# صناع المستقبل

العدد الثامن السنة الثامنة والثلاثون - أبريل 2020

يهلّ علينا وسط حرب ضارية مع فيروس «كورونا»

## شهر رمضان.. ظروف مختلفة ونفوس مشتاقة للعبادات

# الافتتاحية

## ملائكة الرحمة .. تقدير واجب

تعددت النداءات والدعوات طوال سنوات سابقة لاجتذاب واستقطاب أبناء الوطن من الطلاب والطالبات للالتحاق بدراسة تخصص التمريض بإحدى رافديه الكبيرين بالكويت كلية ومعهد التمريض بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، وتعددت كذلك النداءات والمطالبات بضرورة تغيير النظرة المجتمعية لممارسي هذه المهنة من ملائكة الرحمة، وشاءت إرادة الله خلال الفترة الأخيرة، وفي ظل مواجهة انتشار جائحة فيروس كورونا المستجد أن تتجاوز هذه الدعوات حدود الوطن، وأن تطلق كافة دول العالم نداءاتها بضرورة تعزيز هذه المهنة الإنسانية النبيلة، وأن تعلن منظمة الصحة العالمية حاجة دول العالم لما لا يقل عن ستة ملايين وظيفة من ممارسي مهنة التمريض لسد العجز الواضح والكبير في الرعاية الصحية المقدمة من ملائكة الرحمة للمرضى في كافة بقاع العالم.

ولا شك أن آمالنا وأمنياتنا تتعلق بعد الدعاء والابتهال لله -سبحانه وتعالى- أن يرفع عنا هذا الوباء، وأن تنجح دولتنا الحبيبة في تجاوز هذه الفترة العصيبة، تتعلق بجهود أبنائنا في الصفوف الأمامية كل في موقعه، ويتقدمهم أصحاب الرداء الأبيض من ملائكة الرحمة الذين آلوا على أنفسهم مهمة الدفاع والرعاية والوقاية عن أبناء هذه الأرض الطيبة من المواطنين والمقيمين.

نسأل الله تعالى أن تكون النظرة المجتمعية لممارسي مهنة التمريض قد تغيرت تماماً بعدما تبين للجميع مدى حاجة الوطن إلى جهودهم وتقدير العالم أجمع لأبناء هذه المهنة النبيلة التي تشهد مخرجاتنا منها ندرة لا تليق بهذا الوطن المعطاء، وطن الإنسانية الذي يمد يد العون للجميع في كافة بقاع العالم، وفي مشارق الأرض ومغاربها، ومن غير المقبول أن تظل هناك حاجة في القطاع الصحي بدولتنا الحبيبة لمزيد من المخرجات من ممارسي مهنة التمريض، وأن يستمر العزوف عن دراسة هذه المهنة النبيلة من أبناء وبنات الوطن، خاصة وأن الدولة لم تبخل يوماً على تقديم الدعم اللا محدود للراغبين في دراسة التمريض، وتقديم المكافآت التشجيعية لهم طوال فترة دراستهم، بل وتضمن لهم الوظيفة المناسبة في مجالهم الدراسي والتعليمي.

صناع المستقبل

# صناع المستقبل

العدد الثامن - السنة الثامنة والثلاثون- أبريل 2020

إعلامية شهرية يصدرها مكتب العلاقات العامة والإعلام - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب



رئيس التحرير

**د. علي فهد المضف**

مدير التحرير

**سهام العنزي**

نائب مدير التحرير

**شيخة العازمي**

سكرتير التحرير

**حسام الشيخ**

أسرة التحرير

**عباس لاري**

**أبرار العلي**

**مريم الصراف**

التصحيح اللغوي

**محمود عبدالله**



هواتف المجلة

Tel: 24630542

المراسلات: الكويت ص.ب 23176 الصفاة.

الرمز البريدي: 13092

prmo_hnj@paaet.edu.kw

futuremakers.m@gmail.com

prmo_paaet



المقالات التي تنشرها «صناع المستقبل» تعبر عن وجهة نظر كتاب المقالات ولاتعكس بالضرورة آراء المجلة ومواقفها



4

## د. الأستاذ: لدى «التطبيقي» خطة واضحة لتبني عملية التعليم الإلكتروني

8

## د. الفجام: حريصون على توفير جميع المتطلبات اللازمة للوقاية من «كورونا»

38

## رب ضارة نافعة.. «الأرض» تتعافى والفضل لـ «كورونا»

افتتاحية العدد الثامن..
ملائكة الرحمة .. تقدير واجب 1

د. العليمي: بالشدائد منح وعطايا كبرى
أهمها التقرب من الله 14

«المطيري»: أزمة «كورونا» أوضحت أهمية
«التمريض» ومكانتها 18

«إطلالة» .. شيخة العازمي 23

10 أوبئة .. غيرت مجرى التاريخ البشري 24

د. عايد العجمي:
الاعتقاد بـ«نظرية المؤامرة» قد يقلل من
جدية الفرد في الالتزام بتوجيهات الدولة 28

شهر رمضان.. نفوس مشتاقة للعبادات 32

أكـد أن الهيئة تسعى إلى توفير منصات تعليمية أكثر تطوراً

نائب المدير العام للخدمات الأكاديمية المساندة

## د. الأستاذ لـ صناع المستقبل :

# لدى «التطبيقي» خطة واضحة لتبني عملية التعليم الإلكتروني

**برز التعليم الإلكتروني ، أو كما يطلق عليه التعليم عن بعد في الأزمة الأخيرة التي ضربت العالم جراء ظهور فيروس كورونا ، وبدا واضحاً الحاجة إليه في جميع المؤسسات التعليمية ، وقد سعت الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب إلى تبني خطة للتعليم الإلكتروني تكون مرتكزاً لها حتى بعد زوال الأزمة إن شاء الله ، وللحديث عن هذه الخطة التقت «صناع المستقبل» نائب المدير العام للخدمات الأكاديمية المساندة بالهيئة ليحدثنا عن هذه الخطة ..فإلى تفاصيل اللقاء ...**

