغيرة بالرغم من وجوده بين أسرته.



ماهي مشاكل الفم والأسنان التي يعاني منها الطفل والمراهق؟ ما مدى خطورة أمراض اللثة والعظام على صحة الجسم؟ لماذا تعاني الفتاة من أمراض اللثة والفم أكثر مقارنة مع الذكر؟.. أسئلة وغيرها نجيب عنها الدكتورة بشرى عباسي، اختصاصية في أمراض اللثة والعظام بمستشفى مولاي يوسف.

رحمة بوشويوع الجوهري

مشاكل الفم عند الأطفال



الدكتورة بشرى عباسي
اختصاصية في أمراض اللثة

بالوراثة، ووجود ميكروب مصنف بالفم، بالإضافة إلى فقدان المناعة الطبيعية بالفم، إذ بالرغم من اهتمام الطفل أو المراهق بصحة فمه إلا أن وجود هذا الميكروب قد يؤثر بشكل سلبي على اللثة وعظام الفم.

■ ماهي أهم النصائح التي يمكن تقديمها للعناية بصحة الفم والأسنان؟

المعروف أن علاج أمراض الفم واللثة والأسنان تتطلب تكلفة مادية مهمة، كما أننا ندرك أن الفم وصحته هو مدخل لتفادي مجموعة من الأمراض، والعكس أيضا، أي أن مرض الفم يؤثر على أعضاء كثيرة داخل الجسم. وبالتالي يمكن تفادي هذه الأمراض بالاهتمام بالفم والأسنان، وذلك بتنظيفه ثلاث مرات في اليوم بواسطة فرشاة أسنان ومعجون غني بالفليور، بالإضافة إلى التغذية الصحية المتوازنة، خاصة بالنسبة للطفل في طور النمو، ثم زيارة طبيب الأسنان بشكل دوري.

■ غالبا ما يعاني المراهق من مشاكل على مستوى الفم والأسنان. فكيف يمكنه الحفاظ على أسنانه؟

إن اتباع إرشادات صحة الفم والأسنان منذ الصغر يعتبر

■ ساهمت بحملة شهر «صحة الفم والأسنان» فما هي المشاكل التي يعاني منها الطفل والمراهق على مستوى الفم والأسنان؟

أهم مشكل هو التسوس، وذلك نتيجة العادات الغذائية السيئة، التي يترتب عليها الطفل كآكل السكريات بكمية كبيرة، بالإضافة إلى عدم تنظيف الفم بمعجون غني بالفليور.

■ هل مشاكل أسنان الحليب هي نفسها مشاكل الأسنان الدائمة؟

من خلال معاينتنا لمجموعة من الأطفال، لاحظنا أن من هم قبل سن السادسة يعانون أيضا من التسوس، علما أنه في حال عدم الاهتمام والمعالجة ستتأثر الأسنان الدائمة بشكل سلبي، بعيدا عن الاعتقاد السائد بأن أسنان الحليب ستزول وتعوض بأسنان أخرى.

■ ماذا عن أمراض اللثة عند الطفل؟

أمراض اللثة عند الطفل نوعان: الأولى لها علاقة بعدم تنظيف الفم واستعمال فرشاة الأسنان، حيث تنتفخ اللثة وتبدأ بالانزيف. والثاني يظهر بعد سن 12 سنة، حيث تتأثر اللثة وعظام الفم عند فئة معينة من الشباب قد تصل إلى 20 في المائة. وغالبا ما تكون أسباب هذه الأمراض وراثية أو لها علاقة بعدم التنظيف. في هذه الحالات أقول بأن العلاج موجود، تكفي زيارة طبيب اختصاصي للوقوف على المشكل ومعالجته.

■ هل من اختلاف بالنسبة لهذه الأمراض على مستوى الجنس؟

الملاحظ أن فم الأنثى يتأثر بشكل أكبر مقارنة مع الذكر. حيث أثبتت الدراسات العلمية أن المراهقة تعاني من أمراض الفم واللثة أكثر بكثير، مقارنة مع المراهق.

■ هل من تفسير علمي لهذا الاختلاف؟

للأسف الدراسات العلمية لم تستطع تفسير هذا الاختلاف. لكن كما سبق وأشرنا أن للأمر علاقة

أفضل وسيلة لأسنان صحية خلال مرحلة المراهقة، وبالتالي عليه فرش أسنانه على الأقل مرتين في اليوم باستخدام معجون أسنان يحتوي على الفليور لتقوية الأسنان. ويقلل من تناول الأطعمة السكرية والنشوية، مع زيارة طبيب الأسنان بانتظام على الأقل مرتين في السنة لتنظيف أسنانه، وتدارك أي مشكلة صحية قد تواجه الأسنان أو اللثة قبل تفاقمها.

أزيد من 6650 عملية كشف في حملة شهر صحة الفم والأسنان

في إطار البرنامج الوطني لصحة الفم والأسنان، أطلقت كولجيت بتعاون مع المجلس الوطني لهيئة أطباء الأسنان، والجمعية المغربية لأمراض اللثة وزرع الأسنان، وكليتي طب الأسنان بالرباط والدار البيضاء، وأطباء القطاع الخاص، إلى جانب وزارتي الصحة والتربية الوطنية. حيث تم خلال هذا الشهر القيام بأزيد من 6650 عملية كشف، وبمساعدة أطباء الأسنان، وذلك عبر مجموعة من نقاط التواصل: قافلة متحركة خاصة بصحة الفم والأسنان، أروقة مخصصة لصحة الفم والأسنان بالمركبات التجارية الكبرى، تقديم فحوصات بالصيدليات وعيادات أطباء الأسنان الخواص، أيام مفتوحة بكلية طب الأسنان بالرباط... بالإضافة إلى الحملة الإعلامية التربوية، التي استطاعت بلوغ 6 ملايين شخص من خلال التلفزة، دون إغفال تغطية شاملة همت 108952 شخصا استفادوا من التحسيس مباشرة من طرف أطباء أسنان، ومن بين هؤلاء المستفيدين هناك 100000 طفل متمدرس.



بنواحي مدينة الدار البيضاء، وبالضبط بمنطقة دار بوعزة، اختار عبد الرحيم منذر، قائد ومدرّب المنتخب المغربي في كأس ديفيس منذ عام 1993، تشييد أكاديمية منذر للتنس سنة 2007، وهو الفضاء الذي أراد من خلاله تطوير كرة المضرب، وتقديم لاعبين محترفين وهواة في المستويات المطلوب، لتمثيل المغرب في التظاهرات الوطنية والدولية.

رحمة بوشيعو الجوهري
ت. أحمد الواحي

أكاديمية منذر للتنس: فضاء رياضي يستقبل أزيد من 300 منخرط من بينهم 26 من أبناء الدواوير المجاورة

المحيط، حيث أبنوا عن تجارب كبير على الرغم من أن تواجههم بالأكاديمية لم يمر عليه سوى ثلاثة أشهر.

مبادرة أراد من خلالها منذر فتح الباب في وجه أطفال لن تسعفهم ظروفهم المادية على ممارسة رياضة، طالما نعتت برياضة الأثرياء، لكن إرادتهم وعزيمتهم قوية، يقول منذر: "لقد استطاع هؤلاء الصغار الاندماج بشكل جيد، وأظهروا تجاوبا مع الدروس والتدريبات التي يتلقونها في الحصص التدريبية".

عبد الرحيم منذر أكد أنه عاش نفس التجربة، حيث تم إدماجه رفقة صديق له بنادي التنس، بتوصية من أحد الأجناب: "كنت في البداية أتكلف بجمع الكرات أثناء إجراء المباريات، ثم تدريجيا تلقنت أبعاديات الرياضة، إلى أن وصلت إلى ما أنا عليه الآن".

يذكر أن الأكاديمية تضم بالإضافة إلى مدرسة لكرة المضرب، 7 ملاعب، قاعة رياضية، مسبحين أحدهما مغطى، صالون للحلاقة والتجميل، حمام للنساء والرجال، بالإضافة إلى قاعتين للتدليك، وفندق لاستقبال الوافدين الأجانب.

■ «التنس للجميع»، هو الشعار الذي رفعه عبد الرحيم منذر بالأكاديمية، التي يشرف على تسييرها بدار بوعزة بمساعدة أطر ذات كفاءات عالية، يقول طارق بلعدي، مدير تقني ومدرّب كرة التنس: "تعمل الأكاديمية على خلق وصقل المواهب في رياضة التنس، من خلال تلقينهم دروسا نظرية وعملية، تهم بالأساس برنامج اللياقة البدنية الذي يراعي السن والمستوى، وتقديم دروس تنس مصورة للتعرف على الشكل النموذجي للمهارات... كل هذا على أيدي مجموعة مدربين متخصصين في تعليم المبتدئين، وتدريب الأبطال".

تضم الأكاديمية أزيد من 300 منخرط، أغلبهم من المؤسسات التي تجمعها بالأكاديمية اتفاقيات شراكة كأكاديمية جورج واشنطن، وبعض المؤسسات التعليمية الخاصة والتابعة للبعثات الفرنسية.

والجديد هذه السنة يقول طارق: "إن الأكاديمية تستقبل منذ شهر حوالي 30 طفلا من الدوار المجاور للأكاديمية بمنطقة دار بوعزة، تتراوح أعمارهم ما بين 7 و14 سنة"، يضيف طارق: "لقد استطاع هؤلاء الأطفال الاندماج بشكل جيد مع



فضاء ترفيهي، أراد الساهرون من خلاله جعله جنة للأطفال، حيث اللعب في الماء، والتزلق والسباحة وممارسة الألعاب بين ظلال النخيل وأشجار الزيتون وحوض سباحة بأمواج إفريقية. إنها حديقة الملاهي "وازيريا" بمدينة مراكش. رحمة بوشيع الجوهري

وازيريا:

الحديقة المائية الأولى بالمغرب



● الفضاءات الخضراء:

10 هكتارات مشجرة
30 ألف متر مربع من العشب الأخضر
باقات نخيل وسط تلال حقيقية
أزيد من 250 نوعا نباتيا مختلفا.

● الفضاءات المائية:

7500 متر مكعب من الماء الموزعة
على 6 أحواض
3 بحيرات
1 نهر طوله 540 مترا
130x10 مترا مسبح في الهواء الطلق
تتم تدفئة مساحته
1 دلو مقلوب.



● الألعاب الترفيهية:

16 مسلكا تزلقيا
المسبح الأكبر بأمواج إفريقية
مسار بعوامات على طول 540 مترا
1 مسبح للأطفال بمركب قراصنة
1 خشبة 10x5 مترا لتقديم العروض
الحية طيلة الصيف.



■ على مساحة 10 هكتارات، توجد حديقة وازيريا بمراكش الحمراء، بفضاءات متعددة خضراء ومائية، من شأنها تحقيق المتعة للصغار والكبار.

تضم حديقة الملاهي بحيرة القراصنة التي يمكن للأطفال من خلالها ممارسة لعبة القراصنة، وركوب البحر من خلال "تويوغونات" صغيرة، حيث يوجد حوض قليل العمق مصمم خصيصا للأطفال الصغار، بالإضافة إلى الدلو المقلوب والنهر الهادئ، الذي يخترق الحديقة، ويمكن الأطفال وذويهم من الاستمتاع بمسار هادئ فوق عوامات في لحظة استرخاء ثنائية، يقول عز الدين مسعودي، المدير العام لوازيريا: "السلامة هي الكلمة السر لحديقة الملاهي وازيريا، من خلال تواجد حوالي 30 معلم سباحة، ومنقذين مؤهلين وألعاب مؤمنة وأحواض قليلة العمق، بالإضافة إلى مستوصف مجهز..". بالإضافة إلى الأطفال، تلبى حديقة وازيريا حاجة عشاق الاسترخاء والخمول والطبيعة، من خلال ما يزيد عن 10 هكتارات من الحدائق والعديد من الفضاءات المجهزة، ناهيك عن توفرها على 16 مسلكا خاصا بالتزلق، وفضاء لممارسة الكرة المائية وكرة القدم الشاطئية. وتوفر الحديقة ستة فضاءات للأكل والمأكولات السريعة، حتى يستطيع كل مرتاد تناول وجباته بكل حرية وسهولة، بالقرب من الفضاء الذي اختاره.

يذكر أن الحديقة توفر نقلا مجانيا من منطقة كليز، قبالة مكدونالدز وجامع الفنا بموقف الكتبية.

التعريفات:

البالغين: 190 درهما لليوم و150 درهما لنصف اليوم، ابتداء من الثانية زوالا
الأطفال الذين يبلغ طولهم أقل من متر ونصف: 110 دراهم لليوم و90 درهما لنصف اليوم

مجموعة لباس أطفال على الموضة

إشراف: حياة زروقة بن عبد الله
تنسيق: سعاد بريشة
تصوير: نور الدين دودحي من استوديو روملي
لباس من عند Petit Bateau

تسوق



قميص بـ 289 درهما
سرّوال بـ 505 دراهم



فستان بـ 347 درهما
قبعة بـ 279 درهما



قميص بـ 315 درهما
سرّوال قصير بـ 420 درهما



تريكو بـ 499 درهما
قميص بـ 210 دراهم
سرّوال قصير بـ 369 درهما



سرّوال بـ 420 درهما



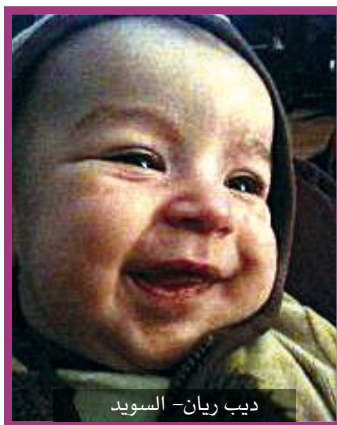
تريكو مزّين بخطوط بـ 263 درهما
تريكو بـ 460 درهما



قميص بـ 210 دراهم
فستان بـ 459 درهما



اكرامو نهيلة- اكرامو أمينة



ديب ريان- السويد



آية - الرباط



أيا السدي



كتاكيت فلالقطة



دينان غيتة - الدار البيضاء

عيد ميلاد سعيد
للكتوتة غيتة



محمد محل

عيد ميلاد سعيد
للكتوت محمد



سعد قرطاسي

عيد ميلاد سعيد
للكتوت سعد



بسمة

عيد ميلاد سعيد
للكتوتة بسمة



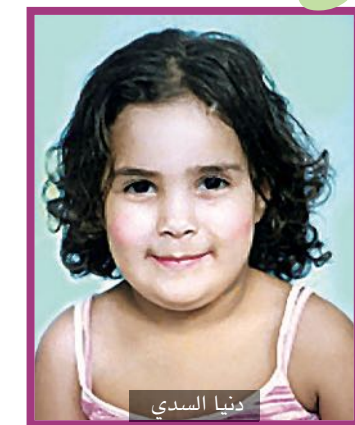
تسرين العلمي



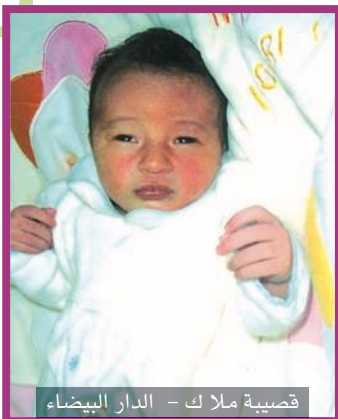
إيثار لخلنجي



جوهرة فاريسي



دنيا السدي



قصيبة ملاك - الدار البيضاء



فاروق غاز أوغلي - سوريا



قمر اوي يوسف



سكينة ونهيلة قرطاسي



كتفي مروة



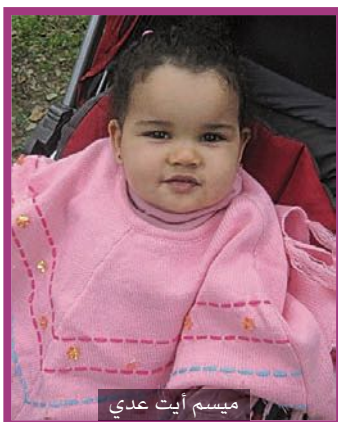
كتفي آية



ريم ومحمد أمين عمراني



محمد السدي



ميسم آيت عدي



مهدي - تمارة



ملاك السدي



ملاك آغا - سوريا



ملاك زهيدي



محمد طه لشكر



أزري عبد المالك - البيضاء



خديجة الداجي

من أقوال العلماء في أول دستور مغربي

يخرج اجتهادهم عن قواعد الإسلام الصحيحة، ومبادئه الثابتة.

ومما لا ريب فيه أن الإسلام نظام علمي يقوم في سائر الوجوه والأحكام، على خلاف ما يظنه الجاهلون؛ أنه بعيد من الحياة قريب من العبادة: «كبرت كلمة تخرج من أفواههم، إن يقولون إلا كذبا»؛ بل الكون والحياة والإنسان في نظره، وحدة متناسقة متعاونة بحكم صدورها عن إرادة واحدة مطلقة كاملة.

فلا يمكن لمن آمن به أن يخرج عن روحه ونظامه، ولا يصح التبعض في أحكامه وشرائعه، ولا يغني التمسك به في الأقوال دون الأعمال، صدق الله العظيم الذي يخاطب رسوله بقوله: «ثم جعلناك على شريعة من الأمر فاتبعها ولا تتبع أهواء الذين لا يعلمون».

تتعطل المصالح، ولا تتساقط الفضائل.

ونحن الآن بحول الله مقبلون على خوض معركة جديدة وتحمل تبعة عظيمة، فلا بد من شجاعة كافية لتحقيق دستور إسلامي، يراعى فيه تاريخ ونظام المغرب العربي المسلم، ويراعى فيه التطور الصحيح، والرفق المتين الذي يحمي ساحة الدين والأخلاق، ويرفع مستوى الحياة والأفكار، ويحفظ الحقوق والواجبات، ويوضح شكل الدولة والحكومة، وينظم السلطات المختصة، والعلاقات الاجتماعية.

وكتاب الله العزيز، وسنة رسوله الكريم هما المصدر الأول للدستور الإسلامي، وهما المرجع الحقيقي في حل مشاكل الحياة، وفرض النزاع الطارئ. وكذلك أعمال الخلفاء الراشدين، وأفكار العلماء المجتهدين الذين لا

■ قال الفقيه العلامة الفقيه الرحالي الفاروق: «من العدل مراعاة الشعور الوطني والقومي في صنع الدستور، حتى يكون مطابقا لما تجيش به صدورهم، وتؤمن له قلوبهم، وحتى يكون مبنيا على الأسس الطبيعية والتاريخية للبلاد، وهي التي نص عليها الخطاب الملكي الشريف، وهي التي عاش المغرب مكافحا من أجلها قرونا متطاولة ومتباعدة، وتاريخه السياسي حافل بمآثر الحضارة العربية والإسلامية، وشاهد صدق على تمسك المغاربة بهذه الدعائم، وافتخارهم بها طيلة التاريخ، فلا سبيل إلى الخروج بهم عن صبغتهم وحقيقتهم، ولا إلى تحويلهم عن وجهتهم وقبلتهم. ومن شأن القوانين الداخلية أن تثبت من داخل البلاد، لتلتقي مع العادات والطبائع والعقائد، فلا ترتبك الحياة، ولا

أسئلة في الدين

حضور المواعظ والمشاركة في الخير، وقد كان مسجد رسول الله صلى الله عليه وسلم مأهولا بالنساء اللواتي كن يصلين مع الرجال، وكان عليه الصلاة والسلام كثيرا ما يخصهن بالمواعظ، ويأمرهن بالصدقة، ويقبل منهن بيعة النساء.

أما إمامة المرأة بالرجال فإن الفقه الإسلامي مجمع على منعها، لما يترتب عنها من تغيير في هيئة الصلاة، إذ أن صلاة المرأة سرية بينما يعتبر السر في الصلاة الجهرية نقصا في صلاة الرجال. كما أن إمامة المرأة تقتضي حتما تقديمها، وتغيير موقعها في مشهد صلاة الجماعة، ولم يثبت في تاريخ المغرب ولا عند علمائه أن أمت امرأة الصلاة في المسجد لا بالرجال ولا بالنساء، في أي وقت من الأوقات، وهذا ما دأب عليه أهل هذا البلد الأمين، وجرى به عملهم في مختلف العهود. وكون المرأة لا تؤم في الصلاة لا يحمل على أنه منقصة لها، ولا حط من مكانتها، وإنما هو حكم راعى موجبات أخرى سبقت الإشارة إلى بعضها.

وإن المجلس العلمي الأعلى إذ يصدر هذه الفتوى يحسم كل خلاف فيما يثار حولها من تأويلات ومناقشات. والله الموفق للرشاد، والهادي إلى سواء السبيل.

الكاتب العام للمجلس العلمي الأعلى والمجالس العلمية المحلية الدكتور: محمد يسف

لقد اختار المغرب مذهب إمام دار الهجرة مالك بن أنس رحمه الله تعالى منذ تأسيس الدولة المغربية وكان هذا الاختيار مبنيا على أسس شرعية مستمدة من الكتاب والسنة، وسببا في جمع كلمة المغاربة ووحدتهم المذهبية عبر العصور. وقد اتجه المذهب المالكي في المشهور والراجح الذي به العمل إلى عدم جواز إمامة المرأة، كما يستفاد من أقوال أئمة المذهب من الفقهاء قديما وحديثا. فمن ذلك قول الشيخ أبي محمد عبد الله بن أبي زيد القيرواني: «ولا تؤم المرأة في فريضة ولا نافلة لا رجالا ولا نساء». وقول الحافظ ابن عبد البر: «ولا يجوز الائتتمام بامرأة..»، وقول الإمام المازري: «لا تصح إمامة المرأة عندنا، وليعد صلاته من صلى وراءها وإن خرج الوقت». وقول الشيخ خليل: «وبطلت بمن بان امرأة». وقوله في أقرب المسالك إلى مذهب الإمام مالك: «وشرط الإمام إسلام، وتحقق ذكوره، فلا تصح - أي الصلاة - خلف امرأة. فاشتراط الذكورية يحترز به عن الأنوثة.»

وما ذهب إليه المالكية من القول بعدم جواز إمامة المرأة يتأسس على اعتمادهم عمل أهل المدينة أصلا لتقوية أخبار الأحاد؛ ولو كان للمرأة أن تؤم النساء ذلك حتما إلى استقلال عالم النساء وانفصاله، ولم يعد بهن حاجة إلى أن يشاركن الرجال في المساجد، مع ما يتحقق لهن من



إمامة المرأة في الصلاة

كثيرا ما ترد على مجلتنا: «لالة فاطمة» وعلى موقعها: Lallafatema@gmail.com أسئلة تنصب كلها حول مسألة إمامة المرأة في الصلاة؛ حيث يتساءلون عن مدى حكم تقديم المرأة لتصلي بالنساء جماعة. فرأيت أن نعتمد جواب السؤال الوارد على الكتابة العامة للمجلس العلمي الأعلى من وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية المغربية، والمتعلق بالحكم الشرعي في إمامة المرأة في الصلاة، هل تجوز أم لا تجوز؟ فكان جوابه كالتالي:

بعد تدارس النازلة من هيئة الإفتاء بالمجلس العلمي الأعلى، واستعراض آراء الفقهاء المالكية في الموضوع، نجيب بما يلي:

مركز محمد السادس وتفعيله للثقافة المغربية الشيلية



أعلن مركز محمد السادس لحوار الحضارات بمدينة كوكيمبو بالشيلي أنه نظم «الملتقى الدولي الرابع لحوار الحضارات» ما بين 16 و 20 ماي 2011، تحت شعار: «حوار الحضارات والحقوق الثقافية». وقد نظم بكل من مدن كوكيمبو، وفيينا دي المار، وسانتياغو، بالتعاون مع جامعة دي المار، والجامعة الكاثوليكية بسانتياغو، وذلك في إطار تخليد الذكرى الرابعة لتأسيس هذا المركز الثقافي المغربي الذي افتتح في 14 مارس سنة 2007.

وأضاف أن الملتقى المنظم بالتنسيق مع السفارة المغربية وبدعم من بلدية كوكيمبو، عرف مشاركة مجموعة من الأساتذة من المغرب وإسبانيا والبرتغال والبرازيل وكولومبيا والمكسيك بالإضافة إلى الشيلي، في تنشيط محاضرة وثلاث ندوات. افتتح الملتقى بمحاضرة حول «صورة المرأة في وسائل الإعلام»، للباحثة المغربية: نادية المهدي، أستاذة بالمعهد العالي للإعلام والاتصال بالرباط. وأما الندوة الأولى فكان محورها هو: «الحقوق الثقافية: الديمقراطية والتعايش والمشاركة» شارك فيها كل من الأساتذة: أنطونيو ريبس رويز (جامعة إشبيلية، إسبانيا)، كامل كازور أليستي (الجامعة الكاثوليكية بكوكيمبو) وعبد الحميد بجوقي (الشبكة الأوروبية المتوسطية للتعاون من أجل التنمية). وأما الثانية فتمحورت حول: «الثقافة والتاريخ من أجل الحوار بين الحضارات»، شارك فيها الأساتذة:

فرناندو برانكو كوريا (جامعة إيفورا، البرتغال)، تيودورو خيسوس هرنانديز روخاس (كتابة الدولة للتعليم بجهة تولوكا، المكسيك)، إلدير باتريك مايا (جامعة ألاغواس بالبرازيل)، و بيدرو كنانيس من جامعة بيدرو دي بالديفا بمدينة لاسرينا الشيلية. وتناولت الندوة الثالثة، التي شارك فيها الأساتذة: محمد الصالحي (جامعة محمد الخامس بالرباط)، كارلوس كالبو مونيوز (جامعة لاسرينا)، أليكساندر يارزا دي لوس ريوس (جامعة أنطويوكية، مدينة ميديلين، كولومبيا) وفابيان ربيع أورتييز (خريج جامعة لاسرينا)، في محور: «الحوار والتلاقح الثقافي». وتدرج مثل هذه المبادرات في إطار رغبة مركز محمد السادس لحوار الحضارات، في توطيد علاقات التعاون مع مختلف الفعاليات الثقافية بالشيلي.

رياض الروح

■ قال رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «كَانَ فِيمَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ رَجُلٌ يَأْتِي وَكَرَّ طَائِرٌ إِذَا خَرَجَ، يَأْخُذُ فَرْخَتَهُ، فَشَكَا ذَلِكَ الطَّائِرُ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ مَا يَصْنَعُ ذَلِكَ الرَّجُلُ، فَأَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَيْهِ: إِنَّ هُوَ عَادَ فَأَهْلَكَهُ، فَلَمَّا أَفْرَحَ خَرَجَ ذَلِكَ الرَّجُلُ كَمَا كَانَ يَخْرُجُ، وَأَخَذَ سُلْمًا، فَلَمَّا كَانَ فِي طَرَفِ الْقَرْيَةِ لَقِيَهُ سَائِلٌ فَأَعْطَاهُ رَغِيفًا مِنْ زَادِهِ، ثُمَّ مَضَى حَتَّى أَتَى ذَلِكَ الْوَكْرَ، فَوَضَعَ سُلْمَهُ ثُمَّ صَعِدَ فَأَخَذَ الْفَرْخَيْنِ، وَأَبَوَاهُمَا يَنْظُرَانِ، فَقَالَا: يَا رَبَّنَا! إِنَّكَ وَعَدْتَنَا أَنْ تَهْلِكَ إِنْ عَادَ، وَقَدْ عَادَ فَأَخَذَهُمَا، قَالَ: فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِمَا: «أَوَلَمْ تَعْلَمَا أَنِّي لَا أَهْلِكُ أَحَدًا تَصَدَّقَ فِي يَوْمٍ بِصَدَقَةٍ ذَلِكَ الْيَوْمَ بِمِثَّةٍ سَوْءٍ.» وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ تَصَدَّقَ بِصَدَقَةٍ مِنْ كَسْبٍ طَيِّبٍ، وَلَا يَقْبَلُ اللَّهُ إِلَّا طَيِّبًا، كَانَ إِنَّمَا يَضَعُهَا فِي كَفِّ الرَّحْمَنِ يُرَبِّيْهَا، كَمَا يُرَبِّي أَحَدَكُمْ فَلَوْهُ أَوْ فَصِيلُهُ حَتَّى تَكُونَ مِثْلَ الْجَبَلِ.»

عن عائشة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا، أَنَّ هُنْدًا أُمَّ مُعَاوِيَةَ جَاءَتْ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ أَبَا سَفْيَانَ رَجُلٌ شَحِيحٌ، وَإِنَّهُ لَا يُعْطِينِي مَا يَكْفِينِي وَوَلَدِي إِلَّا مَا أَخَذْتُ مِنْهُ سِرًّا وَهُوَ لَا يَعْلَمُ، فَهَلْ عَلَيَّ فِي ذَلِكَ مِنْ شَيْءٍ؟ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «خُذِي مَا يَكْفِيكِ وَوَلَدُكِ بِالْمَعْرُوفِ.»



دين ومعاملة:

برنامج أسبوعي مباشر، يقدم صبيحة كل يوم جمعة، من الساعة: 09.00 إلى غاية: 12.00 . برنامج يثير قضايا دينية وحياتية، كما يهتم بمعالجة أسئلة المتابعين، بأسلوب يزاوج بين البساطة والواقعية، بالعربية، واللهجة المغربية الدارجة، والأمازيغية، في وسطية واعتدال، ومحافظة على الخصوصية المغربية في الشأن الديني: (العقيدة الأشعرية، والمذهب المالكي في الثقافة النفسية والإجتماعية، والتصوف في التربية على المحبة، وإمارة المؤمنين في تدعيم الأمن الروحي). ويهدف هذا البرنامج إلى تقريب الخطاب الديني، كما نادى به أمير المؤمنين جلالة الملك محمد السادس، في كل خطابه التي تعتبر مرجعية وأرضية لتدبير وتأهيل الحقل الديني وشأنه بالملكة المغربية.

أوال كلام

وانا إيبى أبنكال، أرتكساض

غواشريض

وانا: الذي

إيبى: عضه

أبنكال: الثعبان

أرتكساض: يخاف

غو: من

أشريض: الحبل.

(بالدارجة: اللي عضو الحنش، كيخاف

من القنب)

فواطم التاريخ

فاطمة بنت أبي العباس أحمد

حمدون الشقوري الأندلسي.

كانت زاهدة عابدة مجتهدة في

العبادة والديانة. (توفيت عام

1100 هـ) بفاس، قرب ضريح

سيدي محمد بن عباد داخل باب

فتوح.

ضمن الأركان الجديدة التي ستأخذ حيّزا من صفحات «لالة فاطمة».. سنخصّص ركنا خاصا بالراغبين والراغبات في الزواج، إيماننا منّا بما يمثله هذا الرّباط المقدس من تأسيس أسر تشكل نواة المجتمع نصبو لأن يكون مبنيا على دعائم شرعية.. ومجلة «لالة فاطمة» تفتح صدرها لكل طلبات الراغبين في الزواج، وكلها أمل في تحقيق آمانياتهم.. والمجلة إذ تطلب الجدية في هذه الخدمة، لا تتحمل أية مسؤولية، وتكتفي بنشر طلبات الزواج مرفوقة بالهاتف أو البريد الإلكتروني.

وأن تكون لديها نية صادقة في تكوين أسرة يسودها
الاطمئنان والحب والتفاهم والسعادة.
الهاتف : 0660363407

ومستورة.

الهاتف: 06 44 36 39 72



■ أنا شاب مطلق بدون أطفال، أبلغ من العمر 41 سنة، موظف وأقطن بمدينة الرباط، مستوأي الدراسي السنة الثالثة في الدراسات الإسلامية العليا، إنسان محافظ ومتدين وأتمنى إيجاد شريكة حياتي بالمعنى الصحيح، وأن تكون موظفة وإنسانة صادقة ومحترمة، والمهم أن تكون قادرة على مسؤولية الحياة الزوجية، تعرف ما لها وما عليها.
الهاتف: 0699221532

■ أنا فتاة، أبلغ من العمر 31 سنة، من مواليد مدينة الرباط، وأتوفر على عمل قار، انتمي إلى أسرة متواضعة ومحافضة، وعندي رغبة جدية في البحث عن ابن الحلال الذي أريده أن يكون متدينا يخاف الله ويحترم الحياة الزوجية، عمره يفوق 30 سنة، يتوفر على عمل قار، يعاملني بالمعروف يحترمني ويصون كرامتي، وأنا مستعدة للتعاون معه على السراء والضراء من أجل تكوين أسرة كريمة.
الهاتف: 0641567263



■ أنا عازب، من ضواحي مدينة صفرو، فقير الحال يتيم الوالدين، أقيم وحيدا غربيا في هذه الدنيا الفانية، أبلغ من العمر 39 سنة، على خلق ودين، أخاف الله، لا أدخن ولا أقرب المحرمات، وأتمتع بصحة جيدة وجسم سليم، أود الزواج بسيدة شريفة، عمرها يتراوح ما بين 40 إلى 50 سنة، ولا يهم إن كانت أرملة أو معاقة أو مطلقة أو عاقرا، وأنا مستعد للعيش معها في أي بلد تريده، وندائي هذا موجه فقط إلى كل مؤمنة صادقة تريد وجه الله.
الهاتف: 0610794360

■ أنا فتاة، أبلغ من العمر 32 سنة، أسكن بمدينة مراكش، وأتمنى إيجاد ابن الحلال الذي أريده أن يكون متدينا يخاف الله ويحترم الحياة الزوجية، يعاملني بالمعروف يحترمني ويصون كرامتي، يكون إنسانا صادقا في أقواله وأفعاله، جديا في الزواج، ليست عندي مواصفات محددة، الأهم أن يكون رجلا قادرا على تحمل مسؤولية الزواج، يكون سندي في هذه الدنيا، والله الموفق
البريد الإلكتروني: halima_fa@hotmail.fr



■ أنا مطلق ولدي طفلة، أبلغ من العمر 45 سنة، من مواليد مدينة الرباط، وأعمل موظفا بسطات، وعندي رغبة جادة في الاستقرار بإكمال نصف ديني، بنية صادقة بالبحث عن شريكة حياتي التي يأذن الله، أتمنى أن تكون إنسانة طيبة القلب في معاملتها وأخلاقها، محترمة، مؤدبة، حنونة على ابنتي، وتتاسبني سنا،

■ أنا أنسة، أبلغ من العمر 37 سنة، من مواليد مدينة الرباط، إنسانة متخلقة وصادقة، وجدية في البحث عن نصفي الآخر، الذي أتمنى أن يكون رجلا بمعنى الكلمة، والأهم أن تكون له نية صادقة في تكوين أسرة صالحة، ويتوفر على إمكانيات مادية ودخل لا بأس به، يؤهله لضمان حياة كريمة ومستورة.
الهاتف: 0622687121

■ أنا عازبة، أبلغ من العمر 34 سنة، ربة بيت متدينة ومحترمة، وأنتمي إلى عائلة كريمة، وأريد بناء أسرتي مع شخص جدي له عمل قار ويتمتع بقيم إنسانية، يخاف الله ولا يقرب المحرمات، له عمل قار وسكن مستقل، يحترم المرأة ويقدر الحياة الزوجية، ويرغب في تأسيس أسرة مستقرة، وإن يسر الله ساكون له نعم الزوجة.
الهاتف : 0615642880 أو 0644845334

■ أنا محجبة، عمري 36 سنة، أعيش بمدينة الدار البيضاء، إنسانة متواضعة، صادقة، أتمنى لعائلة كريمة ومتدينة، مقبولة الشكل، أرغب بالزواج على سنة الله ورسوله من رجل يتراوح عمره ما بين 38 و 40 سنة، يكون طيبا حنوناً، متدينا يخاف الله ويحترم الحياة الزوجية، يعاملني بالمعروف يحترمني ويصون كرامتي، ويقدر الارتباط بمعنى الكلمة، ويتوفر على سكن قار بالعاصمة الاقتصادية، ودخل يؤهله لضمان حياة كريمة



■ أنا شاب عازب، أبلغ من العمر 37 سنة، أتوفر على عمل قار، إنسان متدين وخلق، وعندى رغبة جدية في إكمال نصف ديني بالبحث عن شريكة حياتي، تكون "بنت الناس" و التي أشرت أن يكون عمرها لا يتجاوز 28 سنة، تتوفر على عمل قار، مقبولة الشكل حنونة ومتفهمة وجدية... وأن تكون لديها رغبة أكيدة في تكوين أسرة صالحة في المجتمع.

عنوان بريدي الإلكتروني:

konak2010@yahoo.fr



بشرط أن تطوي صفحة الماضي، وسأكون رهن الاستماع والطاعة والوفاء بعون الله.
الهاتف: 0677364606



■ أنا سيدة، أبلغ من العمر 47 سنة، أعيش بمدينة مكناس، إنسانة حنونة، طيبة القلب، وخلقوة ومحترمة، جميلة وبيضاء البشرة، أرغب بالزواج على سنة الله ورسوله من رجل لا يرغب بالإنجاب ويكرمني سنا، يكون طيبا حنوناً، متديناً يخاف الله ويحترم الحياة الزوجية، يعاملني بالمعروف يحترمني ويصون كرامتي، ويقدر الارتباط بمعنى الكلمة، ويتوفر على إمكانيات مادية ودخل لا بأس به، يؤهله لضمان حياة كريمة ومستورة.

الهاتف : 0633838948



■ أنا عازب ، أبلغ من العمل 43 سنة، أعمل بالجديدة وحاليا عاطل عن العمل، بالرغم من ذلك أبحث عن فتاة تقبل الزواج بي، فأنا إنسان مقبول الشكل وذو أخلاق حميدة، لا أقرب التدخين ولا المحرمات، أبحث من هذا المنبر عن زوجة عاملة لها دخل محدود إن أمكن، ولا أشرت أي شروط شكلية سوى أن تكون قصيرة القامة، ولديها رغبة جدية في الارتباط وتقاسم الحياة الزوجية جنباً إلى جنب

الهاتف: 0674156766



■ أنا مهاجر، أعيش بالديار الفرنسية، أبلغ من العمر 48 سنة، مطلق ورجل أعمال، إنسان متدين وصريح وصادق وجدي في إيجاد بنت الحلال، التي أتمنى أن تكون إنسانة متدينة تخاف الله، طيبة القلب، ولا يهم شكلها الخارجي، بل ما يهمني أن يكون جواهرها نبيلاً، ولديها رغبة جدية في مشاركتي الحياة الزوجية، وفي تكوين أسرة صالحة في المجتمع، يسودها الحب والاطمئنان والتفاهم.

الهاتف: 0033624768282



■ أنا إنسان من مواليد مدينة برشيد، أبلغ من العمر 61 سنة، وأقطن بالعاصمة الاقتصادية، أبحث عن زوجة صالحة ومصلحة ملتزمة بكتاب الله وسنة رسوله، متمتعة بصحتها العقلية والنفسية والجسدية، وأن تكون جميلة الخلق والخلق، متواضعة، مثقفة، رشيقة، ورومانسية، وبشرط أن لا تكون قصيرة القامة ومن الأحسن أن تكون لديها بعض الأعمال اليدوية وذات الطبخ اللذيذ، وعمرها أقل من 36 سنة والله ولي التوفيق .

الهاتف: 0644038781

■ أنا شاب، أبلغ من العمر 35 سنة، أقطن بمدينة مراكش، مهنتي فندقي وحاليا لا أعمل، أريد أن أكمل نصف ديني على سنة الله ورسوله بإيجاد زوجة تكون متفهمة وحنونة ومتعلمة وتتوفر على شغل قار ودخل، ولا يهم ماضيها كيفما كان المهم هو الحاضر



أفيلال محمد الأمين
نائب رئيس جمعية المتبرعين
بالدم بوجدة

التبرع بالدم دون المستوى المطلوب

رحمة بوشويو الجوهري

■ يخلد العالم يوم 14 يونيو اليوم العالمي للتبرع بالدم، فما مدى اهتمام المغاربة بالتبرع بالدم؟ إن الاهتمام الإعلامي هو الدافع لاهتمام المجتمع بأي قضية، أما بصفة عامة في المغرب ومن منطلق التجربة عبر مختلف المدن، هناك اهتمام متزايد منذ تأسيس جمعية المتبرعين بالدم سنة 1997 بوجدة، وتأسيس الرابطة المغربية لجمعيات المتبرعين بالدم سنة 2002، ولكن يبقى الأمر دون المستوى المطلوب، ومن المؤشرات الدالة على الأمر كون منظمة الصحة العالمية تعتبر أن البلد الذي تكون فيه نسبة المتبرعين بالدم أقل من 5% من السكان هي دون المواصفات المعتمدة لضمان تحاقن الدم بصفة سليمة وسريعة، ونحن عندنا نسبة المتبرعين بالدم تتراوح بين 0.07 و 2% حسب المدن.