# • وباء كورونا المستجد جعل هذه التكنولوجيا ذات أهمية كبيرة

**المنصة الإلكترونية**

**• ما هو مشروع تبني منصة التعليم الإلكتروني في الوقت الحاضر وما هو الهدف منه؟**

- الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب قطعت شوطاً كبيراً وخلال العديد من السنوات في خلق مبادرات متميزة في مجال التعليم الإلكتروني، وتبني العديد من المنصات الخاصة بالتعليم الإلكتروني، حيث انطلقت منصة التعليم الإلكتروني مودلMoodle في نهاية سنة 2015، وكذلك تطبيق الأوفيس 365 «Office 365» على الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب سنة 2016، وكان أكبر تطبيق لعدد يتجاوز ستين ألف مشترك. بالإضافة إلى ذلك تم ربط هذه الأنظمة بشبكة الهيئة ودمجها مع الأنظمة الأخرى كأنظمة التسجيل وغيرها. هذه المنظومة مكنت أعضاء هيئة التدريس من وجود بيئة متجانسة للاستخدام كمنصات مساعدة للعملية التدريسية والتدريبية. إلا أن التفاعل كان متواضعاً على الرغم من الزيادة الطفيفة كل سنة. كانت هناك عدة أسباب من أهمها فقر هذه المنصات للمعلومات الكافية والمستمرة للمقررات الدراسية، وذلك يجعل على عاتق عضو هيئة التدريس والتدريب الكثير من المجهود في توفير الموارد الكافية للمقررات الدراسية أو التدريبية.

وفي الوقت الحاضر ومع الوضع الحالي لوباء كورونا، جعلت هذه التكنولوجيا ذات أهمية كبيرة في الدفع بالعملية التعليمية و إثراء المتعلمين بالموارد التعليمية المختلفة والمتنوعة التي تساعد الأستاذ والطالب في الاستمرار بالعملية التعليمية وفق الضوابط التعليمية والتربوية والجودة المطلوبة وفق الظروف المستجدة.

والأزمة الحالية أعطتنا فرصة لكي نفكر بالتعليم وطريقة التعليم بطريقة مختلفة تراعي استمرارية التعليم في كل الظروف وهذا ينطبق ليس فقط بالأزمات، ولكن حتى بالظروف الاعتيادية حتى نستطيع أن نعطي فرصاً تعليمية متساوية لجميع المتعلمين، ومهما كانت ظروفهم الصحية أو الاجتماعية أو غيرها.

والمشروع القائم حاليا هو تجميع المحتوى التعليمي والتدريبي للمقررات

الدراسية وهذا سوف يساهم في إثراء العملية التعليمية متى ما استؤنفت.

بالإضافة إلى ذلك جار إعداد خطط تدريبية لأعضاء هيئتي التدريس والتدريب وكذلك الطلبة وسوف يتم إطلاقها في القريب العاجل مما يزيد معرفتهم بأنظمة التعليم الإلكتروني وكيفية استخدامها.

**أزمة «كورونا»**

**● هل مشروع منصة التعليم الإلكتروني «مودل Moodle» كان فعالاً في السنوات الماضية؟**

– في السنوات السابقة و في الظروف العادية نسبة الاستخدام كانت متواضعة، ولها عدة أسباب لكنها بين سنة وأخرى في زيادة طفيفة. وذلك لعدة أسباب تم ذكرها مسبقا. وعلى الرغم من أن الهيئة سعت لعمل إستراتيجية سنة 2014 للتعليم الإلكتروني و أدارها أساتذة متخصصون ومتميزون الا أن الكيان اللازم لتفعيل هذه الإستراتيجية، وهو مركز التعليم الإلكتروني لم تتم الموافقة عليه من قبل الجهات المختصة خارج الهيئة مما أثر سلبا على تنفيذ هذا المشروع بكامل طاقته، وحسب الخطة الموضوعة. وربما كارثة أزمة كورونا (Covid-19)أعطت فرصة لنا جميعا لنرى بوضوح أهمية هذه المنصة وأهمية استخدامها ليس في حال الكوارث فقط، بل وحتى بالظروف الاعتيادية.

**الأكثر تطوراً**

**● كيف يمكن تسيير مشروع التعليم الإلكتروني؟ «مودل Moodle» ليوائم متطلبات كليات ومعاهد الهيئة؟**

منصة التعليم الإلكتروني مودل Moodle هي منصة عالمية تستخدم بواسطة العديد من الجامعات المتميزة. وبربطه حاليا مع Office 365 سوف يتكاملون بطريقة تحقق جميع طلبات المستخدمين، والهيئة لا تقف عند هذا الحد فقط، ولكن تسعى إلى توفير منصات تعليمية أكثر تطورا، وتحقق متطلبات مستخدمو الهيئة. بالإضافة إلى ذلك نسعى إلى تطوير وعمل محتوى لمقررات وبرامج الهيئة مما يساهم بشكل فعال في زيادة استخدام هذه المنصات. أخيرا بعد تجهيز وتمكين المؤسسة التعليمية من توفير البيئة المناسبة لاستخدام التعليم الإلكتروني سوف يتم وضع التشريعات الملائمة لتحقيق أعلى عائد من هذا التعليم.

**خطة إستراتيجية**

**• هناك رؤية واضحة للهيئة لتبني عملية التعليم الإلكتروني؟**

لدى الهيئة رؤى واضحة عبر الخطة الإستراتيجية، وكذلك رؤية قطاع الخدمات الأكاديمية المساندة، الخاصة بهذا المجال، ولا يخفى على أحد أن لنجاح استخدام هذه التكنولوجيا هناك محددات مختلفة نسعى إلى توفيرها في أسرع وقت ممكن لنساهم في صعود الهيئة إلى ركب التعليم الإلكتروني بشكل متميز. وجار عمل الشراكات اللازمة مع جهات مختلفة بهدف الاستفادة من الخبرات، بل وتعدى ذلك إلى مساهمة بعض الجهات بشراكة قد تعطي دفعة متميزة للتعليم الإلكتروني بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب.

**• المشروع القائم هو تجميع المحتوى التعليمي والتدريبي للمقررات الدراسية**

**• جار عمل الشراكات اللازمة مع جهات مختلفة بهدف الاستفادة من الخبرات**

أكد أن مدير عام الهيئة وجّه بعدم تأخير الأمور المالية للجميع

نائب المدير العام للشؤون الإدارية والمالية بالإنابة

# د.الفجام: حريصون على توفير جميع المتطلبات اللازمة للوقاية من "كورونا"

**خلال فترة التوقف عن العمل وتعطيل الوزارات والمؤسسات الحكومية بسبب أزمة تفشي فيروس كورونا المستجد، قامت مجلة «صناع المستقبل» بإجراء لقاء مع أحد الجنود الذين شغلوا الصفوف الأمامية في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب خلال هذه الأزمة، نائب المدير العام للشؤون الإدارية والمالية بالإنابة السيد الدكتور حسن الفجام، الذي كان في تواصل مباشر مع جميع الإدارات العاملة خلال فترة توقف العمل، يتحدث في السطور التالية عن أهم الأعمال التي تم إنجازها خلال هذه الفترة.**

## مواكبة الأحداث

أوضح د.الفجام أنه منذ بداية صدور قرار مجلس الوزراء بتعطيل جميع الوزارات والهيئات والمؤسسات - واعتبارها أيام عطلة رسمية، وذلك احترازيا للحد من انتشار فيروس كورونا، تم عقد عدة اجتماعات برئاسة السيد الدكتور المدير العام الدكتور علي المضف وأكد خلال هذه الاجتماعات على الحرص على الكثير من الأمور في جميع قطاعات الهيئة، وكان من ضمنها ما يتعلق بقطاع الشؤون الإدارية والمالية.

وبين د. الفجام أن الإدارات التي عملت أثناء العطلة كثيرة هي إدارة الشؤون المالية، وإدارة التوريدات، وإدارة الخدمات العامة، وإدارة الشؤون الهندسية، مركز تقنية المعلومات والحاسب الآلي، إدارة الشؤون الإدارية وعمادة شؤون الطلبة، كما قامت عمادة شؤون الطلبة بعملية إعداد كشوف إعانات الطلبة الكويتيين والمنح.

## عظيم الشكر والامتنان

وتقدم الدكتور الفجام بعظيم الشكر والامتنان لجميع الموظفين والموظفات الذين حضروا وعملوا أثناء العطلة ومازالوا يعملون رغم التحذيرات التي تطلقها الجهات الصحية بالدولة بالجلوس في المنزل والمخاطر التي من الممكن أن تحدث -لا سمح الله- لهم في هذه الأزمة، كما خص الدكتور الفجام بالشكر بعض العاملين في إدارة الشؤون الإدارية، وهم مراقب الإدارة أ. تهاني العبد الله، ورئيسة قسم العاملين أ.رقية عبد السلام، كل من أ.لميس عبد المقصود، وإشراق فاروق، وذلك لحرصهم على إدخال جميع تقاييم موظفي الهيئة البالغ عددهم 2300 موظف تقريبا، والانتهاء منه، حرصا منهم على عدم تأخير الترقية

- **أتقدم بالشكر لإدارة الخدمات العامة على سرعة إنجاز عملية تعقيم مرافق الهيئة**

- **عمادة شؤون الطلبة قامت بعملية إعداد كشوف إعانات الطلبة أثناء العطلة**

- **تم تطهير القاعات والمختبرات بكليات ومعاهد الهيئة لاستقبال الطلبة في أي وقت**

# • م. العجمي: "الخدمات العامة" كان لها دور مهم في تعقيم سكن طلبة المنح

بالاختيار والأعمال الممتازة.

وأكد الدكتور الفجام أن توجيهات السيد المدير العام ونائب القطاع مهندس حجرف الحجرف - الذي كان على اتصال مباشر معنا - هي عدم تأخير الأمور المالية سواء كانت رواتب لموظفي الهيئة وكذلك رواتب وأجور العمالة "على سبيل المثال الأمن، والسفرجية، والتنظيف، والزراعيين وغيرهم"، وذلك من خلال صرف دفعات الشركات المتعاقدة مع الهيئة، وبالفعل تم الاتفاق على عمل لجنة تتكون من نائب المدير العام للشؤون الإدارية والمالية بالإنابة ومدير الإدارة المالية، ومساعد المدير العام للإنشاءات الهندسية، ومدير إدارة التوريدات، ومدير إدارة الخدمات، ومدير إدارة الشؤون الهندسية والصيانة، ومدير مركز نظم المعلومات والحاسب الآلي، وذلك للتنسيق في ما بينهم للانتهاء من جميع المطالبات المالية للشركات، وبالفعل تم عمل جميع المراسلات الخاصة المتعلقة بالأمور المالية من مزاولات عمال الشركات من قبل الإدارات المعنية، وتم إرسال استمارات الصرف للشركات من قبل الإدارة المالية للبنك المركزي، وتم إرسال استمارات الصرف للشركات من قبل الإدارة المالية للبنك المركزي، مقدما الشكر للإدارة المالية و على رأسها مدير الإدارة أ.سعاد غانم و رئيس قسم الرواتب أ. فوزية الكندري و العاملين لمتابعة عملية صرف المستحقات و الرواتب في الموعد المحدد.