■ كيف يمكن الرفع من الاهتمام بهذه القضية؟

أهم العوامل التي يمكن أن ترفع من اهتمام المغاربة بالتبرع بالدم، والتضامن مع المرضى لكون الدم لا يمكن صناعته والمصدر الوحيد هو التبرع البشري، هي اهتمام الإعلام بالأمر، وإضفاء صفة النفع العام لكل الجمعيات الفاعلة في مجال التبرع بالدم، وهي أكثر من عشرة، موزعة بموازاة توزيع المراكز الجهوية بالمغرب.

■ وما مدى نجاعة الحملات التي تقودها الجمعيات المهتمة؟

الحملات نوعان: إما داخل المراكز، ويكون الإقبال عليها ضعيفا، لكونه مرتبطا بالصورة السلبية للمستشفيات لدى المغاربة، ومن الصعب إقناع مواطن بالتوجه إلى المستشفى قصد التبرع بالدم، لتخوفه من سوء الاستقبال. أما خارج المركز فغالبا ما تكون في مكان العمل أو الدراسة، مثل الجامعات أو الوحدات الصناعية أو الثانويات... ويكون الإقبال عليها أكبر. لكن مشكلة حملات التبرع بالدم تكمن في ضمان سلامة المتبرع وسلامة المريض، الذي سيحقن بذلك الدم، ولضمان الجودة وتفادي السلبات، وضعت مراكز تحاقن الدم إجراءات محددة، ولكن لا زالت غير كافية.



عن سن 110 سنة، ودع عباس اليوسفي حياة العزوبية، بعدما تزوج من السيدة لطيفة مستتبر، 56 سنة، أرملة وأم لفتاة تبلغ من العمر 19 سنة. لطيفة استطاعت أن تقنع عباس بفكرة الزواج، حسب ما أوردته جريدة ماروك إيبندو الأسبوعية في عددها 923، بعد أن ظل عازبا لأزيد من قرن من الزمن.

مشاركة مغربية في القمة العالمية للمرأة بأسطمبول



شاركت نزهة الصقلي، وزيرة التنمية الاجتماعية والأسرة والتضامن في القمة العالمية الـ 21 للمرأة بأسطمبول، وقد قدمت السيدة الوزيرة خلال المائدة المستديرة للنساء الوزيرات، التي عقدت حول موضوع «الشراكة بين القطاعين العام والخاص: من أجل التقدم الاقتصادي للنساء والفتيات»، تجربة المغرب في مجال تعزيز ثقافة حقوق الإنسان بصفة عامة، وحقوق المرأة بصفة خاصة.

وأشارت إلى الورش الحالي لإصلاح الدستور والتقدم، الذي تم إحرازه في مجال التنمية الاقتصادية والاجتماعية بالمملكة، وأثره على تحسين ظروف المرأة المغربية. وشارك في القمة العالمية الـ 21 للمرأة، المعروفة أيضا تحت اسم منتدى دافوس للمرأة، هذه السنة حوالي ألف سيدة في مناصب المسؤولية، من جميع أنحاء العالم، لتبادل تجاربهم، والدفع في اتجاه تحسين ظروف المرأة.

24 طفلا يولدون يوميا من أمهات عازبات



كشفت دراسة حول الأمهات العازبات بالمغرب، أن المؤشرات المتعلقة بالتخلي عن أطفالهن، تشير إلى أن 8760 طفلا تم التخلي عنهم سنة 2009، أي بمعدل 24 طفلا في كل يوم، وأن 38 في المائة منهم تم التخلي عنهم بطريقة غير قانونية، أي حوالي 3329 طفلا. وحسب الدراسة ذاتها، التي أنجزتها الأستاذة نادية الشرفاوي، أخصائية علم النفس، لفائدة جمعية «إنصاف»، المهمة بمساندة المرأة والطفل في وضعية صعبة، فإن هناك 27.199 أما عازبة بالمغرب، وضعت 45.424 طفلا في 2009، 21 بالمائة منهم لديهم ما بين 3 و 6 أطفال، وأنه في كل يوم تضع 83 أما عازبة مولودا خارج مؤسسة الزواج، وأنه في كل يوم أيضا، يولد 153 طفلا خارج مؤسسة الزواج ضمنهم 24 طفلا يتم التخلي عنهم، وأن 82.5 في المائة من الأطفال يعيشون مع أمهاتهم، فيما تتكلف الجمعية بطفل من أصل ثلاثة أطفال.



الأستاذ نبيل مترجي
محام في هيئة الدار البيضاء مقبول
لدى المجلس الأعلى.



إذا كنتم ترغبون في
الحصول على استشارة
قانونية ابعثوا بها على
عنوان المجلة
أو على البريد الإلكتروني:
lallafatema@gmail.com

إرشادات وحلول.. بالقانون

طليقي يرفض الاعتراف بطفله

وضعت طفلا بعد طلاقي، وزوجي يرفض الاعتراف به، وتسجيله
في الحالة المدنية، هل يعتبر الولد غير شرعي؟

لمياء "الرباط"

إذا ازداد الطفل بعد مرور 6 أشهر على الأقل من تاريخ إبرام عقد الزواج،
وأمكن الاتصال بين الزوجين، وكذا إذا ولد الطفل خلال سنة من تاريخ
الطلاق، اعتبر الطفل شرعيا، ونسب إلى والده برضا، وإلا عن طريق
المحكمة بالإجبار، ولزمته نفقته.

هل يمكنني المطالبة بالزيادة في النفقة

أمام ارتفاع تكاليف المعيشة، لم تعد نفقة الأبناء التي يبعث لي بها
الزوج كافية، هل يمكنني المطالبة بالزيادة فيها.

أم طه "الفيق بن صالح"

طبقا للفصل 192 من مدونة الأسرة يجوز طلب الزيادة في النفقة المتفق
عليها أو المحددة من طرف القاضي، كما يجوز طلب خفضها بعد مرور سنة،
إلا في ظروف استثنائية.
إلا أن المحكمة تشترط إثبات وقوع تحسن أو تأزم في الوضع المادي الملازم
بالنفقة، وهو ما يجعلها ترفض جل دعاوى مراجعة النفقة.

هل يمكنني استرجاع ابني

ارتبطت طليقتي برجل آخر، هل يمكنني استرجاع ابني منها؟ وهل
يمكنني المطالبة بإسقاط النفقة وتوابعها، بحيث لا أبعث لها أي
مبالغ؟

عبد الرحمن "أكادير"

إذا كان الابن يبلغ 7 سنوات وما فوق، ولم يكن زوجها الجديد قريبا محرما
أو نائبا شرعيا للمحزون، أمكنك المطالبة بإسقاط الحضانة عنها، وانتقال
الابن للعيش معك.
وإذا قبلت أمكنك السماح لها بالاحتفاظ بالطفل، وتعفى من أداء تكاليف أجرة
الحضانة وسكنى المحزون، في حين تبقى ملزما بأداء النفقة لطليقتك.



صوفاك.. تحقق التطلعات

صوفاك تضرب بقوة من خلال إطلاقها لعملية القدرة الشرائية القوية، بوصفها فاعلا تجاريا من الدرجة الأولى في مجال القرض والسلف لصالح المستهلك، كما في مجال السيارات، فإن شركة صوفاك قد قررت هذه المرة الذهاب بعيدا في هذا المجال، من خلال جمعها بين ابتكار شخصية وهوية البطل القادر على عمل المستحيل، لترضية زبائن، وأيضا من خلال فتح آفاق تمكن المستهلكين من تحقيق مشاريعهم الحياتية بكل ثقة وأمانة وبساطة، وبطرق في متناولهم، كما تفسر ذلك السيدة دليلة الحصار، المسؤولة عن التسويق والتواصل بمؤسسة صوفاك. الحملة تسير تحت شعار تحقيق التطلعات، وتجسيد الأحلام، وتهدف بالدرجة الأولى إلى تحسين صورة صوفاك لدى الجمهور الواسع.

«نستلي المغرب» تطلق منتجات جديدة وتبني برنامجا لمحاربة الأمية



جددت «نستلي المغرب» مرة أخرى شراكاتها مع «مؤسسة زاكورة للتربية» في برنامج لمحاربة الأمية، بإنشاء تسع مدارس للتربية غير النظامية على جماعات قروية جهة دكالة عبدة، وفي هذا الإطار تم تدشين أولى مدرستين بدوار لحسينات ودوار ولد فكيرة بجماعة سيدي بنور، ومن ضمن المستفيدين من حوالي 68 في المائة من الفتيات .

وتجدر الإشارة إلى أن شركة نستلي أطلقت أنواعا جديدة من منتجاتها وكان ذلك في معرض الفلاحة الذي تم في مدينة مكناس الشهر الماضي.



أرييل في حدث عالمي في دبي

أحدثت التكنولوجيا ثورة حقيقية في المجالات كلها، حتى بتنا نرى العالم بصورة مختلفة عما كان عليه.. واستفادة بالتكنولوجيا، تدعو أرييل، الشركة الرائدة عالميا في مجال الابتكارات الخاصة بالغسيل، صحافيي العالم إلى اكتشاف ما حققته هذه الأخيرة في مجال تنظيف الأقمشة، في حدث عالمي، تنظمه شركة P&G في دبي، في الفترة الممتدة ما بين 30 يونيو و 2 يوليو.



إفريقيا: في بحث مستمر عن الجودة

«الجودة والريادة»، معياران تلتزم بهما، «إفريقيا»، الشركة المغربية لتوزيع المحروقات لكل زبائننا، في مجال عملها، سواء على مستوى التنظيم أو تدبير الموارد البشرية والمنتجات والخدمات، باتخاذها العديد من الآليات الجديدة، لتقوية مراقبة الجودة المنتقلة بثلاثة أضعاف، وجودة المحروقات على طول سلسلة القيم اللوجستية والتجارية، بالإضافة إلى الرفع من معايير للوقاية والمراقبة والتحسين.

حداائق مراكش مشروع من توقيع «فضاءات السعادة»



تواصل فضاءات السعادة توسيع عرضها العقاري، بطرح منتجها السكني الجديد

«حداائق مراكش»، والذي أرادته شركة النخيل القابضة نموذجا مرجعيا لمفهومها لنمط العيش الرفيع، من خلال تصويره عبر مزيج من الروعة والجمال، والرفعة، ودقة التصميم، الملائمة في الاستعمال... ويشكل هذا المشروع إضافة نوعية لسجل إنجازات مصممي، وهو عبارة عن توليفة متناغمة، تجمع روعة الإقامات الهادئة والفاخرة، مع وسائل المتعة والراحة التي توفرها المدينة.



Galleries Lafayette عنوان جديد في عالم الموضة بالمغرب

افتتح أخيرا Galleries Lafayette بمدينة الدار البيضاء، الذي يعتبر علامة متميزة، للحدثة والأناقة والموضة الحية والمتنوعة والمتعددة، والقادرة على إحداث ثورة في عالم الموضة، ونمط الاستهلاك لدى المغاربة. وتجدر الإشارة إلى أن Galleries Lafayette أبرمت اتفاقية مع مجموعة Aksal في شكل عقد امتياز حصري في السوق المغربية.

فاكور نظافة وحماية للبيئة



ابتكرت فاكور غسالة الأواني الجديدة، تتميز ببرنامج الاستهلاك المنخفض، والتي تمكنكم من اقتصاد 25

% إلى 40% من الطاقة. فيتخفيض فاتورتكم، فإنكم تساهمون في الحفاظ على كوكبنا، فبالإضافة إلى تقنية الغسيل الخاصة لبرنامج «سيكلون»، الذي يزيد من ضغط الماء بنسبة 80%، تضمن تحقيق نظافة كاملة للأواني، كما يمكن للغسالة أن تتكيف بفضل البرمجة الأوتوماتيكية مع وزن حمولة الأواني، وحيز الوقت المتاح لكم، ومستوى الاتساخ. الشيء الذي يجعل منها عبارة عن روبو صغير بكل معنى الكلمة داخل مطبخكم، روبو صامت.

نهاية الدورة السادسة من مسابقة Aiguebelle للشكلاطة



نظمت Aiguebelle للشكلاطة نهاية لمسابقتها الوطنية في دورتها السادسة. وكانت مرحلة الإقصائيات، خطوة حاسمة وغنية، وبعد اختيار عشرة طلاب للمسابقة النهائية، التي كانت مرحلة حاسمة للمتنافسين الذين حضروا حلويات وقطعا فنية حسب اختيارهم، قدمت للجنة التحكيم. وعرف حفل المسابقة النهائية تقديم الجوائز حيث تمكن ثلاثي نسوي من الحصول على الجوائز الأولى، وصعود منصة التتويج.

Gina k تدخل إلى السوق المغربية



أخيرا دخلت إلى السوق المغربية علامة Gina k، المتخصصة في استيراد النظارات الشمسية الراقية والعصرية. صوفيا طاهري بنيس، متخصصة في عالم الموضة والأناقة، تسعى إلى تقديم صورة أخرى للرفي والجمال بتوزيع علامة Gina k التي تحتوي على تشكيلات من ماركات عالمية لأسماء بارزة في مجال صناعة وتصميم النظارات من أمثال Jason Wu... و Philip Lim و Cesare Paciotti.

للتعرف عن قرب على الخضر المتوفرة حاليا في الأسواق، رافقنا الزميل خالد نزار في إطار برنامجه «عين على السوق» إلى «مارشي سنترال»، فاختار لكم هذه الخضر، ويدعوكم للتعرف أكثر على فوائدها المتعددة التي تدخل ضمن صفات طبية طبيعية.

من كل الثمرات



تلتقون كل صباح مع خالد نزار في برنامجه «عين على السوق» من الساعة 9.30 إلى 10.15

الكرفس

■ يتوفر على عناصر مهمة، منها الكالسيوم والصوديوم والبوتاسيوم والمغنيسيوم والنحاس والحديد والمنغنيزيوم واليود، وكذلك يحتوي على مواد هلامية وكربوهيدراتية، ومواد مدرة للبول وعناصر، وأيضا على مركبات مهدئة، بالإضافة إلى أنه مصدر عظيم للألياف، لذلك يعتبر علاجاً طبيعياً للإمساك، إلى جانب ذلك فهو يساعد على عملية الهضم، ويفيد لحالات الأرق وأمراض الصدر، ويزيل الانقباض النفسي، والسعال والتهاب المفاصل وضيق النفس والبعث، ويساعد على علاج تقرحات الفم والتهابات اللوزتين، كما ينصح بتناوله للمصابين بالسمنة والبدانة والسكر والتهابات المفاصل والروماتيزم والتهاب الكلى، كما أن الكرفس يستعمل مقويا عاما لخلايا الجسم ومرطبا ومدرا لمجري البول والدم، ومضادا لعسر الهضم والسمنة



البطاطا الحلوة

■ من الخضر الصحية المفيدة لجسم الإنسان، فهي تعتبر مخزنا غذائيا، لما تحتويه من البروتين والألياف والكالسيوم والمغنيسيوم والبوتاسيوم وحمض الفوليك، ونسبة قليلة من الحديد، بالإضافة إلى احتوائها على فيتامين «أ» و«ب» و«ج». وبالنسبة لفوائدها الصحية فهي سهلة الهضم، وتساعد في تسهيل عملية الإخراج، وتخفف من عوارض القرحة والروماتيزم والتهاب القولون، وكذلك تساعد الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في الدورة الدموية، وتساهم في تطهير الجسم من رواسب المواد المعدنية الثقيلة مثل الرصاص، الزئبق والنحاس.

السفرجل



■ يحتوي على عناصر غذائية مفيدة لجسم الإنسان، باحتوائه على 71 في المائة من الماء، وعلى نسب عالية من البروتين والألياف والسكر وكالسيوم، وعلى العديد من المعادن منها المنغنيزيوم والفسفور، الكالسيوم، والبوتاسيوم، والحديد والنحاس والكبريت. وللسفرجل فوائد صحية عديدة، فهو يقوي القلب ويفيد المصابين بالسل والصدر وانهايارات الرئة، كذلك يخفف من التزيف المعدي والمعوي، ويشفي الإسهال المزمن، ويفتح الشهية ويمنع القيء والحمى ويسكن العطش، ويشفي من سيلان اللعاب ومن الزكام الشديد ومن سيلان المهبل ويعالج فقد الشهية، والعجز الكبد.

البسباس



يحتوي على مكونات غنية مفيدة لصحة جسم الإنسان، منها زيت طيار، وأحماض دهنية، وفلافونيات، وفيتامينات، ومعادن، وبالتالي فلبسباس فوائد صحية متعددة، فهو يساعد في معالجة أمراض الصدر والسعال، خصوصا أزمات الربو والحساسية وتشنج القصبات الهوائية، وكذلك يساعد على إزالة التهابات وآلام المفاصل و الروماتيزم، وعلى التخفيف من الضغط الشرياني، وتنشيط الدورة الدموية، ويساعد في حالات ارتفاع ضغط القلب وتسارع دقاته، بالإضافة إلى ذلك فهو مفيد كمادة قابضة، صحي للمعدة ومقوي للجهاز الهضمي ومفيد في حالات الإسهال، وأيضا مقوي للبصر، وفاتح للشهية، كما أنه يستعمل كمهدئ للأطفال ليزيل المغص ويساعدهم على نوم هادئ، وبالمقابل يمنع تناوله بكثرة عند النساء الحوامل، خوفا من الإصابة بالإجهاض، على اعتبار أنه منشط رحمي قوي.

هذه الصفحة صفحتكم قراءنا الأعزاء، تريدون إبداء رأيكم في مجلتنا أو في المواضيع المطروحة فيها ... عرض شعر أو قصة قصيرة «لالة فاطمة» نتمكن من ذلك من خلال هذا الباب المخصص لكم.

خواطر القراء

المُسْتَهْتَرُ

مُسْتَهْتَرٌ قَدْ سَلَكَ يَوْمًا طَرِيقًا بِجَهْلٍ مَسَارَهُ،
فَيَجِدُ عَلَى حَرْفِهِ، شَبَاكَ الْحُبِّ تَرَبُّصٌ لَهُ. تَلَفٌ بِقَلْبِهِ،
وَتَغْوِصُ بِهِ فِي أَعْمَالِهِ بِحَرِهِ،
فَيَقَاوِمُ فِي ظُلَامِهِ، بَاحِثًا عَنْ مَخْرَجٍ مَعَ مَوْبِهِ.
وَمَا عَسَاهُ يُقَاوِمُ الْحُبَّ وَهُوَ مُجَرَّدُ كَلِمَةٍ،
حُرُوفُهُ، بِحَبْرِ قَلَمٍ، عَلَى الْوَرَقِ مَكْتُوبَةٌ.
مُعْطَايَاهُ مُجَرَّدَةٌ، لَا تُرِي وَلَا تُلَمُسُ،
لَكِنَّمَا ضَرْبَاتُهُ، تَهْدِفُ الْقُلُوبَ فَتُولَمُ وَتُحْسَنُ.
وَمَنْ سَيُفِيهِ مِنْ هَذَا الْجَرَجِ الْعَوِصِ،
حَتَّى لَوْ أُشْرِفَ ثَرَوَةً، كُلَّهَا مِنَ الذَّهَبِ الْخَالِصِ.
وَلَنْ يُسْفُوَ الْحُبُّ، عَلَى مُسْتَهْتَرٍ مِثْلِهِ،
وَلَوْ تَوَسَّلَ مَوْطِئُ الرَّأْسِ، مُعْتَرِفًا بِحَقِّهِ. حِينَئِذٍ لَنْ يَتَسَفَى فِيكَ،
مَنْ يَعْرِفُ قَدَرَ فَضْلِكَ،
لأنَّ ذَاقَ بَلَاءِ الْوَبَاءِ الَّذِي يَتَرَبَّصُ بِقَلْبِكَ. ولأنَّكَ يَوْمًا، اسْتَهْزَأْتَ
بِمَنْ جَاءَكَ يُلَوِّعُ بِمَسَاعِيرِهِ،
فَقَلْبَتَ ظَهْرَكَ، وَلَمْ تَكْتَرِثْ قَطُّ لِمَوَاجِعِهِ. وَالْآنَ وَقَدْ طُعِمْتَ نَفْسَ
الْعَذَابِ، فَلَنْ تَسْتَهْتَرُ،
وَأَرْفُوهُ، بِقَلْبٍ مُوَلِّعٍ، يَسْكُو بِلَوَاهُ، وَكُنْ لَهُ مُقَدَّرٌ.

نزهة اسما كي



■ أنا من عشاق مجلة "لالة فاطمة"، والحريصات على اقتنائها، لذلك بكل فخر أمتلك جميع أعداد مجلتي المفضلة، ودائمًا أستمع بمواضيعها القيمة وأزيائها الراقية، وأتمنى لها المزيد من النجاح والاستمرارية، لأنها بكل فخر في المستوى الرفيع.

هيام الشرط "فاس"

بدورنا نشكرك على اهتمامك ونبل أخلاقك، ونتمنى أن تبقي صديقة وفية لمجلة "لالة فاطمة".

■ يسعدني ويشرفني أن أكتب هذه الرسالة لكي أشكركم على مجهوداتكم المبذولة من أجل قراء مجلة «لالة فاطمة»، وعلى تقديمكم عدة مواضيع متعلقة بالنساء والرجال والأطفال والشيوخ... ولا ننسى كذلك بعض المواضيع الدينية مع الدكتور الحسن آيت بلعيد، وبعض المواضيع القانونية مع الأستاذ نبيل مترجي، إلى جانب الموضة الراقية التي تعرف بالأزياء التقليدية المغربية.

نبيلة "الدار البيضاء"

شهادة راقية من صديقة وفية لمجلة "لالة فاطمة"، فتحية بمسك العنبر لك ولكل القراء الأعزاء.

شكر على تعزية



تتقدم أسرة آيت يدر بن سعيد وآيت سماين نايت العربي بالشكر الجزيل إلى كل من شاطرهم أحزانهم، وإلى كل من عبر عن تعازيه، خلال تشييع جثمان الفقيدة إلى مثواها الأخير.
نطلب من الله أن يمنح الجميع طول البقاء، وأن يجزل لكم الأجر والمثوبة.
وإنا لله وإنا إليه راجعون.

البحث عن النصف الآخر

تفتح مجلة **لالفاطمة** زاوية لقرائها الراغبين في الزواج لمن يهمهم الأمر والجادين فقط عليهم أن يبعثوا بنسخة من بطاقة التعريف الوطنية ومواصفات الزوج أو الزوجة المرغوب فيهما. ويمكن لهم إرسال طلباتهم على البريد الإلكتروني للمجلة لصفحة ركن الزواج lallafatema@gmail.com

عناوين تهمك

المعاريف الدار البيضاء
الهاتف: 0522.94.16.35

Zina marrakech

33، زنقة ماجوريل مراكش
الهاتف: 0661.24.91.97

Jamila diani

الهاتف: 0663.23.35.03

Féline

الهاتف: 0668.95.41.32

Bolso

توين سنتر المعاريف الدار البيضاء
الهاتف: 0522.95.89.79

Moa

الهاتف: 0522.95.88.8

Lady in red Beauty Success

توين سنتر الطابق الأول المعاريف
الدار البيضاء
الهاتف: 0522.95.80.20

Bazar Goulal

الهاتف: 0666.73.31.06

Scarpa

الهاتف: 0663.20.84.04

Bee Fly

الهاتف: 0522.23.31.68

Vanolli

الهاتف: 0661.11.41.24

لجمالك:

كلثوم العنبري

الهاتف: 0660.46.19.13

Jean-claude francois

17زاوية زنقة بوان دوجور وزنقة إمام
الأوسي بوركون الدار البيضاء
الهاتف: 0522.27.24.06

أركيسترا إبراهيم

لجميع المناسبات
الهاتف: 0661.97.89.75
0664.92.05.71

اللباس التقليدي

Meryem Benamour

الهاتف: 0661.15.55.90

شادية السبتي

الهاتف: 0664.49.36.79

هند بن سعيد

الهاتف: 0661.16.98.32

زهرة يعقوبي

الهاتف: 0660.79.27.35

دنيا تادلاوي

الهاتف: 0666.21.18.39

تسوق

Dream Girl

شارع زرقطوني 149، توين سنتر
المعاريف الدار البيضاء
الهاتف: 0522.95.86.98

Petit Bateau

30، زنقة نورماندي راسين الدار
البيضاء
الهاتف: 0522.36.25.84

Gazal

زنقة علي عبد الرزاق مقابل مدرسة
ولادة - الدار البيضاء
الهاتف: 0661.14.47.60

Empire

167، توين سنتر - الدار البيضاء
الهاتف: 0522.95.80.35

Miss Camilia

توين سنتر الطابق الأول الدار
البيضاء الهاتف: 0522.95.87.08

Steve Madden

الهاتف: 0522.95.10.29

Naturalizer

زنقة مسودي راسين شارع المسيرة
الخضراء رقم 14 الدار البيضاء
الهاتف: 0522.95.10.29

Pepe jeans

22، زنقة ابن هلال بلاس دزيريس

خائن أنت.....!!!!

كنت صابرا يا غالي
وفي حياتي أصبحت أعاني
نظراتك كاذبة أخفت أسراراً عني
أخطأت لما اخترتك من بين أصدقائي
يا ليتك أظهرت صدقك في معاملتك معي
صرت كالوهم الخادع الذي يجرّحني في ظهري
كونت أوراقي بالأسود ووقفت أمام منبع نوري
يا ليتك كنت صادقاً واستغلّيت محبتي
لأعطي وأجعلك سعيداً معي
حسبك سئلاً حياتي باللون الوردي
لكنك أعميتني وجرّحتني وبهت لوني
وقلبك الحافر فتح أبوابه أمامي
وأنفجر وطار اللون الأسود على عيني
عمياء بلا قلب بسبك أنت يا خائن

نورة مدحت

ترنئة

ألف مبروك

وسط جو بهيج حضره كل الأهل والأقارب والأصدقاء،
احتفل **الوطواط بشير** بعقد قرانه على **الكندي**
خديجة، وبهذه المناسبة السعيدة نتقدم للعروسين
بأحر التهاني وأصدق الأمنيات ونتمنى أن يدوم
الحب والسعادة بينهما كل العمر... بارك الله
لكما وبارك عليكما وجمع بينكما في خير.



عيد ميلاد سعيد

احتفلت عائلة حنين محمد وزوجته أسماء برادة بعيد
ميلاد ابنتهم **شيما** التي أطفأت شمعتها الأولى
وبهذه المناسبة السعيدة نتمنى للصغيرة شيما
حياة مليئة بالفرح والمسرات مع والديها.



سودوكو

متوسط

	2		5	7	4	1	8	
		4	1		6	5		9
5		7				4	6	
	5			1	7		4	8
					8	7		5
			6			9		
		9	4	3	5			
				6		2	5	
	4	5			1			

صعب

1		7						3
6	8	9	3	7			4	
3	5	2		9		8		
		8		5		6		4
4	6	5		8				
	3	1						
		4	8					
9			7		5	4		
	7	6	4	2			1	5

انطلق من الأرقام الموضوعة في الجداول وأكمل الشبكات، كل سطر وكل عمود وكل مربع، بحيث تملأ كل ثلاث خانات من الخانات الثلاث بالأرقام من 1 إلى 9 دون تكرار الرقم.

سهل

1	4			2		8		
7				4			2	
		3		9		4	5	
9		7			3	5		4
2		8	4			7		
5	1	4	9	7	6	2		8
	7		1			9		6
			7	3	2			
		1	8	6		3	7	

معقد

3			4					
		5					1	
	8		1	9		4		
			8					1
9							7	
	7			5	9	6		8
	4	3		2				
	2					9		
7	5					8		

توابل ربادي

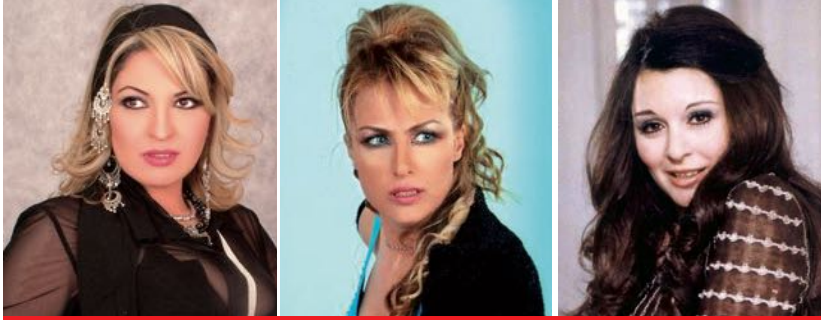
بائع التوابل - الفواكه اليابسة - جميع مواد الحلويات وتجهيز ديكورات - الأعراس والحفلات

السوق البلدي رقم 145 سيدي مومن الجديد - الدار البيضاء -
المحمول : 011 48 15 16 / 014 95 80 91



مميزات برج الجوزاء

هذه المرأة جميلة، سعيدة الحظ، مغرمة بالألوان والزهور وبالطبيعة والفنون، عواطفها حارة بالرغم من تقلبها وهوائيتها، مما يجعلها تبدو باردة الإحساس بعض الشيء. واقعية لا يغيرها الكلام العاطفي ومعقول القول، فهي نخب بعقلها لا بقلبها، تعشق المال إلا أنها تقطر أحياناً في المصاريف بما يشبه البخل. وابتسامتها تفتح لها الكثير من الأبواب، لهذا فهي تخسر الكثير عندما تكف عن أن تكون بشوشة الوجه جذابة الحديث. نخب الحيوانات الأليفة، وغالباً ما يكون في دارها قفص للطيور المفردة.



نهلہ سلامہ

سيمون

سعاد حسني

مشاهير برج الجوزاء

الحمل 21 مارس - 20 أبريل

قد تتورط بقصة خاصة أو بأحداث مميزة. تتعامل مع معلومات مربكة وتتلقى بعض الاعترافات. تجنّب حسم الأمور المصيرية والنزاعات. الأجواء ضعيفة لا تقدم على قرار. قد تدور نقاشات حادة حول عقود وأوراق رسمية، وربما حول زواج.

الثور 21 أبريل - 20 ماي

تعيش فترة مثقلة بالأعباء العائلية، وقد تختلط عليك الأمور فتفقد قدرتك على التركيز لترتكب خطأ واضحاً يجبر عليك سلسلة من المواقف المربكة. قد تشعل النار من حولك وتحرق خط العودة، فتتأزم الأوضاع، ويخرج وضعك.

الجوزاء 21 ماي - 21 يونيو

تشير هذه الفترة إلى أحداث غير متوقعة تثير الانفعالات، وإلى ضرورة إجراء تعديلات على شراكة معينة. كذلك قد تكون الأجواء العائلية متطلبة، ما يتوجب عليك تفهماً وابتعاداً عن عدائية الناس والأجواء.

السرطان 22 يونيو - 22 يوليوز

تكمل جهودك بالنجاح وتتعاظم مع الأمور الحياتية بانفتاح. تكون المواعيد الاجتماعية والمهنية جيدة، تهتم لتوظيف أموالك ولاستقرار وضعك المالي. تجنب تبذير الأموال، قد تحمل إليك هذه الفترة ربحاً أو تقدماً.

الأسد 23 يوليوز - 22 غشت

حاذر المشكلات العائلية، أنت تشعر بضغط، لكنك قد لا تتجح في تحديد سببها. حافظ على مشاعرك

لنفسك. اعمل خلف الستار، ولا تعرّض نفسك لحكم الآخرين عليك. حاول أن تدرس أمورك بصمت وهدوء. تبدو فعاليتك عالية وقدرتك على التواصل ممتازة.

العذراء 23 غشت - 22 شتنبر

تميل إلى روح المصالحة والتقارب، كما أن بلاغتك وقدرتك على التعبير مميزة ولافتة للاهتمام، وبالتالي ستحقق نجاحاً على الصعيد الاجتماعي والإعلامي والفني والسياسي. كما يمكنك أن تتقدم بطلب قرض مالي، إذ من المحتمل جداً أن تناله.

الميزان 23 شتنبر - 22 أكتوبر

تحمل إليك هذه الفترة الوعود الكثيرة، ولكنها تدعوك إلى التصرف بهدوء ومنطق وتعتّل. أحط نفسك بالمحبين ولا تذهب حيث الأخطار. لا شك في أن هذا اليوم يهيك الحيوية والديناميكية ويزيد من جاذبيتك وسحرك. تترك أثراً أينما حللت ويطلب الآخرون حضورك في أوساط عديدة، ما يجعل حياتك الاجتماعية صاخبة ومغنية، إلا أن الحذر يبقى ضرورياً عندما تشعر بالخطر.

العقرب 23 أكتوبر - 21 نونبر

تعاكسك بعض الرياح السلبية، لتمتحن قدرتك على مواجهة المشكلات والضغط. قد تظهر في هذه الفترة خلافات شخصية. قد تقلق بشأن عاطفي ومتاعب تعطل لغة الحوار بينك وبين الحبيب، وتضع أولوياتك تجاهه على المحك، كما قد يتقرر مصير مرحلة مهمة في حياتك.

القوس 22 نونبر - 21 دجنبر

تعيش حالة من الفوران والغليان، وتستفيد من بعض

الأوضاع لتناقش شأننا شخصياً بحماسة قصوى، وتصطدم ببعض العراقيل. لكن المواقف الإيجابية والمسالمة تسهم في تخفيف المتاعب. قد تعيش بعض الشكوك أو المخاوف، ما يولد ردات فعل دفاعية. أنصح لك الابتعاد عن العدائية والعنف. حاول ألا تعرّض استقرارك العائلي أو العاطفي للأخطار، ولا تتخذ قراراً حاسماً تحت وطأة الغضب.

الجدي 22 دجنبر - 19 يناير

تشعر بالطمأنينة والسلام الداخلي. الوقت مناسب للقيام بخطوة جريئة. لا تتردد في الدفاع عن حقك. باستطاعتك أن تكون محط الأنظار. تلقي الأصدقاء، وتفرح لتأييد ما يمهّد لمشروع مهني جيد، كما أن الأوضاع العاطفية والعائلية على أفضل مايرام.

الدلو 20 يناير - 18 فبراير

تحتاج إلى الوحدة لمراجعة أوضاعك، وتشهد علاقة شراكة لك. ربما يتقرر زواج أو تكتشف ما يجب حسمه قبل اتخاذ أي قرار، وقد توقع عقداً بشأن عمل مشترك مع بعض الفئات.

الحوت 19 فبراير - 20 مارس

استرح بعض الشيء، أنت بحاجة إلى الابتعاد عن الصخب والضغط اليومية. لا تتعهد شيئاً. اعمل خلف الستار، نظم أمورك ورتب أوضاعك وأوراقك بهدوء. كن واعياً دبلوماسياً لمواجهة أصحاب النفوذ والكلمة الفاصلة. وظف كل مواهبك لكن لا تتخط الحدود، ولا تتكلم في موضوعات لا تخصك.

■ لو عددنا موانع الابتسام ما أحصيناها. فمنها ما يعود لمشاكل الحياة العصرية وما تقتضيه من تحديات لتحقيق أبسط الأحلام اليومية، ومنها ما يعود لخصوصية ثقافتنا المغربية المتشعبة بالمعتقدات المرضية، كالخوف من العين. فنجد من ترتدي قناع التكشيرة والعبوس فقط كي تنفي عنها تهمة السعادة. فكم سيدة ما بها داء ولا شقاء تبذل قصارى جهدها كي تبدو في أحلى زينة وأبهى حلة، لكنها ما أن تعتب باب بيتها حتى تقفل أسارير وجهها وتعدّد حاجبيها صدا لأول عين تترى بها. ولو اطلعنا على لسان حالها لسمعناها تقول: «أأبتسم كي يظنوا أنني بصحة جيدة؟ أأبتسم كي يظنوا أنني حامدة، شاكرة؟! لا وألف لا. سأتظاهر بالمرض كي يرثوا لحالي ويتركوني وشأني. إفرحوا أنتم بابتسامتكم وحب الناس لكم، فأنا أفضل أن أكتسب تجاعيد جديدة كل يوم وأعجل بالشيخوخة المبكرة وأزهد في أجر صدقة الابتسام فقط كي أتقي شر عيونكم الحاسدة!»

«لسنا في حاجة إلى تعلم الابتسام!» هذا ما «اكتشفه» أحد علماء النفس. ودلّل على ذلك بقوله: «حتى الأطفال الذين يولدون فاقد البصر والذين لم يروا أحداً يبتسم في وجوههم يبتسمون. وهذا دليل على أن وجوهنا خلقت كي تبتسم». لكن يبدو أن وجوهنا، نحن، خلقت كي تكشر في الوجوه! هل تذكر في صغركم عدد الوجوه التي كانت تبتسم لكم؟ أنا لا أذكر سوى الوجوه العابسة، المناقفة. كانوا يبتسمون لنا في حضور أمهاتنا وما أن يتوارين عن الأنظار حتى تعود التكشيرة على وجوههم. كم كان الكبار بخلاء، كم كانوا غلاظا، فظاظا. وحتى لو جادوا بابتسامة فلأطفال ذوي الوجوه المليحة والملابس النظيفة، أما الآخرون فكانوا عدماً.

حين رأيت شعوباً أخرى عجبت لقدرتهم على الابتسام سواء للصغار أو للكبار. الابتسامة عندهم تهذيب ولباقة واحترام. إذ يعتبر من قلة الذوق واللياقة أن تلتقي عينك بعين أحدهم أو إحداها دون أن تتبادل معهم ابتسامة عمرها ثانية. نعم ثانية واحدة، لأن المقصود منها هو الحد من رؤية العبوس أو التجهم الذي يزيد في أسباب الاكتئاب، وليس المقصود منها الغزل أو المعاكسة أو التعارف والابتسامة بهذا المعنى إقرار بوجود الآخر، وهي بذلك تخالف عقيدة التجهم التي غالباً ما تُحمل على مبدأ التجاهل والإقصاء والإلغاء للآخر. كما أنها تمحي آثار الغل والشئان بين الناس، وتزغ فتيل المشاكل والتوترات بقدره سحرية لا يعرفها إلا من جربها.

بعد عودتنا إلى المغرب، كادت طفلي الصغيرة أن تكتسب لها هالها من كثرة الوجوه العابسة. فهي لم تتعود أن تخرج لمكان عام دون أن تستوقفها المراهقات والأمهات كي يداعبها ويسألها عن اسمها وعمرها. فشرحت لها أننا نعاني مزيجاً من الحسد والحقد والغيرة. ناهيك عن عدم اهتمام «بعض» الآباء والأمهات بأطفالهم. وبرهنت لها على ذلك بالوقت الذي يقضونه في الشوارع بعيداً عن مراقبة ذويهم. وختمت شرحي لها بسؤال مفتوح: لو كانت الأمهات زاهدات في القرب من بناتهن وأولادهن فبأي قلب سيبتسمن لك؟!

بعض الفتيات والنساء الطيبات يعتقدن أن السبيل إلى اكتساب لقب «سيدة المجتمع» يأتي عن طريق الاستعلاء والتكبر ورسم التكشيرة على الوجه. وهي لعمرها كلها مواصفات للتفكير والترهيب وليست أبداً للترغيب والتحييب! فهل رأينا أميرة عاقلة أو ملكة حكيمة تكشر في وجه رعيّتها؟ وهل يليق بأميرة ألا تكون لطيفة، رقيقة، مبتسمة؟ بل إن من أبسط واجباتها إزاء صورتها وهالتها كأمية «محبوبة» أن تظل مبتسمة ما دامت أعين الناس وأضواء الكاميرات مسلطة عليها حتى لو تعبت عضلات وجنتيها وأصيبت بالاهتزاز الارتكاسي! وإلا ماذا ستقول عنها الرعاية السوية إذا رأتها مكشيرة؟ أبسط ما يقال إنها ليست وجه نعمة! فهل بعد كل تلك القصور والجواهر والطائرات واليخوت والجزر والخدم والحراس لازالت ساخطة على ظروفها المعيشية والاجتماعية؟!