## إجراءات احترازية

وعن الإنجازات التي تحققت خلال فترة تعطيل الأعمال أكد الدكتور الفجام أنه منذ بداية التحذيرات من انتشار فيروس كورونا المستجد، كانت الإدارة العليا بالهيئة حريصة جدا على صحة منتسبيها، وجميع العاملين فيها من موظفين وطلبة، وتم الاتصال والتنسيق مع الوكيل المساعد بوزارة الصحة الدكتور عبد الله البدر الذي قام مشكورًا بتزويد الهيئة قبل الدوام بالمواد اللازمة من مطهرات لتعقيم اليدين، وتم توزيعها وتركيبها بكل إدارات الهيئة سواء بديوان عام الهيئة في الشويخ أو الإدارات المتواجدة في العديلية وغيرها، وتم تعقيم مكاتب الموظفين ودورات المياه والمطابخ وتزويد العمال بالقفازات والكمامات.

أما بالنسبة للكليات والمعاهد فتم تعقيم القاعات والمختبرات وغيرها لاستقبال الطلاب والطالبات.

وتقدم بالشكر لإدارة الخدمات العامة على سرعة إنجاز عملية تعقيم مرافق الهيئة، حيث تم التعاقد مع أحد الشركات لتزويد الهيئة بمعقمات يدين تغطي كليات ومعاهد الهيئة، وتم تسلم المعقمات

# • قمنا بالتعاون مع "الهلال الأحمر" بتوزيع نحو 2500 سلة غذائية على العاملين

وتخزينها استعدادًا لتركيبها بالكليات والمعاهد، كذلك وتم استقبال عدد من العروض من قبل عدد من الشركات لما يخص توفير القفازات والمستلزمات الضرورية لهذه المرحلة حرصا على سلامة أبنائنا الطلاب والطالبات والهيئة التدريسية والتدريبية.

### شكراً "صناع المستقبل"

وخلال اللقاء تقدم الدكتور الفجام بالشكر الجزيل لأسرة "صناع المستقبل" على حرصهم على إظهار العمل الدؤوب الذي يقوم به منتسبو الهيئة في هذه الظروف الصعبة التي يمر بها العالم أجمع، سائلا الله العزيز القدير أن يرفع عن الكويت وسائر بلاد العالم هذا البلاء، وأن يحفظ جميع من يسكن الكويت من المواطنين والمقيمين.

**كما التقت مجلة «صناع المستقبل» بمديري عدد من الإدارات التي شاركت في إنجاز الأعمال والمهام بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب خلال فترة تعطيل العمل، نستعرضها فيما يلي:**

### لجنة الطوارئ

• من جانبه أوضح مدير إدارة الخدمات العامة م.فنيس العجمي أن الإدارة كانت من ضمن لجنة الطوارئ التي شكلتها الإدارة العليا، حيث اختصت مهامها خلال الأزمة على توفير المعقمات لجميع الإدارات بالإضافة إلى جميع الوسائل الوقائية، كما قامت إدارة الخدمات بتعقيم جميع مرافق الهيئة من إدارات وكليات ومعاهد.

وأكد م. العجمي أن الإدارة كان لها دور مهم في عملية تعقيم السكن الخاص بطلبة المنح وتوفير جميع وسائل الوقاية لهم، بالإضافة إلى توفير وسائل المواصلات الخاصة بهم لحالات الضرورة، مبيناً أن الإدارة شددت على تطبيق معايير الأمن والسلامة على جميع العاملين خلال فترة الإجازة التي منحتها الحكومة لجميع موظفي الدولة، وذلك من خلال تطبيق نظريات التباعد الاجتماعي بين موظفي

# • م. العوضي : قمنا بفرض إجراءات نظافة وتعقيم صارمة للاحتراز من "كوفيد 19"

الإدارة وموظفي الشركات الخاصة العاملة في الهيئة.

وأشار م. العجمي إلى قيام إدارة الخدمات بالتعاون مع جمعية الهلال الأحمر بتوزيع ما يقارب من 2500 سلة غذائية على العاملين في الهيئة من عمال النظافة والسفرجية وموظفي الأمن، مؤكدا أن الإدارة مستعدة لأي عمل إضافي قادم، وأن الجميع مستعد لخدمة الوطن بشكل عام والهيئة بشكل خاص.

## إجراءات صارمة

• بدوره أكد مدير إدارة الشؤون الهندسية والصيانة م. فريد العوضي أنه منذ اليوم الأول من بداية ظهور فيروس كورونا المستجد بالبلاد قامت الإدارة باتخاذ التدابير اللازمة لمواجهة مثل هذه الحالات للحد من تأثير الجائحة، حيث قامت الإدارة بفرض إجراءات نظافة صارمة على عمال عقود الهيئة ومتابعة درجات حرارة جميع العاملين صباح يوم العمل وتدوينها في جداول متابعة،كما تم التوجيه والتأكيد على جميع العاملين بضرورة إتباع جميع توجيهات وزارات الدولة المعنية للحد من انتشار الفيروس، خاصة النظافة الشخصية، والتباعد الاجتماعي، وقد قامت الشركات مشكورة بذلك من واقع حسها بالمسؤولية الاجتماعية دون الحاجة إلي توجيهها تحت طائلة العقاب والمحاسبة.