مشكلة بعض رجالنا ونسائنا أنهم فهموا أن هالة العظمة وعلو الشأن لا تكتملان ولا تترسخان في الأذهان إلا بالاستكبار على الناس والتعالي على الضعفاء. وأن الذي يستحق أن نبتسم له هو من كان أرفع منا شأنًا أو لنا فيه مصلحة ومنفعة. لقد أنساهم كبير المغرورين، إبليس اللعين، أن كبير الناس وعظيمهم هو أكثرهم بشاشة وابتساماً وتواضعاً وأكثرهم منفعة للناس. وأن الله إذا أحب عبداً حبّب فيه خلقه. فكيف يكون «كبيرنا» محبوباً عند الله وهو يعبس في وجوهنا؟!

صدقة الابتسام



نوار الودغيري

أكبر عروسين تزوجا حديثا يكشفان أسرار طول العمر



الأطعمة المقلية و التبيذ، ربما لا يضعها أي طبيب ضمن قائمة يوصي بها لغذاء صحي وعمر مديد. ولكن يبدو بوضوح أن ذلك لم يسبب ضررا لـ «فورست ينسوي» و«روز بولارد»، حيث احتفلا بزواجهما في كاليفورنيا عن عمر إجمالي معا يبلغ مائة وثلاثة وتسعين عاما، ليحملا الرقم القياسي العالمي، لمجموع أعمار الزوجين عند الزواج. وفي أول حديث لهما بعد زواجهما في عيد الميلاد المائة لـ «فورست»، يطرحان نصائحهما بشأن الزواج وطول العمر.

يستمتع « فورست» بالتبيذ وأكلاته المفضلة من الأطعمة المقلية، ويؤمن بقيمة الحياة في الجو المفتوح، وليس بالبقاء في الحيز المغلق خلف المكاتب. كلاهما يحب الرقص، ومعا وضعا قائمة من الأشياء مازالا يرغبان في تحقيقها، من بينها التجديف في ألاسكا، والمشي على ساحل كاليفورنيا.

وعن الزواج قالت «روز» ذات الثلاثة والتسعين ربيعا للدلي ميل: «خذنا الوقت اللازم ليتعرف كل منكما على الآخر، ولتأكدنا من أن لديكما نفس القيم» «كن متسامحا صبوراً وقل لشريكك أحبك».



طفلة صينية براسين وقلب ونصف

ذكرت وسائل الإعلام الصينية مؤخرا أن أبوين مزارعين من منطقة سوينينغ بمقاطعة سيتشوان، أنجبا طفلة ذات رأسين ولديها قلب ونصف وعمودان فقريان، حيث تعد هذه الظاهرة نادرة جدا.

يذكر أن الصين حذرت جميع المستشفيات والوحدات الصحية من القيام بعمل كشف للحامل لمعرفة نوع الجنين، وذلك بعد تزايد حالات الإجهاض بعد معرفة الحامل أن الجنين أنثى، وهو الأمر الذي لا يجبهه الكثيرون، كون النظام يسمح بطفل واحد، ويرغب الكثيرون في أن يكون المولود ذكرا. وقال تشانغ يو بينغ، نائب مدير قسم الأطفال بمستشفى شين تشياو أن الطفلة ذات رأسين ترقد في المستشفى، ويتم تغذيتها وريديا، ووصف وضعها الصحي بالاستقرار.



ياباني يخترع آلة تقبيل عبر الإنترنت

ابتكر مخترع ياباني آلة قد تجعل مستخدمها قادرا على «تقبيل» شخص آخر عبر الإنترنت، فيما يمكن للأخير أن يستمتع بالقبلة ذاتها مرات عديدة، من خلال تخزينها على الإنترنت.

والآلة المبتكرة تقوم على تحريك اللسان على «قشة بلاستيكية»، وهو ما يجعل قشة مماثلة على الجانب الآخر من الإنترنت تحرك لسان الشخص الآخر، تعبيرا عن القبلة، وهو أمر أشبه بما يعرف به القبلة الفرنسية.

وقال مسؤولون في المختبر الياباني الذي يطور مشروع «آلة القبلة» إن هذا المشروع مجرد بداية لما يمكن أن يصبح «قبلة كاملة» من شخص لآخر عبر الإنترنت. ونشر المختبر لقطات فيديو توضح آلية عمل هذه الآلة، حيث يقوم أحد الخبراء بعرض لها. ويبقى الهدف من المشروع هو مساعدة العشاق والأحباء المتواجدين في مناطق متباعدة على الشعور بإحساس القبلة.

طفل يصارع السرطان يرسم 3 آلاف لوحة لتغطية نفقات علاجه



بشجاعة كبيرة، قام طفل أمريكي يبلغ من العمر 5 سنوات، يصارع مرض سرطان الدم الليمفاوي الحاد من بيع 3000 رسم لوحوش كرتونية، ساعدت في دفع تكاليف علاجه وإنقاذ حياته. ووفقاً لصحيفة «الدلي ميل» البريطانية، نجح الطفل فعلا في بيع أكثر من 3000 رسمة، أنجز معظمها وهو على سرير المستشفى، حيث خضع لعلاج مكثف. وتجاوزت مبيعات الرسومات 30 ألف دولار أمريكي، دفعت العائلة لسحب بيتها من سوق العقارات، كما لم تعد بحاجة إلى مزيد من التمويل لرعايته. ويقول الطفل إيدن إنه يفضل رسم الشخصيات الكرتونية الشهيرة، مثل الفرسان ومصاصي الدماء والمهرجين المخيفين والشخصيات الكرتونية الغريبة والوحوش عامة. ويشكر جميع الذين اشتروا رسوماته.



«مجنون ليلي» في حفل افتتاح مهرجان فاس للموسيقى العالمية العريقة

يشارك أزيد من أربعين فنانا، من مختلف أنحاء العالم، في تقديم أوبرا «مجنون ليلي»، خلال حفل افتتاح مهرجان فاس للموسيقى العالمية العريقة في نسخته 17، التي ستحتضنها العاصمة الروحية للمملكة، خلال الفترة الممتدة بين 3 و12 من شهر يونيو الجاري، تحت شعار «حكم الكون». وتتميز هذه الدورة بحضور فرق، فضلا عن المغرب، من إثيوبيا وأفغانستان والهند والبرازيل والسينغال وفرنسا وإسبانيا وإيطاليا والولايات المتحدة. كما تتميز أيضا بمشاركة الفنان العربي الكبير كاظم الساهر، الذي سيحيي ليلة الجمعة 10 يونيو رفقة المطربة المغربية أسماء لنور، حفلا يخصص لأول مرة، لربيعتوار أعد خصيصا لمدينة فاس، وتحتل فيه الإيقاعات الروحية الحيز الأكبر. كما سيتم تنظيم معارض، وعرض عدد من الأفلام.

«سفر» أول ألبوم غنائي للفنان المغربي يونس



أصدر الفنان المغربي المقيم بفرنسا يونس أخيرا ألبومه الغنائي الأول «سفر»، وهو العمل الذي يحكي أحداثا واقعية عاشها بديار المهجر، ويحاول من خلالها رصد أوضاع الجالية المغربية المقيمة هناك، وقال يونس في حوار لـ «لالة فاطمة» ستشره لاحقا أن القدر من قاده إلى الديار الفرنسية على غرار العديد من الشباب المغاربة، الذين حلموا بالهجرة.

«على الحافة» في مهرجان «كان» السينمائي



شارك فيلم «على الحافة»، للمخرجة المغربية ليلي الكيلاني بمهرجان «كان» السينمائي. الفيلم تنافس مع أفلام أخرى في مسابقة «لاكازان دي ريالزاتور»، إحدى أهم جوائز المهرجان (بعد مسابقة الأفلام المتنافسة على السعفة الذهبية ومسابقة نظرة ما). «على الحافة» هو الفيلم المغربي الوحيد المشارك في مهرجان كان، أكبر مهرجان سينمائي في العالم، لهذه السنة. يذكر أن فيلم المخرجة المغربية يتحدث عن فتيات في العشرينيات، يعملن في معمل «للكرهيت» بمدينة طنجة. وقد أمضت المخرجة قرابة سنة كاملة للتقريب على الممثلات الأربع، اللواتي لعبن دور البطولة.

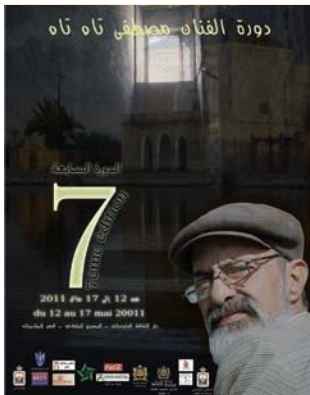
تكريم زينة همو في «ربيع سيدي بليوط»



نظمت مقاطعة سيدي بليوط، في الفترة الممتدة ما بين 29 أبريل و2 ماي، «ربيع سيدي بليوط بنفحات أمازيغية»، وقد افتتحت التظاهرة بمعرض الزهور وبمسابقة ثقافية بين تلاميذ المدارس واستقبال «أحواش منطوقة»، فضلا عن معرض تشكيلي يمثل الثقافة الأمازيغية للفنانين النخلة وحسن عاطفي. أما السهرة الافتتاحية، فعرفت مشاركة كل من محمد رويشة ومجموعة «إزنزارن»، بالإضافة إلى تكريم كل من الصحافية بإذاعة «كازا إف إم» زينة همو، والباحث في الثقافة الأمازيغية محمد مستاوي. كما عرفت التظاهرة عرض العديد من المسرحيات الأمازيغية، فضلا عن برمجة ندوة حول الثقافة الأمازيغية، تحت عنوان «الأمازيغية بين الدستور والموروث الثقافي»، بمشاركة محمد مستاوي والدكتور الصافي مومن.



مهرجان مراكش الدولي للمسرح يحتفي بالفنان مصطفى تاه تاه



بمسرح دار الثقافة، كما تم بهذه المناسبة تكريم الفنان مصطفى تاه تاه في حفل خاص. وتضامنا مع ضحايا الاعتداء المفجع الذي أصاب مقهى أركانة، ودعمًا لساحة جامع الفنا وروادها، نظم كرنفال للفرق المسرحية تحت شعار «كلنا جامع الفناء» على شكل مسيرة من ساحة الكتبية إلى ساحة جامع الفنا، مع عرض مشاهد مسرحية لبعض الفرق في شكل حلقات.

نظم الفرع الجهوي للنقابة المغربية لمحترفي المسرح بجهة مراكش تانسيفت الحوز، خلال الفترة ما بين 12 و17 ماي الماضي، الدورة السابعة لمهرجان مراكش الدولي للمسرح، والتي حملت هذه السنة اسم دورة الفنان مصطفى تاه تاه، بمشاركة مجموعة من الفرق الوطنية. واستضاف المهرجان المسرح العراقي، متمثلا في فرقة الرقص الدرامي التابعة لوزارة الثقافة العراقية، والتي أحييت حفل الافتتاح

ماذا لو؟...



الفنان عبد الكبير ركاكنة

سأنشئ مشاريع خيرية للمرضى

حقيبة ماء العينين

■ ماذا لو قيل لك إنك ستسافر إلى جزيرة نائية، ماهي الثلاثة أشياء التي ستحملها معك؟

سأحرص على أن يكون عقلي معي في كامل قوته، لأن أهم شيء هو العقل، وبه سيتحقق كل شيء بعد ذلك.

■ ماذا لو انتقلت للعيش في بلد غير المغرب، أي البلدان تفضل؟ أمريكا، لأنني سبق وزرتها وأعجبتني كثيرا.

■ ماذا لو حكمت العالم ليوم واحد، ماهو الأمر الذي ستحرص على تنفيذه؟ أن أوفر العيش الكريم لجميع ساكنة العالم، والسلام والتعايش مابين الأديان.

■ ماذا لو قدر لك تغيير قانون معين، ماهو القانون الذي ستغير؟ قانون الاستبداد، حتى يعيش الكل وهو يشعر بأنه محفوظ الكرامة، وبأنه يعيش في عالم المساواة والعدل، واقتسام الثروات بالتساوي.

■ ماذا لو فزت بمليون دولار؟ سأنشئ مشاريع خيرية للمحتاجين وللمرضى.

■ ماذا لو قدر لك أن تكتب سيناريو حياتك، ماذا ستحذف، وماذا ستترك؟ لن أحذف شيئا منها، سأكتب أدق التفاصيل، وسأكون أميناً جداً في كتابة سيرتي الذاتية.

تضع شركة «سبيكتوب» للإنتاج الفني اللمسات الأخيرة على تصوير حلقات السلسلة الكوميديّة الجديدة «عش البنات»، المنتظر أن تبثها القناة الأولى خلال شهر رمضان المقبل. وتدور أحداث السلسلة، في 30 حلقة، مدة كل واحدة منها 26 دقيقة، يشرف على إخراجها، المخرج المغربي هشام الجباري.

رحمة بوشيعو الجوهري

«عش البنات»:

سلسلة كوميدية جديدة تناقش مشاكل الأسرة المغربية في حياتها اليومية



■ تعود شركة «سبيكتوب» من خلال سلسلتها الجديدة «عش البنات»، للتعامل مع المخرج هشام الجباري، بعد نجاح الجزأين الأول والثاني من سلسلة «دار الورثة»، التي بثتها القناة الأولى خلال شهر رمضان من الموسميين الماضيين. وتحكي السلسلة، قصة «الحاج امبارك»، الذي سيعمل بعد وفاة زوجته على تربية بناته الثلاث، حتى يتزوجن ويذهبن إلى بيت الزوجية، إذ يبقى واحدا فيفكر في الزواج مرة ثانية، وسرعان ما تزوج، حتى عادت بناته الثلاث إلى بيته مجددا بعد خصام مع أزواجهن، من أجل إيجاد حل لهن، ليدخلن رفقة أزواجهن من جهة، وزوجة أبيهن من جهة أخرى، في العديد من المشاكل، ليجد «الحاج امبارك»، نفسه وسط عائلة تواجهها مجموعة من الصراعات. ويشارك في تشخيص أدوار هذا العمل الكوميدي، نخبة من الوجوه الفنية المغربية كمحمد الخلفي، نزهة الركاكي، فضيلة بنموسى، إلهام واعزيز، جميلة الهاوني، كوثر المعطوي، عزيز العلوي، مراد الزاوي، عبد النبي البنيوي، عزيز داس، وسعيد آيت باجا.

ويقدم العمل الجديد لهشام الجباري نظرة إخراجية جديدة لفائدة الجمهور، خاصة أنه يتميز بتعدد الشخصيات، ومناظر التصوير، فضلا عن اقتراح قصة جديدة تضم مجموعة من اللحظات المضحكة ومناقشة العديد من المشاكل، التي تعيشها الأسر المغربية في حياتها اليومية.

ويضم الفريق التقني للعمل عشرات التقنيين من مصورين، ومنفذي وتقنيي الصوت، والصورة، والإنارة، فضلا عن منسقي البلاطو، وتقنيي الماكياج، والكوافير، والتوضيب والميكساج. وجرى تهية العديد من بلاطوهات التصوير باستوديوهات عين الشق، حيث إن أغلب المشاهد تم تصويرها بالاستوديو مع إقامة 20 ديكورا مختلفا، بما في ذلك فضاء الطائرة في ما سيجرى تصوير المناظر الخارجية بمدينة الدار البيضاء. يذكر أن العديد من الوجوه الفنية، شاركت في هذا العمل، حيث يصل عدد الفنانين في الأدوار الرئيسية إلى 11 فنانا، إضافة إلى عشرات الضيوف، الذين سيحلون على حلقات هذا العمل الكوميدي.

تجدر الإشارة إلى أن شركة «سبيكتوب»، سبق لها أن أنتجت العديد من السلسلات الكوميديّة، من بينها «دار الورثة» الذي حقق نسبة مشاهدة عالية في القناة الأولى خلال السنتين الماضيتين، فضلا عن أعمال أخرى كـ «شريكتي مشكيلي»، و«أنا وخويا ومراتو»، و«قطار الحياة».



موازين.. مهرجان غني ثقافيا وموسيقيا

■ عاشت مدينة الرباط، طيلة عشرة أيام، على إيقاع الفن والموسيقى، وذلك في إطار الدورة العاشرة لمهرجان موازين إيقاعات العالم، التي كانت غنية ثقافيا وموسيقيا من خلال حفلات ومعارض وجولات ورقصات وورشات.. أحيائها نجوم عالميون، ينتمون للقارات الخمس، مثل شاكير، يوسف إسلام، جو كوكر ليونيل ريتشي، كوينسي جونز، إيرث ويند أند فاير، وكاني ويست، كاظم الساهر، صابر الرباعي، ميادة الحناوي، راشد الماجد، كارول سماحة، حسين الجاسمي، عمرو دياب، إلى جانب فنانين مغاربة مثل عبد الوهاب الدكالي، لطيفة رافت، جنت، حسناء زلاغ، وأسماء منور. وتميز حفل افتتاح المهرجان بتكريم الموسيقار المغربي عبد الوهاب الدكالي، والفنان الأمريكي كوينسي جونز. وتسلم المكرمان درعي الاحتفاء، تقديرا لمسيرتهما الفنية، التي قدما خلالها مجموعة من الأعمال، أغنت الخزانة الموسيقية المغربية والعالمية.





ميدي 1 تي في تتواصل وتتفاعل مع الصحافة الوطنية

والحوار مع هذه الأخيرة.

2 موضوع الكفاءة، وخلص المتدخلون إلى أن المغرب يفتقد لكفاءات في مجال الإعلام السمعي البصري، وفي مجال الصحافة المكتوبة، ما ينعكس سلبا على الأداء المهني للصحافيين، وربط المتدخلون موضوع الكفاءة المهنية بالدراسة في المعاهد الصحفية، وفي غياب التكوين المستمر، وربطه بكفاءة المكونين أنفسهم.

3 موضوع القرب في التلفزيون المغربي، الذي اعتبره المتدخلون حاسما للتفاعل مع نبض الشارع.

4 تضمنت التحولات التكنولوجية التي يعرفها قطاع السمعي البصري.

قام الصحافيون بزيارة ميدانية إلى مختلف أقسام القناة (البث والإرسال وأرشيف الأشرطة، هيئة التحرير العربي والفرنسي)، رافقهم خلال هذه الجولة الزميل عثمان النجاري، مدير الأخبار بالقناة.

يذكر أن القناة انتقلت إلى البث الأرضي منذ شهر أكتوبر الماضي. وأضحت تركز أكثر على البرامج الحوارية والتحقيقات والمواضيع، التي تدخل في صلب اهتمامات المشاهد.

■ في بادئة اعتبرت الأولى من نوعها، فتحت إدارة ميدي 1 تي في، بطنجة أخيرا، بابا للتواصل والتفاعل مع الصحافة الوطنية، من خلال ورش عمل أرادت أن يسوده النقاش، وتطرح الأفكار على شاكلة ما يسمى ب Brainstorming أي عصف الدماغ، أو كما يعرفه البعض بأنه تقنية لتوليد وتنمية الأفكار من خلال الفرد المشارك مع مجموعة معينة .. ويهدف هذا المنهج إلى توسيع مدى الأفكار المتوفرة لدى أفراد مجموعة ما، في موضوع معين. فتم توزيع المجموعة الصحفية إلى أربع لجان، على أن ينضم فردان من القناة إلى كل مجموعة.

اختارت إدارة القناة أن يكون موضوع الورشة حول التطورات، التي شهدتها قطاع السمعي البصري بالمغرب، والتي سمحت بخروج مجموعة من الإجراءات التي لم تكن سوى إيجابية ومؤثرة في القطاع.

نشط الورشة الزميل الصحافي محمد دويب، منطلقا من محاور أربعة، اعتبرها قاعدة أساسية لتحليل الخطاب التلفزيوني في المغرب:

1 علاقة الصحافة المكتوبة بالإذاعة والتلفزيون، التي يشوبها نوع من الفتور، قد يصل إلى درجة اتخاذ الحيلة والحذر من الصحافة المكتوبة، ما ينتج عنه ضعف أو انعدام المعلومة بعد إغلاق باب التواصل



«من أجل رشاقة بدنية وذهنية»، هدف اتخذته الجامعة الملكية المغربية للرياضات الوثيرة والرشاقة البدنية، في دورتها الثانية لتظاهرتها الرياضية: «الرشاقة لجميع النساء»، التي امتدت في الفترة ما بين 14 إلى 15 ماي الماضي، بمدينة بوجدور.

بوجدور: نادية صمراني

بوجدور تتحرك من أجل راحة جسدية ونفسية لنساء الاقاليم الصحراوية

«الرياضة والتغذية السليمة أفضل علاج لمواجهة السمنة»، والتي اشرف عليها الدكتور حسن براوكة، أخصائي التغذية الذي شرح لـ «لالة فاطمة» أبعاد هذه الندوة: حيث قال «اعتمدت على تقديم نصائح لمعالجة خطر السمنة، وطرق علاجها التي تركز على نظامين، الأول يتمثل في اتباع تمارين رياضية التي تعمل على حرق المواد النشوية والدهون بطريقة إيجابية وفعالة، وأيضا تحافظ على توازن الكوليسترول في الدم، وعلى الدورة الدموية وسلامة القلب وتنشط جهاز المناعة، والنظام الثاني في الالتزام بتغذية سليمة وحماية غذائية، التي تحتاج إلى قواعد خاصة صحية لنظام غذائي متكامل، يرتاح إليه الجسم ولا يحس بالحرجان...»

وفي علاقة بالموضوع قام الدكتور اركيبي محمد، رئيس الجمعية المغربية للتربية الصحية والمغربية AMES بعرض ندوة عن «السمنة آفة العصر»، فيحسب دراسة ميدانية لمتخصصين مغاربة في مجال التغذية أن 58 % من المصابات بالسمنة هن من نساء مدينة السمارة و49 % نساء من العيون، في حين سجلت نسبة 23.7 % في جهة سلا الرباط، و10.1 % نساء من الجديدة وأخيرا 8.7 % بمدينة القنيطرة ... وعن أسباب ارتفاع نسبة السمنة عند نساء مناطق الجنوبية يقول الدكتور اركيبي: «هناك العديد من العوامل التي تساعد على ارتفاع نسبة السمنة بالصحراء منها قلة الحركة، ولجوء البعض منهن إلى عملية التبلح، بالإضافة إلى تعاطي بعض الأدوية والأعشاب من أجل الزيادة في الوزن، وأخطرها «أقراص درك ...»

وتجدر الإشارة إلى أن الدورة الثالثة لتظاهرة «الرشاقة لجميع النساء» من المتوقع تنظيمها بمدينة العيون، بحسب تصريح سلمى بناني، رئيسة الجامعة الملكية المغربية للرياضات الوثيرة والرشاقة البدنية.

■ في عطلة أسبوع خاص، احتضنت مدينة بوجدور تظاهرة رياضية، من أجل تحسيس نساء وفتيات المنطقة بمدى أهمية ممارسة الرياضة، واتباع نظام التغذية الصحية السليمة. سلمى بناني، رئيسة الجامعة الملكية المغربية للرياضات الوثيرة والرشاقة البدنية، توضح النقاط الأساسية التي ركزت عليها هذه التظاهرة في تصريح لـ «لالة فاطمة» فتقول: «الرشاقة لجميع النساء»، هي رسالة محبة وهدية نقدمها لنساء المناطق الجنوبية، لضمان توازنهما الجسدي والنفسي والذهني، من خلال توعية كل امرأة بمدى أهمية ممارسة الرياضة، وضرورة اتباع تغذية صحية سليمة ومتوازنة، لكي تحمي نفسها من آفة السمنة التي تهدد حياتها، خصوصا في مجتمع يعتبرها معيارا للجمال، لدرجة أنها تعرض حياتها للخطر باللجوء إلى تناول عقاقير مثل «أقراص درك»، التي تحتوي على مواد ضارة ومميتة، وبالتالي يجب التجند لمحاربتها...»

وعبرت السيدة بناني عن ارتياحها لهذه الدورة الناجحة، والتي حققت نتائج غير متوقعة، بمشاركة أكثر من 600 امرأة بمختلف فئاتهم العمرية، سواء من منطقة بوجدور أو المناطق المجاورة كالدخلة والعيون..

وبالنسبة لبرنامج «الرشاقة لجميع النساء» لهذه السنة فقد تضمن العديد من الأنشطة، التي كانت مفتوحة في وجه جميع النساء بشكل مجاني. ربيعة الشلح، رئيسة جمعية بوجدور للرشاقة البدنية والرياضة، تؤكد على أهمية هذا البرنامج الذي احتوى على دروس في الأيروبيك والمشي الرياضي، إلى جانب حصص حول التوازن الغذائي والصحي، وكذلك تخصيص فضاء لقياس الوزن والقامة، مع إعطاء نصائح لكل امرأة بحسب حالتها الصحية ... كما عرفت هذه التظاهرة تنظيم ندوات قيمة عن آفة السمنة ومخاطرها على صحة المرأة تحت عنوان



سلمى بناني رئيسة الجامعة الملكية المغربية للرياضات الوثيرة والرشاقة البدنية



الدكتور حسن براوكة أخصائي التغذية يتكلم حول التوازن الغذائي والصحي



ربيعة الشلح رئيسة جمعية بوجدور للرشاقة البدنية والرياضة





انفردت «لالة فاطمة» بإجراء أول لقاء مع الفنانة «كريمة كيت»، خريجة برنامج «ستار أكاديمي 8»، حيث مثلت المغرب إضافة إلى الفنانة الشابة «ياسمين احجوي». بعد مغادرتها للبرنامج، وعودتها من لبنان، فتحت كريمة صدرها لقراء «لالة فاطمة».

حاورها: هشام مغاري

كريمة كيت: علاقتي بمحمد رافع الأردني بريئة

■ بداية من هي «كريمة كيت»؟

أنا إنسانة بسيطة، أصلي من إميناتون، أقطن بمراكش، أعشق التمثيل والغناء بكل ألوانه منذ الصغر، إجمالاً أنا شخصية تحب الخير لكل الناس. أتمنى أن يكون الناس قد كونوا عني الصورة التي ابتغيها بعد مشاركتي في ستار أكاديمي 8.

■ بدأت الفن قبل «ستار أكاديمي»، متى اكتشفت موهبة الغناء لديك؟

عشقت الغناء منذ صغري، كانت جدتي تعمل على تلقيني بعض أغاني كوكب الشرق أم كلثوم، أول أغنية حفظتها كانت أغنية «غني لي»، ثم بعدها أبدت اهتماماً بالأغاني الطربية خصوصاً أغاني أسمهان، أمي -رحمها الله- منحتني كثيراً من التشجيع، وكانت تدعمني كثيراً، وعرفتني على العازف «خالد البدوي» وخضت مجموعة من التجارب الفنية في الغناء والديكور وغيرها. أسرتني شكلت دعماً كبيراً لي، لأنها بالنسبة لي تشكل الحنان والعطف، وبعد فقداني لأمي، أحسست كثيراً بمدى قيمة الأم داخل الأسرة، الآن أعتبر جمهوري داخل وخارج المغرب عائلة أخرى لكريمة.

■ قبل تجربة «ستار أكاديمي» خضت تجربة عروض الأزياء، وانددمجت في مجال الإشهار، هل هي اهتمامات إضافية لكريمة؟

اخترت مجال عروض الأزياء بعد أن اقترحني أحد المشغلين فيه، بعدما بدت له «كريمة» مؤهلة لهذا المجال، واستمرت التجربة بعد توالي العروض ثم انتقلت إلى مجال السينما، حيث أدت دور «كليوباترا» في أحد الأفلام الأمريكية، ثم اشتغلت أيضاً في فيلم «مريم العذراء».

حاولت اختيار أفضل العروض للظهور بصورة جيدة.. ثم اشتغلت في التليفزيون «زينة الحياة» كممثلة، رغم هذا كله ظل الغناء عشقي الأول، فتقدمت بعد بحث طويل عن نقطة البداية وهي المشاركة في «ستار أكاديمي 8».

■ كيف تقيمين تجربتك في «ستار أكاديمي 8» رغم قصرها؟

أنا أفتخر بها، قدمت صورة جيدة، وأشكر كل المغاربة وجمهوري بالدول العربية على دعمهم لي، وأنصح كل المشاركين في الدورات المقبلة، أن يحتفظون بعفويتهم، ويقدموا أفضل ما عندهم على الرغم من المنافسة، أنا كسبت صداقات متميزة عبر «ستار أكاديمي» لن أنساها أبداً، مثل التونسية «أميمة» التي كانت بمثابة أختي، أكيد «ياسمين احجوي» لأنها «بنت بلادي».. وكذا «محمد رافع» بأخلاقه وصوته الجميل الذي كان أعز شخص عندي بالأكاديمية، أنا أفضل دائماً العلاقات العادية.

■ جمهورك كثيراً ما روج حكايات عن صراعاتك مع السورية «سارة» وعن قصة حب جمعتك برافع، ماردك؟

سارة أحست بخطئها، ما حدث كان من غير قصد وتوترت على إثره الأعصاب، لكن الخصام انتهى رغم أنها أهانتني كثيراً لكنني سامحتها، أما الأردني «محمد رافع» فهو صديق عزيز.. لكننا صداقة بريئة من شخص يتمتع بأخلاق عالية.

■ رغم أن اللقب ضاع؟

لا يهم.. المهم أنني مثلت المغرب، وهذا شيء مشرف لي، وأتمنى أن أكون مثله خير تمثيل، استندت أشياء كثيرة

من بينهما حب الجمهور، واستندت أمراً مهماً أن المشوار الفني صعب للغاية، ويتطلب مجهودات كثيرة. أنا غادرت و«راسي مرفوع».

■ هل هناك عروض غنائية تلقتها كريمة بعد مغادرتها «ستار أكاديمي 8»؟

تلقيت عروضاً من الأردن والسعودية ولبنان، هناك أشخاص رغبوا في مساعدتي على بناء شخصيتي الفنية، لكن أحببت عدم التسرع الآن والاختيار الجيد.

■ وماذا عن مشاركتك في «زينة الحياة»؟

المشاركة أعتبرها مهمة في مسلسل قضينا نصف سنة في التصوير، وعدد حلقاته يصل إلى 120 حلقة ويضم عدداً كبيراً من الممثلين والممثلات، وبالمناسبة أوجه التحية لنبيل عيوش وخالد النقري وأمين بنجلون.

■ ماذا تشكل الأغنية المغربية بالنسبة لك؟

أنا أغني بالفرنسية والإنجليزية والهندية والعربية، لكن لن أنسى أبداً الأغنية المغربية، قد أسافر إلى لبنان أو مصر، لكن الأغنية المغربية دائماً في قلبي، أنا أعشق لطيفة رافت.. والأكيد أن أغنيتنا المغربية لها طابع خاص يميزها.

■ كلمة توجيهيها لقراء «لالة فاطمة»:

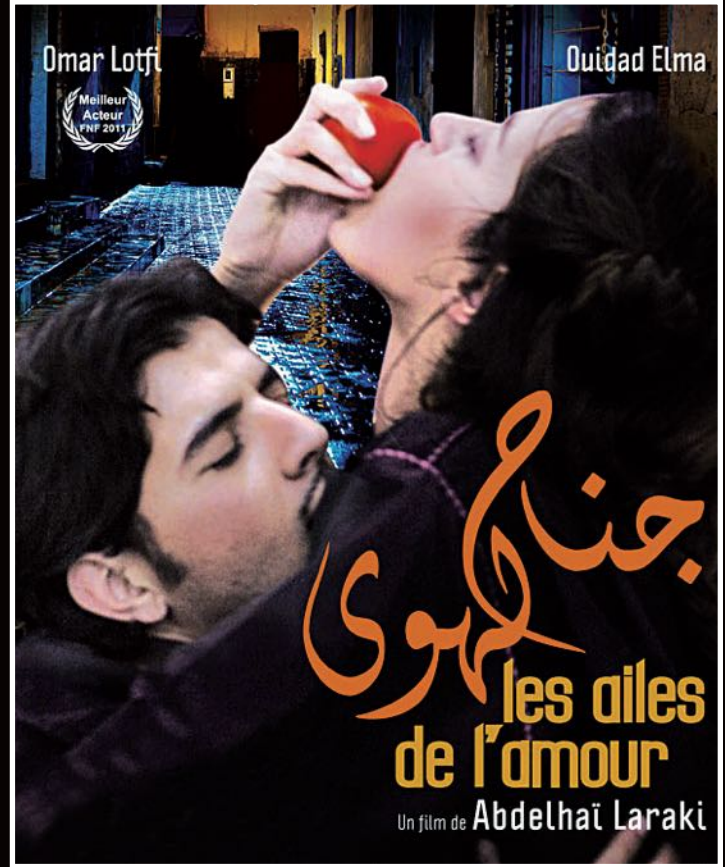
أشكر كثيراً جمهوري الذي دعمني من داخل المغرب وخارجه.. ممن يتابعون أخباري ويسعون إلى نجاحي.. أتمنى أن أكون شريفة بلدي وعائلي وجمهوري. أشكر شاهيناز الأندلسي وعائشة وعائلتها وبديعة وهند شواط اللاتي قدمن الدعم الكبير لي.

يعرض بالقاعات السينمائية المغربية الفيلم المغربي، «جناح الهوى»، لمخرجه عبد الحي العراقي، وهو الفيلم الذي نميز بجرأة في منح مساحة أكثر للغة الجسد. «لالة فاطمة» التقت مخرج الفيلم وبطله عمر لطفي، ونحاول من خلال هذه الورقة تقريب القارئ من فيلم أثار العديد من ردود الفعل.

رحمة بوشيوغ الجوهري

جناح الهوى: رحلة نحو البحث عن الحرية والتحرر

يحكي فيلم «جناح الهوى»، الفائز بجائزة أحسن دور رجالي (عمر لطفي) في المهرجان الوطني للفيلم في دورته 12، بطنجة، قصة الشاب التهامي الذي يرفض أن يحقق رغبة والده في أن يكون عدلا شرعيا مثله، أو قاضيا، فيضطر والده إلى أن يفتح له محلا للجزارة، حيث سيحتك بعدة نساء، مما سيؤجج ميولاته الجنسية، ليجد نفسه في علاقة ممنوعة مع زينب، الزوجة الثانية لعسكري متقاعد. وقام بتشخيص أدوار الفيلم الرئيسية، كل من عمر لطفي (التهامي)، وداد إله (زينب)، إدريس الروخ (المقدم)، عبدو المسناوي (الأب العدل)، فاطمة تيجيحييت (الأم)، زهيرة صديق (رحمة)، وأمال عيوش (الحاجة حليلة). المخرج عبد الحي العراقي يقربنا أكثر من فكرة الفيلم وظروف تصويره، وكذا المعايير التي تحكمت في اختيار الممثلين.



المخرج عبد الحي العراقي:

وجدت صعوبة كبيرة في العثور على بطة الفيلم

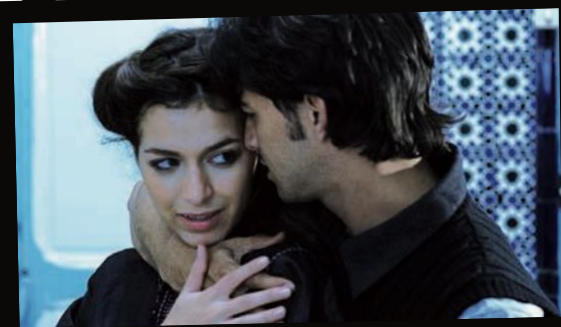


■ كيف كانت ردة فعل الجمهور المغربي بعد مشاهدته الفيلم؟

الفيلم تقبله الجمهور بصدر رحب، والدليل هو الترحاب الذي لقيه أبطال الفيلم في المهرجان الوطني للفيلم بطنجة، حيث شاهده أزيد من 2000 متفرج.

■ ألا ترى أن بعض المشاهد الجريئة ستحرم فئة مهمة من ارتياد السينما لمشاهدة الفيلم؟

جميع المشاهد التي تم تصويرها لم تكن عشوائية، بل مدروسة ومرتبطة ببعضها البعض، وأعتقد أن المغربي اليوم لديه من الخيال ما يجعله يقرأ الصورة.



الممثل عمر لطفي:

لكل فيلم جمهوره والحب يغير قدر الإنسان



تقمص الشخصية وتقبلها، الشيء الذي ينعكس على الشخصية داخل العمل.

• ما هي الرسالة التي تود تبليغها من خلال "جنانح الهوى"؟

الحرية، التي تسلب من المرء الذي يحاول المحيطين به خلق قدره، هذه هي الفكرة الرئيسية للفيلم، وأكد أن عددا كبيرا من النساء المغربيات مررن بنفس تجربة زينب في الفيلم، والأمر كذلك بالنسبة للتهامي.

• إلى أي حد شخصية التهامي قريبة من عمر لطفي؟

ليس هناك تشابه بينهما. بل هناك تشابه في بعض الجوانب، سيشعر بها أي متفرج عند مشاهدته للفيلم، حيث سيجد أنه يتقاسم مع التهامي بعض الأمور. ما بين التهامي وعمر هناك الحب ليس فقط للحبيبة، بل للأم أيضا. والخلاصة أن الحب يغير قدر الإنسان.

• ألا ترى أن الفيلم به مشاهد جريئة كانت في غير محلها؟

صحيح، هناك جرأة كما كانت من قبل في فيلم كازا نيكر.

• هل الجرأة ستحد من مشاهدة الفيلم؟

الفيلم ليس مفتوحا للجميع، وأعتقد أن أي فيلم لديه جمهوره.

• هل هذه أول تجربة لك مع المخرج عبد الحي العراقي؟

نعم، هذا أول تعامل لي مع عبد الحي العراقي على مستوى السينما، وأظن أن الثقة المتبادلة بيني وبين المخرج هي أساس نجاح الفيلم، بالإضافة إلى

وما أردت إيصاله من خلال هذا العمل السينمائي، هو الوصول إلى طرح المتفرج السؤال عن امتلاكه الجرأة والحرية للتعبير عن ذاته. وأعتقد أن لكل شخصية في الفيلم تفكيرها، وشخصيا أؤمن بأن كل شخص يملك الحرية للتعبير والتصالح مع نفسه.

■ ماذا عن مشهد البطلة داخل الحمام التقليدي، ألا ترى في ذلك جرأة لا حدود لها؟

المشهد لم يكن مجانيا، والحمام كان بمثابة الرمز، وقد أردت من ذلك المشهد أن أبين للمتفرج أن البطلة وهما يستحمان بالطين، يعني غسلهما للمؤثرات والأفكار المترسخة في المجتمع.

■ ماهي الفكرة أو الخلاصة التي تود الخروج بها في فيلمك "جنانح الهوى"؟

الإيمان بالحب، لأن هذا الأخير يعطينا الحرية والأمل للمضي قدما، والمثال هو شخصية زينب، حيث ظهرت في بداية الفيلم كإنسانة محطمة بدون تفكير، وعندما وقعت في الحب ظهرت بصورة أخرى مختلفة تماما، والنتيجة هي طفلان، هما مستقبل المغرب. واحترام الطرف الآخر يتجلى في الحب الذي اعتبره ثورة.

■ بطلة الفيلم تمثل لأول مرة، فكيف وقع عليها الاختيار؟

وجدت صعوبة كبيرة في العثور على ممثلة يمكنها أن تجسد دور «زينب» بطلاقة، فاخترت وداد إلمة، كان من بين أزيد من 300 ممثلة، خلال بحث دام ستة أشهر، وشمل العديد من الدول الأوروبية، منها بلجيكا وإيطاليا وفرنسا. حيث كنت حريصا على إسناد الدور لممثلة مغربية، وبالفعل وجدت وداد التي تخرجت حديثا من معهد التمثيل، حيث لم يسبق لها أن اشتغلت في المجال. في البداية وقبل بدء التصوير، حاولت رفع الحاجز النفسي بين كل المشاركين في الفيلم، بإقناعهم بضرورة نسج علاقات صداقة خارج أوقات التصوير. أما بالنسبة لعمر لطفي، فلم تكن ثمة صعوبة، بل العكس فكرت فيه منذ البداية.