وأشار م.العوضي إلى أن الإدارة عملت على تنظيف شامل ودقيق لأجهزة التكييف والفلاتر الخاصة بها للحصول على أعلى درجات جودة الهواء الداخلي لمباني الهيئة حسب المعايير الكويتية والعالمية لجودة الهواء الداخلي، كما

قامت أيضا بعمل صيانة وتعقيم شامل لجميع حمامات السباحة في جميع مرافق الهيئة حتى لا تكون بؤرة لنمو الجراثيم وانتشار الفيروسات، وتم استبدال مياه تلك المسابح بمياه نظيفة تمر بمراحل

# • حسين: "تقنية المعلومات" حرص على عدم توقف الخدمات تحت أي ظرف

## • المركز قدم الدورات المجانية لشرح طريقة التعليم الإلكتروني للراغبين في ذلك

تعقيم وتنقية متعددة، وذلك من ضمن استعدادات الإدارة لاستقبال الطلاب والطالبات عند العودة إلى الدراسة ، وعودة الحياة لوضعها الطبيعي -بفضل الله- ثم بقيادتها الحكيمة وبجهود أبنائها المخلصين.

وأوضح م.العوضي أن الإدارة حرصت على تطبيق توجيهات نائب المدير العام للشؤون الإدارية والمالية بمتابعة صرف دفعات عقود الصيانة سواء كانت مدنية أو ميكانيكية أو كهربائية، وهي عقود خدمية لجميع مرافق الهيئة الهندسية وقام كل من مراقبي الإدارة المهندس عيسي الستلان، والدكتور فلاح الهاجري بالتواجد مع مدير الإدارة، ومحاسب الإدارة الأستاذة إيمان الصامولي، وبعض مهندسي الإدارة للتأكيد علي إنجاز الأعمال المطلوبة بصفة شخصية مع كل من إدارة التوريدات،وإدارة الشؤون المالية، وتم إنجاز ما سبق بنفس وتيرة السنوات السابقة و-لله الحمد-.

### مستمرون رغم الظروف

• من جهته أكد مدير مركز تقنية المعلومات والحاسب الآلي أ. علي حسين أن المركز حرص على عدم توقف الخدمات في أي ظرف من الظروف الطارئة، فقامت إدارة المركز بوضع حلول منذ بداية الأزمة حيث لم تتوقف أي خدمة من الخدمات التي كان يقدمها المركز لجميع منتسبي الهيئة سواء كانوا من أعضاء هيئتي التدريس والتدريب أو إداريي الهيئة أو الطلاب والطالبات، موضحا أن من أهم الأمور التي قام المركز بتفعيلها على موقع الهيئة الإلكتروني هو نظام الإعانة الاجتماعية للطلبة، حيث يمكن من خلال هذا النظام أن يقوم الطلبة بعمل طلب للإعانة دون الحاجة لمراجعة عمادة شؤون الطلبة شخصيا، مبينا أنه سيتم قريبا تفعيل نظام إعادة القيد والتخصص النادر على موقع الهيئة الإلكتروني، وذلك بالتعاون مع عمادة شؤون الطلبة.

كما أشار أ. حسين إلى أن المركز حرص على تقديم الدورات المجانية لشرح طريقة التعليم الإلكتروني للكليات والمعاهد والأقسام العلمية الراغبة في شرح المواد العلمية عن طريق التعليم عن بعد، مبينا أن المركز قام بتفعيل برنامج "تيمز" الذي يسهل من عملية تواصل الطلبة مع أعضاء هيئتي التدريس والتدريب.

### خدمة العملاء

وأفاد أ. حسين بأنه تم إنشاء مركز خدمة العملاء من خلال برنامج "واتساب" وذلك لحل أي مشكلة تقنية قد تواجه أعضاء هيئتي التدريس والتدريب، مؤكداً أن كل منتسبي الهيئة حاليا يمكنهم تأدية أعمالهم اليومية عن بعد من خلال الموقع الرسمي الإلكتروني للهيئة.

كما أكد أ. حسين أنه تم إنجاز العديد من الأمور المهمة خلال فترة تعطيل العمل، وكان أبرزها البوابة الرئيسية الجديدة للهيئة على الإنترنت، وكذلك نظام القبول الجديد، وهما جاهزان لبدء العمل بهما، مشيرا إلى أن المركز يعمل حاليا على إنشاء بنك لمعلومات الهيئة وهو أحد المشاريع الضخمة التي تتطلب جهداً ووقتا كبيرين.

وأوضح أ. حسين أن المركز استمر بعمله اليومي المعتاد في تفعيل الموقع الإلكتروني أولا بأول من خلال إدراج أخبار الهيئة اليومية والإعلانات الخاصة بالطلبة، والعاملين بالهيئة بالإضافة إلى إرسال الإعلانات المهمة عن طريق البريد الإلكتروني لجميع منتسبي الهيئة، مؤكدا أن المركز لن يألو جهدا في القيام بدوره والمهام المنوطة به من أجل خدمة الوطن بشكل عام والهيئة بشكل خاص، متمنيا أن تنتهي هذه الأزمة على خير، وأن تعود الأمور إلى نصابها، وأن تكلل الجهود التي قام بها المركز بالنجاح.

أكد أن البيئة الأسرية السليمة نستطيع أن نرى ثمارها بالمجتمع

# د.العليمي لـ « صناع المستقبل »: بالشدائد منح وعطايا كبرى أهمها التقرب من اللّه

رغم الشدائد والمحن التي يمر بها الإنسان التي بدورها تكدر نفسه وتعكر صفوه إلا أنه لا بد من وجود جانب إيجابي لها، مع أزمة كورونا التي نعيشها هذه الأيام وما فيها من بلاء إلا أن كسبنا الكثير من النعم منها تذكر الله و اللجوء إليه، وتعليم الأبناء خدمة الوطن، ومد يد العون للمحتاجين، كما ظهرت الأولويات الحقيقية للإنسان، والتي يكون بغفلة عنها بالسابق كالدين ، الصحة والعافية، وحب الأسرة التي تعتبر اللبنة الأساسية بالمجتمع، إذا صلحت صلح المجتمع وتطور، لذا نرى حرص ديننا الإسلامي على إبراز مكانة الأسرة، ووضع أسس وقواعد للتربية، وألزم الأب والأم بتربية الأبناء وغرس فيهم الصفات والمبادئ الحميدة لأنهم من أجل نعم الله، وزينة الحياة الدنيا وبهجتها التي لا تكتمل إلا بصالحهم و حسن خلقهم، كان لنا هذا اللقاء مع الدكتور راشد العليمي من كلية التربية الأساسية ليحدثنا عن كيفية تعامل الوالدين مع الأبناء خلال الأزمات، و أهمية دور الأسرة بالمجتمع فإلى تفاصيل اللقاء...