بطاقة تقنية

المدة: 113 دقيقة

الإنتاج: إنتاج أفلام A2L -- شركة «زين زيرو» بالتعاون مع المركز السينمائي المغربي والشركة الوطنية للإذاعة والتلفزيون

إنتاج: زينب العراقي وكارولين لوكردي

سيناريو: عبد الحي واراكي وفيلين بيليت (Bellet Violaine) اقتباس بتصرف من الرواية «Morceaux de choix» لمحمد نضالي.

«جنانح الهوى» فيلم ل: عبد الحي العراقي
بطولة: عمر لطفي (التهامي)، وداد إلمة (زينب)..
لأول مرة على الشاشة، إدريس الروح (لمقدم)
عبدالمسنوي (الأب، العادل)، زهير صادق (رحمة)، فاطمة Tihihit (الأم)، نسرين الراضي (كلثوم)، فولان المهدي (عمر)
وأمل عيوش (الحاجة حليلة)



رشيد أيقاچ الأستاذ الباحث في التراث المغربي

محمد فويتح أحد أقطاب الجيل الأول وشعاع المغرب الفني



مع كريمة رأفت

■ ليس الرجل كغيره من الفنانين المغاربة، إنه أشبه بالجواهرجي الذي صاغ أولى درر الطرب المغربي، التي شكلت التراث المؤسس للأغنية المغربية العصرية.. إنه أبرز قامات النهضة الفنية بالمغرب، وأحد الملاك الحقيقيين لصكوك نشأتها وتأسيسها وانتشارها، من خمسينات القرن الماضي إلى حين رحيله.. محمد فويتح يعتبر بحق حالة فريدة من نوعها في تاريخ الطرب المغربي.. هذا النجم السموح الخلق، المطبوعة قسما وجهه القمحي ببراءة الأطفال، والابتسامة التي لا تفارق محياه، والطيبوبة التي تشع من عينيه، والدفء الذي ينبعث من صوته، صعب أن نستل من مخزون ذاكرتنا الفنية من بديع أعماله وكريم خصاله ما يكفيها لنفيه حقه علينا.. ورغم أنها آلتنا على أنفسنا أن نواصل السير على درب الوفاء لأهل العطاء..

فنان ولد وفي فمه ملعقة من ذهب:

بجي المخفية ببيت من بيوت العائلات الفاسية المرفهة ولد «محمد التداوي» ملفوفا في قماط الأثرياء، دافئا بحريز النعيم، مشمولاً بحظوة أبناء عليا القوم، وهذه حقيقة يجهلها أغلب المهتمين أو اللووعين بالشأن الفني المغربي.

ففي يوم 18 ماي 1928 رزقت أسرة «التداوي» فاتح بن لحسن» و«الشريفة بن جلون زهور» بالمولود محمد، الذي شاعت له الأقدار أن يكون ابنا وحيدا ليس له إخوة، لكنه مُتَّع بفيض من الحنو والدلال والرعاية لا حد له أغدقته عليه أم وعمة.

كتب الله على عمته «ازويدة»، أن لا تكون لها خلفه، وكانت أيضا سببا في انتقال أسرتها من موطنها الأصلي بتادلة إلى «عاصمة الملك فاس»، بعد أن ألحت على زوجها الشخصية التاريخية البارزة، والذي تقلد منصب الصدر الأعظم على عهد السلطان المولى عبد العزيز «السي فضول غرنيط» باستقدام الأسرة من مسقط رأسها، لتوقف نزيه الوحدة التي عاشتها سنيها بلا ولد ولا عائلة.

«غرنيط» الأندلسي الأصل، كان من قبل مستشارا خاصا لدى السلطان المولى الحسن الأول، قبل أن يصير

شريفة حاول بها ترميم بنيان الأسرة المنهار بعد أن زحفت على وجهه شقوق الضنك والبؤس.

وبعد أن رعى محمد فويتح الخدم والحشم، كتب له في سن العاشرة من العمر أن يفجع برحيل والده، ولم تعد سنوات الكتّاب القرآني ولا سنوات الدراسة الأولى -التي انحصرت قبل الحصول على الشهادة الابتدائية- قادرة على تثبيت أقدامه على نهج التحصيل الصحيح، وأتى له ذلك والأسرة وجدت نفسها تتخبط بلا مقدمات في عتمة الحياة بلا حام ولا معيل إلا الله..

تحكي «ليلي التادلاوي» بنت الفنان محمد فويتح عن هذه المرحلة قائلة:

«بعد رحيل المعيلين تضعضع حال العائلة برمتها وبات الغد حالكا، والسير فيه بلا معين غير محمود العواقب، وكان على العائلة أن تضحي لزاما بمستقبل طفلها الوحيد».

شَمَّرَ الطفل عن ساعديه الواهنتين، و ألقى بنفسه مكرها لا بطلا في معترك زمن لا يقوى على مواجهته شداد الرجال. قضى الساعات الطوال في أعمال يدوية لمساعدة أسرته على الإنفاق. عمل مساعد إسكافي مقابل بضع دراهمات، وتعاطى مهنة صناعة

علافا، أي وزيرا للحربية ثم وزيرا للخارجية، في وقت كانت فيه وزير الخارجية يحمل لقب وزير البحر، ووزير المالية يسمى وزير الشكارة.

من داخل قصر «لمفضل غرنيط» استقبلت العائلة حدث الميلاذ السعيد ل «محمد التداوي»، بهذا القصر الصغير الذي يحوز قيمة معنوية كبيرة عند عائلة الوزير السابق غرنيط، على اعتبار أن القصر هدية ملكية جاد بها السلطان المولى عبد الرحمان على كاتبه الخاص أب لمفضل غرنيط.

وزار العالم والدبلوماسي والمستكشف الفرنسي «هنري بواسون دولامارتيير» هذا البيت، وأفرد له ولصاحبه وصفا دقيقا وحديثا شيقا عززه بصور فوتوغرافية، وقد ظهر في إحداها الصدر الأعظم «لمفضل غرنيط» وقورا رفيع الملبس، آثار المهابة لا زالت بادية عليه ولو أنه بَلَغَ حينئذ مِنَ الْكِبَرِ عِتْيًا.

بهذا البيت ولد الفنان «محمد فويتح» وفي فمه ملعقة من ذهب، لكن رياح الزمان لم تلبث أن نزعتها من فم الطفل المذلل برحيل المعيل . بعدها عارك الأب «التداوي» فاتح بن لحسن» الأيام وكابد هزاتها بقروش هزيلة تذررها عليه مهنة الحلاقة، مهنة بسيطة لكنها



مع جيك إلهادي وإلهادي



مع إبراهيم العلمي

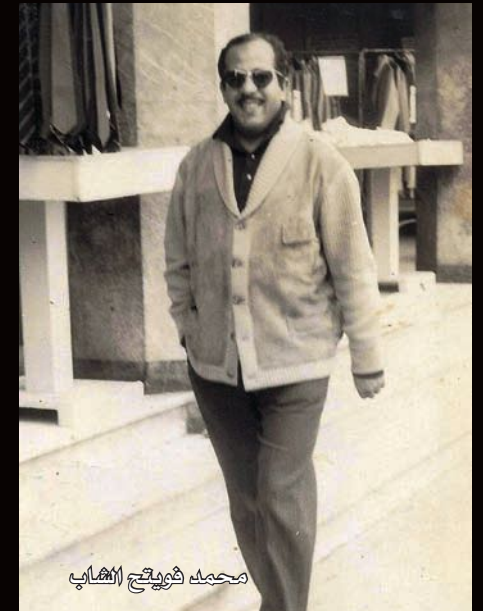
ونقش «لبراد و السينيات» لم تف بمتطلبات الأسرة، ثم اشتغل بإصلاح أجهزة الراديو، حرفة هي الأخرى محدودة الموارد لكنها «كَيِّد من خلال الموج مُدَّت لغريق» حملت إليه في طياتها بَارقة الأمل..

ورشة إصلاح أجهزة الراديوها:

كان فضل الاشتغال بورشة إصلاح أجهزة الحاكي والراديو عليه كبيرا، فالأصوات المنبعثة من هذين الاختراعين حرك في دواخله إحساسا قويا بتحقيق ذاته الفنية، فالطفل على صغر سنه تولع بأغاني مشاهير الطرب العربي، كالشيوخ عبده الحامولي ومحمد عثمان ومحمد عبد الرحيم المسلوب و سلامة حجازي حتى القصبي وسيد درويش. وذلك قبل انتشار الإذاعات الرسمية العربية في ثلاثينات القرن الماضي، وبداية بث إرسال الراديو بالمغرب الذي يساوي عمره عمر الفنان الرائد محمد فويتح بالتمام والكمال إذا ما علمنا أن شهر أبريل من سنة 1928 كان قد صادف نشوء «مصلحة راديو المغرب» التابعة آنذاك للمكتب الشريف للاتصالات والتليفون والتليغراف.

لم يكن ولع محمد فويتح بدنيا النغم كافيا، بل أحس أن مخايل الطفل فيه لا تنتشي إلا بالتردد على مجالس أهل الطرب الملحوني وحلقات العروض الفنية الشعبية وحلقات الذكر، والزوايا ومجالس الموسيقى الأندلسية والإنشاد الديني، و ما تحمله شاشة السينما التي كانت في بداية عهدها مع النجاح بعرضها أفلام الموسيقار محمد عبد الوهاب و السيدة أم كلثوم و فريد الأطرش.

انجذاب غريب وعجيب آخر ساقه إلى الآلة التي رافقت المطرب الشعبي المجدد الحسين السلاوي، فصنع لنفسه أولى آلاته الموسيقية وهي عبارة عن «وتار» من وعاء زيت قصدير وأسلاك فرامل الدراجة الهوائية. الابن سعيد يحكي عن قصة الأب مع هذه الآلة قائلا: «كانت حسب ما رواه لي الوالد عبارة عن طنبور دالزيت



محمد فويتح الشباب

ودار فيه خشبة والسبب وبدا تايخر نقيطات»، جادت عليه هذه الآلة البدائية بأكثر مما تحتمل من أنغام، فاقتنى آلتها الثانية «السنيترة» التي صنعها له الفنان الراحل «أحمد المركاوي»، آلة طوعها ابن 14 سنة في ظرف وجيز، واشترى بعدها ثالث آلة له رافقت دربه إلى آخر مشوار حياته، إنها «العود»، فأل الخير عليه التي قال عنها يوما ما لابنته ليلي: «إبنتي لا تقللي من شأن آلة العود فبفضلها لم تعرفوا جوعا و لا عطشا، بها درستم وبها نلت من الدنيا حظ الموسرين».

بفضل اقترابه من دائرة العازفين المهرة، من طينة «الحاج الغالي الخمسي» و«مولاي مصطفى العلوي» و«الحاج محمد بوزويج»، أصبح محمد فويتح عازفا ولوعا وإسما فنيا منتشرا بين أقرانه وأبناء حارته والحارات المجاورة، مما أهله لينضم إلى العديد من الفرق الموسيقية ك« جوق الحاج التهامي الهاروشي لطرب الملحون». واظب بعدها على تشكيل مجموعات فنية صغيرة لا يتعدى عدد أفرادها الخمسة أفراد تخصصت في إحياء الحفلات ولأعراس.

لم تكن الفترة قد شهدت بعد ميلاد أغنية مغربية حقيقية، ما عدا الأغاني الأولى التي سجلها الحسين السلاوي بفرنسا ابتداء من سنة 1939. و لم يكن هناك من بد سوى السير على منوال الأغنية الشرقية التي كان لها عشاق كثر لغنى أنغامها وإيقاعاتها، وهي المكانة التي لم تبليها الأغاني الشعبية لبساطة لغتها الموسيقية ومحدودية آفاقها خاصة لدى من ألف التحليق في بساطين التلويحات الشرقية الفنية نصوصا وألحانا و أداء.

تواضع دخله المادي من مجالي العمل بورشة إصلاح الراديو ومجال إحياء الحفلات لم يمكنه من الإستغناء عن الحرفة والتفرغ للموسيقى والفناء. في وقت كان المغربي رازح تحت نير الاستعمار ورجالات حركته الوطنية ينادون باستقلال البلاد، مطلب أجج الشارع المغربي وخرجت ساكنة فاس المكافحة كباقي ساكنة المغرب تنادي بإبطل بنود عقد الحماية الظالم و كان صوت محمد فويتح ضمن صفوف هذه الحركة الشعبية العارمة من طلائع المناضلين الشباب..و كان لحدث تقديم عريضة الاستقلال يوم 11/01/1944 بالغ الأثر في نفسية الفنان الشاب محمد فويتح الذي ترعرت في داخله براعم الوطنية الخالصة والتي

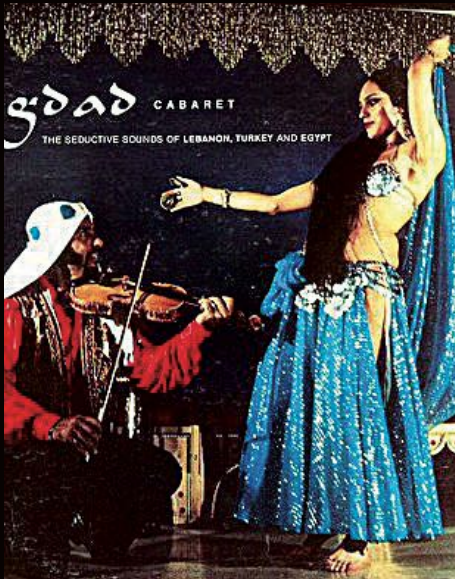
تفتقت فيما بعد في بساطين إبداعاته الفنية، وأرسلت أولى نسمات أغانيها الوطنية الخالدة «أومالولو».

جوق الشعاع الفني الفاسي :

مع نهاية الحرب العالمية الثانية والشباب محمد فويتح يقترب من العشرين سنة، بدأ نجمه يتألق في سماء الطرب والمطربين، فترة من الزمن الجميل يتذكرها المفكر المغربي «المهدي المنجرة» ويسترجع ليالي و سهرات «ضارت» و خرجات «النزاهة» التي كانت تشغلها فرقة محمد فويتح بكل من صفرو و سيدي و حرازم و جنان السبيل.

فراة وخامة صوته، وخصوصية حنجرته الاستثنائية، وجمال أدائه، وبصمة إحساسه الخلاصة، كانت قادرة على تملك مسامع وحواس مستمعيه، وتوحد عناصر فرقته العصرية -بلغة ذلك العهد- دفعت بمجموعته إلى مقدمة الأجواق المتألقة بفاس

و استمر سعيه نحو الأفضل إلى أن تقوت فرقته التي استدعى إليها كل من محمد المزكدي وعبده الرحيم السقاط و أحمد الشجعي، والتي حملت اسم جوق الشعاع الفني الفاسي إلى جانب عازفها الأول عازف القانون الشهير «الحاج الغالي الخمسي».



CABARET
THE SEDUCTIVE SOUNDS OF LEBANON, TURKEY AND EGYPT



وما أن أصبح صيت هذا الجوق مشعا حتى خضع لرجة قوية كادت تعصف به بسبب إصرار محمد فويتج على الهجرة إلى فرنسا سعيا وراء تحسين حالته و حالة أسرته، وكذا بغية الإنفتاح على فضاء الفن الأرحب. عانت المجموعة الفنية بسبب غيابه وسفره إلى باريس فراغا كبيرا قلل من حدته تشبث أعضائها بضرورة الحفاظ على هذا المكسب الفني، وتفادي إجهاض تجربة جوق الشعاع الفني في أولى أشواط ولادتها الفنية، وانخرطت المجموعة في حفظ العديد من الأعمال الغنائية التي كانت في الغالب أعمال تقليد شرقية، وساعد الإرسال الإذاعي كل يوم سبت الذي كان يبث من متحف المكنة المسمى دار السلاح على الانتشار واضعا أولى أقدام العديد من أعضاء الفرقة على مدارج التألق والشهرة.

باريس بين ملهى الجزائر وملهى بغداد:

بلغ محمد فويتج ضفة القارة المعجوز وحط الرحال بباريس عاصمة النور والفن والعطور، لم ينل منها الوافد لا نورا ولا فنا ولا عطرا وأنى له ذلك، وهو الذي هاجر المغرب بجيوب شبه فارغة. افترش الورق المقوى وأوراق الجرائد ونام على مقاعد الساحات والحدائق العامة ومحطات القطار، وبات الليالي في العراء ولم يجد ما يسد به رمقه، توسد الجوع والتحف غربة الديار، لكن أمه في الله لم ينقطع وشرع في البحث عن زملائه من أبناء مسقط رأسه من الطلبة الفاسيين الذين أتوا العاصمة الفرنسية طلبا للعلم .

عشرة طيبة أمنت بقدراته، إلتفت حوله واحتضنت موهبتة، وساهمت في تجاوزه محنة الغربة وفترة العسر المادي. طيبوبته ودمائة أخلاقه وفضيلة التعايش قادتة إلى صديق جزائري استضافه ببيته لمدة ليست باليسيرة، واشترى له آلة عود تليق بقدره ومقامه. ونصحه بالالتحاق بمعهد باريس لدراسة الموسيقى، وأداء دروسه الخصوصية مما يوفره من عائدات اشتغاله «ملهى الجزائر» بزقة لاهيشيت، قبل أن يعرج على «ملهى بغداد» بزقاق سان أندريه للفنون، الحي الذي كان قبلة الجاليات العربية والمغربية واليهودية التي كانت تروي عطش الوحشة والاغتراب بالارتواء من نبع الغناء العربي والمغاربي. ملهى بغداد الذي كان يديره السيد السوسي الذي كشفت الأيام التالية لالتحاق محمد فويتج بملهاه أنه كان يستغل دهليز ملهاه لإخفاء الأسلحة الموجهة لقادة المقاومة الجزائرية والمغربية. حتى أن هناك من يقول إن السيد السوسي هو من استقطب محمد فويتج للانحياز للثورة على فرنسا ،علما أن محمد فويتج لم يقطع أبدا الاتصال بشبكة الوطنيين المغاربة الذين كانوا يمهدون في الخفاء لإجلاء الاستعمار الفرنسي عن المغرب ..

ذاع صيت محمد فويتج في الوسط الفني الباريزي، وارتفعت مداخيله وتحسنت حالته المادية، وأصبح قادرا على بعث حوالات مالية إلى أسرته التي لم يغترب إلا من أجلها ولم يسلك مسلك الفن إلا ليقبها شرور

الحاجة وضعف ذات اليد ..

تعرف محمد فويتج بمحل اشتغاله على العديد من كبار فناني حقبة كالفنانين التونسيين علي السريتي وعلي الرياحي والفنان اليهودي الجزائري ألبير الرويمي الشهير ببلان بلان والفنان الجزائري أحمد وهبي الشهير بقطعة وهران وهران ..

أومالولو الخالدة:

تعرف محمد فويتج أيضا على عمالقة الفن العربي كأم كلثوم وفريد الأطرش ومحمد عبد الوهاب، الذي استقبله يوما بإقامته الفرنسية، وأسعته قصيدة من تلحين الموسيقار أحمد البيضاوي، فتصحه بضرورة الاشتغال على عمل يحمل تالوين أنغام وأرتام المغرب الأصيل .

رسالة تفهم أبعادها و ظلت الفكرة تراوده إلى أن جاء اليوم الذي ألح عليه فيه «أحمد حشلاف» الصحفي بالإذاعة الفرنسية المدير الفني ورئيس القسم العربي لشركة باطي ماركوني بقوله:

«أسي محمد علاش ما تعملش شي محاولة على شاكلة المرحوم الحسين السلاوي الذي لاقت أعماله نجاحا منقطع النظير داخل وخارج حدود المغرب » .

أدخله السيد حشلاف بيتا والتمس منه ألا يبارح المكان حتى يكتب ويبدع على عوده «أومالولو» أول شريط حطم كل أرقام النجاح.

الإبن سعيد يحكي عن سر كلمة أومالولو، و يقول إنها بعض من قطعة أمازيغية كانت تهدده بها عمته «ازويدة»، وعلى هذا الأساس يمكن تصنيفها ضمن ما يعرف عند العرب بأغاني المهدي أو المناغاة أو أغاني التهاليل التي تلاعب بها الأمهات أطفالها في أولى مراحلهم العمرية ..

أما الراحل «جاك برديكو» صديق عُمَر محمد فويتج، فيقول إن أغنية أومالولو كتبت بزقاق بونابارت بباريس بمسكن الطلبة الذي كان يقطنه رفقة زملائه، إدريس فلاح سفير المغرب بليبيا سابقا وعامل أسبق لمدينة

طنجة، والعامل السابق الحسين بنسعيد، و أحمد السنوسي ممثل المغرب الأسبق لدى الأمم المتحدة، و الموسيقار إدريس الشراي.

و يسترسل قائلا إن عنوان القطعة في الأصل كان «ها هما ليلو» أي «هاهم يطاردونه أو هاهم يتعقبونه» مما دفع السيد «أحمد حشلاف» إلى أن يسدي له النصح بعدم إفشاء البعد الوطني للأغنية حتى يضمن لها حظها في الانتشار. وذلك ما حصل وعلى متوالها أيضا أبدع «سيدي محمد يا المير» الأغنيتين كانتا بمثابة رسالة قوية من فنان وطني غيور على حرية بلده وسلطانه.

كانت فترة مفاوضات «إكس لبيان» فرصة لتوحيد صفوف كل المغاربة المقيمين بفرنسا، وضمن هذه الصفوف كان صوت محمد فويتج ورفقاء دربه بالمهجر يجددون عزمهم على استعادة حرية البلد .

ومع عودة السلطان إلى وطنه من منفاه كان الشعب المغربي قاطبة على موعد مع احتفالات مشهودة، وأعراس وطنية غير مسبوقة، شاركهم فيها الفنان «محمد فويتج» العائد مع سلطانه وثلة من أبنائه الأوفياء إلى الوطن الأم . شاركهم أفراحهم بأولى الأعمال العصرية الوطنية الأصيلة و ي «أومالولو» و« سيدي محمد يا المير». وبعد أن شاعت أومالولو وردتها كل أركان الوطن استقبله السلطان العائد وخطبه قائلا:

المغرب اليوم فرحان باستقلاله وأنت أهديت الشعب المغربي عملا فنيا برهنت فيه عن روحك الوطنية العالية، فما عليك اليوم إلا أن تطلب لدينا ما يرضيك. أجابه و هو الذي يرى أن ما بلغه في ظرف وجيز من شهرة عند أبناء بلده فوق ما يطمح له و ما بلغه من محبة و رعاية أبوية من السلطان أغنته عن السؤال، فأجاب:

أسيدنا أنا ما طالب منك إلا الرضى.

و كان الرد الملكي:

إبني فويتج الله يرضي عليك أنت وتريكتك ..

و رغم أن محمد فويتج كان ينوي العودة إلى باريس

إلتزام مساره الفني الناجح، إلا أن السلطان محمد بن يوسف أقنعته بعدم جدوى الرجوع، فالوطن في أمس الحاجة إلى كل أبنائه لبناء مغربهم الحر المستقل، و ما كان لرغبة السلطان إلا أن تتحقق..

الزوجة الملهمة «مينة الكثيري»:

عاد محمد فويتح إلى «حي الوريبة» عاد إلى بيت الفضل غرنيط الذي ولد به، وأعاد ترتيب بيت فرقة «جوق الشعاع الفاسي»، واستمرت اللقاءات والتمرنات، وكتب الله أن يصبح رفيقه بدرّب الفن والموسيقى الغالي الخمسي «سليفه» بعد أصبحا متزوجين من أختين شقيقتين.

ارتبط محمد فويتح منتصف سنة 1956 ب«مينة الكثيري» محبوبة وحسنة هذه الأسرة الفاسية الثرية، ابنة تاجر من أوائل التجار الفاسيين الذين فتحوا الأسواق الإفريقية و نمت تجارتهم و حصلوا منها ثروة تحترم في ذلك الحين ..

الزوجة «مينة الكثيري» كانت بمثابة القدوة التي دفعت بالزوج محمد فويتح إلى التشبث بالانفتاح على الثقافة الغربية، وهي التي ولجت المدارس الفرنسية منذ صباها، وتدرجت فيها بتميز وجعلت أبنائها يسيرون بنفس التوجه دون التفریط في ثقافة المغرب الأصلية و قيمه الإسلامية .

انتقلت الأسرة إلى حي «لكومندان بروكوس» بالمدينة الجديدة، و ساد بين الزوجين حب ووثام واحترام متبادل، توفرت في هذه الزيجة كل خصال الزوجة الفاضلة و الزوج الكريم، وكان ثمرة هذا الزواج الصالح القدوم السعيد لإبنتهما البكر «ليلى» التي ازدان بها بيت الأسرة سنة 1957، ثم بعدها «سعيد» الذي ولد سنة 1965 .ولدين غاليتين كانا أهم روافد الود و الحنان الذي ساد هذا البيت الجامع بين حسني الثقافة و الفن.

مدرسة محمد فويتح:

مدرسة محمد فويتح فى التلحين و الغناء متفردة متميزة ،إستلهمت أسسها مما أختزنه الذاكرة من ألوان الطرب المغربي الأصيل، خلطة سحرية صنعت نسيجا مغربيا صرفا يقف على مرتبة وسطى بين الأصالة و التجديد مكنته من الإرتقاء بالموسيقى المغربية العصرية في مرحلة نشأتها الأولى ودليل توفيق إختياراته الطربية هو أن جل أعماله ما زالت شائعة و محبوبة إلى اليوم لخفة ظلها نظما ولحنا وأداء، وهذا مجال أثبت فيه محمد فويتح قدرته على التميز عن كل تجارب غيره، و كان لارتباطه فنيا بصداقة الزجالين الكبيرين أحمد الطيب العالج و بعده فتح الله المغاري بالغ الأثر بحيث امتزج معهم في فيض إبداعى قوي سجل خلاله أخصب فترات عطائه الغنائى التي تملك بها أسماع و مشاعر محبيه وعشاق فنه..

تميز باعتداده خامة صوته الفريدة المتفردة، و اعتمد تقنية عزف مغربي متميز ويمكن اعتباره أشهر عازف



أعسر-أشول- في تاريخ الأغنية .

أولى مراحل نتاجه الفني جاء خلالها محمد فويتح فنانا شاملا متكاملا ، كتب ولحن وغنى أعمالا جعلت المستمع المغربي يستشعر خيرا في تاريخ الأغنية المغربية الذي بدأ يحاول تجاوز مرحلة الزحف على أربع ..

سنة 1975 تغنى بالحدث التاريخي المجيد المسيرة الخضراء بقلب منجوع و نفس محطمة و روح منكسرة تحت رزء جلال حل بأسرته بعد رحيل رفيقة دربه السيدة «مينة الكثيري» يوم 28/10/1975 و عمرها آنذاك لا يتجاوز 48 سنة.

حبه و ولاؤه لوطنه لم يسمح له بالتأخر عن تلبية نداء الواجب الأكبر، لكن فقدان أم الأبناء وزهرة بيته وملهمة فنه ومفخرة العائلة أصاب مركب محمد فويتح بشقوق صغيرة ما فتأت تتسع مع الأيام وبدأت مياه اليأس والكآبة تتسرب إلى جوفها مهددا إياها بالفرق. ولذا السبب لا نجد له بعد هذه الفترة برصيده إلا أغاني وطنية قطع حبلها المتصل بعملين يتيمن أنهنى بهما حياته الفنية وهما «حديث القلب» ، و «فين العشران»..

لم تستقم حياة محمد فويتح بعد وفاة زوجته، وهي التي تركت وراءها ابنتها ليلي في سن 18 و الابن سعيد في سن 10 .لولا تكافل الجدة للأب السيدة «زهور بن جلون» و صديقة وفيه للعائلة «الحاجة محبوبة ذاكر» السيدتين النبيلتين حققتا جهد المستطاع آخر وصايا الأم في حسن تربيتهما ورعايتهما والاهتمام بشؤونهما حتى بلغا زهرة العمر.

الدمعة الحارقة:

سنة واحدة بعد رحيل زوجته داهمت محمد فويتح أول أزمة قلبية نقل إثرها على وجه السرعة إلى مستشفى ابن سينا بالرباط، حيث تعرف لأول مرة على مرض عنيد يهدد أنسجة قلبه بالتلف في كل وقت و حين. ثلاث سنوات بعدها تعرض لدبحة صدرية مفاجئة

أخرى تلتها أمراض أخرى بدأت تحتل لها مكانا بجسمه، فالبدانة رافقتها ارتفاع الكوليستيرول في الدم و إنزلاق في الغضروف، ارتفاع ضغط الدم، إصابته بمرض السكري . واستطاع أن يقاوم لمدة 18 سنة كاملة كل هذه الأمراض وأن يواجه آلامها و أشباحها التي تتربص به كل ثانية من حياته .

إلى أن ألمت به أزمة قلبية أّحد من سابقتها بداية شتبر 1996 ببيت صديقه مجيد بن جلون بطنجة التي استقر بها من مدة و ارتبط فيها بزوجته الثانية «غيثة»، كان طبيبه بالعوشي حاضرا ليلتها و تم إدخاله على وجه السرعة إلى العناية المركزة، نتج عن هذه الأزمة شلل بنصف جسمه الأيسر شلل عم الوجه و الذراع و الرجل و أعدم قدرته على الكلام، لم يفقد الفريق الطبي الذي أشرف على حالته الصحية من أمل في استعادة عافيته وعلى رأسهم الدكتور احنيبي والدكتورة بن حليمة، بدا لنجلته ليلي أن حال الأب تحسنت فاقتربت منه لتستأذنه في السفر إلى فاس والعودة بعد يومين و قالت له يوم الثلاثاء 17 شتبر:

«بابا غادا نساfer لفاس ونرجع إلى كان العمر طويل نشاوفو بإذن الله يوم الخميس وإلى كان هذا حد العهد الله يسامح علينا».

فانزلت دمعة على خده، دمعة حارقة كانت آخر عهد ليلي بالوالد الذي فاضت روحه صبيحة يوم الأربعاء 18/9/1996 ليلتحق بالرفيق الأعلى مؤمنا صبوراً محتسباً.

غادرنا محمد فويتح ذاك اليوم على الساعة 7.45 د ليس بسبب سكتة قلبية بل هذه المرة بسكتة دماغية، فسرّها طبيبه المعالج بأنها الخلاص النفسي الوحيد الذي سلكه الراحل بعد أن تحطمت نفسيته، بفعل الشلل الذي تسرب إلى مفاصل حبه للفن و الحياة، و بعد أن تمدد المرض إلى أوصاله وغزا بدنه الواهن و كسر فيه شيئا فشيئا العزيمة والإصرار على التشبث بحياة لم يعد لها معنى، بعد أن شلت يده اليسرى و هو العازف الأشول و عجز عن النطق و هو الصوت الصداح الذي لم ينجب المغرب مثله لا من قبل و لا من بعد..

بداية هذه الرحلة قلنا إن الضنان محمد فويتح التدلاوي ولد و في فمه ملعقة من ذهب نزعته من فمه يد الزمان الغادرة . لكن العناية الإلهية عوضته عنها بملعقة ربانية أثبتتها الله سبحانه وتعالى في تجاويض حبال صوته الساحرة، ملعقة ربانية حملته إلى قمة المجد، و لم ون تقوى يد الزمان الجائرة على انتزاعها من فمه هذه المرة، لأنها انتقلت لتستقر بعد رحيله في وجدان كل محبيه وعشاق إبداعاته الخالدة ..

في الذكرى العاشرة لوفاة سعاد حسني حياة بين الأضواء وموت يلفه الضباب

لالة فاطمة



ومعه أيضا قدمت سعاد مسلسلها التلفزيوني الوحيد «هي وهو».

ومن بين كل أفلام السندريلا يظل «خلي بالك من زوزو» الفيلم الاستعراضي الفئائي الذي كتبه صلاح جاهين وأخرجه حسن الإمام عام 1972م علامة مميزة في تاريخ السندريلا، إذ لاقى نجاحا هائلا وحقق رقما قياسيا للبقاء في دور العرض السينمائية واستمر لثلاثة وخمسين أسبوعا دون انقطاع، لدرجة أن الكثيرين من عشاق فنها أطلقوا عليها ذات الإسم «زوزو»، فراق لها الاسم الجديد كما راق لهم.

وعندما بلغت سعاد حسني عامها الخامس انفصلت والدتها «جوهرة محمد»، وتزوجت بزوجها الثاني عبد المنعم حافظ.

اكتشاف

عبد الرحمن الخميسي كان أول من اكتشف الموهبة الفنية المبكرة لسعاد قبل أن تتاح لها الفرصة الحقيقية للظهور على شاشة السينما في فيلم «حسن ونعيمة»، بعدها قدمت الفنانة الكبيرة تسعين فيلما، كان آخرها «الراعي والنساء» مع الراحل أحمد زكي،

■ في الحادي والعشرين من يونيو عام 2001 م غيب الموت سندريلا السينما المصرية والعربية «سعاد حسني»، إثر سقوطها من شرفة شقة صديقتها «نادية يسري»، في ستيوارت تاور في عاصمة الضباب، فكان للحادث نصيبه الوافر من الضباب! ماتت السندريلا لتولد من جديد ذكرى في خيال وعيون الملايين من محبي فنها.

ولدت سعاد محمد كمال حسني البابا في القاهرة عام 1943 ، لها شقيقتان كوثر وصباح ومن غير الأشقاء ستة عشر، والفنانة نجاة الصغيرة إحدى أخواتها غير الشقيقات.



أزواجها

أربع زيجات معلنة وواحدة غير معلنة، أثارت الكثير من الجدل هي حصيلة رحلة الفنانة الراحلة، إذ تزوجت بالفنان عبد الحليم حافظ زواجا لم يتم إعلانه، ثم تزوجت من المصور والمخرج صلاح كريم لمدة عام واحد، لتتفصل عنه وتتزوج المخرج علي بدرخان في رحلة دامت أحد عشر عاما، بعدها تزوجت المخرج زكي فطين عبد الوهاب، ابن المطربة ليلى مراد والمخرج فطين عبد الوهاب في زواج استمر عدة أشهر فقط، وكان آخر أزواجها السيناريست والصحافي ماهر عواد، وماتت وهي على ذمته.

وفاة غامضة

توفيت سندريلا السينما المصرية والعربية في ذكرى ميلاد عبد الحليم حافظ، الفنان الذي ارتبط في حياته بالسندريلا، وأكد كثيرون زواجه منها وشكك آخرون في هذا الزواج، ولوفاتها اختار القدر موعدا



يربط ذكراهما معا ويؤاخي بين الموت والحياة، فكان الموعد هو ذكرى يوم ميلاد العنديل.

وعندما أطاح هدير موجات هتاف الملايين من أزهار اللوتس في ميدان التحرير بأفقال خزائن الأسرار في أقبية الأجهزة الأمنية، تعالت أصوات مطالبة بإعادة فتح التحقيق في حادثة وفاة السندريلا، لعل شعاعا من ضوء الحقيقة يمكنه أن ينفذ إلى الكهوف المظلمة التي بنتها أجهزة الأمن في النظام المتداعي، فتبدد أنسجة الضباب التي نسجت كفن سعاد حسني.

كانت السندريلا في لندن تعالج من السمنة والاكنتاب الذي دفعها إلى الانتحار، تحليل ارتاحت له اسكوتلانديارد وأغلقت التحقيق، لكن أصدقاء السندريلا يرفضون الرواية ويشككون في ملابسات كثيرة زامنت الحادث، ويضعون علامات استفهام عند الكثير من التفاصيل. بل ويتقنون أن السندريلا التي بثت لحظات سعيدة في عيون وقلوب محبيها كانت محبة للحياة، ولا يمكن أن تقدم على الانتحار، وأنها عندما أقدمت عليه وأقبلت بشراة على «المسقة» المسمومة التي أعدتها بيدها لزوجها حينما ارتاب في الأمر، وطلب منها أن تبادر هي بتناول «المسقة» في أداء تمثيلي مذهل كان فقط أمام الكامير في فيلمها «موعد على العشاء» مع الفنان حسين فهمي.

لذلك قررت أسرة الفنانة الراحلة مطالبة النائب العام في مصر بإعادة فتح ملف موتها، وتطاييرت اتهامات هنا وهناك تشير إلى أركان في النظام السابق بالتآمر لقتلها، ربما حتى لا تنتشر مذكراتها التي قيل إنها تتناول أشخاصا بعينهم، كانت لهم مكانتهم ضمن سدنة النظام القديم.

سيظل هذا الملف مفتوحا ناثرا بعضا من ذرات الملح على الجرح، الذي أصاب جسد السينما العربية بوفاة نجمته الرائعة، الطريق طويل ولكن السعي لكشف الحقائق يستحق المعاناة التي يتكبدتها الكثيرون من أجلها.

ربما قد تكشف الأيام ماعجزت سكوتلانديارد عن كشفه وربما لا .. من يدري؟ وبينما الجرح لم يندمل بعد، سنواصل الاستمتاع بوجود سعاد حسني، بيننا نجمة تتلألأ على شاشات البلورات السائلة في الأفلام الأبيض والأسود بشكل خاص بخفة فراشة وروح جذابة وصوت حلو المذاق متوج بضحكة مبهجة، ووجه له جماله الخاص.



إم. إف. إم أطلس



إم. إف. إم سوس



إم. إف. إم سايس



كازا إف إم



إم. إف. إم العيون



برنامج «فساد تحت المجهر» فضح لواقع الفساد الاقتصادي والسياسي



المفسدين». من مهام برنامج «فساد تحت المجهر» أيضا، النباش والتقصي في ملفات أتت على ذكرها تقارير رسمية من مؤسسة دستورية، تم الحديث فيها عن مجموعة

اختلالات داخل مؤسسات عمومية، أبطالها سياسيون ومتحكمون في دواليب القرار السياسي والاقتصادي، مُدبرون للشأن العام ومقربون لمراكز القرار بحكم العلاقات والزواج المشبوه بين السياسي والاقتصادي.

برنامج «فساد تحت المجهر»، مشروع إذاعي تقدمه إذاعة كازا إف إم كل يوم جمعة، من السابعة إلى الثامنة والنصف مساء، مساهمة منها في تنوير الرأي العام الوطني.

ولم تتجاوز مشاركته معنا أربع حلقات، حتى صار وراء القضبان بالتهمة التي يعلمها الجميع.. وقتلنا في قرارة نفسنا، «فساد تحت المجهر» لا محالة طريقه غير مفروشة بالورود، وأعلننا منذ الحلقة الثالثة أنه إن كُتبت لهذا البرنامج الاستمرارية، فهذا وعدٌ وديٌّ علينا، وإلا فاللهم اشهد، إنا قد بلغنا..

«فساد تحت المجهر»، برنامج يأتي في ظروف صار الحديث فيها عن الفساد المستشري في العديد من القطاعات العمومية والشبه عمومية ذات الارتباط الوثيق بتسيير الشأن العام للمواطن المغربي، أمرا علينا ينادي به الصغير قبل الكبير. والحديث عن الفساد من خلال هذا البرنامج، الفرض منه تسليط المزيد من الضوء على ملفات الفساد، ملفات جاء ذكرها في العديد من المناسبات، ومن خلال تقارير رسمية وأخرى إعلامية صارت بها أحاديث الركبان، وأصبح الشارع المغربي يُنادي بـ «الشعب يريد إسقاط الفساد ومحاربة

ضمن البرامج الجديدة، التي أملت الظروف الحالية المتميزة بالحراك السياسي والاجتماعي للساحة السياسية في المغرب، وفي ظل الأجواء التي باتت تعرف بالانفتاح والشفافية والوضوح، ومع توالي الوقفات والاحتجاجات والمسيرات المندادية بإسقاط الفساد، ومع إشارات خطاب تاسع مارس، التي تنحو منحى التغيير السياسي والدستوري، كانت بداية برنامج «فساد تحت المجهر» بشراكة مع يومية «المساء» بتاريخ 11 أبريل 2011..

إنها خطوة إيجابية أخرى تهجها إذاعة كازا إف إم.. خطوة تنحو منحى إشراك مستمعي ومتتبعي مجموع إذاعات إم إف إم في عملية التغيير. وبما أن التغيير صار مطلب الجميع، من أعلى هرم السلطة إلى قاعدتها، فإن الأمر يتطلب أولا إظهار كل ما من شأنه أن يعكر سماء التغيير، التي هي أصلا مُلبدة بغيوم الفساد. كانت البداية إذا بمشاركة زميلنا «رشيد نيني»،

«أغانت» موعد أسبوعي جديد حول أهم المواقع الإلكترونية وأخر أخبار الشبكة العنكبوتية



■ «أغانت»، برنامج أسبوعي يبث على أثر إم إف إم سوس، حيث يلقي الضوء على أهم المواقع الإلكترونية المحلية، وعلى مصمميها. كما يستضيف البرنامج ضيوفا

من مصممي المواقع الإلكترونية للتعرف عليهم عن قرب، وعن هوياتهم وطريقة عملهم، خاصة عند تحيين المواقع الإخبارية، كالجرائد الإلكترونية. كما يستضيف البرنامج متتبعي صفحات الشبكة العنكبوتية. البرنامج يخصص أيضا فسحة أيضا للدردشة عبر النت، بصفحات الفايسبوك وتويتر وغيرها من المواقع الشهيرة.

«أغانت» من تقديم كريمة الحراثي، كل يوم أربعاء، ابتداء من الساعة التاسعة إلا ربع، وإلى غاية العاشرة ليلا.

إم إف إم أطلس في وقفة تضامنية ضد الإرهاب بمراكش



■ نظمت مجموعة من الفعاليات الجموعية والفنية الوطنية والدولية، مساء الجمعة 6 ماي 2011 بساحة جامع الفنا، وقفة تضامنية مع ضحايا الاعتداء الإجرامي، الذي استهدف مقهى «أركانة» بساحة جامع الفنا بالمدينة الحمراء، والذي أسفر عن مقتل 17 شخصا، وجرح 21 آخرين مغاربة وأجانب.

وبعد قراءة الفاتحة على أرواح ضحايا هذا العمل الشنيع، تم وضع أكاليل من الورود على أرواح الأبرياء، الذين قضوا خلال هذا العمل الجبان الذي لن ينال من عزم المغرب، الذي يعتبر ملتقى آمنا لكل الشعوب والثقافات.

وخلال هذه الوقفة المنظمة تحت شعار «كلنا في ساحة جامع الفنا اليوم ضد الإرهاب»، ردد المشاركون شعارات تندد بهذا العمل اللا إنساني، الذي يتنافى وقيم التعايش والتسامح التي تتميز بهما المملكة، معبرين عن تضامنهم الكلي مع ضحايا الاعتداء الإرهابي على ساحة جامع الفنا، أحد رموز التراث الإنساني العالمي.

وبنفس المناسبة، تم بالمسرح الملكي بمراكش تنظيم سهرة فنية بثت مباشرة على أثر مجموعة إذاعات إم إف إم، قدمها الزميل هشام لمغاري وأخرجها الزميل حمودة دريس وزكرياء شيبوش، أطلق عليها المنظمون اسم «سهرة التسامح»، شارك فيها مجموعة من الفنانين كالشباب بلال وسيمون سياز وسعيد الصنهاجي وليلى كوشي وعبد الصمد شرف وحاتم إيدار وحليمة العلوي، ومريم بلخير وغاني القباچ وسعيد موسكير ومحمد رضا وسامي را، وصفاء وهناء.



تجربة إعلامية فريدة على أمواج إذاعة كارزا إف إم

17 ساعة من البث المباشر تتناول مواضيع نفسية فقط

رغبة في تكريس الثقافة النفسية والتحسيس بأهميتها، يخوض كل من الصحافي جواد الرامي، والدكتورة سعيده بنكيران، غمار التحدي، في تجربة إعلامية فريدة بعد النجاح الذي حققه برنامجهما "استشارة نفسية"، الذي يبث على أمواج مجموعة كارزا إف إم، كل جمعة من الساعة الثامنة وخمسة وأربعين دقيقة إلى العاشرة صباحاً. وسعيها نحو إبراز فائدة هذه الإذاعة في برامجها الخدمائية، وخاصة في جانبها النفسي، أخذت الإذاعة على عاتقها خوض هذا التحدي، الذي نسعى أن نحدده في سقف 17 ساعة من البث المباشر، وذلك يوم الاثنين 20 يونيو الجاري، من الساعة السابعة صباحاً إلى الثانية عشرة ليلاً، والذي ستتطرق من خلاله إلى مجموعة من المواضيع النفسية المترابطة، التي تهم بشكل كبير المستمعين، وتتوافق مع انتظاراتهم في ما يخص الثقافة النفسية، مما قد يساهم في تقديم تفاصيل أوفى وتحليل أدق، من شأنه أن يفيد الكل في تجاوز عراقيل الحياة اليومية في أبعادها النفسية.

انتظروا 17 ساعة من البث المباشر للبرنامج يوم الاثنين 20 يونيو الجاري من الساعة السابعة صباحاً إلى الثانية عشرة ليلاً.

حلقة شهر ماي ليلة الوفاء لشخصية الحارس أحمد بلقرشي الشاوي حارس الكوكب المراكشي

■ بعد أن خصصت حلقة شهر أبريل لشخصية المصارع المغربي الفذ، علي لشكر، بطل عقدي السبعينات والثمانينات في هذه الرياضة، واصل البرنامج الشهري «ليلة الوفاء» تألقه من خلال تخصيص حلقة خاصة في شهر ماي حول الحارس المغربي أحمد بلقرشي، الملقب بالشاوي، حارس الكوكب المراكشي والمنتخب المغربي في السبعينات. وقد كانت فرصة لاستعراض مسار هذا اللاعب، الذي طبع مسار الكوكب والمنتخب الوطني قبل ثلاثين سنة، وبحضور ضيوف يمثلون مختلف الفعاليات الكروية والرياضية بمدينة مراكش، حيث تمت محاورتهم مباشرة من ساحة جامع الفناء، إذ كانت فرصة لمجموعة إذاعات إم إف إم للتعبير عن تضامنها مع ضحايا العملية الإرهابية الشنيعة، التي استهدفت مقهى أركانة الذي اجتمعت كل الفعاليات حوله للتعبير عن شجبها لهذا العمل الإجرامي.

مسابقة التعليق الرياضي تنطلق قريباً على أمواج إذاعات إم إف إم

يطلق القسم الرياضي لمجموعة إذاعات إم إف إم، خلال الأسابيع القليلة المقبلة، مسابقة وطنية للتعليق الرياضي، مفتوحة في وجه المستمعين، الذين يرون في نفسهم القدرة على التعليق على مختلف المباريات والمنافسات الرياضية، سواء في مجال كرة القدم أو في باقي الأنواع الرياضية. وسننشر في عددنا المقبل تفاصيل هذه المسابقة، التي ستستمر طيلة فصل الصيف، وخاصة خلال شهر رمضان، الذي سيحل إن شاء الله خلال شهر غشت المقبل.

برنامج "قضايا وآراء محلية"

بشراكة مع المشعل

على أمواج إذاعة CASA FM 88.7



إعداد وتقديم
ادريس شحطان

تنويع الفائزين برسم الدورة الثامنة لجائزة اتحاد كتاب المغرب للأدباء الشباب

نظم اتحاد كتاب المغرب، بالرباط، حفلا تم خلاله تنويع خمسة شبان مغاربة حصلوا على جائزة اتحاد كتاب المغرب للأدباء الشباب، في دورتها الثامنة في أربعة أجناس أدبية، هي القصة والشعر والرواية والمسرح. وفاز بهذه الجوائز كل من توفيق باميدا (عينان مفتوحتان في الظلام - مجموعة قصصية)، ووثام المديدي (البياض - مجموعة قصصية)، ونزيه بحراوي (مزاج الإوزة - شعر)، وإيمان بوقايد الغزاوي (حبوب منومة تليها أنا... أنت والمطر - مسرحيتان)، ورشيد بوغانم (جسر العواصم - رواية).

وتم بهذه المناسبة، التي تتزامن مع مرور عشرين عاما على إطلاق الاتحاد للجائزة (1990-2010)، تقديم درع الاتحاد للفائزين، فضلا عن مبلغ مالي وشهادة تقديرية، كما قدم درع الاتحاد أيضا للداعمين من صندوق الإيداع والتدبير في شخص مديره بالنيابة محمد كرين ومنشورات عكاظ في شخص مديرها الهادي الأسمر الذي تسلم الدرع بالنيابة عنه الكاتب المغربي محمد الشركي.

وتمت لجان القراءة الأربع كلا من محمد بودويك وعزيز أزغاي وعبد الحق الميفراني (لجنة الشعر)، وعبد الإلاه قيدي وعبد الكريم الجويطي وهشام العلوي (الرواية) وحسن بحراوي وبوسلهام الضعيف وسعيد عاهد (المسرح)، ورشيدة بنمسعود وعبد الرحيم العلام وبشير القمري (القصة).

وبخصوص مرور عشرين عاما على إحداث الجائزة، نوه عبد الرحيم العلام رئيس اتحاد كتاب المغرب بالنيابة، بالكتاب الحاصلين على جائزة اتحاد كتاب المغرب للأدباء الشباب في دوراتها الأولى، الذين حققوا تراكما إبداعيا لافتا في المشهد الأدبي المغربي.



البرنامج الثقافي التلفزي «مشارف»

أعلن اتحاد كتاب المغرب تضامنه المطلق مع برنامج «مشارف»، الذي يعده ويقدمه الشاعر عدنان ياسين، في القناة التلفزية الأولى، والذي تم منعه، وطالب، «وبكل استعجال وإلحاح، واستحضارا للسياق السياسي والاجتماعي والثقافي الراهن»، بإعادة البرنامج لأهميته، ولكونه أصبح مكسبا "يعتز به إعلامنا المرئي".

قصيدة مغربية تضامنا مع مدينة مراكش



أهدى الشاعران، المغربي طه عدنان، والجزائري بوزيد حرز الله، قصيدة لمدينة مراكش تضامنا معها على إثر الاعتداء الشنيع، الذي تعرض له مقهى أركانة بساحة جامع الفنا.

وأوضح طه عدنان، الكاتب والشاعر المقيم ببروكسيل، في بلاغ له، أن القصيدة التي نظمها مع الشاعر الجزائري بوزيد حرز الله «عمودية من البحر الوافر»، مضييفا أنهما بتا من خلالها «مشاعر الحب والتضامن مع المدينة الحمراء». ويعد طه عدنان، ابن مراكش، والمقيم ببروكسيل منذ 1996، المشرف على إدارة الصالون الأدبي العربي ببروكسيل.

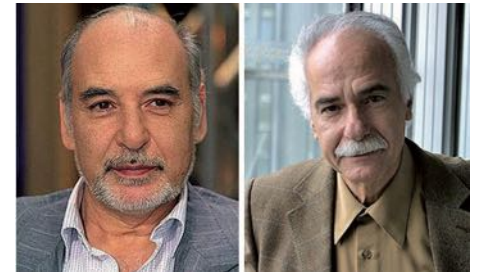
أما الشاعر بوزيد حرز الله، فيشرف على صالون «الإمتاع والمؤانسة» بالجزائر العاصمة، والذي يعتبر فضاء للنقاش وتبادل الرأي حول أبرز القضايا الأدبية والفكرية المطروحة على الساحة الثقافية.

منح الجائزة الدولية «الشريف الإدريسي» لاندري أزولاي



تم ببالييرمو (صقلية) منح الجائزة الدولية «الشريف الإدريسي» لاندري أزولاي، مستشار جلالة الملك، ورئيس مؤسسة «أنا ليند» للثقافات الثلاث. وحصل أزولاي على هذه الجائزة إلى جانب رئيسة جمعية النساء الديمقراطيات التونسيات، سناء بن عاشور. ودير بالذكر أنه تم إحداث الجائزة الدولية «الشريف الإدريسي» سنة 2010 من أجل مكافأة شخصيات بارزة من الضفتين الشمالية والجنوبية للمتوسط «تتميز بعملها لصالح الحوار والتعاون الأوروبي المتوسطي».

اللعبي وبنجلون من أجل ربيع الحرية



وقع نحو 35 مثقفا عربيا في باريس، من شعراء وكتاب وفنانين ومخرجين، على بيان من أجل «ربيع الحرية والديمقراطية في العالم العربي». ومن الموقعين على البيان، الذي جاء بمبادرة من المنتدى الثقافي اللبناني في فرنسا، الكاتب والشاعر المغربي عبد اللطيف اللعبي، والروائي المغربي الطاهر بنجلون. وكذلك وقع البيان عدد من المخرجين المسرحيين والسينمائيين والباحثين، بالإضافة إلى شخصيات أخرى.



يكتبه : هشام لمغاري
radiotv2006@yahoo.fr

حَاجِبَتُكَ عَلَى اللَّيِّ مَبْدِي بِالْحَا وَالْحَا أَصْبَغُ هُوَ أَقْيَاسُو مَلِي تَزَادُ عَمْرُو مَاحُنَا رَاسُو

«الموجة».

*حاجيتك على اللي مبدية بالغين والغين
عندها 6 العينين هي ميتة واتفرج في الحيين؟
«الغيطه» (المرمار).

*حاجيتك على العين والعين كحلة هي رطب
من الشحمة، ملي تسكم بحال المغزل ملي
تعواج بحال المنجل؟ «العلكة».

*حاجيتك على التا والتا ثابتة ما زمشي
فين، عندها الريوس كثر من الرجلين؟
«تازمورت».

*حاجيتك على الدال هداك أو بدال كنت روام
روم الدين النافر بعيني شفت الحرة والدة العبد
الكافر؟ «الدلاحة».

*حاجيتك على الدا والدا مزروعة فالقبائل ما
تنور ما تدير كبايل؟ «الملحة».

*حاجيتك على الدا والدا شادة الدواخل لحما
برا وجلدها لداخل؟ «الحنزولة دبال الدجاج».

*حاجيتك على اللي قدو قد الغار ولحيتو
معمره الدار؟ «الدخان».

*حاجيتك على الدا والدا حاحات عليه الأيام،
مشا بسمية وارجع بجوج سميات؟ «الحاج».

*حاجيتك على اللي لونها لون الغراب وطبها
طي الكتاب؟ «الخيمة».

*حاجيتك على دار فوق دار فوقها القرطاس
الدار؟ «العقرب».

*حاجيتك على اللام واللام كديدة ف الغار ما
تيبس ما تخضار؟ «اللسان».

*حاجيتك على اللي زينها ف اهاوا ونورها
بقى حتى داه؟ «الشمعة».

*حاجيتك على السين والسين سبع أيام وهو
صليوح والنهار الثامن رجعات فيه الروح؟
«السوق».

*حاجيتك على السين والسين ما هي سلسة ما
هي سكين ما هي حروف البناية قلعهما ولا
نوض من حدايا؟ «السن».

يستخرج بالحدس والحرز لا بدلالة اللفظ عليه حقيقة
ومجازا، ولا يفهم من عرضه .
نأتي الآن إلى جولة أخرى مع الأحاجي المغربية مع
حلولها.

*حاجيتك على رحية فوق رحية ورحية ما طحن
شي و راس لقيعة ولقيعة ما تعضشي؟
«الفكرون أو السلحفاة».

*حاجيتك على خضر مخالف ما يتسقى لا رباطي
ولا مصارف؟ «لوشام».

*حاجيتك على اللي قدها قد الرزمة أو فايطة
العاود بالزعامة؟ «الأرنب».

*حاجيتك على قبتنا الخضرا ساكنين فيها
العبيد وما يحلها غير الحديد؟ «الدلاحة».

*حاجيتك على اللي مبدى بالميم والميم
عندو 5 أولاد يلعب امعاهم لعب لعناية جوج
مكسين وثلاثة اعرابا؟ «المنجل».

*حاجيتك على اللي مبدى بالكاف والكاف
امراكب وامراكبو عجوني الولد اللي تزداد
عندهم يقول ليهم دبحوني؟ «الكرموس».

*حاجيتك على اللي مبدى بالتا والتا داير
الصفوف و مخو مخدوم من الصوف؟
«التسبيح».

*حاجيتك على اللي مبدى بالدا والدا اصبع
هو اقياسو ملي تزداد عمرو ماحنا راسو؟
«الحاجب».

*حاجيتك على اللي مبدى بالسين والسين
امحزم زخيمة الهداج كمو يتكال وجلدو
يتلح؟ «السكر».

*حاجيتك على اللي مبدية بالميم والميم هي
محنة وف راسها مطحنة اتفكوا هما أو حلنا
حنا؟ «المرأة».

*حاجيتك على اللي مبدية بالكاف والكاف
ماتت واتكدد اعظمها عاود ناقت ثاني
واحزمت لهمها؟ «الكربة».

*حاجيتك على اللي مبدى بالدا والدا هداك
وبدال ويخاف من اقراو الصوف والشعر هما
عديانو؟ «الذيب».

*حاجيتك على اللي مبدية بالميم والميم راية
وامركبة وراكبة فوق اظهر بوها تضرب بالليل
والنهار اتقول أنت: امفانتة مع اعدوها؟

■ الحجايات كنمط من التعبير لم يكن معروفا عند
المغاربة مقتصر على الشعر المعرب.. بل تعداه إلى
الشعر الشعبي. إذ عرف الملحون نوعا من الألفاظ أطلق
عليها السولان، أي السؤال، وهي غالبا ما تساق في
نطاق تحدي المدعين وهجاء الخصوم. وقد اشتهر
فيها شعراء أشياخ كمحمد بن علي ولد أرزين والمدني
التركماني، على حد قول الأول يسأل خصمه عن ماهية
الشعر والمواهب وأقسامه وكيفية تسربها للنفوس. وهي
أسئلة لا يعتبر شاعرا من يجهل الإجابة عنها من حاول
الفوض في بحر الهوى، حسب الأستاذ عباس الجراري،
في تقديمه لكتاب «الموجز في الشعر المغربي المفلح»
للسعيد بنفريحي.. يجده صعبا إلا من ألهمه الله ومنحه
الموهبة، وهو في عرضه لسؤاله أو شعره:

وانسال امن ادعاو على علم الشعر و لمواهب
واعلى اشمن اسبيل يدخل لجسام

كان لهم فالخلق ارسام

قسموه الفهام اقسام

من لا يدريها لا يقول شاعر فالقول ايجيب

و اللي داخل بحر لهوا بجهلو يلقاه اصعب

إلا من ودو ربنا الوهاب

واللي ادعا عليك بجهلو بالك تستهابو

ماجاب عوض سولاني

الوا يعيش ما عاش المرو ولا يجيب لوزان

وتدخل في هذا التعبير الشعبي كذلك الاحجيات التي
تعرف بالمحاجيات والحجايات وهي وإن كانت في
معظمها عبارة عن جملة أو جمل ثرية، فإن بعضها
جاء شعرا أو نثرا موزونا قائما على السجع، ومن ذلك
قولهم في الدلاح الذي هو البطيخ الأحمر:

قبتنا خضرا مبنيا بالقدر سكاها عبيد و
امفانها من لحديد

وقولهم كذلك في شهر رمضان حاجيتك على
اطبقنا انقي ماياكل فيه لا سلطان لا فقي
وقد جاء في لسان العرب أن اللفز هو حفرة يخفرها
اليربوع في جحره تحت الأرض، وقيل هو جحر الضب
والفارة اليربوع بين القاصعات والناقعات سمي بذلك
لأن هذه الدواب تحفره مستقيما إلى أسفل، ثم تعدل
عن يمينه وشماله عروضا تعترضها تعبه ليخفي مكانه
بذلك الألفاز. والجمع ألفاز. وهو الأصل في اللفز
واللفيز واللفيزاء والالغوزة كاللفز. أما الأحجية فهي
التي تكون مخالفة لمعنى اللفظ وهي الغاليط من الكلام
وتسمى الألفاز... وقيل إنها شيء واحد وهو كل معنى

الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت	الأحد	الاثنين	الثلاثاء
1 منتدى الزهراء للمرأة المغربية ينظم ندوة حول الحركة النسائية بالمغرب		4 اليوم الدولي للأطفال الأبرياء ضحايا العدوان	5 اليوم العالمي للبيئة			
8 اليوم العالمي للمحيطات			12 اليوم العالمي لمكافحة تشغيل الأطفال		14 اليوم العالمي للمتبرعين بالدم	
15 الدورة 16 لمهرجان موسيقى الجاز لشالة بالرباط	16 يوم الطفل الإفريقي	17 اليوم العالمي لمكافحة التصحر والجفاف	18 اليوم الوطني للمقاومة		20 اليوم العالمي للاجئين	21 عيد الموسيقى
23 يوم الأمم المتحدة للخدمة العامة		26 اليوم الدولي لمساندة ضحايا التعذيب		26 اليوم الدولي لمكافحة إساءة استعمال المخدرات والاتجار غير المشروع بها		
29 الدورة الخامسة لمهرجان الأغنية المغربية يومي 29 و30	30	31	ملتقيات الدورة 14 لمهرجان كناوة وموسيقى العالم بالصويرة من 23 إلى 26 يونيو بالصويرة تنظم اختبارات الدورة العادية للامتحان الوطني الموحد لشهادة البكالوريا أيام 14 و15 و16 يونيو . وتجرى اختبارات الدورة العادية للامتحان الجهوي الموحد للمتدربين الأحرار وللجنة الأولى من سلك البكالوريا يومي 17 و 18 يونيو ، وتجرى مداولات الدورة العادية لامتحانات البكالوريا يوم 23 يونيو . المهرجان الأول للشباب أيام 10 / 11 / 12 يونيو بالمركب الثقافي حسن الصقلي بسيدي البرنوصي بالدار البيضاء .			



افتتاحية

جريمة التحرش الجنسي هناك .. وهنا

خلفت قضية «دومنيك سترأوس-كان»، مدير صندوق النقد الدولي حتى يوم التاسع عشر من ماي، حين اضطر إلى تسليم مفاتيح الخزنة الاممية، مقدا استقالته تحت وطأة اتهامه في قضية تحرش جنسي، نزل الالهز أركان المجتمع الدولي، ما هذا ببعض الجمعيات النسائية في فرنسا إلى النزول إلى الشارع، تحتج على إهانة النساء، وتدين التحرش الجنسي.

وزير المالية الفرنسي السابق والخبر المالي، الذي قام بإعادة الهيكلة لصندوق النقد الدولي، جاعلا منه أحد أبرز المؤسسات الدولية، إن لم يكن أبرزها جميعا بمبادراته الجريئة، ومنحته السياسية والاقتصادية، يبدو اليوم محتاجا هو ذاته لإعادة هيكلة مسيرته، فالأزمة التي يواجهها اعتنى من الأزمة المالية العالمية التي كان له دوره المؤثر في التصدي لها.

يبدو أن طرفي القضية بينهما تفاوت صارخ، «سترأوس-كان»، البالغ من العمر اثنين وستين عاما، شخصية نافذة، جالس على خزائن الأرض، يتحكم في سياسات نقدية لدول بأكملها في العالم الثالث، ويمسك بتلابيب شعوبها لقاء مساعدات وقروض الصندوق الاممي، سياسي بارز، والمرشح الأقرب للفوز بالرئاسة الفرنسية.

عاملة الفندق، الضحية، مهاجرة ذات أصول غينية، تدعى «نيساتو دياللو»، في العقد الرابع من عمرها، عاملة فقيرة تعمل من أجل تربية ابنتها، لا معرفة لها بالسياسة، ولم تكن تعرف من هو «سترأوس-كان»، ولا تعرف حتى من يكون عمدة المدينة، التي تعمل وتساكن فيها. البون التاسع بين الشخصيتين يعادل المسافة الفلكية بين أعتاب السجن في نيويورك، والسجادة الحمراء عند أقدام سيد قصر الإليزيه في باريس، وبين الوجهتين المحتملتين، يتأرجع مهزأ أمين المالك الكوفي السابق.

وإذا ثبتت التهمة على الرجل، عليه تسجيل نفسه في قوائم طالبي الإعانة الاجتماعية، فهو عندئذ يحتاج إلى مساعدة اجتماعية نوعية، ليست مالية بطبيعة الحال، فليدبه من المال الكثير، ولكن إعانة في صورة دروس في كيفية احترام الآخر، والحفاظ على كيانه، وإن لا يكون سببا في إيذاء مشاعره أو التعدي عليه. فالرجل الحامل لمفاتيح خزنة صندوق النقد الدولي حتى قبل أيام مضت، سيكون آنذاك قابعا تحت خط الفقر في مفردة مهمة من مفردات مكارم الأخلاق..

ومن سوء حظ المهاجرة الغينية، عاملة الفندق، أنها تعرضت للأبشع ما يمكن أن تتعرض لها الانثى في حياتها، بما يلائمه من جروح نفسية غائرة، قد لا تبرا حتى مع الزمن، الذي يقولون إنه طبيب الجراح المستعصية، ولكن من حسن ظالمها أن ذلك حدث علي أرض الولايات المتحدة الأمريكية، حيث قيضة قانون لا يعترف بأصحاب المراكز النافذة، فاتوا بـ «سترأوس-كان»، المتهم، والذي كان على بعد خطوات من طائفة الخطوط الفرنسية عائدا إلى باريس، وربما أيضا كان علي بعد خطوات من قصر الإليزيه، خلفا لفرانسوا ساركوزي بعد الانتخابات المقبلة، حسب ما أظهرت نتائج استطلاع الرأي الفرنسية، أتوا به مكبلا ليواجه التحقيق في التهمة المنسوبة إليه.

في مغربنا العزيز، كثيرا ما تصدم الرأي العام أخبار التحرش الجنسي، في الخبرات أو في السجون، وفي أماكن العمل، وحتى في الأماكن العامة، ولكن الشيء المخجل فعلا أن لا نعرف ما تنتهي إليه التحقيقات في هذه الحوادث، ولا نرى عقابا رادعا للمعتدين يشفي غليل المجتمع، ويضمن أمن وسلم وكرامة نساءنا وأطفالنا، وربما موت الكثير من القضايا بمجرد وضع شكاية في المحكمة، وعلى الضحايا لعق جراحهم، فيد القانون رخوة في عقاب هؤلاء المعتدين، إن كان هناك أصلا عقاب، فالتراخي في تطبيق القانون له نفس أثر عدم وجود القانون ذاته، إن لم يكن يفوقه سوءا..

فلاقاطمة

تصدر عن منشورات لاغازيت

الرئيس المدير العام
كمال لحو

مدير النشر ومدير التحرير
رفيق لحو

مستشارة التحرير

فاطمة بنيس

سكرتيرة التحرير

زهرة إيدموح

هيئة التحرير

حفيفة الدليمي

رحمة بوشويو الجوهري

حجيبة ماء العنين

بوشري دراج

سارة رقيب

سمية كرايمو

نادية صمراني

جميلة كاهي

محمد نبيل

المراسلون

العيون : محجوب الأنصاري

الغنية بنصالح: عبد المجيد تيتاني

وجدة: زهر الدين الطيبي - تطوان : أحمد المريني

الجديدة : أحمد الزوين - مكناس : جواد الرامي

أكادير : ابراهيم بوليد - مراكش : هشام لمغاري

الأزياء والجمال

حياة بنعيد الله

سعاد ابريشة

التصوير الفوتوغرافي :

مصطفى الرامي

توفيق مؤنس

رشيد الوحي

أحمد الوحي

لورينزو سامي

محمد لكثيري

كاريكاتير

ناجي بن ناجي

الإخراج والتصميم

خالد الساعد

هشام بلهلال

المالية والحسابات :

حسين بن بوي

الإشهار

0522 30 97 07 - New Publicity

البريد الإلكتروني: publicite@new-publicity.com

المسؤول عن الإشتراك والتوزيع

ياسين دينية - الهاتف: 0522 54 81 97

البريد الإلكتروني: info@leseditionsdelagazette.com

الطباعة : إيدبال

سحب من هذا العدد : 60.000



التوزيع : الوسيط

ملف الصفحة 52 ص 06

بتاريخ 10 03 2002

عنوان لالة فاطمة

برج الأحباس، شارع الجيش الملكي، الطابق 13

الدار البيضاء، المغرب

الهاتف : 0522 54 81 50 / 53 / 58 / 59

الفاكس : 0522 31 80 94

البريد الإلكتروني :

lallafatema@gmail.com

منشورات لاغازيت

La Gazette

Challenge

W

فلاقاطمة



«وليم» و «كيت» زواج اسطوري عابر للثقافات والطبقات

خاتم تزييت به يوم زفافها لوالده قبل ثلاثين عاما . وقبل ساعات من الزواج كانت ذكرى الأميرة ديانا حاضرة مرة أخرى حين استلهمت «كيت» خطى الأميرة الراحلة عند مناقشتها لقسم الزواج مع روان وليمز كبير أساقفة كنتربري فأصرت على أن يخلو القسم من بند «الطاعة» مكتفية بالقسم على حب الأمير وتوفير الراحة له والحفاظ على الشرف وهو نفس ما فعلته الليدي ديانا عند زواجها من الأمير تشارلز.

زواج لم يعترف بالطبقات بل ينشئ تلاحما وجسورا بينها، فالأمير وليم المولود عام 1982 سليل سلسلة متواصلة من ملوك أشهر عائلة ملكية في أوروبا امتد حكمها عبر قرون، بينما عروسه كاترين ميدلتون البالغة تسعة وعشرين عاما تنحدر من عائلة متوسطة لا تجري في عروقها دماء

■ في العام الماضي اختار الأمير وليم وهو الثاني في ترتيب ولاية عرش بريطانيا مكانا رومانسيا مغمسا بالسحاب عند منحدرات جبال روتوندو الخلابة في كيبينا، وعلى ارتفاع يزيد عن ثلاثة آلاف متر فوق سطح البحر طلب الأمير يد الأنسة كاترين ميدلتون فكانت روعة المكان على الأرض الإفريقية شاهدة على خصوصية المناسبة.

الأميرة الراحلة ديانا والدة الأمير وليم كانت حاضرة حين قدم الأمير وليم خاتم زواج والدته المصنوع من الياقوت الأزرق المرصع بالماس إلى كاترين مغيرا عن مكانة كليهما في نفسه ورابطا بينهما ومستحضرا وجودا رمزيا للأميرة الراحلة تمثل في





السلطان حسن بلقيه وزوجته حاجة صاحبة



الأمير الوليد بن طلال
وزوجته الأميرة أميرة



الشيخة موزه زوجة أمير
دولة قطر



صاحبة السمو
الأميرة
لالة سلمى



بالدانتيل المصقول في كافة تفاصيله فكان أنيقا فاخرا متاغما مع وشاح مطرز وتاج صغير جميل في بساطته جمع أناقة خمسينات القرن الماضي مع إطلالة حديثة طقوس بريطانية أصيلة تم بها حفل الزواج تعكس تقاليد راسخة لهذه العائلة الملكية العريقة المتجذرة في التاريخ وفي قلوب البريطانيين. وتزامنا مع حفل الزواج الملكي ولكن على الجانب الآخر من بحر المانش كرم بعض من محبي الأميرة الراحلة ديانا ذكراها بوضع رسائل لها تحت نصب شعلة الحرية في باريس. ورغم مرور عشرة أعوام فقط من الألفية الجديدة إلا أنه يمكننا أن نسميه زواج القرن.



ملكية.

أناقة مغربية

الأناقة المغربية أيضا كان حضورها لافتا ، إذ كانت صاحبة السمو الملكي الأميرة لالة سلمى الأكثر أناقة بين مدعوات الحفل الملكي الأسطوري. و لم يجد أكثر من نصف المشاركين في استفتاء مجلة «هالو» البريطانية، وعددهم ثلاثون ألف مشترك صوتوا على مدى أحد عشر يوما، أي صعوبة في اختيار لالة سلمى كأكثر ضيفات العرس الملكي أناقة ، تاركة خطيبة أمير موناكو والأميرة لانتيزا زوجة ولي عهد اسبانيا تتنافس على المركز الثالث خلف بيبا شقيقة كيت التي جاءت في المرتبة الثانية. اختارت الأميرة لالة سلمى أن تطل بزي مغربي خالص ، فقطان وردي فاتح مزين بخيوط ونقوش ذهبية مع حذاء ذي شرائح نحاسية اللون.

وفي التاسع والعشرين من أبريل الماضي كانت لندن قد أكملت زينتها متأهبة للمناسبة الملكية واتخذ كثيرون أماكنهم قبل ذلك بأيام ونصبوا خياما صغيرة قرب كنيسة وستمنستر ، وامتلات أسواق وسط لندن بالهدايا التذكارية من كل نوع تحمل صورةا للعروسين وكان آلاف الصحفيين والإعلاميين قد توافدوا إلى العاصمة البريطانية لتغطية مراسم الزواج الملكي الذي تابعه آلاف الملايين من البشر في أنحاء الأرض رغم اختلاف التوقيت وبث بثا حيا عبر الإنترنت .

و بين التصميم التقليدي والحديث صممت دار الكسندر ماكوين فستان كيت ميدلتون الأبيض العاجي المطعم



طنجة: زهرة إيدموح
تصوير: أحمد الواحي

طقوس العرس الطنجاوي.. إلى مَشَى الزَّينِ يَبْقَاوْ حُرُوفُو

نعد نرى هذه الصورة سوى في أعمال تلفزيونية أو سينمائية تعكس مرحلة تاريخية ماضية. «لاله فاطمة» نزلت ضيفة على أسرة طنجاوية، فواكبت حفل زفافها. تقول «نعيمه النكافة» إن مدة حفل الزفاف في طنجة ثلاثة أيام، تحرص خلاله غالبية الأسر على

واختصر في يومين، وقد يتعداه إلى ثلاثة، لعله يلبي طلبات الأسرتين والصبية على وجه الخصوص. لكن مازالت تتردد على ألسنة الجدات هذه الطقوس، ومازالت بعض الأسر الطنجاوية تصر على إقامة العرس بكل تفاصيله وطقوسه المعروفة، بما فيها تنقل العروس إلى بيت عريسها على الهودج، إذ لم

■ تعكس طقوس العرس الطنجاوي ثراء المدينة الحضاري والثقافي. كانت العروس في زمن ولي تستعد للعرس لمدة سبعة أيام، كانت كأميرة مدللة، يعمل جيش من العائلة على خدمتها، وتقديم طقوس العرس في أبهى صوره. تغير الزمن، فتغيرت معالم العرس الطنجاوي،



إقامة مراسيم الاحتفال وفق الطقوس الطنجاوية التقليدية، وإن عرف جانب منها بعض التطور، لكن الجوهر مازلتنا محافظين عليه إلى اليوم، ومن هذه الطقوس نقول نعيمة، حفل أو ليلة الحناء. قبل بدء مراسيم ليلة الحناء تكون العروس قد توجهت صباحا رفقة صديقاتها وأخواتها إلى الحمام، وكانت البنات يتسابقن لاحتلال مكان جنب العروس أو استعمال بعض أغراضها، لأن العادة تقول إن هذه الفتاة التي تتال شيئاً من أغراض العروس ستكون العروس التالية. فيبدأ الاحتفال مباشرة بعد العصر، تقوم النكافة بنقش يدي العروس وقدميها بالحناء، مرتدية قفطانا مطرزا خاصا بليلة الحناء، وتتعمد العروس على عدم وضع مساحيق، كما تغطي وجهها بثوب أبيض، بعد ذلك وكما جرت العادة تقف إحدى النساء المتزوجات إلى جانبها، ويجب أن تتسم حياتها الزوجية بالسعادة، وفي ذلك فإل حسن على أن تتال العروس المصير ذاته. فتقوم النكافة أو إحدى قريبات العروس بوضع «ليزار» على رأس المرأة السعيدة، ومنها على العروس، ثم ترتديه تباعا

شكر خاص للسيدة سعيدة ميري

مركز التجميل

8 زنقة ابن بديس - 90000 - طنجة

الهاتف: 0661799546 - 05 399495/96

www.saida-miri.com





نصائح للعروس

- لتكوني عروسا جميلة وجذابة في زفافك، ينصحك الخبراء بمراعاة الوقت في الإعدادات التي تسبق ليلة الزفاف، لتحصلي على أفضل النتائج، وإليك هذه النصائح:
- اتبعي قبل موعد الزفاف بشهر كامل نظاما غذائيا، يعتمد بشكل أساسي على الخضار والفاكهة، والإكثار من شرب الماء، فذلك من شأنه أن يحافظ على رشاقتك، ويمنع جسمك من الانتفاخات.
- اعتني بشعرك بعمل حمامات منتظمة له، وإذا كنت تتوين قصه، افعلي ذلك بوقت كافٍ حتى يأخذ وجهك الشكل الجديد، ومن الأفضل أن لا تغيري لونه، بل اتركه على طبيعته، لأنه بمجرد أن يطول ستبدو الجذور مختلفة اللون، ولن يبدو ذلك جميلا في الأسابيع الأولى من زواجك.
- أما إذا كنت تعانين من أي مشاكل في البشرة من حبوب أو حساسية أو عيوب، فمن الأفضل أن تلجئي لطبيب مختص أو خبيرة ماهرة قبل الزفاف بستة أشهر.
- أن تكوني مرتاحة وبوضع نفسي جيد قبل زفافك، لأن توترك قد يبدو للجميع. أن تكوني على ثقة بمزين شعرك ليتمكن من الإبداع في تسريحته يوم زفافك.







لكل ما يخص الأعراس وأعياد الميلاد عنوان واحد Reflet du Liban

افتتح مؤخرا بمدينة الدار البيضاء محل «Reflet du Liban»، الذي سيبتيح لمحبي الشوكولاته وعشاقها فرصة الاستمتاع بتذوق مختلف أنواع الشوكولاته. كما خصص محل «Reflet du Liban» باقة متنوعة من حلوى النوكا والهدايا الشخصية والهدايا التذكارية للمناسبات الخاصة، مثل حفلات الزواج وأعياد الميلاد وهدايا المناسبات. أيضا يوجد كتاب الشوكولاته، وحقائب الشوكولاته وقمصان الشوكولاته، وقبعات الشوكولاته الأنيقة ومكعبات الشوكولاته التي يتم تجهيزها في علب فاخرة بحسب الطلب.

6 زنقة الطبيب شارع غاندي الدار البيضاء الهاتف: 0522255198



هل سألت نفسك يوماً لماذا ترتدين خاتم الزفاف، ولماذا تمسكين بباقة من الورد؟ ولماذا تختفين وعريسك بشهر عسل؟ كلها أمور تفعلها العروس ليلة زفافها، ولكن لا تعلم سببها لها، ومن أين جاءت؟

تفسير بعض طقوس الزواج

خاتم الزوج

طقس خاتم الزواج يرجع إلى الحضارة الفرعونية، ويعتقد الكثير من الباحثين أن المصريين القدماء كانوا أول من ابتكر تقليد ارتداء خاتم الزواج، حيث جرت العادة على تقديم العريس لعروسه دائرة مصنوعة من خيوط القنب أو قصب السكر، لكون الدائرة رمزاً للخلود، وكان عمر هذا الخاتم غالباً ما يصل إلى العام. ومع تعاقب الحضارات سيحول إهداء الخاتم إلى رمز للوعد بالحب. وأصبح الشكل الدائري للخاتم رمزاً للحب الخالد، وكذلك تحول خاتم الزواج أو الخطوبة، من خيوط القنب والقصب إلى الحديد في بعض العصور كرمز لقوة الرابطة بين الزوجين، ثم استبدل البريطانيون الذهب بالحديد في القرن الخامس عشر، سعياً لزيادة توقيف الرمز.

ويقال إن اليونانيين القدماء يعتبرون اليد اليمنى رمز القوة والنفوذ، لذلك اختاروا لها اليد اليسرى، باعتبارها أضعف، وهي بذلك تدل على خضوع الزوجة لزوجها، كما أنها من ناحية أخرى أقرب إلى القلب من اليد اليمنى، وهذا يعني أن الزوجة قد وهبت عواطفها وقلبها من أجل زوجها، وأنه أحق الناس بنبيضاها المتدفق، ويعبر العروسان عن ارتباطهما والتزامهما برباط الزواج عن طريق تبادل خاتمي الزواج.

باقة الورد

باقة الورد التي تحملها العروس كانت في صورتها الأولى حزمة من الأعشاب، ذات الأريج الفواح لإبعاد الأرواح الشريرة، وعرف الرومان واليونانيون أول ظهور لباقة أزهار العرس، كإكليل من الأعشاب الطازجة يزين رأسها.