# - يجب أن يشجع الأب الأبناء الكبار على الالتحاق بالأعمال الخيرية

**اختبار للبشرية**

**● يشهد العالم اليوم بلاء..برأيك ما هي الأعمال التي يمكن أن يقوم بها المسلم لتخطي هذا البلاء؟**

- لا يخفى على الجميع ليس فقط بالكويت إنما بالعالم أجمع وجود بلاء ووباء واختبار للبشرية، وهذا الأمر يختلف التعامل معه ما بين الإنسان المسلم وغير المسلم، إن المسلم يعلم أن كل ما ينزل عليه هو من قضاء الله وقدره، كما يعلم أن ما أصابه لم يكون ليخطئه وإن ما أخطأه لم يكن ليصيبه، وأيضاً يتعلم المسلم من شريعة الله الرضا بقضاء الله وقدره، فالله كل ما يقدره على عبيده سواء مسلمون أو كفار ما به إلا موعظة واختبار وانتباه لترك الغفلة، وإن هذه الابتلاءات عندما تنزل على الإنسان تصيبه ببعض الخوف، وبهذه الأمور يرجع إلى الله، لذا على المسلم الرضا بقضاء الله وقدره والصبر لأنه يعلم تماماً أن هناك بشارات بعد الرضا والدعاء كما قال تعالى في كتابه " إن مع العسر يسرا ".. إن المسلم عندما يحل به البلاء يتعامل معه بما يحبه الله ويرضى أي يعطيه الله ما يحب، فعليه بالدعاء والصبر وفعل الطاعات، حيث لا يرفع البلاء إلا بالدعاء، ولا يقبل الدعاء إلا بحسن العبادة مع الله.

**المنح من الله**

**● ما أهمية دور الأسرة في ظل الظروف التي نعيشها هذه الأيام؟**

- إن هذه الأوضاع التي نعيشها هذه الأيام أرى أنها نعمة بالرغم أن ظاهرها شر ووباء وخوف، ولكن أثناء المحن نلتمس المنح العظيمة من الله التي تحمل فيها الخير للجميع، من الأمور الطيبة التي نراها مع ما نعيشه مع انتشار الوباء وجود الأسرة مترابطة، ومتراحمة الجالسة مع بعضها البعض يجتمع الصغير مع الكبير، حيث أصبح الأب متفرغاً ومتابعاً لأمور الأبناء، والأم ملازمة لمنزلها، وراعية لأبنائها وأسرتها فهو أمر عظيم يجب عليهم أن يغتنموا الفرصة، ويجلسون مع الأبناء فهم بحاجة إلى توجيه وإرشاد الوالدين، لا نستطيع أن ننكر أن نزول

هذه المحنة منح الجميع الوقت الكافي للجلوس مع الأهل والأسرة ونكون كما قال الرسول الكريم "خيركم لأهله ".

### الناحية الإيجابية

**● برأيك هل الأزمات فرصة لتربية الأجيال القادمة ورفع مستوى الوعي لديهم؟**

- إن من فوائد هذه الأزمة وبالواقع أنا أحرص دائماً على رؤية الأمور من الناحية الإيجابية، وأتفاءل مع وجود هذه الشدة إلا أننا نرى أمراً جميلاً رائعاً، خاصة بهذا الجانب أقصد تربية الأجيال عند تربية الأبناء، عندما جلس الأب والأم بفراغ من الأعمال والأعباء الوظيفية اليومية وخلال هذه الجلسة المتكررة التي تجمع الأبناء مع الأب والأم بصلاة، وعبادة، حديث حول أوضاع البلد وما نمر به جعل الأسرة قوية وخلق طرق تواصل جديدة لا يكون فيها الأب مثل الناصح أو الواعظ إنما المعلم الذي يستمع إلى أحاديث أبنائه، ويشاركهم آراءهم، ويوجههم نحو الأعمال الخيرية والتطوعية فكل رب أسرة مسؤول في بناء المجتمع من خلال أبنائه، وأود أن أؤكد أن الأزمات هي فرصة لخلق جيل واعٍ قوي قادر كل المقدرة على تحمل المسؤولية تجاه مجتمعه ووطنه.

### العمل التطوعي

**● ما هو رأيك بانخراط أبناء الوطن بالعمل التطوعي؟**

- يجب أن يشجع الأب الأبناء ما هم فوق 20 عاماً على الالتحاق بالأعمال الخيرية، ويسرني ما أراه من تسابق أبناء الكويت للالتحاق بالأعمال الخيرية التطوعية فهو مدعاة للفخر بأبناء هذا الوطن، بالواقع إن هذه الجهود لم نشاهدها في كثير من الدول حتى على مستوى الخليج لم نشاهدها إلا في الكويت تحقيقاً لقوله تعالى " وتعانوا على البر والتقوى".. فرأينا من أبناء الكويت الهمة والسلوك الرائع، هنا أود أن أشير إلى أهمية تشجيع الوالدين لأبنائهم لتقديم المزيد من العطاء لوطنهم.