كعكة العرس

ترجع كعكة العرس إلى روما القديمة، وإن كانت في

صورتها الأولى لا تعدو قطعة من الخبز، جرت العادة أن يتناول العريس قطعة منه، ثم يقطع الباقي فوق رأس العروس، وهي عادة استمرت قروناً طويلة حتى تطورت، وأصبحت على ما هي عليه الآن.

رش الملح

وفي الوقت الذي جرت فيه العادة في الشرق على إلقاء حبات الملح في حفل الزفاف على العروسين لصد الحسد، أو ظهر بين الغربيين تقليد إلقاء حبات أرز في نهاية حفل الزفاف، وهي عادة تستمد جذورها من الآشوريين والعبرانيين والمصريين القدماء، الذين شكل الأرز بالنسبة إليهم رمزاً للإثمار.

شهر العسل

ولدت هذه التسمية في أوروبا في القرون الوسطى،

ويرجع السبب في ذلك أنهم كانوا يعتبرون احتفالات الزواج استعراضاً للجاء والغنى والنفوذ، وكانت مظاهر هذه المعاني تتبلور في تقديم أنواع من فاخرة من مزج الخمور بهذه المناسبة، وتحضر هذه الخمور من مزج العسل والخميرة مدة طويلة، وكانوا يشربون هذا النوع من الخمور مدة شهر كامل، يبدأ من وقت اكتمال القمر إلى الموعد نفسه من الشهر الذي يليه، ومن هنا جاء هذا الاسم، وأطلقوا على هذا الشهر اسم شهر العسل. وهناك تسمية أخرى تقول إن تسمية شهر العسل انطلقت من رومانيا، حيث كانت العادة بأن يشرب العروسان العسل الممزوج بالماء عند الزواج لمدة شهر كامل، ومن ثم امتدت هذه العادة إلى البلاد الأوروبية، ومنها إلى أنحاء العالم، وهكذا بات يطلق على أول شهر من عمر الزواج شهر العسل، حتى وإن لم يشرب العروسان العسل، وإنما يسافران ويتزهان فيه.

لكل مناسبة هدية خاصة بها، هدايا يحاول الضيوف التفنن في اقتنائها، كل حسب مقدرته المادية، وكل حسب قربه من الشخص الذي سيقدم له هذه الهدايا، وتعتبر مناسبات الزواج من أهم المناسبات التي يسعى الجميع إلى الحضور إليها، محملاً بهدية أنيقة للعروسين، وتعتبر الهدايا في مجملها عن مودة وتقدير وعن حب يكنه الإنسان الذي يقدمها للشخص المقدمة إليه. وهذه بعض النماذج التي اخترناها لكم، من أجل مساعدة القراء الكرام على اقتناء هدايا مناسبة لحفلات الزفاف.

تنسيق: حياة زروقة بنعبد الله
ت: أحمد الواحي

هدايا خاصة لحفلات الزفاف



مجموعة مباخر بـ 700 درهم
من عند Maison d'aujourd'hui



بلاطو بـ 1600 درهم كُل إبريق الشاي بـ 1200 درهم
6 أكواب من كريستال بـ 1000 درهم
من عند Maison d'aujourd'hui



مثالية للشموع، الكبيرة بـ 249
درهما والصغيرة بـ 289 درهما
من عند Ideali



جهاز لاندسهار «الجبن»
بـ 699 درهما من عند Ideali



6 أكواب من كريستال بـ 1260 درهما من
عند Ideali



فازات بيضاء، الحجم الكبير بـ
349 درهما والحجم الصغير بـ
219 درهما من عند Ideali



ثلاث صينيّات بـ 520 درهما
من عند Maison d'aujourd'hui

IDÉALI - العنوان: 22 شارع محمد سجلماسي
الجيش سابقا الدار البيضاء الهاتف 0522225909
- بارك مرجان مراكش. الهاتف: 0524291626

MAISON D'AUJOURD'HUI
العنوان: 22 زنقة عزيز بلال المعاريف
الدار البيضاء هاتف: 0522231830

الزواج أوله عسل ووسطه كسل واخره بصل



بعد شهر



إزواج اكتشفوا سقوط اقنعة شريك العمر

في اصطدامات وفراق سريع أو طلاق، تؤكد نعيمة: "أحنا كنا كنصبرو، هاد الجيل ما كيصبرش"، ضروري أن تكون هناك مساوئ في أحدهما، وعليهما تضادي الأخطاء وإصلاحها من البداية بالتالي هي أحسن، وليس بالعنف والأنانية.

العنف الذي يمارس داخل الأسرة يؤثر أيضا على سير الدراسة لدى الأطفال، وعلى نفسياتهم أيضا، لأن الحب بين الأب والأم يولد الارتياح، والعكس، إذا كان العنف، فإن الأطفال يقلدون آباءهم، ويؤثر ذلك سلبا عليهم، بممارستهم العنف على الآخرين. وكثيرا ما يستقبل الزوج عائلته بفرح وعائلتها هي يكرهها، والعكس.

الزواج والموت هم لا يفوت

شريفة، المخرجة الفنية، بلباسها الأنيق ووجهها المستدير الفاض بملامح البراءة، كانت تنظر إلى حياتها الزوجية كأنها ستعيش عاشقة كل يوم، إذ تقول في ذلك: "فبعد شهر العسل، وبعد أسبوعين أو أكثر من البقاء معا طول الوقت، مضى كل واحد منا في حياته السابقة، سواء إلى العمل أو الأصدقاء، وبقيت الواجبات العائلية

نعيمة، صاحبة الشفتين الكرزيتين والقلب الطيب المتواضع، ترى أن التعارف قبل الزواج مدة طويلة شيء جميل، إذ تكون المعاملة جيدة، لكن بعد الزواج يظهر الوجه الآخر والمختلف تماما عن قبل. لذلك استمرت حياتهم زوجها كلها مبنية على العنف، سواء معها أو مع أبنائها من بعد.

تزيد نعيمة، التي قاست ولازالت في صمت رهيب مع زوجها: "تفهمت سبب العنف من خلال ماضيه وطفولته، التي لم يعيشها بين أحضان أسرته، إذ كان يفتقد للحنان الأسري، ما جعلني أعيش حياة بؤس، ولم أتذوق طعم الحياة الزوجية، حتى الأشياء الجميلة التي يفعلها من أجلي في بعض الأحيان لا تفارقني أبدا تلك الصورة السيئة عنه، والتي هي حقيقته.."

كل ما تتمنى المرأة في هذه الحياة، زوجا متفهما محبا حنونا يحترمها ويصونها، ونعيمة في هذه السن تتصح الشباب المقبل على الزواج بأن يسود التفاهم الكلي بين الطرفين، كي تكون حياتهما سعيدة، ولا يجب التصنع في العلاقة في الأيام الأولى، كي لا يصدم بعد الزواج وطول العشرة. يجب أن يكون الصدق في المعاملة، لا يتصنع اللطف والحنان والكلام المعسول قبل الزواج. يجب أن يعرف الطرفان حقيقة بعضهما كي لا يقع

منهن من اقتنمن قصص الزواج دون الغوص في سراديب زوج لا يعرف عنه الكثير، ليواجهن مشاق شريك حياة مزاجي أو عصبي، عنيد، أو خجول، في حين ترى أخريات أن الحب كفيل بمواجهة مشاكل بحجم الجبال، لأنه الوحيد القادر على تدبير الاختلاف وتوحيد الطباع وطمس العيوب، والآخر نفسه بالنسبة للرجال. «لالة فاطمة» نحكي قصص أزواج فشلوا في فك طلاسم شريك الحياة، وآخرون نجحوا في حبك خطط لترويض أزواجهم وتغيير طبائعهم منذ أول ليلة.

جميلة كاهي

■ أخطر سنوات الزواج هي السنة الأولى، فإن اجترمتا الامتحان ضمنتهما عيشة هائلة، إذ لا تتسبب أن فترة الخطوبة لا تكشف عن طباع الآخر، فكونا على استعداد لمواجهة المفاجآت بحكمة وعقل.

هزيتي راجل حطيتي راجل

نعيمة، 45 سنة، أستاذة وفنانة تشكيلية، تقول: "كان زوجي يتصرف معي بطريقة طيبة جدا في الأيام الأولى من زواجنا، لكن سرعان ما اكتشفت أنه رجل آخر غير الذي عرفته، بدأ يتعامل معي بأسمى معاني العنف، لم أتقبل طباعه ليومنا هذا، وصبرت معه، وكان يندم مباشرة بعد معاملته السيئة معي، ويأخذ بخاطري ويعتذر، ويعترف بأخطائه كل مرة، وهذا ما جعلني أشفع له ولا زلت لحد الآن". تضيف نعيمة والحسرة تملأ عينيها: "تزوجت وعمري آنذاك 20 سنة، وهو كان يكبرني ب 11 سنة، حيث رأيت فيه رجلا ناضجا، وسيعاملني برقة وحنان، ولن أجد معه صعوبة أو مشاكل، وأظن أن هناك بعض النساء، رغم وجود فارق السن، فلا توجد لديهن مشاكل مع أزواجهن، وكل ذلك راجع للطباع".



د. علي شيباني
أستاذ باحث في
علم الاجتماع

الزواج غايته الدوام والاستمرار

■ تنص الشرائع السماوية والقوانين الوضعية والعادات المتعارف عليها في كل المجتمعات، أن الزواج غايته الدوام والاستمرار، والعمل على توفير كل الظروف المواتية لتحقيق هذه الغايات، ولبناء أسرة بعمها الاستقرار والسعادة. وتكوين الأسرة عن طريق الزواج، يعتبر عند جميع شعوب العالم، النتيجة المعتادة، إن لم تكن ضرورية. قد يبدو للبعض أن الأسرة نظام قائم على دوافع الغريزة، وأن العلاقة بين الزوج والزوجة والروابط التي تربطهما بالأبناء، وما يقوم به كل من الأب والأم من وظائف في حياة الأسرة، يسير وفق ما تمليه عليهم الفرائض الفطرية، أو ما توحى به الميول الطبيعية. لكن هذا الطرح لم يعد مقبولا عند الباحثين السوسيولوجيين في الوقت الراهن، حيث يقدرون أن نظم الأسرة الحديثة تقوم على اصطلاحات يرتضيها العقل الجمعي، وقواعد تختارها وتقبل بها المجتمعات. وعلى الرغم من تطور نظم الأسرة في المجتمعات الراهنة، ومن تغير وتعدد وظائفها، فإن هذه المجتمعات لا زالت تقر وتعترف بأن الأسرة:

1 - لا زالت هي أصلح نظام اجتماعي للتناسل، الذي يضمن للمجتمع نموه عن طريق تزويده بعناصر بشرية تؤمن استمراره وبقائه.

2 - تعتبر الأسرة الوحدة الاقتصادية المتضامنة، والتي تؤمن لأعضائها الظروف الملائمة للعيش الكريم والأمن.

3 - تعتبر الأسرة أيضا، المكان الطبيعي والملائم لتنشئة الأطفال وتربيتهم وإعدادهم الإعداد الجيد لتزويد المجتمع بعناصر تساعد على بنائه وتقدمه.

هذه هي الوظائف الأساسية، إلى جانب وظائف أخرى، التي لا يستوعبها بشكل جيد، بعض المتزوجين، ويبعدها المقبلون على الزواج، ولا يولونها حق قدرها، أو يؤجلون الخوض فيها إلى ما بعد استكمال الزواج. وهنا يقع المحذور وتسقط الأقتعة.

إن «عسل الزواج»، تم تحديد مدته في «شهر»، وبعد ذلك يتوجب الخروج لمواجهة تحديات الحياة، وصعوبة ما تتطلبه واجبات الحياة الزوجية، وإكراهات بناء أسرة جديدة.

عندئذ، إذا لم يكن الزواج قد تم بناؤه على قيم جوهرية، كالصدق والمصارحة المتبادلة، والحب الحقيقي، والاحترام البعيد عن الرياء والنفاق والكذب، فإن هذا الارتباط، لا بد وأن يصبح مهددا من أول يوم يواجه فيه المتزوجون الجدد، التحديات الحقيقية للحياة المشتركة. وهذا ما يحصل، غالبا، عند العديد من المتزوجين، الذين كانوا يغطون واقعهم الحقيقي بأقنعة مزيفة، سرعان ما تم كشفها بعد الزواج، فمنهم من «يقبل» بمرارة هذا الواقع ويستمر في الحياة على أمل التغيير، ومنهم من يأخذ وجهة أخرى بالطلاق أو الانفصال.

اليومية التي يحملها ذلك الكائن معه، ولا يستطيع الفكك منها، لأنها جزء منه، ومن تكوينه السيكولوجي والثقافي. مما يفرض على كل طرف الدخول في حرب (باردة) من أجل إرغام الطرف الآخر على التنازل عن «شخصيته» والتماهي مع عاداته إلى درجة الانمحاء والتلاشي.

فالأكيد أن كل طرف، سواء الرجل أو المرأة، يقتحم بوابة الزواج وهما مدجج بما «لذ وطاب» من أعطاب وعادات وأفضليات، دون أن يعي الطرفان أنهما بصدد مواجهة مباشرة وحقيقية لن تسفر إلا عن غالب ومغلوب. فكل طرف يتشبث بما ألفه وترعرع عليه، وكل طرف يبدأ في اكتشاف «نواقص» الآخر (أو ما يعتبرها كذلك)، ويبدأ عراك الأذواق، في الموسيقى والأكل واللباس، وفي طريقة الجلوس والاستلقاء والنوم، وفي أوجه صرف المال والتبضع، وفي... إلخ.

سعيد، الكاتب والروائي يؤكد أن كل هذا يمكن عجنه في «ميكسور الحب» (أو التضحية) لتستمر الحياة الزوجية، لكن الصحيح أيضا أن كل طرف يستمر في محاولات كسب مساحة إضافية على حساب الطرف الآخر، لإخراجه من اللعبة وإلقائه خارج الملعب، وتمكينه فقط من الجلوس في مدرج العلاقة، ليتفرج على عاداته وهي تتلاشى في عادات الطرف الأقوى. لكن هنا يمكن أن تتدخل الانتفاضة، ويبدأ رجم العلاقة بالطوب والحجر والصواعق والزواجر.. وربما انتهى الأمر إلى الإساءة الكبرى، أو إلى الفرار بالجلد حفاظا على ما تبقى..

هذا معناه في المحصلة أن على الطرفين، كي يستمرا في استنشاق أنفاس بعضهما البعض، أن يقيما مساحة مشتركة للتفاهم، وأن لا يحاول أي طرف اكتساح الطرف الآخر، أو أن يسرق منه «علبته السوداء» أو أن يجرده من ماضيه.

كل شيء يمكن التغلب عليه

رأي خديجة يتمثل في النظر الجيد في الأمور، إذ تقول: «كتجي صعبة في الأول، ولكن مع الوقت كيدا يتعود، خاصة إلى كان كيجب الشخص الآخر، لازم الواحد يغير بعض طباعه لتجنب المشاكل، خاصة عندما يرى أنها تززع الطرف الآخر، عندما يكون الزواج مبنيا على الحب والاحترام، إذ يمكن للزوجين تجاوز الكثير من الصعوبات التي تصادفهما، يجب أن تكون النية الحسنة، وكل شيء يمكن التغلب عليه».

فالزواج يشبه إلى حد كبير الذهاب إلى المطعم مع الأصدقاء، ومن ثمة تقوم بطلب الطبق الذي تختاره شخصا، وبعد النظر في أطباق الأصدقاء، تتمنى لو أنك طلبت نفس الذي في أطباقهم.

ومسكين تزوج مسكينة وتهنأت المدينة. فالتضحية من جانب الطرفين أمر لا بد منه.. فهي أساس الحياة الزوجية، ومن أسس الحياة الزوجية الناجحة أيضا، التعاون في مواجهة أمور الحياة، وذلك بتدبير شؤون البيت دون إرهاب لميزانية الزوج.



هي العامل المشترك الوحيد بيننا، وبالرغم من أن الحب لا يعتبر مفقودا تماما، إلا أنه يصبح حبا من نوع آخر، حيث يتحول إلى عشرة وتفاهم، وأحيانا إلى منظومة من الواجبات الزوجية، وقد يتخلله

العديد من المشاكل المالية والعائلية وحتى الشخصية، هذا واقع اضطرت أن أتأقلم معه، تضيف شريفة، المتزوجة والأم لبنات، ذات الابتسامة الدائمة: «بخلاصة هذه «سنة الحياة»، للاستمرار لا بد من التضحية، خاصة وأني اكتشفت بعد الزواج الطباع الحادة لزوجي وغيرته الدائمة التي أشعر أحيانا أنها تكاد تخنقني، رغم ذلك فضلت أن تكون حياتي الزوجية بدون مشاكل، وذلك بتقديري له وإعطائه مكانة عالية، كما أحاول تجاهل المضايقات الصغيرة التي يفعلها زوجي، وأجعل الحب هو المرجع الذي يكون أمام عيني دائما، حتى يصد أي مضايقات تحدث بيني وبينه، وذلك لأن الحب يغفر الذنوب بدون عقاب».

شريفة، التي قضت سنوات عمرها في سبيل رعاية زوجها وطفلتها، تقول إنه من بين الأخطاء التي ارتكبتها، ولا زالت ترتكبها، هي كونها ملحة وثرثرة وفضولية، بدرجة تزيد عن الحد، وتعشق الضحك واللعب (طفلة كبيرة)، إن كثرة الضغط تولد الانفجار، على العموم إن قوة التفاهم بينها وبين زوجها لها القدرة على تقليل حدة أي صراعات يمكن أن تحدث بينهما.

اكتشاف النواقص يؤدي إلى عراك الأذواق

سعيد، يرى أن الزواج هو «القدرة على تحمل أنفاس كائن آخر في نفس الغرفة، وعلى نفس السرير»، هذا التعريف قدمه الروائي التشيكي ميلان كونديرا، وهو تعريف يقترب من التجربة التي مررت بها، فليس سهلا تحمل أنفاس الآخر عمرا كاملا، والمقصود بالأنفاس هنا ليس هي حرارة الجسد أو رائحته، بل تلك العادات

الزواج هو القدرة
على تحمل أنفاس
كائن آخر في نفس
الغرفة وعلى نفس
السرير

حينما شرعت الديانات السماوية الزواج، قاصدة بذلك تحقيق الغايات الأسمى للنبل والكرامة والعزة الإنسانية، على اعتبار أن حفظ النفس وحفظ النسب من أسمى المقاصد الكلية للتشريع السماوي، وسرعان ما تدخل الفكر الإنساني في التقليل من غايات الزواج، بإخراج محتوياته خارج سقف الزوجية عن طريق البوح بأدق خصوصيات هذه المؤسسة الاجتماعية.

بشرى دراج

٤ الاسرار الزوجية كيف نتعامل معها؟



■ تبقى الإشكالية الكبرى تتأرجح بين الحق في الاحتفاظ بالخصوصيات الفردية عند الزوجين، والبوح بأسرار تتعلق بأحد طرفي المعادلة الزوجية، مع تحديد نوعية الأسرار والخصوصيات والسقف المسموح به في مشاركة الأقران البعض منها دون الأخرى، ومن هذا المنطلق قمنا باستطلاع رأي علماء الدين وعلماء الاجتماع، ولمعرفة الدوافع الاجتماعية التي تجعل هذه الأسرار موضوع التداول خارج البيت عند بعض الأزواج؟

تسرب الأسرار خارج بيت الزوجية يهدد كيانها

عائشة، ربة بيت وأم لثلاثة أطفال، ترى بأن الخصوصية الزوجية تبقى خاصة بالزوجين يجب ألا تتجاوزهما، ولا يجب مشاركة الآخرين فيها ولو كانوا أقرب المقربين، وتسرد قائلة: « فمن خلال تجربتي في الحياة، فأرى أن بوح الزوج أو الزوجة بما يدور بينهما داخل البيت أو بخصوصيتهما سيقعان حتما في نفق مظلم مليء بالمشاكل، مثلا فعندما نقشي الزوجة إحدى المشاكل التي تواجهها ولو من باب التخفيف عن نفسها أو من باب طلب النصع والإرشاد، فنتلقى توجيهات خاطئة التي تحول حياتها مليئة بالمشاكل.

كيفية التعامل مع المواقف

أما خالد 45 سنة متزوج، يرى بأن سبب إفشاء الأسرار الزوجية ناتج عن جهل أحد الزوجين أو هما معا بأهمية العلاقة الزوجية وقديسيتهما، ثم يقول: « عند بوح أحد الزوجين بخصوصياته الزوجية فهو يفسح المجال للآخرين للتدخل في شؤون حياته الخاصة، وتنتج عن ذلك المشاكل أخرى أكثر حدة، منها عدم الثقة بين الزوجين. ومن هنا فتوعية الزوجين حديثي الزواج حول النتائج السلبية لمثل هذه الأمور جد مهمة، فنحن نحتاج في مجتمعنا إلى مراكز متخصصة في تقديم النصائح والإرشادات للزوجين، وتلقينهم كيفية التعامل مع المواقف التي تعترض طريقهم.

مازالت تسيطر على مجتمعنا ثقافة «القول والقال»



أما يوسف معصور، متخصص في العمل الاجتماعي، فهو يرى بأن لكل بيت أسرار تخصه، تُصبح من الأشياء المؤثرة لفضائه، أسرار مُتمثلة في سلوكيات وطقوس وعادات

معينة تختلف بين إيجابية وسلبية، إن تسربت خارج حدود بيت الزوجية قد تجني على البيت كله مشاكل بالجملة، وتساهم أحيانا عديدة في تخريبه وتشريد أسر وعائلات، خصوصا إذا دخلت في خانة التضخيم

وتحولت إلى إشاعة قاتلة! والظاهرة ظاهرة نسائية بامتياز، لكنها لا تستثني بعض الرجال كذلك، تساهم فيها غالبا تجمعات نسائية بالبوح فيما بينهم بما يدور في بيوتهن، وتبادلهن التجارب عبر الحكي، يجدن فيه راحة نفسية ومتفلسا يغيب فيه حضور سلطة الزوج، وخاصة عند افتقاد الزوجة للتواصل مع زوجها وغياب الاستماع والحوار بينهما!! لتجد البديل في تلك الجلسات النسائية معتقدة أنها ستعالج الأمر!! لتزيد الطينة بلة خصوصا عند تداولها تفاصيل حميمة ومعاشرات تجمعها بزوجها في فراش الزوجية!! وهي النقطة في الغالب التي تشكل المشكل لما لديها من حساسية وتدخل في المس بمؤهلات جنسية!! لكن تستغل تلك الأسرار المبحوحة فيما بعد لتتحول إلى ورقة ضغط ومعلومات تسرب عند نشوء أي مشكل ولو بسيط بين إحدى النساء اللواتي حضرن من قبل لتلك



محمد عضيبي
مهاجر بالديار الكويتية

«حديث الرجال يونس ويعلم الفهامة»

المرأة رمز للجمال وبها نرى الدنيا كوردة في عيوننا

نادية صمراني

■ ما هي ملامح المرأة المغربية؟

غامضة في جميع النواحي، وفي نفس الوقت مرآة ترى عليها ملامح الفرح، والحزن والمكر، وأكثر شيء يميزها جراتها في جميع الأشياء.

■ ما الذي يميز المرأة المغربية عن المرأة العربية؟

قوتها، وعنادها وجراتها الزائدة.

■ هل هناك فرق بين امرأة اليوم وامرأة الأمس؟

أكد هناك فرق، امرأة الأمس كانت بسيطة في كل شيء، حتى في رتابة معيشتها، لكن حنانها وجبها يغمر كل غرف مسكنها، امرأة الأمس جوهرة أضغناها في زمن كنا وكان. امرأة اليوم تطبعها الأصباغ الزائفة والملابس المثيرة، كأنها تريد أن تقول ها أنا ذي، لكن يجب أن نقول إنها ذكية، جميلة، منتجة، لكن أصعب شيء أنها امرأة حذرة وقليلة الثقة والإيمان.

■ ما هي الخصلة التي تتمنى أن تجدها في أي امرأة؟

بالنسبة لي أريد خصالا وليس خصلة واحدة، لأن المرأة رمز للجمال وبها نرى الدنيا كوردة في عيوننا. هناك خصال غير حميدة لا أتمنى أن أجدها في المرأة كالكذب، النفاق، مادية، متعجرفة، باردة الأحاسيس، وأخيرا أن لا تكون ك: ملأى السنابل تتحني تواضعا والفارغات رؤوسهن شوامخ.

■ يقول «بلزك»: «المرأة أقرب الكائنات إلى الكمال، إنها وسط بين الرجل، والملاك»، ما رأيك؟

رأيي أن أغلب النساء لم ولن يفهمن معنى هذه الكلمات، فهي رمز الحياة، رمز لكل شيء جميل في هذه الدنيا، بها نكون نحن الرجال، فهي نقطة، ونحن نرسم حولها دائرة، هي مركز الحياة، لكن عندما تتجاوز حدود الوسط بين الرجل والملاك، فأكيد تكون جحيما يصب لهيبه على كل من حوله... رحم الله من عرف مقدار نفسه، وأتمنى من الله أن تلتقط جميع النساء أنفاسهن ليسترجعن روح الملاك، التي ضاعت في زمن العولة.



الدكتور
عبد الرحيم عنبي

منذ عقود، حيث ظلت الأسرار الزوجية تتحرك أحيانا ببطء، وفي أحيان أخرى بسرعة، حسب درجة الأسرار والانتماءات الاجتماعية، كما، إفشاء الأسرار يكون لأشخاص تربطهم علاقات قرابة بالأزواج أو أصدقاء. في الغالب يفشي الأزواج أسرارهم، إما للبحث عن حلول لمشاكل زوجية معينة، أو من أجل التخفيف من الضغط، الذي يثقل كاهل الزوجة أو الزوج لحملها أو حمله هذه الأسرار، في حين يميل بعض الأزواج إلى إفشاء الأسرار الزوجية، لغياب الثقة بين الزوج والزوجة. آخرون يجدون في تناول أسرارهم بين الناس، نوعا من التعبير عن التمايز الاجتماعي، فالحديث عن الخصوصية، يجعلهم يبحثون عن شيء يميزهم عن الآخر. فتجدهم يتحدثون عن كل الأسرار، حتى أسرارهم الخاصة بعلاقاتهم الجنسية، يسعون من خلال ذلك، إلى بعث رسالة تفوق إلى الآخر. أعتقد أن الحديث عن الأسرار الزوجية، يعد مؤشرا حقيقيا على اختلالات أسرية عميقة، يعد مؤشرا حقيقيا على غياب الثقة بين الزوجين.

أما الدوافع الاجتماعية، التي تجعل هذه الأسرار موضوع التداول خارج البيت، فإن الأمر يتعلق بخلل معين على مستوى الأسرة وكذا على مستوى شخصية الأزواج المتحدثين، فتداول الأسرار الزوجية خارج البيت ينم عن وجود عدم ثقة بين الأزواج، ينم كذلك، عن ضعف الزوج أو الزوج أما التفكير في إيجاد الحلول للمشاكل، التي يطرحها أمام الآخر، ينم كذلك، عن وجود صراعات اجتماعية بين الطرفين، يصعب معها خلق ثقافة الحوار داخل المؤسسة الأسرية، تؤسس للثقة بين الطرفين.

فغياب الحوار وغياب بناء الثقة بين الزوجين، هي الأسباب الحقيقية، في فضح الأسرار الزوجية. كما أن قهر الزوجة أحيانا والظلم وعدم المساواة داخل المؤسسة الأسرية، يجعل المرأة أحيانا تحمل هذه الأسرار للآخرين من التخفيف من الضغط، الذي تعيشه. أحيانا، تسلط الرجل، يجعله يفشي أسرار أسرته ليظهر للآخر قدرته على «الحكام».

إفشاء الأسرار الزوجية، له آثار اجتماعية ونفسية، على كل أفراد الأسرة، بحيث في الغالب مما تتحول إلى نقط ضعف للأسرة تستعمل في حق كل الأفراد، أثناء بعض النزاعات والصراعات. هذه الأسرار، غالبا ما تزيد من حدة التوتر بين الأزواج، مما يعرض الأسرة إلى التفكك.

الجلسات، مما يصدر عن باقي أفراد الأسرة وخاصة الزوج رد فعل عنيف وزعزعة صورة زوجته لديه. في نظري يجب أن تبقى أسرار بيت الزوجية حبيسة جدران البيت لا يجب أن تصدر إلى خارجه سواء من طرف الزوج أو الزوجة و حتى الأبناء مخافة تسريبها إلى الخارج داخل مجتمع مازالت ثقافة «القبل والقال» والتدخل في شؤون الغير تسيطر عليه .

الزواج عهد الشراكة تؤمنه الخصوصية وتحميه السرية



الدكتورة مريم آيت
أحمد

أما من وجهة المنظور الديني، فتصرح الدكتورة مريم آيت أحمد، أستاذة الأديان والفكر الإسلامي، قائلة: «مسألة إفشاء الأسرار بين الزوجين يتخللها عدم استشعار رقابة الله تعالى ورباط حق حماية الخصوصية الزوجية، وأكد أن هذا السلوك قد يفسره وجود حيز كبير من الفراغ العاطفي لدى هؤلاء، بالإضافة إلى ضعف الإحساس بالمسؤولية، وضيق الوقت في الفراغ. كما قال المفكر مالك ابن نبي: إن الإنسان العربي المسلم تحول من عالم الأفكار إلى عالم الأشخاص ثم الأشياء، وهو ما تعيشه غالبية الأسر غياب مشاريع هادفة في الحياة، حولت حياتهم إلى اللعب وتتبع أشخاص ومشاهير، ومن الأشخاص والقبل والقال إلى الاستهلاك وتشيء الحياة والقيم والأحاسيس، فلو كان للأزواج مشاريع وأهداف في الحياة يسعون لتحقيقها لما تعلقوا بعالم تتبع الأشخاص، حيث تنتقل العدوى من التتبع إلى الاستمتاع بفضح الأسرار الزوجية الخاصة، مما يؤدي إلى الاستهتار بقدسية العلاقة الزوجية المفروض أن تتوفر فيها سمات السكن والحماية والصون والمودة، إذ كيف يستطيع الزوج أو الزوجة إفشاء سر عهد الرباط المقدس بينهما، عهد الشراكة الذي تؤمنه الخصوصية وتحميه السرية، والذي قد يغيب على أذهان من يبيعون جواهر كرامة أنفسهم في سوق النميمة وتتبع العورات، هو أنهم يرسمون من دون وعي منهم صورة ذهنية جد سيئة عن حياتهما، مما يؤدي إلى نفور الأصدقاء والأهل والمقربين منهما معا، فقد تعود الأمور إلى مجاريها في حالة حدوث خصام، ويتم الصلح وتصفى النفوس.

غياب الحوار بين الزوجين

يرى عبد الرحيم عنبي، أستاذ علم الاجتماع، أن إفشاء الأسرار الزوجية ظل حاضرا في الثقافة المغربية،



نوار الودغيري

الكاتبة والاعلامية تتواصل مع نبض قلوبكم المفتوحة

الموت مدى الحياة؟!

منذ تسع سنوات توفي زوجي رحمه الله وتركني ضائعة، تائهة، بلا سند ولا معين على رعاية طفلي. أحيانا أشفق على حالي، وأفكر أنه من حقي الارتباط برجل مثل سائر النساء. لكن صوتا داخليا يمنعني ويكبت رغبتني في الزواج مرة ثانية، لاسيما في ظل وجود عائق حقيقي يحول دون تحقيق هذه الأمنية الدفينة وهو أنني إذا تزوجت سوف أفقد راتب زوجي. خاصة أنه المدخول الوحيد الذي أعيش منه وأعيل به طفلي. كثيرة هي الأسئلة التي تدور في رأسي فتزيدني ارتباكاً وتشويشاً، فأنا أعشق طفلي وأحترمهما لكنني في نفس الوقت أحتاج إلى حنان رجل يشعرني بأنوشتي ووجودي. لكن ما أن تشرق بارقة الأمل حتى أصطدم بواقع مجتمعي الذي يحكم على الأرملة بالموت مدى الحياة. أما السؤال الصعب فهو كيف يمكنني أن أوفق بين رغباتي وقيود مجتمعي؟

خديجة من الرباط

عزيزتي خديجة،

هل مانعك من الزواج هو الخوف من فقدان معاش المرحوم أم الخوف من إساءة الزوج القادم إلى طفليك؟ أنت سيدة عاقلة ومسؤولة لذلك يفترض منك أن تحسمي أمرك بعد طول دراسة وتفكير. فإذا كنت في الخامسة والعشرين أو الثلاثين فليس معقولا أن تحرمي نفسك من الزواج وربما من الإنجاب من جديد، فقط كيلا تخسري معاش المرحوم! لكن في الوقت نفسه، إياك أن تطمعي أكثر مما كتبت لك. فقد تفشلين في زواجك الثاني وتضيعين مستقبلك ومستقبل طفليك. إذن، المشكلة الحقيقية ليست في المجتمع ولكن في حساباتك. أما المجتمع فلا وزن لرأيه طالما يحكم على قيمة أفرادهم بمقيار الفشل والنجاح. فإن استطعت التوفيق بين أمومتك وزواجك الثاني سيعظمك ويوقرك. أما إن فشلت فسيتعامل معك بوصفك زوجة خائنة، عاصية تستحق النبد والاحتقار، فقط كيلا يقوم إزاءك بواجب التكافل الاجتماعي! هذا المجتمع لا يصفق سوى للقوي والغني. فحذاري أن يضعفك هذا الزواج أو يفقرك.

عزيزتي سعاد،

حياتك أهم من هذا الزواج وأعظم من أن تنتهيها من أجل مرض لم توفي بعد في علاجه.

طبعاً حالتك ليست هي حالة غشاء البكارة التي يمكن التستر عليها برتقتها وكنتم سرها عن الزوج. لذلك سيكون من الصعب جداً إخفاؤها، إلا إذا كنت ستكذبن كذبا صراحاً وتقولين له إن حالتك طارئة وإنها بدأت مع الزواج به! وهنا حقيقة أفضل أن تخبريه ولو بجزء من الحقيقة بحيث لا يُصدم أو يُفاجأ لأنه قد ينفر منك إلى حد الامتناع عن الاقتراب منك. وربما قد يطلقك ويُدّاع سبب تطليقك بين أهله. فتخليجي حجم الإحراج والحرَج لو أجلت الموضوع إلى حينه. لذلك أنصحك بتجنب الكذب. لكن لا تبخلي على نفسك بالمال والوقت والتصميم المستمر حتى تجدي حلاً لمشكلتك. لست أدري هل جربت أن تستعيني بساعة منه بحيث توقظك على رأس كل ساعتين مثلاً كي تذهبي إلى الحمام. وأيضاً أن تمتعي تماماً عن شرب السوائل، ابتداء من الساعة الرابعة أو الخامسة مساءً. لكن إياك أن يصل بك اليأس حتى تظني بأن قريبة ما أو صديقة عملت لك سحراً كيلا تتزوجي، فتدخلي والعياذ بالله دوامة الشيطان وبيوت العرافات!

هل أخبر خطيبي بمرضِي؟

أنا فتاة أبلغ من العمر 24 سنة، أعاني من مشكل التبول اللاإرادي في الليل. ورغم أنني زرت العديد من الأطباء الاختصاصيين في المسالك البولية وأطباء نفسانيين، إلا أن حالتي ظلت كما هي. وأصبحت بحالة من الاكتئاب والاحباط حتى بدأت تراودني فكرة الانتحار. والمشكلة الكبرى هي أنني على علاقة مع شخص منذ 5 سنوات، والآن تقدم لخطبتي ولا تفصلنا عن موعد الزفاف إلا أشهر قليلة. ولا أعرف هل أصرّحه بسري أم ألتزم الصمت حتى حينه؟

سعاد من مكناس



في خطوة اعتبرها العديد من المراقبين والمنتسبين للشأن الدولي مفاجئة، أعلنت دول مجلس التعاون الخليجي، توجيهها الدعوة إلى المغرب للانضمام للمجلس، خطوة تلقاها المغرب باهتمام كبير من خلال البلاغ الصادر عن وزارة الشؤون الخارجية والتعاون، فما هو ياترى رأي النخب السياسية في المغرب وفعاليات المجتمع المدني النسائي في هذه الخطوة؟ وما الفائدة من انضمام المغرب إلى مجلس التعاون الخليجي، نظرا للنظرة السلبية للمرأة في الخليج، كيف سيتم التعامل والتعاون بين الطرفين على المستوي الاجتماعي والأسري. وهل من دور مطلوب من قبل المغرب لتجاوز النظرة السلبية للمرأة؟ أسئلة نحاول من خلالها معرفة رأي مهتمين وأساتذة جامعيين، من أجل تسليط الضوء على هذه المبادرة الخليجية.

حجبية ماء العينين

صورة المرأة المغربية في دول الخليج هل يصلح الانضمام ما فسدته الاعلام؟

معالم مشتركة

من جهته الدكتور تاج الدين الحسيني، الأستاذ الجامعي في القانون الدولي وعضو لجنة الشخصيات البارزة لمنظمات المؤتمر الاسلامي، يرى أن انضمام المغرب لمجلس التعاون الخليجي سيشكل منعطفًا مهما في الحياة السياسية والاقتصادية والاجتماعية للبلاد، على اعتبار أن هذا الانضمام أتى بطلب من مجلس التعاون الخليجي، وليس بمبادرة من المغرب، كما حصل مثلا مع الأردن، الذي قدم طلبا بهذا الخصوص، مؤكدا أن مثل هذا الانضمام يركز على المصلحة المشتركة للسلاطين، خاصة في ظل الظرفية الحالية التي يعرفها ما يسمى بالربيع العربي، هذا الانضمام سيمكن الملكيات العربية من أن توحد جهودها، وتتمكن من تكييف الخطى وتقادي الوقوع في شرك يؤدي إلى تدهور الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية، أو إلى عدم القدرة على التعامل مع الإصلاحات بالشكل المطلوب،



ذه سمية بن خلدون

في مختلف مناحي الحياة بكل اقتدار وبكل جدية، وبأخلاق عالية، أعتقد أن هذا الانضمام سيساهم في نشر هذه الصورة المشرقة للمرأة المغربية بشكل أكبر في تغيير الصورة النمطية السائدة عن المرأة.

الوجه المشرق

تري الأستاذة سمية بنخلدون، النائبة البرلمانية، أن الدعوة التي تلقاها المغرب من طرف مجلس التعاون الخليجي هي دعوة مفاجئة للمغرب، نظرا لبعدها المنطقة الجغرافية للمغرب عنها، وعلى كل حال -تضيف الأستاذة بنخلدون- هذا عصر التكتلات، والمغرب يسعى إلى تكتلات معينة، وطبعًا جاءت هذه الخطوة من أجل الانضمام إلى الخليج، أعتقد أنها تساهم إيجابا في العديد من النقاط في ما يتعلق بتغيير الصورة النمطية للمرأة المغربية. وتؤكد الأستاذة بنخلدون أن هناك تعظيما على الصورة الحقيقية للمرأة المغربية، بحيث يتم تسويق صورة النساء اللواتي يتم استغلالهن في شبكات الاتجار بالبشر، ثانيا أظن أنه إذا كان هذا الانضمام سيخول سهولة في التنقل، بحيث لا تكون هناك تأشيرة، وربما تكون فرصة لإظهار الوجه المشرق للنساء المغربيات، اللواتي أصبحن كما نعرف مشاركات



ومبادئ الدين والأخلاق.

وحول ما إذا كان هذا الانضمام سيؤثر على دور المغرب كعضو في اتحاد المغرب العربي، أجاب الدكتور تاج الدين الحسيني أنه يظن أن المغرب كان واعيا جدا بهذا عندما قدم إليه طلب الانضمام بأنه فعلا عضو في اتحاد المغرب العربي، ولو أن هذا الاتحاد يعرف جمودا بسبب الموقف الجزائري، بل إن هذا الاتحاد يعاني من إغلاق الحدود بين المغرب والجزائر، في سابقة غريبة من نوعها، وكون المغرب واعيا بهذا كله، فإن بيان وزارة الخارجية جاء صريحا ليقول إن هذا الانضمام لا يشكل أي مساس بطموحات المغرب في ما يتعلق بتفعيل اتحاد المغرب العربي، الذي يبقى بالنسبة للمغرب خيارا استراتيجيا، وأكد أن الانضمام إلى مجموعة الخليج لن يكون عائقا أمام التزامات المغرب المغاربية، خاصة وأن المغرب كان قد اختار منذ حصوله على الاستقلال نهج التعددية السياسية ونهج الليبرالية الاقتصادية، ومع تداعيات العولة وقوتها المهيمنة، أصبح بإمكاننا ملاحظة فعلا أن المغرب ربط علاقات متعددة، سواء مع الاتحاد الأوروبي من خلال تمتعه بوضع متقدم أو مع الولايات المتحدة من خلال توقيع معاهدة التبادل الحر أو في إطار دول شقيقة وصديقة.

قيمة مضافة

من جهتها أشارت الأستاذة فاطمة المغناوي، رئيسة مركز النجدة لمساعدة النساء ضحايا العنف، إلى أنه من السابق لأوان الحديث الآن عن الكيفية التي سيتم التعامل والتعاون بين الطرفين على المستوى الاجتماعي والأسري، في إطار النظرة السلبية للمرأة المغربية في الخليج. مؤكدة أن الأساسي الآن هو انضمام المغرب على المستويين السياسي والعسكري هذا هو المطروح الآن، خصوصا مع الحراك الذي تشهده المنطقة العربية. مجلس التعاون الخليجي الآن في حاجة إلى دولة مثل المغرب لأنه سيقدم قيمة مضافة إلى هذا

وفي اعتقادي أن هذه المصالح المشتركة ترتبط من جهة بإحداث نوع من التوازن الاستراتيجي بين منطقة الخليج وإيران، علما أن عدد سكان المغرب والأردن ودول الخليج يعادل تماما عدد سكان إيران، ثم لاننسى بأن المغرب والأردن هما بلدان سنيان، وبلدان الخليج تجد نفسها في موقع مواجهة مع بلدان تقوم على اتجاه شيعي، ليس فقط بالنسبة لإيران، بل حتى بالنسبة للعراق وللأغلبية في البحرين. من جهة أخرى يرى الدكتور تاج الدين أن المغرب له خبرة واسعة في المجال الأمني والعسكري، ويمكنه في إطار اتفاقية الدفاع المشترك أن يقدم الكثير من المساهمات الإيجابية.

وحول ما إذا كان هذا الانضمام سيسمح من تنقل الأشخاص بين المغرب ودول المجلس بشكل حر، أي بدون تأشيرة، أكد لنا الدكتور تاج الدين أن هذه النقطة تدخل مباشرة في صلب المفاوضات التي طلب مجلس التعاون الخليجي من وزير الخارجية أن يشرع في إجرائها مع وزراء الخارجية لمجلس التعاون الخليجي، وأظن -يضيف- أن هناك طرحين أساسيين، إما بالتفكير بالانضمام بطريقة تدريجية أخذا بعين الاعتبار البعد الجغرافي والوضع التاريخي لمجلس التعاون الخليجي أو التفكير في الانضمام المطلق بكيفية مباشرة إذا تحقق الانضمام المطلق، فبطبيعة الحال سترفع كل الحواجز على أساس أن الأمر يتعلق بأفق مشتركة ووحدة جمركية موحدة، ولكن أظن أن الطريق الأسلم هو اختيار سبيل التدرج، الذي حتى على المستوى الاقتصادي سينطلق عبر مراحل تتمثل في منطقة التبادل الحر. أما على المستوى الاجتماعي والأسري فيرى الأستاذ تاج الدين الحسيني أن هناك تخوفات من هذا الجانب، مؤكدا أنه توصل شخصيا بعدة رسائل في الانترنت بخصوص تخوف النساء الخليجيات من أن يسعى أزواجهن للاقتراح بنساء مغربيات. أظن شخصيا أن هذا الأمر مثير جدا للاستغراب، لأن -يضيف قائلاً- القلوب بيد الله، وكم من مغاربة تزوجوا بنساء في أوروبا بدون أن تكون الحدود عائقا أمام قيام تلك العلاقة.

أظن أن العلاقات الإنسانية والعاطفية تسمو في طبيعتها عن العلاقات السياسية والاقتصادية، وفي اعتقادي أن مايمكن الإلحاح عليه هو أن تكون هذه العلاقات في ظل المشروعية، في ظل احترام القانون

التحالف الخليجي لعدة اعتبارات، لوضعه المتقدم على مستويات كثيرة.

بالنسبة للمرأة أعتقد سابقا لأوانه الحديث عن هذه المسألة، ولكن الشيء الأكيد أن المغرب، وفي إطار الحديث عن إنجازاته السياسية التي يتقدم فيها عن العديد من الدول، سيقدم بالتأكيد تجربته في ميدان المرأة، ولكن هذا على المدى البعيد، يجب أن نسوق لتجربة متميزة على مستوى حقوق المرأة، والحديث عن المكتسبات التشريعية، التي حققناها، ونعتبر رائدين فيها على مستوى العالم العربي، سواء على مستوى قانون الجنسية ومدونة الأسرة والورش المفتوح حول القانون الجنائي، هذه التجارب كلها لايمكن إلا أن تؤثر إيجابا. فدائما يتم الاستشهاد بالتجربة المغربية في هذا المجال، وهناك مكتسبات تشريعية كثيرة رغم وجود ثغرات مرتبطة بحقوق الإنسان، وأيضا تجربة المجتمع المدني، التي هي رائدة، وتم تفعيلها وطورت أساليب أدائها ووسائل عملها وتحالفاتها وطرق المرافعة، هذه كلها أشكال يمكن أن نسوقها إيجابا، هذا على المستوى البعيد، وأظن أن النقاش الآن لايمكن التفصيل فيه.

تفاصيل زيارة لمواطنين لا يعرفون غير شجر الأركان، وما زالوا يعتمدون على قانون الطبيعة والمقايسة. «لالة فاطمة» نخط الرحال بمنطقة تدعى دوار «الكوانين»، لتسلط الضوء على قافلة طبية نبشت في المغرب العميق، لتتعرف على أمراض من نوع خاص ومآسي يصعب سردها بجرة قلم.

موفدة لالة فاطمة إلى الصويرة:
جميلة كاهي
تصوير: توفيق مؤنس

تفاصيل زيارة لمواطنين من الدرجة الثالثة



دوار يصعب تحديده على الخريطة

وسط غابات شجر الأركان اندثرت هنا وهناك دواوير منطقة الكوانين، دقت الساعة الثامنة صباحا عندما انطلقت حركة غير مألوقة تدب حول مدرسة منعزلة، إنها حشود من أهالي القرى المجاورة، التي بدأت تتوافد على المدرسة التي تتواجد بها.

يقول الدكتور فاضلي العربي، خبير محلف لدى المحاكم، طبيب عام، واختصاصي في طب الشغل: «في القافلة الطبية إلى دوار السرايدي بأوناغا، التابع لمدينة الصويرة، وجدنا العدد غير المنتظر من مرضى السكري، وبأعمار مختلفة، ومرض السكري إما معروف لديهم، ولكن لا يعتنون به العناية الكاملة، ليعد المصالح الصحية عنهم، ولضعف إمكانياتهم المادية التي لا تسمح لهم بتتبع حمية لائقة، ولا تمكنهم من شراء الدواء اللائق».

يضيف الدكتور فاضلي وعلامة التحسر بادية على وجهه، بأنه إضافة إلى ارتفاع الضغط الدموي غير المعتنى به والمصاحب لمرض السكري، هناك الشيء المثير للانتباه عند الجميع وبالأخص عند الأطفال، هي تلك السلوكات النفسية التي تعبر عن الضغط المعاش في أوساطهم العائلية، وكذلك تبدو على وجوههم علامات سوء التغذية.

وبالنسبة للنساء، فالولادات المتعددة، وعدم تتبع

يمكن زيارته بهدف السياحة أو حب الاستطلاع، لأن المنطقة بأكملها تعاني الحرمان والتهميش، وسكانها يفتقرون لأبسط متطلبات الحياة.

الزيارة لم تكن بهدف التفتيش عن مآسي آباء وأمهات، فشلوا في معركة الزمن الصعبة، وفقدوا أبسط متطلبات الحياة وشروط الكرامة الإنسانية، ليصنفوا كمواطنين من الدرجة الثالثة.

الخروج من زحمة المواصلات وسط المدينة، والدخول في هوامشها في اتجاه الصويرة، يريح النفس أكثر.

عقارب الساعة تزحف نحو الثامنة صباحا، أشجار الأركان أهم ما يزين المكان، الذي يبدو من الوهلة الأولى وكأنه شبه مهجور، أو بعيد عن المدار الحضري بمئات السنين.

هنا منطقة الكوانين، الشمس مستقرة في كبد السماء، وحركة غير عادية، لتلاميذ بملابس بالية، مسخت أشعة الشمس لونها الحقيقي، سرق الزمن ملامح الطفولة من وجوههم الشاحبة، ليجعلهم كرجال وقورين يحملون محافظ ثقيلة على أكتافهم، ليتجهوا نحو مدرسة معزولة، مطلة على واد فقد وظيفته الأساسية، وجفت مياهه.

القافلة الطبية القادمة من مدينة الدار البيضاء، والمتكونة من أربعة أطباء وأربعة ممرضين وطبيبين للترويض الطبي، ومديرة الموارد البشرية، كانت تكتفي بتمشيط المكان بعيون فاحصة، وتحسرات واضحة على ملامح كل منهم.

■ منطقة تبدو من الوهلة الأولى وكأننا عدنا لسنوات إلى الوراء وصلت إلى عصور الظلام، فالزيارة غير عادية، والضيوف استثنائيون بكل المقاييس، ليس لهم ما يقدمون، وإن حركتهم غريزة الكرم المغربية، أناس من صنف خاص تقاذفتهم الأيام ليعيشون في دواوير يصعب تحديدها في الخريطة، من دون عنوان إقامة تقريبا.. ولا بطاقات هوية... سلموا أمرهم لخالقهم بعد أن رفعوا الراية البيضاء، معلنين استسلامهم أمام معركة غير متكافئة الأطراف، ليصنفوا مواطنين من الدرجة الثالثة.

«لالة فاطمة» تحط الرحال بمنطقة تدعى دوار «الكوانين»، أو ما يعرف باسم دوار السرايدي بأوناغا، التابع لمدينة الصويرة، بصحبة قافلة طبية، تتكون من أربعة أطباء في اختصاص متنوع، وطبيبين للترويض الطبي، وأربعة ممرضين، بمساعدة أيضا من مسؤولة في الموارد البشرية، جاءت إلى المنطقة لتتعرف على أمراض من نوع خاص ومآسي أناس رمى بهم القدر في تلك المنطقة النائية.

انطلاق القافلة

وسط رذاذ المطر ومنبهات أصوات سيارات ملأت شوارع البيضاء عن آخرها، انطلقنا صوب مدينة الصويرة، وتحديد دوار يصعب تحديده في الخريطة يدعى، دوار السرايدي بأوناغا، هذا المكان، الذي لا



معركة غير متكافئة

يجب توفير البنية التحتية للسكان، الماء والكهرباء، يقول شباب الدوار في إجماع لـ "لالة فاطمة"، بتدمر وتحسر على الوضعية التي يعيشون فيها، إذ لا توجد فيه مرافق صحية، كمستشفى قريب من السكان، أو ممرضين، وانعدام وسائل النقل، وبالأحرى وجود ولو طريق واحد محترم في الدوار لتسهيل التنقل.



في الوسط العائلي: 5 أطفال لكل أسرة. وخرجت فكرة التطوع لمعرفة الأمراض المنتشرة في الدوار، والتي لها علاقة بهذه الإشكالية، فتكونت المجموعة الطبية، المتكونة من 3 أطباء من تخصصات متنوعة، و 4 ممرضين و 3 أطباء في الترويض، بالإضافة إلى تواجد العائلة البلجيكية، التي ساهمت في التظاهرة، بحضورها ودعمها المادي والمعنوي لسكان الدوار.

أطفال مسخت الشمس لون ملامح البراءة من وجوههم الشاحبة

مرت الأمور بشكل طبيعي، والمسؤولون المحليون ساهموا أيضا في توفير الجو المناسب للتظاهرة، وأيضا كان هناك حضور كبير للسكان، من الدواوير المجاورة. هذه التظاهرة عبرت عن التضامن الإنساني التطوعي من مختلف الجنسيات لمعرفة المشاكل الصحية، واقتراح أدوية وحلول لها، وإعطائها للسلطات للنظر فيها. بالنسبة للحالات التي تكلفت بها، يقول الدكتور عبد الإله الهيري، 76 طفلا، بفحص شامل، مع ورشة للتحميس بالأمراض ونظافة الأسنان، والنتيجة التي خرجت بها من خلالي فحصي للأطفال يوما كاملا، كانت هي تسوس الأسنان عند الأطفال وضعف التغذية، كذلك بعض الحالات، مثل إصابة الجلد بسبب قلة النظافة لعدم وجود الماء في المنطقة، والتعرض لأشعة الشمس، بسبب الجو الجاف.

الفحوصات اللازمة أثناء فترة الحمل، تساهم في حرمانهم من الحياة السليمة والصحية، وأنه من بين المرضى أيضا المعاقون ذهنيا وجسديا.

مواطنون من الدرجة الثالثة

سبب الزيارة ناتج عن اهتمام ساكنة أجنبية من بلجيكا في هذه المنطقة، التي من بين خادما لها في البيت امرأة تنتمي لعائلة لها مصاب واحد بتقلص عملي في العضلات، "ميوباتي miopathies"، إضافة إلى عائلة أخرى من نفس المنطقة من بين ستة أطفال ثلاثة مصابون بهذا المرض، ما أثار حفيظة القافلة الطبية لزيارة المنطقة. وبالنسبة لهاتين العائلتين، وجد الأطباء المعنيون أن الآباء والأمهات ينتمون لنفس العرق العائلي: المشكلة هو زواج الأقارب.

يقول الدكتور عبد الإله الهيري، اختصاصي في الإنعاش والتخدير والمستعجلات، إن أسباب الزيارة، هي التطوع والرفع من الوضع الاجتماعي للسكان، في المناطق النائية، وبالأخص الجبال والقرى، التي تحصى ب 11 مليون مغربي، والذين فيهم 5 ملايين، تعيش تحت عتبة الفقر.

فتسلسل أحداث ناتجة عن الواقع المعاش في دوار أيت السرايدي، التابع لجماعة أوناغة في إقليم الصويرة بعد وصول البلجيكيين "أني وزوجها كيني"، بإقامة 1001 وردة، عبارة عن رياض وسط الدوار. حفيد فاطمة الخادمة المصاب بإعاقة حركية infirmite motrice، فأخذوا المبادرة لعلاجها بين أيدي الأستاذ مزيان عبد الواحد، اختصاصي في جراحة العظام، وبريجيت بيني، اختصاصية في الترويض الطبي، فعلموا أن ذلك كان نتيجة زواج الأقارب، وتعدد الأطفال



فاطمة، معلمة في المدرسة الوحيدة المتواجدة في المنطقة، تقول في الموضوع: "الناس عايشين على الفلاحة، وزيت الأركان، الذي يبيعوه في السوق. والأطفال عندهم مشكل في اللغة، ما كيفهموش اللغة العربية، إضافة إلى الفقر، فالناس هنا ضعفاء وأميون، اقتتيت دراجة نارية للتنقل إلى هذه المنطقة، لأنني أعيش في مدينة الصويرة، ولأنه ليست هناك طرق، ولا وسائل النقل، اضطررت إلى شرائها".

تفشي الفقر والأمية والجهل، وأشياء أخرى تساهم حتما في تدهور الوضع في الدوار، والأسر بدورها لا تساعد أبناءها على الدراسة، والفلاحة غير موجودة، وعدم وجود الماء في المنطقة، إذ يعتمدون على الزراعة البورية. إضافة إلى النساء الحوامل، فهن يتعرضن لمخاطر الولادة، إذ تضع المرأة المولود في البيت، نظرا لصعوبة التنقل والوصول إلى المستشفى البعيد، والطريق في حالة مزرية...

مدرسة واحدة في الدوار، والمدرسة الأخرى تبعد بخمسة كيلومترات تقريبا، 40 تلميذا في المدرسة بجميع المستويات، إذ هناك منحة تغطي للأسرة، ليواطب الطفل على الحضور للقسم، وفي حالة الغياب يمنع من المنحة.

إضافة إلى زواج القاصرات، نظرا للجهل والأمية، ما يؤدي بها إلى التعرض لأمراض الحمل، وضعف المناعة والصحة، وجهل الأمور الزوجية، والولادة المتكررة والمتعددة.

ما باليد حيلة..

العربي، فلاح، يصرح لـ "لالة فاطمة" أن منطقة الكوانين آيت السرايدي، جماعة أوناغا، التابعة لإقليم الصويرة، تتميز بموقع جيد، الناس يعيشون على الكسبية وزيت الأركان، وقليل من الفلاحة البورية، القمح، ولا توجد زراعة الخضار، وعدم وجود البئر أو الماء، سكان الدوار ينتظرون من المسؤولين النظر في قضية الماء، أما مشكل الكهرباء فقد تم حله بالنسبة لبعض الأسر.

الله يشوف من حالنا ويحتن قلوب المسؤولين علينا، راه

الواحد: "هاذ الناس منعزلين ومهمشين، وعدم وجود الماء أيضا لنظافة بدنهم، تيساهم في المرض دياهم وإصابتهم بأمراض خطيرة أخرى لن ينفع معها العلاج... الناس ما عندهم دراية بالعالم الخارجي".

"كان هناك تجارب كبير من الناس، وكلهم قابلين للعلاج"، هذا ما أكدته لنا الدكتورة مزيان، ويضيف بحرقة على مأساة سكان تلك المنطقة التي تعتبر من مناطق مغربنا الحبيب: "أحنا وفرناهم من 250 درهم ديال زيارة الطبيب، يكفي يشريو الدوا ويتعالجو، والحالات المرضية اللي فحصتها كانت من 30 سنة وفوق، عطيناها أدوية، الأثمنة دياها في متناول الجميع".

يختم كلامه بالقول: "في الصين ماكانوش الأطباء يتخلصو من المرضى، بل يتخلصو من الناس اللي صحاح، وتيجيو يشوفو الطبيب، كن كان عندنا هاد الشي في المغرب كن الناس كلهم في صحة جيدة، لأن الوقاية كايينة، فلن نحتاج للطبيب، ولن نمرض، للأسف...".

أحنا كنمو تو كل نهار في صمت.. الله غالب...".

أمراض من نوع خاص

الدكتور عبد الواحد مزيان، اختصاصي في جراحة العظام والمفاصل وجراحة الرثي والطب الرياضي، وخبير محلف لدى المحاكم، يصرح لـ "لالة فاطمة" قائلا: عندما جئت لفحص المرضى، للأسف وجدت الناس معظمهم عندهم أمراض تتعلق بالجهاز العظمي، ووجدت أيضا أن المرض ذائع جدا في الدوار، ومنتشر على مستوى المفاصل، وعلى مستوى العمود الفقري، والكف والوركين والأرجل... خصوصا لدى النساء، بسبب الحمل والوزن الزائد، ونظرا لعدم مقدرتهم المادية، وصعوبة التنقل أيضا لزيارة الطبيب...".

ويشير الدكتور عبد الواحد مزيان إلى أن الوقاية هي خير من العلاج، وهذا ما أراد هو والمجموعة إيصاله إلى سكان دوار الكوانين، وذلك بالنظافة، والتغذية المتوازنة والسليمة، والأسنان النظيفة... يقول الدكتور عبد



في هذا العدد

12

أخبار من كل مكان

24 طفلاً يولدون يوميا من أمهات عازبات

32

إذاعات

تجربة إعلامية فريدة على أمواج إذاعة كازا إف
إم 17 ساعة من البث المباشر تتناول مواضيع
نفسية فقط

16

فن وإعلام

”مجنون ليلي“ في حفل افتتاح مهرجان فاس
للموسيقى العالمية العريقة

106

أولادنا

احذري.. اكتئابك أثناء الحمل سيجعل طفلك
المولود عدوانياً

116

دين

من أقوال العلماء في أول دستور مغربي



8

أول نشاط رسمي لصاحب السمو الملكي الأمير مولاي الحسن



42

خاص بالعرس الطنجاوي



62

غلاف



108

مشاكل الفم عند الأطفال



100

الكشف المبكر لمرض الروماتيزم
يساعد على التخفيف من أعراضه



50

كاندورات
للأوقات
الصيفية

عشقت الطرب العربي الأصيل منذ نعومة أظافرها، حيث تشبعت روحها منذ الصغر بسماع أغاني عمالقة الفن العربي، فغنت لأول مرة وعمرها لم يتجاوز الست سنوات.. فنانة صادقة في إحساسها وعفوية بأدائها.. غنت بسوريا فأطربت عشاق الفن العربي، ومثلت المغرب في مهرجان الأغنية العربية بتونس، وحازت على جائزة أحسن أداء.. إنها الفنانة المغربية فردوس، التي تستضيفها «إالة فاطمة» في هذا اللقاء:

حاورتها: رحمة بوشيوخ الجوهري
تصوير: نورالدين دودوحي
تشكر مريم بن عمور على حسن الضيافة

فردوس: الهجرة ليست إهدفي لأنني ولدت بهذا البلد وساموت فيه

■ بدأت الغناء في سن مبكرة جداً، لكن الملاحظ هي
قلة إنتاجاتك الفنية، لماذا؟

لأنني ببساطة لم أكن أغني فقط، بل بالموازاة مع الفن كنت أتابع دراستي، بدأت بالتقليد ولازلت، لأنني تربيت على أصوات عمالقة الفن العربي الأصيل إلى غاية سنة 2004، حيث أنتجت ألبومي الأول تحت عنوان "مناجاة". لا أعتبر نفسي مقلدة فنياً، كل ما هنالك أنني أخذ وقتي حتى أعطي الأفضل، لأنني عندما أقدم على عمل ما أقوم به بصدق واقتناع تامين، لأن احترام الجمهور هو هاجسي، والعمل الذي ينجز بين عشية وضحاها لا أؤمن به. فلا بد من الوقت الكافي لاختيار الكلمات واللحن والتوزيع، لهذا لا أعتبر نفسي مقلدة، وإنما أختار بدقة ما سأؤديه، وأنا فخورة بما أقوم به.

■ برصيدك الفني ألبومان فقط. ألا ترين في ذلك
قلة؟

من الصعب أن تجدي الشكل المناسب الذي يستجيب لتطلعاتك، لهذا أخذ كل وقتي لاختيار الأنسب حتى أخرج بعمل يمثلني كفنانة، فالكلم لا يهمني بقدر ما أهتم بالكيف. صحيح أن رصيدي الفني به ألبومان وهذا شيء كبير بالنسبة لي، لأنني أعتبر نفسي في بداية الطريق.

■ حديثنا قليلاً عن ألبومك الأخير؟
"عمري لك"، هو ألبوم مغربي 100 بالمائة، تم إنتاجه بالمغرب،





النجاح والتميز في المجال الفني. شخصيا لم تواجهني صعوبات تستحق الحديث عنها.

■ في نظرك ما هي معايير نجاح الفنان؟

الصدق، والاجتهاد في العمل، والصبر، واحترام الجمهور، والسعي إلى الظهور بصورة مشرفة لبلدك ولشخصك.

■ بعيدا عن المجال الفني، كيف تقضي فردوس يومها؟

أنا من النوع الذي يرفض العشوائية، وأفضل أن تكون أيام الأسبوع منظمة، وأعرف مسبقا ما سأقوم به طيلة أيام الأسبوع. لكنني عموما من الأشخاص الذين يستيقظون باكرا، أمارس الرياضة.

■ هل هذا يعني أنك تحافظين على رشاقتك؟

أكيد، فالرياضة هي الشيء الوحيد الذي لا أمل من ممارسته. بالإضافة إلى راحة البال.

■ ماهي نوعية الرياضة التي تمارسينها؟

أفضل رياضة المشي وستريتشيونغ، وهو نوع من الرياضات التي ترخي الجسم، كاليوغا.

■ هل ستفكر فردوس يوما ما في الهجرة؟

أبدا، فأنا ولدت بهذا البلد وكبرت بين أحضانهه وسأموت فيه. وصراحة فالهجرة لا تغويني، وليست هدفي.

■ شاركت في برامج اكتشاف المواهب الغنائية، في نظرك ما هي القيمة المضافة لهذه البرامج؟

ثم إلى أي حد تخدم هذه البرامج الفنان؟

طبعاً هي تضيف الكثير، وتفتح الباب للتعارف على أشخاص من نفس الميدان، وتعطيك الفرصة للتطلع على ثقافات أخرى. ولله الحمد أشتغل مع شركة إنتاج لا تلزمني بأجندتها، وكانت تقدر التزاماتي الدراسية.

■ على ذكر الدراسة والتحصيل العلمي، هل تؤمنين بأن وعي الفنان وثقافته جزء من نجاحه؟

أكيد، شخصيا درست التدبير والتسيير، ودراستي هي جزء من عملي. فافتتاح الفنان ووعيه وثقافته تجعل منه إنسانا غير منغلق، ولا يعيش متوقفا بعيدا عما يدور حوله.

■ هل من صعوبات واجهتك في مسارك الفني؟

الحمد لله، أقول دائما بأن الصبر والاجتهاد أهم دعائم

بكلمات ولحن وتصوير وتوزيع مغربي. وأنا فخورة جدا بهذا العمل الذي صورت منه أغنيتين، وهما "عمري لك" و"روح لحالك".

■ لماذا لم تفكري في عمل مصري أو خليجي؟

لدي أغنية مع الفنان نعمان لعلو، تحت عنوان "عهد المحبين"، وهي مزيج بين الملحون والخليجي، كانت سنؤديها الراحلة رجاء بلميلح. وقد أذيعت على أمواج الإذاعات الوطنية، ولقيت صدا طيبا.

أومن بأن الموضة لها فترة زمنية وتنتهي. لهذا أفضل أن أرثدي ما يلائمني



■ بعد حصولك على دبلوم في التدبير والتسيير، لماذا لم تفكري في العمل؟

بإمكاني العمل، لكنني أخصص الآن جزءا كبيرا من وقتي لفني، وبما أنني حاصلة على دبلوم، فيمكنني العمل في أي وقت ممكن.

■ هل فردوس من المتتبعات والمهووسات بالموضة العالمية؟

لم أصل إلى درجة الهوس، لأنني أؤمن بأن الموضة لها فترة زمنية وتنتهي. لهذا أفضل أن ارتدي ما يلائمني. والماركات العالمية لا تغريني، فأنا بسيطة في لباسي.

■ وما نصيب الزي التقليدي من اهتماماتك؟

أعشق الزي التقليدي، فهو تراث وتاريخ، يجعل المرأة المغربية في أبهى حلة، وشخصيا أفضل ارتداء الزي التقليدي في الحفلات والمناسبات، خاصة تلك المنظمة خارج أرض الوطن.

■ هل تفضلين ألوانا معينة؟

أحب الأسود، وغالبا ما تتحكم الفصول في اختيار الألوان.

■ علاقتك بالماكياج، كيف تصفينها؟

عادية، وماكياج في أغلب الأوقات خفيف. لكن "الكحل" ضروري.

■ ما رأيك في الرجل المغربي؟

ليس الرجل المغربي فحسب، بل على العموم يجب أن

المراة المغربية: قوية، صبورة، أحترمها وأكن لها كل التقدير

مدونة الأسرة: أتمنى أن تخدم الطفل المغربي بطاقة الفنان: بطاقة تعريف للفنان.

■ كلمة أخيرة:

أتمنى أن أصادف الجمهور العزيز عما قريب، وأتمنى لمجلتكم النجاح والمزيد من التآلق.

يتحلى الرجل بالاحترام والتقدير.

■ هل فردوس مرتبطة عاطفيا؟

أفضل عدم الخوض في الموضوع.

■ ما هي مواصفات الزوج المثالي بالنسبة لك؟

الاحترام والتقدير، الصراحة والمصادقية.

■ في كلمات، ماذا تعني لك:

مكناس: مسقط رأسي، عشت فيها طفولتي.

الزواج: سنة الحياة

الأغنية المغربية: تراثي وأصالتي وهي جزء مني.

■ ما رأيك في:

ماكياج: كلثوم العنبري
اللباس: مريم بنعمور
Mahe-Mi Création



اللباس: مريم بنعمور
Mahe-Mi Création



نبيل الخالدي، فنان مغربي، عرفه الجمهور المغربي حينما احتل مكانا ضمن لجنة تحكيم برامج المسابقات الفنية، وقبل ذلك نحت نبيل في الصخر حتى يصبع فنانا. يلحن ويوزع لكبار الفنانين العالميين، «لالة فاطمة» التقته في بيته في الدار البيضاء، وتعرفنا على نبيل الفنان والأب والزوج.

حاورته: زهرة إيدموح
تصوير: أحمد الواحي

نبيل الخالدي: المرأة المغربية «صعبة شوية»

انتقلت أسرتي إلى مدينة الدار البيضاء، وفي درب السلطان، اختار والدي الإقامة. مكثنا هناك خمس سنوات ويجوار بيتنا، كان يوجد محل لـ«الطبال» والفيطة»، وكنت وأنا أمر من أمامه، أمد بصري إلى

سليم الفن؟
أتحدر (من جهة الأم) من مدينة فاس، حيث الموسيقى الأندلسية تداعب مسامعي، وأنا طفل صغير، ألتبس طريقي في الحياة. عندما بلغت ربيعي الخامس،

■ نبيل الخالدي، عرفه الجمهور المغربي من خلال برامج المسابقات الفنية، كـ«استوديو دوزيم» وبرنامج «ستار أكاديمي» تونس، يحتل مكانه ضمن لجنة التحكيم، كيف سعد نبيل



العاشق، أينما كان تلقيت طلبا من شركة إنتاج فرنسية، ترغب في توزيع بعض الأغاني في أجل لا يتجاوز الشهر، على أن أعود إلى أكادير لاستكمال مشروعي، لكن طال المقام بفرنسا، وتمدد إلى ثماني سنوات.

■ أكيد أن الدافع مهم، وإلا كنت رجعت أدراجك؟

أجل تعاملت خلالها مع نجوم الراي العالميين، كالشباب خالد وفوضيل، ثم فتحت شهية اللبنانيين على فن الراي، فلحنت وكتبت كلمات للفنانة اللبنانية، باسكال مشعلاني، والفنانة أمل حجازي.

■ هناك مقابلة غير متكافئة، بينما يتوجه الفنانون العرب صوب الأغنية المغربية، نجد الفنانات المغربيات المهاجرات، يبتعدن عنها، لماذا برأيك؟

هذا مؤسف حقا، المغرب يملك أصواتا غنائية رائعة كصوت أسماء المنور، الذي أعتبره من أجمل الأصوات على المستوى العربي، يمكنها أن تعطي للأغنية المغربية حقها، ليس فقط على مستوى الكلمات، وإنما على مستوى الإيقاع المغربي المتفرد.

■ وأين يقع فن المطربة فردوس، صاحبة الصوت الشجي؟

أعتبر فردوس من الأصوات المغربية الجميلة، وفردوس تملك كل الشيء، الثقافة والأخلاق والصوت القوي، ويمكن أن تصبح سفيرة الأغنية المغربية بامتياز، لكن حبست نفسها في لون غنائي معين، وهذا طبعا اختيارها، لكن لم يساعدها في الانتشار، لأنه لا يعقل أن يأتي جمهور بكثافة إليك كي تغني أغاني لمطربين آخرين، نفس الشيء بالنسبة للمطرب عبده الشريف، الذي سجن نفسه في أغاني عبد الحليم، على أن الفنان

عود معلق، فكان حلم امتلاكه يدغدغ مشاعري، ولم لا امتلاك المحل ذاته، وبدوري ألتقى الدعوات لإحياء الحفلات مقابل مبلغ مادي سيشعرنني بكينونتي، إنها أحلام نبيل في العاشرة من عمره، وهكذا بعد هذا التاريخ الجميل، غادرنا درب السلطان إلى مدينة فاس، حاملا بين ضلوعي هذا الحلم.

■ حلم امتلاك آلة موسيقية متى تحقق؟

كان والدي يرفض اهتمامي بالموسيقى على عكس والدتي، فتوجهت للعب كرة القدم، ماجعلني أرايض «بالزنقة للعب مع أولاد الدرب»، ما كان يقلق والدي من أن يؤثر ذلك على دراستي، فكانت فكرة شراء آلة موسيقية، تلهيني عن الخروج المستمر إلى «الزنقة» بمثابة الحل الأمثل من وجهة نظروالدي. من هنا بدأ اهتمامي الجدي بالموسيقى، وبعد حصولي على شهادة البكالوريا التحقت بالمعهد الموسيقي بفاس، ومرة أخرى سأمثل لرغبة والدي في استكمال دراستي العليا في فرنسا، فغادرت المغرب، لكن مع تحقيق رغبتي أيضا في النهل من بحر الموسيقى.

■ كيف ذلك ووالدك يرفض أن يصبح أبناؤه فنانين؟

أجل بت وفيما لرغبة والدي، وحصلت على دبلوم في الديكور، حيث كان شقيقي مهندسا في فرنسا، حتى نتعاون مع بعض، لكن سرعان ما توجهت إلى دراسة الموسيقى، عشقي الأول، ومن هناك سأتعرف على موسيقيين وعازفين فرنسيين كبار، وسأطلع درجا آخر في سلم الفن، سيتسم بالاحترافية. تعرفت على رشيد طه، واشتغلت إلى جانبه حوالي 13 سنة، ثم سهرت على توزيع مهرجان un deux trois soleil الشهير. سأدخل بعد ذلك إلى المغرب، وسأستقر بمدينة أكادير، وحاولت أن أبتعد عن المجال الفني، لكن الفن ينادي



■ وسميرة بنسعيد، هل ترى أنها تتحمل بعض المسؤولية في عدم نشر الأغنية المغربية؟

أكيد، كانت في بداية مشوارها ملزمة بالفناء باللهجة المصرية، لكن بعد أن أصبحت مشهورة كان عليها أن تغني باللهجة المغربية، هي تقول إنها لم تجد كتاب كلمات أو ملحنين يساعدونها على ذلك، وأنا أقول العكس، نملك كل شيء في المغرب ما ينقصنا هو الرغبة في فعل الشيء.

■ وكيف السبيل من وجهة نظرك للنهوض بالأغنية المغربية؟

«عندنا كل شيء»، كتاب كلمات جيدون، ملحنون ممتازون، موسيقيون موهوبون وأصوات رائعة، أي نملك كل عناصر نجاح الأغنية المغربية، على الدولة أن تتدخل بحزم للنهوض بالأغنية المغربية. سنجانب الصواب إذا قلنا غير هذا.

■ ومادمنا نعاني هذه المشكلة، لماذا تعمل القناة الثانية كل سنة على أن تخرج فوجا من الشباب المطربين قد يعاني العطالة في بلد تقول عليه أن تتدخل مؤسساته للنهوض بالأغنية؟

بالنسبة لاستوديو دوزيم، هو برنامج تلفزيوني على غرار البرامج الأخرى، لا تتحمل القناة مسؤولية هؤلاء بعد التخرج، وإنما الهدف من البرنامج هو الفرجة أولا، ثم إعطاء فرصة للشباب، بأن يحققوا حلم الوقوف على الخشبة في اتجاه أنهم يسلكون طريق الفن بالاعتماد على دور إنتاج.

إن الفن صناعة، والمغني هو فقط الواجهة التي نشاهدها، بينما وراء جيش من المتخصصين، وأهم ما يمكن أن يملكه الفنان هو مدير الأعمال، الذي لا نكاد نجد له مكانا قرب الفنان المغربي.

■ لماذا برأيك؟

مازال الفنان المغربي يملك بطاقة مكتوب عليها، فنان، لكن مع وقف التنفيذ.

■ كيف؟

بطاقة فنان بدون تغطية اجتماعية بدون ضمان صحي. بطاقة حتى بدون تخفيض في القطار أو في الفنادق الموزعة على كل التراب المغربي.

■ مرت وجوه كثيرة على لجنة تحكيم استوديو لعلك الأكثر وفاء للبرنامج، لماذا؟

قبل بداية كل دورة، تقوم إدارة القناة باستطلاع رأي تسأل المشاهدين، هل ترغب في فلان مثلا أن يحتل عضوية لجنة التحكيم، وبناء على هذا الاستطلاع تتكرر وجوه وتغيب أخرى، لكن لا تنقص الكفاءة أي أحد من مر من البرنامج.

■ ماذا ينتج الآن نبيل الخالدي؟

بصدد تلحين أغنية ديو لحاتم عمور وليلى البراق، وأغنية لسميرة بن سعيد، كما أنجزت ألبوما خاصا بي: عزف على العود.

■ من هو نبيل الخالدي، الأب والزوج؟

أنتمي لأسرة تتكون من أم فاسية وأب من وجدة، ووالده من الجزائر رحمهما الله، نحن ثلاثة إخوة ذكور، غادرنا الأكبر إلى الدار الآخرة وثلاث أخوات بنات.

أب لثلاثة أبناء، البكر اسمها سارة، تبلغ من العمر 24 سنة، متزوجة بفرنسا من زوجة فرنسية، لم يكتب لنا الاستمرار فتطلقنا، ثم تزوجت من امرأة مغربية، اعتقادا مني أن بنت البلاد ستكون أفضل وأريح، لكن كان الطلاق نصيبنا، وابنتي اليوم تبلغ 17 سنة اسمها مليكة، ثم تزوجت للمرة الثالثة من بولونية، وعندنا ولد اسمه كميل مازال رضيعا.

■ وأي زيجة تفضل، الفرنسية أم المغربية أم البولونية؟

صعب المقارنة، لكل امرأة ميزاتها وسلبياتها كما الرجل، لكن المرأة المغربية «صعبة شوية»، تعتقد أن الزواج «مهنة»، وعلى الزوج أن يحقق كل متطلباتها، أما كيف، فهذه مشكلته. هذه عقلية المرأة المغربية التي وجب أن تتغير. وهي اكتسبتها من محيط العائلة ومن والدتها بشكل خاص.

والشيء المميز عند المرأة المغربية وقد لاتجده عند المرأة الغربية، أنها تجعل زوجها ذي قيمة أمام الناس (حتى إلا كانوا مخاصمين تكلمه وتقدره أمام الغير)، ثم ترجع إلى طبيعتها بعد مغادرتهم، الغربية يمكنها ألا تخرج من غرفتها إذا كنتم متخاصمين، وتترك مع ضيوفك تدبر شأنك.

■ أين تعرفت على زوجتك البولونية؟

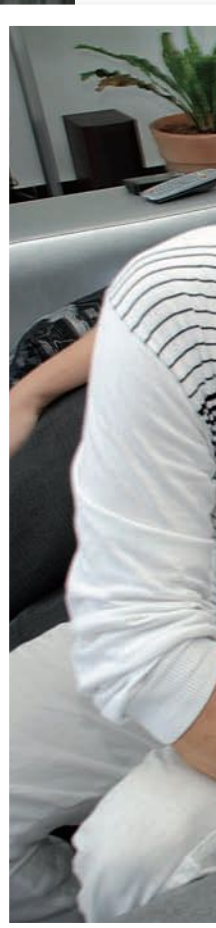
تعرفت عليها في فرنسا في أحد عروض الأزياء، وهي مزينة (ماكيز بروفيسيونال)، وللإشارة البولونيون هم الأقرب إلى الثقافة الشرقية من الغربيين، وهم شعب «تكرفس بزاف»، لذلك هم مسالون جدا، وأعيش حياة مستقرة وسعيدة معها.

■ شنو علماتك الحياة؟

تعرضت لحادث سير مميت، نجوت منه بأعجوبة، وإرادة الله سبحانه وتعالى، ومنذ حينها تغيرت نظرتي إلى الحياة، وأصبحت متأكدا أن الحياة ما نعيشه اليوم، أما الغد قد لا يكون، وقد لا نعيشه، لا أؤجل عمل اليوم إلى الغد، لا أكره ولا أحسد أحدا، أتمنى أن يكون الجميع بخير وبسلام، كلما وضعت رأسي على الوسادة أطلب من الله أن يسامحني إذا أخطأت، وكلما أصبحت أحمد الله على ذلك، إذا ظلمني أحد أطلب أن يسامحه الله. وأن يسامحنا جميعا. هكذا أعيش يومياتي.