### الشهر الكريم

**● برأيك شهر رمضان هذا العام هل سنلاحظ فيه تراجع التواصل الأسري والاجتماعي، وكيف يمكننا التعامل مع ذلك؟**

-بإذن الله- سيقبل علينا رمضان، ونسأل الله أن يبلغنا الشهر الكريم بصحة وعافية في وطننا وسائر البلدان، ونحن نستمتع بالطاعات وفعل القُرُبات لله، فهو شهرٌ يجمل معه الخير والبركة وفيه ليلةٌ خيرٌ من ألف شهر، العبادة بشهر رمضان إن كانت بالمنزل فهي بنفس العبادة التي تكون بالمسجد ويجب علينا أن نلتزم بقوانين الدولة الصحية والسياسية بقفل المساجد وحظر التجمعات، كما يمكننا التواصل مع جميع الأهل والأقارب بوجود وسائل التواصل الحديثة التي سهلت علينا كثيرة حيث أصبح البعيد قريبا.

### اغتنام الشهر الفضيل

**● كيف يمكن للآباء استغلال شهر رمضان لتقريب الأبناء من الله؟**

- بشهر رمضان واجب على الآباء

**● المسلم يعلم أن كل ما ينزل عليه من خير وشر هو من قضاء الله وقدره**

**● علينا أن نلتزم بقوانين الدولة الصحية والسياسية في شهر رمضان**

**● أثناء المحن نلتمس المنح العظيمة من الله التي تحمل الخير للجميع**

توجيه الأبناء إلى طاعة الله، وحثهم على الصلاة، وقراءة القرآن يومياً، والدعاء واغتنام الأوقات الفضيلة بالعبادة بدل من السهر، كما يجب على الأسرة الحرص على الاجتماع بوجبات الفطور والسحور لخلق جو أسري طيب.

**الأبناء أمانة**

**● ما هي أهم النصائح التي تقدمها للآباء؟**

- أقول لهم أيها الأب كن عطوفاً ورحيماً على أبنائك فهم بمراحل عمرية يريدون فيها التحدث عن أمور ممكن لا يألفها الأب، فلندع لهم المجال للأبناء ليبدعوا ويبدوا آراءهم، فهم أمانة يجب أن نحافظ عليها.

# المطيري لـ: صناع المستقبل
# أزمة "كورونا" أوضحت أهمية "التمريض" ومكانتها

## أكد أن الهيئة مستعدة لتقديم الدعم الكامل لمساندة "الصحة" لمجابهة الفيروس

إن الحاجة إلى العناية التمريضية هي حاجة ملحة تعنى بالإنسانية جمعاء ، فالممرض يعتني بالفرد والعائلة والمجتمع ، وهو عضو فعال في الفريق الصحي المتكامل ، يشارك في صنع القرار الصحي ،ويساهم برسم السياسة الصحية بالدولة ، كما تختلف طبيعة عمل الممرض والممرضة عن الوظائف الأخرى من حيث عدد ساعات العمل ، والأماكن التي يتواجدون فيها ،والمرضى الذين يتعاملون معهم، لذا نرى حرص دولة الكويت على توفير الخدمات الصحية للجميع وفقاً لأرفع المستويات المعروفة عالمياً مع العمل المستمر على تطويرها والتوسع فيها ، إيماناً منها بأهمية هذه الخدمات في دفع حركة الإنتاج والتنمية ، وعند الحديث عن مهنة التمريض لابد من الإشارة إلى أحد أبرز معاهد الهيئة ، وهو معهد التمريض ، الذي يعتبر من الروافد الأساسية التي تمد سوق العمل الكويتي الحكومي والخاص بالممرضين والممرضات المدربين والمؤهلين وفق برامج تدريبية معتمدة ، ليكونوا بعدها ضمن الكوادر الطبية في المستشفيات يقدمون الخدمات التي تحتاجها الدولة، فقد رأينا مؤخراً أهمية دور الممرضين وهم جنباً إلي جنب مع الأطباء في الصفوف الأمامية لمواجهة فيروس كورونا ، متحدين جميعاً ضد المخاطر ، وبهذا السياق كان لمجلة "صناع المستقبل" لقاء مع رئيس المكتب الفني بمعهد التمريض أ.فهيد المطيري ليحدثنا عن الخدمات الطبية التي يقدمها طلبة المعهد لمساعدة الكوادر الطبية خلال أزمة كورونا ، وأهم النصائح الوقائية لأبنائنا .

# • من المِهن السامية بسبب ارتباطها بصحة الإنسان والمحافظة على حياته

**مهنة إنسانية**

**• عرفنا على مهنة التمريض؟**

- تُعتبر مهنة التمريض من المِهن السامية والإنسانية؛ بسبب ارتباطها بصحّة الإنسان، والمحافظة على حياته، وتخفيف معاناته وإحساسه بالألم، ويسمى كلّ من يعمل في هذا المهنة بملاك الرحمة؛ وذلك للدور الإنسانيّ الذي يؤديه في المراحل العلاجية المختلفة، ولكن إن أردنا تعريفا علميا للتمريض فهو عبارة عن فنّ وعلم ينتهجه الممرّض لتقديم الخدمات العلاجيّة للمجتمع للحفاظ على صحة الفرد وبقائه سليماً جسدياً وذهنياً، كما يهدف التمريض إلى مراقبة الحالة الصحية للمريض خلال رقوده على سرير الشفاء، والحدّ من المضاعفات التي قد ترافق المرض، ومما مضى نجد أن هذه المهنة تتّخذ جانبين أحدهما فنيّ، الآخر معنوي، فمهنة التمريض هي مهنة تحمل رسالة تنبعث من الحب،والعطاء،والرحمة، والسمو بالإنسان وصحته، وتقديم الخدمات الصحية التي يحتاجها، بغض النظر عن لونه أو دينه أو عرقه، فالممرض يسمو فوق كل الاعتبارات العنصرية، ويؤدي واجبه بكل أمانه وإخلاص لأن هدفه الأول هو حماية المرضى والأصحاء في المجتمع.