نبيل مع زوجته وابنه



مجلتك المفضلة "لالة فاطمة"، التي كنتفكر فيك كل شهر، اختارت لك هذه المرة مجموعة جديدة من الكاندورة، من عند مصمات الزي التقليدي الأصيل، اختارت كل مصممة أن تهديك هذا التنوع من الثوب والفصالة المريحة مع حلول فصل الصيف، وكذلك خدمة لعلم، لتلبسها بكل شيانة.

إشراف: حياة بن عبد الله
تنسيق: سعاد بريشة
كوافير وماكياج: كلثوم العنبري
العارضات: فاطمة الزهراء
تصوير: نور الدين دودحي من استوديو روملي
مكان التصوير: فيلا السيد شادية السبتي
نشكرها على الترحيب وحسن المعاملة

ثايندورات للأوقات الصيفية



شادية السبتى
كاندورة أنيقة بالسفينة والتببيت خدمة
لمعلم أقراط من عند Móa
براصلي وخاتم من عند Miss Camilia
وبراصلي من عند Goulal



هند بن سعيد
كاندورة متكونة من قطعتين
بالسفيضة والتنبيت خدمة لمعلم
عقد من عند Jamila diani
خاتم من عند Môa
براصلي من عند Miss Camilia
بلعة من عند Goulal
حقيبة يد من عند Zina marrakech

زهرة اليعقوبي
كاندورة بالألوان بالتنبيت بأحجار
الشواروفسكي خدمة لمعلم
أقراط ويراصلي من عند Miss Camilia
خاتم من عند MÔa
صندل من عند Goulal



زهرة اليعقوبي
كاندورة بالتبليت خدمة لعلم
أقراط وخاتم من عند Mòa
براصلي من عند Goulal
صندل من عند Scarpa



شادية السبتي
كاندورة بالألوان بالسفيضة
والعقاد خدمة لمعلم
أقراط وخاتم من عند Mòa
عقد من عند Miss Camilia
براصلي من عند Goulal
بلغة من تصميم شادية السبتي





زهرة اليعقوبي
كاندورة متكونة من قطعتين خدمة لعلم
أقراط من عند Mòa
براصلي وخاتم من عند Miss Camilia
حقيبة يد من عند Zina Marrakech
صندل من عند Vanolli

هند بن سعيد
كاندورة متكونة من قطعتين
بالسيفيفة والعقاد خدمة المعلم
أقراط وبراصلي من عند Móa
صندل من عند Vanolli



زهرة اليعقوبي
كاندورة خدمة ديال لمعلم بالتنبيت
أقراط من عند Móa
براصلي وخاتم من عند Miss Camilia
صندل من عند Scarpa



شادية السبتي
كاندورة تصميم جديد
بالتنبيت خدمة لمعلم
أقراط من عند
Miss Camilia
بلغة تصميم شادية السبتي



دنیا تادلای
کاندورہ بالانوان بالسفیفہ
خدمۃ لمعلم
عقد من عند Jamila diani
براصلي من عند Goulal



شادية السبتى
كاندورة بالتبنييت بالسفيفة والعقاد خدمة لمعلم
أقراط وخاتم من عند Miss Camilia
صندل من عند Scarpa



دنيا تادلوي
كاندورة بالألوان بالسفيفة والعقاد خدمة لمعلم
عقد من عند Jamila diani
براصلي من عند Miss Camilia



أول نشاط رسمي لصاحب السمو الملكي الأمير مولاي الحسن

أشرف صاحب السمو الملكي ولي العهد الأمير مولاي الحسن، بالرباط يوم السادس من ماي الماضي على حفل انطلاقة الدوري الثاني لسباق الدراجات، ويعتبر أول نشاط رسمي لصاحب السمو الملكي الأمير مولاي الحسن، حضره منصف بلخياط، وزير الشباب والرياضة، وكمال لحلو، نائب رئيس اللجنة الوطنية الأولمبية المغربية، وحسن العمراني، والي جهة الرباط سلا زمور زعير.

في اليوم العالمي للرياضة.. نشاط مكثف لكمال لحلو بجنيف

انعقد مؤخرا بجنيف مؤتمر على قدر كبير من الأهمية، بمبادرة مشتركة فيما بين اللجنة الدولية الأولمبية، وفرع الأمم المتحدة بجنيف. وكان المغرب حاضرا في هذه التظاهرة عبر اللجنة الوطنية الأولمبية المغربية في شخص رئيسها بالنيابة السيد كمال لحلو. وعلى هامش هذا الاجتماع حول موضوع «الرياضة والسلام»، كانت لممثل المغرب لقاءات واتصالات مع مختلف الفعاليات والشخصيات. المشاركة تركزت على مواضيع تصب كلها في الاهتمام المشترك بالمسألة الأولمبية. ومنذ اليوم الأول لهذا التجمع الكوني، أثار كمال لحلو انتباه المجتمعين إلى ضرورة تخصيص أيام دراسية حول ظاهرة العنف بالملاعب (الهوليفانيزم) وكيفية القضاء عليها والتصدي لها عبر ترسانة من القوانين وإجراءات فعالة للوقاية منها. عبر المسؤول الأولمبي المغربي عن أسفه كون هذه الآفة الاجتماعية، التي تلحق بقطاع الرياضة خسائر فادحة في المعدات والتجهيزات، وأحيانا حتى في الأرواح، لم تكن يوما موضوع مناظرة رسمية من تنظيم اللجنة الأولمبية الدولية. كما دعا السيد كمال لحلو إلى لقاء عاجل حول هذه الممارسة المشينة، التي تسيء للرياضة إساءات بليغة. وفي سياق مساهمة اللجنة الأولمبية الوطنية المغربية في إيجاد تصورات بديلة للرفق بالممارسة الرياضية الدولية، اقترح كمال لحلو تعويض الأناشيد الوطنية، التي تعزف في مرحلة توشيح الأبطال فرادى أو جماعة، بالنشيد الأولمبي، الذي هو أقرب للسياق الرياضي، ولا يثير حساسيات وطنية ضيقة أو شوفينية من لدن جماهير متعصبة لبعض البلدان المشاركة. وفي اليوم الثاني للمناظرة المنعقدة تحت شعار: «الرياضة والسلام»، تناول ممثل اللجنة الوطنية الأولمبية المغربية الكلمة ليعبر عن عدم تفهمه لغياب لقاءات بين الشباب الفلسطيني، الذي يعيش لاجئا بالأردن، ونظيره الإسرائيلي. وتجدر الإشارة في هذا الصدد إلى وجود جمعيتين تشغلان في هذا الاتجاه: الأولى يرأسها أمير موناكو ألبير، والثانية مسيرة من لدن شقيق ملك الأردن. وبنفس المناسبة، وبحضور السيد بان كي مون، الأمين العام للأمم المتحدة، تقدم السيد كمال لحلو باقتراح إنشاء يوم عالمي للحق في ممارسة الرياضة، مذكرا في هذا الموضوع أن الأمم المتحدة سبق لها وأن جعلت من سنة 2005 سنة للرياضة. بيد أن هذه المبادرة، يقول السيد كمال لحلو، غير كافية بالنظر للأهمية القصوى للرياضة في حياة الإنسان. نشير إلى أن هذا المقترح المغربي لقي ترحيبا من جميع المشاركين، وأصبح يشكل إحدى توصيات اللقاء.

مناسبات



فانناس أرنو مدير الفندق في ندوة صحفية

عرض أزياء تمتاز فيه النغمة بالكلمة

■ افتتح فندق ورياض نورة باريير موسمه الربيعي، بحفل امتزجت فيه النغمة بالكلمة بالقفطان المغربي، في أجمل تصاميمه، قدمت المصممة المغربية زهرة اليعقوبي آخر تصاميمها المستوحاة من الطبيعة، ومن النوتات الموسيقية، رقصت على ضفافها الفنانة المغربية أوم، وفي حديقة الإبداع ذاتها تألق المصمم المغربي نبيل الدحاني، الذي قدم القفطان المغربي التقليدي مصحوبا بلمسة عصرية. وليست المرة الأولى التي يكرم فيها رياض نورة القفطان المغربي، بل أضحت هذا تقليدا يعمده الفندق في مختلف المواسم، وقد تابع عرض الأزياء الذي رقصت وغنت على ترانيمه الفنانة أوم أكثر من 400 زائر للفندق، سواء على جنبات المسبح أو من الشرفات.



هيدي البيروستون تصعد إلى بوديوم القفطان المغربي



■ يوم سابع ماي الماضي، أعطيت انطلاقة الدورة الخامسة عشر من فعاليات مهرجان القفطان بقصر المؤتمرات بمراكش، في دورة اختير لها كشعار 3 فوك زمان لروائع الزمن الماضي، عبر سلسلة متميزة لفن القفطان، وتجمع بين القفطان التقليدي والعصري بين الماضي والحاضر.

وهذه المرة حضرتت العارضة الشهيرة هيدي البيروستون لتشرف قفطان 2011 على الرغم من أجندتها المليئة بالمواعيد والالتزامات في شتى أنحاء العالم، وإلى جانب ثلة من العارضات، يمثلن جنسيات مختلفة.





الاعلان عن الوجه الجديد لـ Maybelline

■ تم أخيرا بفندق سوفيتيل في مراكش الإعلان عن الوجه الجديد لـ Maybelline، ويتعلق الأمر بالمراكشية رانيا بن شيكرا، البالغة من العمر 16 سنة. رانيا ستمثل المغرب في نهائيات إلت في أكتوبر المقبل. يذكر أن الفندق احتضن عرض أزياء للمرشحات 12.

Tendances Ramadan الزي التقليدي بإبداعات مصممين مغاربة

■ احتضنت مدينة الدار البيضاء، احتفالية خاصة بالإبداعات، من وحي تصميم حرفييها من طرازين ومعلمين في الأزياء التقليدية المغربية، التي تتميز ببصمتها الراقية، وأشكالها وألوانها وقصاتها الإبداعية، المنفتحة على العالمية في ميدان عالم الأزياء والموضة. ويبقى أهم ما ميز دورة 2011 في عرض أزياء رمضان، حضور ملكة جمال فرنسا كضيفة شرف، التي تزينت باللباس التقليدي المغربي، إلى جانب حضور وجوه مغربية بارزة في عالم الفن والرياضة والثقافة ...



إنجاز: سعاد بريشة
تصوير: أحمد الواحي وتوفيق مؤنس
صانوق: Jean-Claude François

COVERMARK الحل الوحيد لإزالة الندوب وآثار الجروح

■ من أصعب المشاكل التي تواجه كل امرأة أنيقة، تبحث عن بشرة طرية وصافية كالمرآة...مشكلة وجود ندوب وآثار جروح على وجهها، ما يسبب لها إحراجا وإزعاجا. الآن أصبح علاجها ممكنا باستعمال مستحضرات COVERMARK.

1 Removing Cream

Crème Démaquillante

كريم ينظف خلايا بشرة الوجه والمكان المحيط بالعين، ويمنحها إشراقا أكثر ولعانا، باحتوائه على مواد مغذية كالجليسيرين والصابون.

2 Extra Care Lotion 1

Lotion Nettoyante & Peau Normale Sèche et Sensible

لوسيون يعمل على تنقية خلايا البشرة، ويمنحها إشراقا، ويقي من التجاعيد، ويساعد على إخفاء علامات الشيخوخة، بتوفره على فيتامين B3 و B5. وعدم احتوائه على مواد كحولية وعلى هيبوالرجينيك.

3 Magic Shield

Crème Hydratante

كريم يوضع على الوجه قبل وضع الماكياج، لوقاية بشرة الوجه والحفاظ على خلاياها الأصلية والطبيعية، كما أن هذا الكريم يتوفر على خاصية مميزة، لكونه مناسباً لجميع أنواع البشرة.

4 Concealer

Anti- Cernes & Anti- poches

ماسك يساعد على إخفاء الهالات السوداء على بشرة الوجه، ويحمي العيون من الإصابة بالانتفاخ، كما أنه يمنح البشرة إشراقا وحيوية باحتوائه على مواد مغذية، كفيتامين A و E التي تحمي من أشعة الشمس فوق البنفسجية، ويتميز هذا الماسك بأن مفعوله يدوم



بعد



قبل

7 Compact Powder

Poudre Compacte Existe pour Peaux Normales, Sèches et Grasses

بودرة صالحة لكل أنواع البشرة، سواء العادية أو الجافة أو الدهنية، فهي غنية بفيتامين E الذي يقوم بحماية خلايا البشرة وتغذيتها.

5 Face Magic

Fond de Teint

كريم مغذي يحمي البشرة من أشعة الشمس، فهو يقوم بإخفاء وإصلاح العيوب التي تصيب بشرة الوجه، منها، التمش، حب الشباب، والبهاق، كما أن هذا الكريم يناسب جميع أنواع البشرة، ومفعوله يدوم لمدة طويلة.

6 Finishing Powder

Poudre libre

بودرة بدون لون تتلاءم مع جميع أنواع البشرة، تعمل على تثبيت ماكياج في الوجه، وبامتصاص العرق، وهي بذلك تمنحك بشرة ناعمة وصافية لاحتواء هذه البودرة على مادة هيبوالرجينيك.

وفي المرحلة الأخيرة نكمل الماكياج على حسب المناسبة ولون اللباس، وسوف تلاحظين الفرق الكبير عند إكماله.

نحلمين بتغيير لون شعرك، لتظهري بإطلالة جديدة تفيض بالأنوثة والجمال، مختبرات الماركة العالمية غارنييه، تقترح صباغة غارنييه كولور ناتشرلز من نوكريس الغنية بزيت الزيتون.

كوني دائما متميزة مع صباغة غارنييه

1

للحصول على لون طبيعي:

للحصول على لون طبيعي، يجب أن تستعملي صباغة "لون على لون"، هذا النوع من الصباغة يعطي للشعر لونا خفيفا كله لمعان، ولا يغير اللون الأصلي للشعر، إضافة أنه لا يحتوي على الأمونيا.

للحصول على لون شديد وعميق:

يجب أن تستعملي "صبغة دائمة"، لاحتوائها على الأمونيا. فهذه الصبغة الدائمة تصبغ الشعر من جذوره، وبالتالي يدوم اللون طويلا، وتغطي الشعر الأبيض 100 في المائة، كما يمكن أن يفتح لون الشعر من 2 إلى 2.5 درجة.

2

استعملي المستحضر على كامل الشعر إذا:

- لم تصبغي شعرك من قبل .
- كان شعرك مصبوغا بلون أفتح من هذا اللون.

تستطيعين صبغ مناطق محددة من الشعر إذا:

- كان شعرك مصبوغا بلون مماثل
- نما شعرك بعد مرور عدة أسابيع على صبغ شعرك بلون مماثل، وأصبح بحاجة لصبغ جذوره.

3

للحصول على شعر أشقر ولامع

- أولا يجب أن تزيل الصبغة الموجودة على شعرك، وأن تتم هذه العملية عبر مراحل متعددة
- ثم استعملي صباغة صحية حتى يحافظ الشعر على لمعانه وجاذبيته.
- ولكي تحصلي على صباغة جيدة ولا معة يجب إزالة اللون بالتدليك وبدون ماء لمدة دقيقتين وبعد ذلك أضيفي- بالتتابع- ماء باردا واستمري في عملية تدليك فروة الرأس.
- وأخيرا اغسلي شعرك إلى أن تلاحظي أن الماء لا يحتوي على الصبغة. وأصبح صافيا.

غارنييه كولور ناتشرلز يقدم لك مجموعة الأفراح الأشقر الفني

اظهري بثقة في موسم الأفراح مع شعر أشقر لا ينسى. مع مجموعة الأفراح من غارنييه كولور ناتشرلز، ستبرزين بشعر أشقر خلاب في جميع المناسبات.

غارنييه كولور ناتشرلز يمنحك لونا أروعا يدوم طويلا مع زيت الزيتون الطبيعي، الذي يغذي شعرك خلال الصبغة. تركيبته الفريدة تعمل خلال 25 دقيقة، وتغطي 100 % من الشعر الأبيض.

هذه المجموعة لموسم الأفراح متوفرة على 3 ألوان رائعة: 6، 7 و 8.1



مسابقة غارنييه كولور ناتشرلز

«تألقي في جميع المناسبات مع الصبغة الطبيعية كولور ناتشرلز»

للمشاركة في مسابقة غارنييه، والفوز بمجوهرات من الذهب، يكفيك أن تبعثي ورقة دليل على شراء منتج صباغة غارنييه كولور ناتشرلز، أو الرمز الشريطي للمنتج مع اسمك الكامل، وعنوانك ورقم هاتفك، على العنوان التالي:

مسابقة صبغة الشعر كولور ناتشرلز، 17 زنقة عمان الدار البيضاء 20100

URIAGE

EAU THERMALE



بدون برابرين
بدون عطر
بدون كحول

عناية شمسية
حماية قصوى
بشرة محمية
متعة أكثر!

URIAGE
EAU THERMALE

Source de Soins

Ipahderm : 6, Rue Ibnou Khalikane - Quartier Palmier - Casablanca
Tél: 05 22 99 20 18 / 99 45 59/60 Fax: 05 22 98 83 28

www.labo-uriage.com

تسوق

من أجل العناية بالجمال، "لالة فاطمة" تقترح هذا الشهر الجديد منتجات ومستحضرات الماركات العالمية. بشري دراج

كوكتيل من منتجات العناية بالجمال



Essentials

اكتشاف جديد لماركة ابتكرت لتلبية جميع احتياجات البشرة الحساسة، ولتمنحها الترطيب والنعومة الكافية، ومن مكوناتها فيتامين أ وفيتامين ج، الذي يعزز مرونة الجلد، متوفر الآن

من Skincode

Fullspeed مزيل للعرق

للرجال يدوم مدة طويلة

من Avon



Face Magic

عبارة عن كريم أساس الذي يعمل على تصحيح العيوب الكبيرة والصغيرة للبشرة، فهو يوفر تغطية كاملة، كما يمنحك هذا الكريم حماية من أشعة الشمس، وهو مناسب لجميع أنواع البشرة، متوفر الآن من Covermark



طلاء للأظافر الهشة وسريعة التكسر، فبعل مكوناته يجعل أظافرك أكثر صلابة. متوفر الآن

من Herome



Biomimetic repair مجموعة كاملة للشعر الحساس والمتكسر، التي تعمل على تقوية الشعر وإعادة الحيوية له، هذه المجموعة متوفرة في المحلات الخاصة ببيع مواد التجميل وفي Parapharmacies وصالونات التجميل التي لها شراكة مع الماركة Schwarzkopf Professional.

إشراف: حياة بن عبد الله
تنسيق: سعاد بريشة
تصوير: نور الدين دودحي من استوديو روملي

لباس البحر بألوان الصيف

- 1 - ب 150 درهما من عند Gazal
- 2 - ب 80 درهما من عند Miss Camilia
- 3 - ب 390 درهما من عند Zina Marrakech
- 4 - ب 159 درهما من عند Moa
- 5 - ب 400 درهما من عند Gazal
- 6 - ب 249 درهما من عند Moa
- 7 - ب 300 درهم من عند Gazal
- 8 - من عند Garnier
- 9 - ب 79 درهما من عند Miss Camilia
- 10 - من عند Beauty Success



- 1 - ب 500 درهم من عند Jamila Diani
- 2 - ب 150 درهما من عند Empire
- 3 - ب 250 درهما من عند Raffinata
- 4 - ب 1100 درهم من عند Raffinata
- 5 - ب 1700 درهم من عند Raffinata
- 6 - ب 99 درهما من عند Bolso
- 7 - من عند L'oréal
- 8 - ب 290 درهما من عند Zina Marrakech
- 9 - ب 990 درهما من عند Bee Fly





- 1 - 150 درهم من عند Empire
- 2 - 120 درهم من عند Miss Camilia
- 3 - 1300 درهم من عند Raffinata
- 4 - 1750 درهم من عند Raffinata
- 5 - 219 درهم من عند Moa
- 6 - 69 درهم من عند Bolso
- 7 - 390 درهم من عند Zina Marrakech
- 8 - 500 درهم من عند Jamila Diani
- 9 - 750 درهم من عند Gazal



- 1 - 250 درهم من عند Raffinata
- 2 - 219 درهم من عند Moa
- 3 - 80 درهم من عند Miss Camilia
- 4 - 1200 درهم من عند Gazal
- 5 - 400 درهم من عند Gazal
- 6 - من عند Beauty Success
- 7 - 119 درهم من عند Moa
- 8 - 500 درهم من عند Jamila Diani
- 9 - 990 درهم من عند Bee Fly



- 1 - Miss Camilia 120 درهما من عند
- 2 - Beauty Success من عند
- 3 - Raffinata 1800 درهم من عند
- 4 - Raffinata 1750 درهما من عند
- 5 - Bolso 69 درهما ثمن الواحد من عند
- 6 - Moa 159 درهما من عند
- 7 - Bee Fly 1290 درهما من عند
- 8 - Uriage من عند

- 1 - Gazal 1200 درهم من عند
- 2 - Raffinata من عند
- 3 - Gazal 200 درهم من عند
- 4 - Gazal 400 درهم من عند
- 5 - Uriage من عند
- 6 - Beauty Success من عند
- 7 - Moa 249 درهما من عند
- 8 - Miss Camilia 80 درهما من عند
- 9 - Gazal 280 درهما من عند





إعداد : سعاد بريشة
نادية صمراني
تصوير : أحمد الواحي
المدرية : حسناء
المكان : قاعة طلحة الرياضية



1

تمارين لتنشيط عضلات الجسم

تساعد هذه التمارين على الرفع من كفاءة الجسم ورشاقته، في المحافظة على الصحة العامة.



2

1- الجلوس في وضع استقامة مع رفع الرأس إلى الأمام، ووضع اليدين على الخصر، والرجلين، في نفس الوضعية الموجودة في الصورة، ويجب البقاء على هذا الوضع لمدة عشر دقائق تقريباً.



3

2- تغير وضعية الجلوس بتمديد الرجل إلى الأمام وثني الرجل الأخرى، ودائماً الرأس مرفوع والظهر مستقيم، واليدان بنفس الوضعية التي في الصورة، مع الاحتفاظ على نفس التمرين، لكن بتغيير الرجل بشكل تناوبي.

3- بنفس الوضعية كما في الصورة، تمديد الظهر بشكل متواز، وثني الرجلين واليدين على الأرض للحفاظ على توازن الجسم، ويجب تكرار التمرين عدة مرات بتغيير الحركة في الاتجاه المعاكس، مع ضرورة الاسترخاء، والتنفس بطريقة منتظمة.



على بعد 20 كيلومترا من مدينة فاس، ووسط سلسلة من التلال، يتراءى لك منتجع «مولاي يعقوب»، الذي لم يكن قبل سنوات سوى بركة صغيرة، يلجأ إليها المئات من المغاربة والأجانب، بحثا عن الاستشفاء بمياهها المعدنية التي تخرج من بطن الأرض عن عمق يناهز 1500 متر، وتصل حرارتها إلى 54 درجة حرارية عند خروجها إلى السطح. «لالة فاطمة» تقدم لك بطاقة مجانية لترحل عبر صفحاتنا في رحلة ممتعة، تختزن عبرها مشاهد طبيعية نجيبي فيك الروح، وتبعث العافية.

سارة رقيب
ت: أحمد الواحي



حامة مولاي يعقوب وجهتك الصحية والترفيهية الممتعة

للعديد من الأمراض الجلدية والتنفسية.

مليون شخص يزورون حامة مولاي يعقوب سنويا

يقول محمد العكاري، مدير حامة مولاي يعقوب: «تعتبر حامة مولاي يعقوب أول حامة عصرية في المغرب وفي البلدان العربية والإفريقية بمواصفات دولية، تضم عدة مرافق حديثة من مسابح وحمامات وورشاشات وقاعات للترويض الطبي والدلك المائي وحمام بخاري، فضلا عن قاعات أخرى متخصصة في علاج الأمراض التنفسية والجلدية. وتحتوي مياه مولاي يعقوب على عدة عناصر كيميائية، كالكبريت والملح، وعلى خصائص فيزيائية مهمة ذات النشاط الإشعاعي الطبيعي، وتقارن مياه حامة مولاي

■ مولاي يعقوب منطقة أسطورية يؤم إليها العديد من أجل الاستمتاع بلحظات ممتعة، تجمع بين الترويح عن النفس والاعتناء بالصحة. وتقع هذه القرية في منطقة جبلية رائعة، جعلتها تتمتع بمناخ لا نظير له طوال العام. كما تتمتع بطبيعة فريدة من نوعها، تجمع بين الجمال والهدوء والسكينة.

وقد اكتشفت حامة مولاي يعقوب سنة 1900 ميلادية، ولم يتم تجهيزها إلا سنة 1965، وربطت أساطير عدة تسمية هذه المياه بالسلطان مولاي يعقوب، إذ كان يعاني مرضا استعصى عليه علاجه، غير أنه حينما استحم بهذه المياه شفي بعد أسبوع. واكتسبت حامة مولاي يعقوب اليوم شهرة عالمية في هذا المجال، وتحولت إلى موضوع بحث من قبل أطباء وباحثين عالميين مرموقين، أكدت تحليلاتهم أن العين المتدفقة بمياه دافئة تمتلك مواصفات الاستشفاء



محمد العكاري

يعقوب بمياه البحر، فهي تعالج الأمراض المزمنة خاصة الأمراض التنفسية والروماتيزمية، كما تساعد على عملية الدلك والترويض، والتي تفيد



وهي منتجات عالية الجودة من مواد طبيعية، وهي عبارة عن كريمات مضادة للتجاعيد وأخرى للتفتيح، وأيضا هناك كريمات مضادة لانتفاخ الأرجل أو إزالة السيلوليت الميتة.»

تمنح الحامة لزائريها إطارا مريحا ورحبا وعصريا

أما خديجة طاهري، مسؤولة قسم العلاجات والتجميل، فقالت: «هناك أكثر من سبب يدفع



خديجة طاهري

الشخص إلى زيارة حامة مولاي يعقوب، كي يستمتع بوقت يتيح له الاعتناء بصحته، وإنجاز مسح صحي حقيقي لسلامته البدنية، والاعتناء الأمثل بجسده. فالحامة تمنح لزائريها إطارا مريحا ورحبا وعصريا، باختصار أن الجميع يتمتع بالأجواء المنعشة والهواء النقي، والابتعاد عن ضجيج المدينة والاستمتاع بالطبيعة الخلابة والفوائد الصحية للمياه المعدنية.» أما بخصوص البرامج التي يقدمها المركز فتقول طاهري: «لدينا برامج للعلاج بالمياه المعدنية، تدليك الاسترخاء بزيت نواة المشمش أو بالزيوت الأساسية لنبات البسياس، والتدليك بزيت الأزير، وبرامج للعناية بالوجه واليدين والرجلين، وأيضا مسبح معدني مهدئ ورشاش صدري، وتدليك يدوي بالأكياس.» وتؤكد طاهري أن حامة مولاي يعقوب تعرف حركة دؤوبة على مدار العام، وتزداد الحركة نشاطا مع حلول كل صيف من كل سنة. وأغلبهم يأتون من مدن أخرى، ومن بلدان المهجر والخليج في رحلات استجمامية.

في الأمراض الجلدية والتناسلية، وتخفف من آلام المفاصل وغيرها من العلل التي كان وما يزال لمياه مولاي يعقوب الساخنة وقع السحر على طالبيها ممن استعصى عليهم الشفاء.» يضيف: «يقدم المركز برامج صحية مكثفة تمتد من 6 أيام إلى ثلاثة أسابيع تحت إشراف طبيب مختص، ويفضل في معظم الحالات اتخاذ العلاجين الأساسيين معا، وذلك للتقليل من الآثار الجانبية للأدوية الكيماوية من مسكنات الآلام ومضادات الالتهابات على الجهاز الهضمي، إذ أن المياه المستخدمة من العين مع الطين المستخرج من حول تلك العيون، تحتوي على نسبة عالية من المواد المعدنية الغنية بالفيتامينات والحديد والعناصر الأساسية المفيدة للجسم بمنافعها الثلاثية من العناصر المضادة للالتهابات والمرخية للعضلات والموسعة للعروق، مما تسهل القيام ببرامج إعادة التأهيل، وخلق نشاط وصحة وحيوية في الأعضاء العليلية.» يضيف: «أن عدد المرضى الزائرين لحمامات مولاي يعقوب إلى جانب المنتجع التقليدي حوالي مليون شخص سنويا، أما بالنسبة للحامة العصرية فحوالي 60 ألف زائر سنويا أغلبيتهم يرتمون في أحضان الماء الساخن، طلبا للاستشفاء من أمراض الروماتيزم وبرودة المفاصل، ومنهم من يأتي بهدف الاستجمام، أو ما نطلق عليه السياحة الصحة.»

وعن المواد التجميلية الخاصة بحامة مولاي يعقوب، فتقول لبنى طاسيل، مسؤولة قسم المبيعات: «الكريمات التجميلية التي نستخدمها بالحامة عبارة



لبنى طاسيل

عن علاجات متكاملة، صنعت تحت إشراف خبراء وأخصائيين للعناية بالبشرة والمحافظة على الجمال،





ظهور علاجات جديدة لمرض التهاب المفاصل الروماتويدي

نظمت الجمعية المغربية للروماتيزم مؤتمرها السنوي الواحد والعشرين، أخيراً بمراكش. وركز المختصون خلال هذه السنة على القفزة النوعية والكمية التي عرفها تحمل التهاب المفاصل الروماتويدي، خلال السنوات الأخيرة.

وخلص المؤتمر إلى أن «التهاب المفاصل الروماتويدي مرض شائع وخطير، يقلل أمد الحياة لدى المرضى المصابين به. وفي المغرب يبقى غياب المعلومات والتشخيص المتأخر والولوج المحدود إلى

العلاج البيولوجي، أهم العراقيل التي تعيق تقديم رعاية كافية للمرضى المغاربة».

بالمقابل، عرف طب الروماتيزم تطوراً حقيقياً، خلال السنوات العشر الأخيرة، وذلك بعد أن تغيرت رعاية المصابين بشكل كبير، حيث غيرت العلاجات الجديدة والفعالة حياة العديد من المرضى.

وبالموازاة مع ذلك، تناول المؤتمر جانباً آخر للروماتيزم، يتعلق بترقق العظام أو كما يسميه الأطباء «السارق الصامت للعظام»، الذي إن لم تتم معالجته يتسبب في مضاعفات عبارة عن كسور في العظم تؤدي إلى حدوث إعاقة لدى المريض. وتجدر الإشارة إلى أن العديد من العلاجات الجديدة لهذا المرض قد رأت النور مؤخراً.

شرب 4 أو 5 أكواب من الشاي يومياً مفيد لترطيب الجسم



ذكرت صحيفة «دايلي مايل» البريطانية أن دراسة أجريت في بريطانيا، وشملت 21 متطوعاً طلب من قسم منهم شرب 4 أكواب من الشاي (أي ما يعادل لتراً) طوال 12 ساعة، فيما طلب من القسم الآخر شرب كمية مماثلة من الماء الطبيعية أو المغلية أو الدافئة. وأشارت إلى أنه خلافاً للاعتقاد السائد فقد أثبتت الدراسة، التي أجريت بطلب من لجنة الشاي الاستشارية البريطانية، أن لا عواقب سلبية لشرب هذه الكمية من الشاي، مع العلم أنه يقال إن الإفراط في شرب الشاي يتسبب في جفاف الجسم، نظراً لكمية الكافيين الموجودة فيه.

وأعيدت التجربة وإنما شربت مجموعة 6 أكواب شاي أو ماء، أي ما يعادل سواكل تقدر بـ 1.5 لتر، لتحديد تأثير ذلك على الجسم. وأخذت عينات من الدم قبل شرب المياه أو الشاي وعند فترات متعددة بعد شرب كل كوب لتحديد نسبة ترطيب الجسم، وتبين أن ما من فارق كبير بين شرب الشاي والماء.

الجوز مفيد جداً لصحة القلب

أظهر بحث جديد أن المواد المضادة للأكسدة الصحية الموجودة في الجوز مفيدة جداً، للحفاظ على صحة القلب. وذكر موقع «هيلث جوكي» الأمريكي أن مجموعة من الباحثين من جامعة سكرانتون في ولاية بنسلفانيا الأمريكية، أجروا دراسة قارنوا خلالها المواد المضادة للأكسدة في 9 أنواع من المكسرات هي الجوز واللوز والفستق والبندق والجوز البرازيلي والكاجو والحمص وجوز البقان، ووجدوا أن النسبة الأعلى كانت موجودة في الجوز. وأشاروا إلى أن نوعية مضادات الأكسدة الأكثر إفادة موجودة في الجوز، وهذه المواد مفيدة ما بين مرتين و15 مرة أكثر من الفيتامين «هـ» (E). وذكروا أن هذا المعدل من مضادات الأكسدة يمكن أن يحمي الجسم من المواد الكيميائية الطبيعية المضرة المرتبطة بالتسبب بالمرض، وهي تحمي من أمراض القلب.

حملة تحسيسية حول صحة الفم عند الأمهات والنساء الحوامل بالبيضاء

بعد نجاح المرحلة الأولى من مشروع عش، تعلم، ابتسم المنظم بالجماعة القروية قصبة بن مشيش ببرشيد، أعلنت الجمعية المغربية لوقاية الفم والأسنان عن انطلاق المرحلة الثانية من هذا المشروع ببرنامج تحسيسية حول صحة الفم عند الأمهات والنساء الحوامل بمدينة الدار البيضاء. ويهدف المشروع الذي سيشمل 8000 أم وامرأة حامل بعمالة مرس السلطان الفداء إلى التحسيس أيضاً بأهمية تسوس الطفولة الأولى، وإلى تحسين صحة الفم عند الأطفال من خلال اعتماد سلوك جيد داخل الأسرة، حيث إن أكثر من 20 في المائة من الأطفال بالدار البيضاء أقل من 5 سنوات مصابون بتسوس الطفولة الأولى.



تكلفة الأمراض الجنسية التقليدية لا تتجاوز 40 درهما

رحمة بوشيع الجوهري



البروفسور عبد الحق السقاط
اختصاصي في الأمراض الجلدية
والتناسلية

الأمراض؟

أغلب الأمراض المنقولة جنسيا تؤدي إلى ظهور تعقيدات من قبيل التهابات الحوض، والعقم عند النساء والرجال، وضيق مجرى البول، والرمد عند الأطفال حديثي الولادة. وهي أمراض جد معدية يمكنها أن تسبب تلفا طويلا للأمد أو تلفا دائما، ويشمل ذلك عدم القدرة على الإنجاب إذا لم يتم علاجها. ويمكن أن تنتقل الكثير من الأمراض المتقلة جنسيا بسهولة خلال العملية الجنسية، كما يمكن لبعض هذه الأمراض الانتقال من الأم للجنين.

ما مدى تأثير هذه الأمراض على الجنين؟

التأثير يكون في حالة إصابة الأم بالنوار والسيلان، هذا الأخير له تأثير بالغ على بصر الأطفال أثناء عملية الوضع.

ماذا عن العلاج؟

كل الأمراض الجنسية التقليدية قابلة للشفاء.

وكم تكلف؟

علاجها بسيط وسهل وسريع وغير مكلف، حيث لا تتجاوز تكلفة علاجه 30 إلى 40 درهما.

كم عدد الحالات التي تصاب بهذه الأمراض؟

نعان سنويا ما بين 600 إلى 800 حالة. صحيح أن الأمراض المنقولة جنسيا تبقى غير مرعبة مثل الأمراض المعروفة بخطرورها من قبيل السيدا، غير أنها تشكل أحد أكبر الأسباب شيوعا للمرض بالعالم. وتجاوز آثارها وانعكاساتها أبعد من عدم الراحة البدنية والنفسية عند الأشخاص، الذين يعانون منها، خاصة النساء منهم.

■ تعتبر الأمراض المنقولة جنسيا، التي بلغ عدد المصابين بها حوالي 374000 حالة إصابة، كما أعلن عن ذلك سنة 2005، منها 77 في المائة لدى النساء اللواتي يتراوح سنهن ما بين 15 و 24 سنة، مشكلا للصحة العمومية. ورغم حدة انتشار هذه الأمراض المعروفة بخطرورها، يظل تحسيس العموم بهذا النوع من التهديد الصحي محصورا. «لالة فاطمة» التقت البروفسور عبد الحق السقاط، أخصائي في الأمراض الجلدية والتناسلية، للحديث عن هذه الأمراض، ومدى خطورتها وتكلفة علاجها.

ماهي الأمراض المنقولة جنسيا؟

هي أمراض معدية تنتقل من شخص مصاب إلى شخص سليم عن طريق العلاقات الجنسية، وتقوم جرثومات وبكتيريا وطفيليات بالتسبب في هذه الأمراض. علما أن هذه الأمراض لازالت تعاني التهميش باعتبارها من الطابوهات. وبالرغم من كون هذه الأمراض الجنسية التقليدية لا تسبب الوفاة، فهي سبب مباشر في الإعاقة. مع ضرورة الإشارة إلى أن السيدا ليست المرض الجنسي الوحيد، وإنما هناك أمراض جنسية تقليدية تعرف انتشارا كبيرا.

ماهي هذه الأمراض الجنسية التقليدية؟

هناك النوار، السيلان، قرحة العضو التناسلي، التولال الذي قد يكون سببا مباشرا في سرطان عنق الرحم عند المرأة. وتشترك جميع هذه الأمراض في أنها تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي، ولها أعراض متشابهة كالإفرازات التناسلية والألم أثناء التبول، وتورم والتهاب الأعضاء التناسلية.

ما هي الانعكاسات الصحية لهذه

الأكياس المرافقة للحمل سرعان ما تختفي وليست لها أضرار جانبية

بشرى دراج



الدكتور عمر الصفريوي
اختصاصي في أمراض النساء
والتوليد

■ تعاني معظم السيدات من مشاكل صحية، خلال فترة الحمل، وتعتبر ظهور الأكياس المرافقة للحمل إحدى هذه المشاكل، فما هي طبيعة هذه الأكياس؟ وهل تشكل خطرا على الحامل؟ وهل الوضع يتطلب معاملة خاصة أم الأمر عادي؟ هذا ما سنجيب عنه من خلال لقائنا بالدكتور عمر الصفريوي، اختصاصي في أمراض النساء والتوليد.

ما هي طبيعة الأكياس الموجودة برحم المرأة الحامل؟

إن الأكياس المرافقة لفترة الحمل هي عبارة عن أكياس طبيعية بنسبة 90 في المائة، وهي تظهر نتيجة لفائض صغير في نشاط المبيض. وتشخيصها يتم عبر رؤيتها على جهاز الموجات فوق صوتية في فترات الحمل الأولى.

هل هذا يعني أن دورها إيجابي؟

نعم، هذه الأكياس تفرز هرمونات تعمل على الحفاظ على الجنين. وليست لها أية سلبيات أو أضرار جانبية، وهي غالبا ما تختفي لوحدها خلال الأسابيع الأولى من الحمل.

متى يمكن للمرأة الحامل أن تتخوف من وجود هذه الأكياس؟

يمكن للمرأة الحامل أن تتخوف من وجود هذه الأكياس، إلا في حالة واحدة، وهي عند الزيادة في حجمها، وهذه الحالة استثنائية. إذ غالبا، وكما سبقت الإشارة، يختفي الكيس في الثلاثة أشهر الأولى.

غالبا ما تشتكي المرأة من آلام في حال وجود كيس مع الجنين؟

نعم تشتكي المرأة الحامل، والتي تعاني من وجود كيس أو كيسين، من الألم، وهي عادية ولا تثير القلق. لكن في المقابل قد تسبب بعض أنواع الأكياس بآلام شديدة، في هذه الحالة يصف الطبيب الاختصاصي بعض الأدوية المهدئة للآلام.

هل هذا الوضع يتطلب تعاملًا خاصًا من طرف المرأة؟

أبدا، وإنما يجب عليها أن تتصرف بشكل عادي. وبالرغم من أن هذا الكيس يختفي عادة من تلقاء نفسه في غضون بضعة أسابيع، إلا أنه يمكن أن ينمو ويسبب نزيفا داخليا متسببا ألم الحوض أو البطن.