**دور فعال**

**• ما هي الخدمات التي يمكن للممرض أن يقدمها بظل الظروف الصحية التي تمر بها البلاد؟**

- إن الممرض والممرضة يمكن لهما تقديم العديد من الخدمات الطبية

## • المعهد سارع بتشكيل فريق أزمات بعد وصول الفيروس إلى الكويت

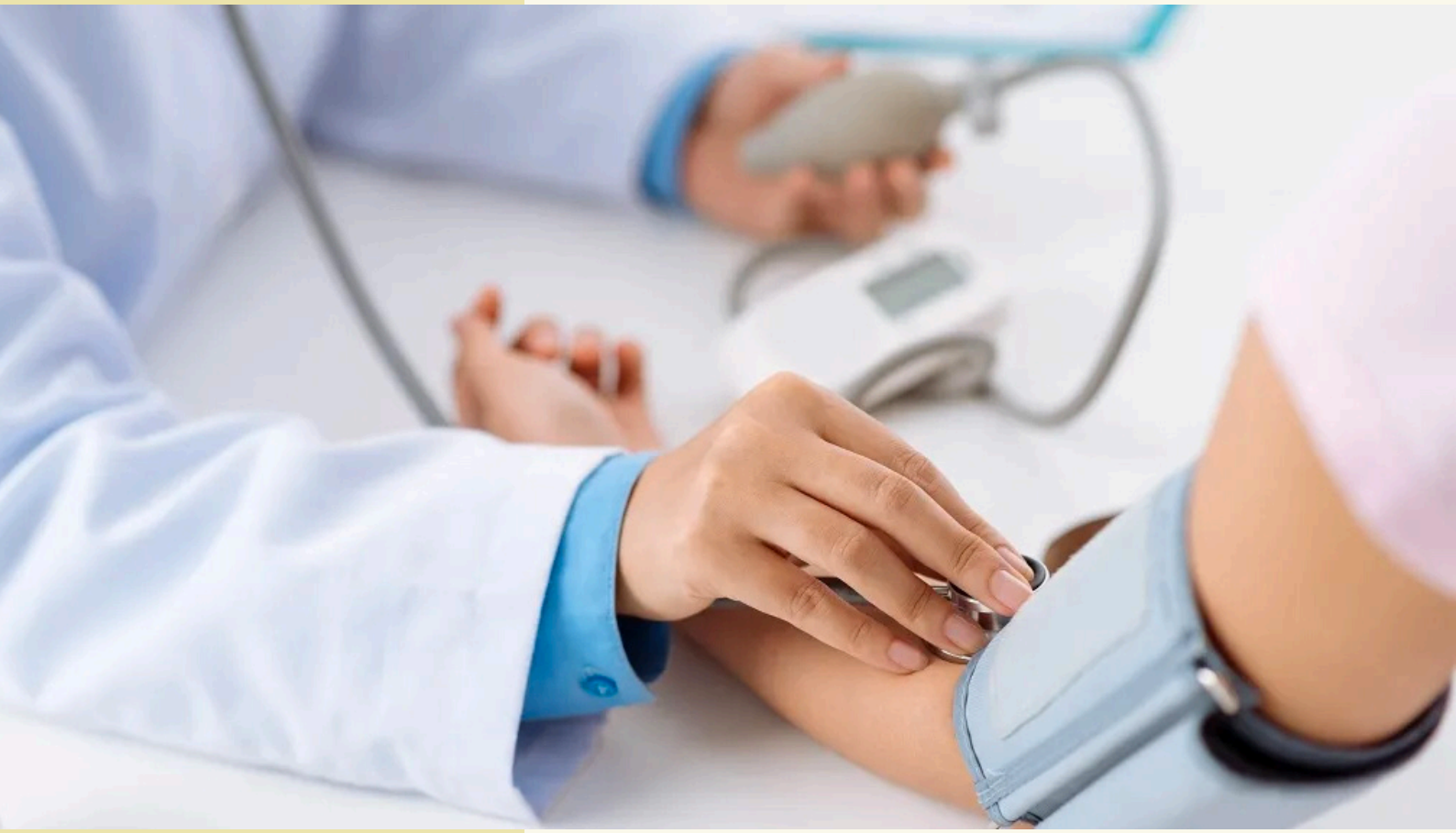
## لأصحاب الرداء الأبيض دور كبير في عملية التثقيف والتوعية الصحية

المباشرة من قياس العلامات الحيوية كالحرارة،والضغط، والتنفس، أو تقديم الرعاية العلاجية والدوائية، وفي الوقت نفسه رفع الحالة المعنوية لمصاب فيروس كورونا المستجد، وذلك نظراً للقرب الشديد والمزاملة شبه الدائمة لأفراد الهيئة التمريضية بينهم وبين مريض Covid-19، كما لا ننسى الدور الفعال لأصحاب الرداء الأبيض من الأطباء في عملية التثقيف والتوعية الصحية لكافة أفراد المجتمع الكويتي لما يتمتع به من مخزون علمي وعملي يمكنهم من إعطاء النصح والإرشاد على نحو صحيح وفعال.

**فريق أزمات**

**● ما رأيك بمبادرة طلبة معهد التمريض لمساعدة الكوادر الطبية؟ وهل يتم تدريب الطلبة على التعامل مع الأزمات التي قد تطرأ؟**

- حينما بدأت جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 بدق أبواب المجتمع الكويتي على حين غرة سارعنا في معهد التمريض بالتنسيق وتشكيل فريق أزمات لمجابهة هذه الأزمة، وكان من القرارات التي خرجنا منها تشكيل فرق عمل تطوعية مكونة من طلاب وطالبات معهد التمريض من هم على وشك التخرج حتى يكونوا سنداً لجهود وزارة الصحة في مكافحة هذا الوباء، فهم على قدر عالٍ من الكفاءة العلمية والعملية لأداء الواجبات التمريضية في الخطوط الأمامية، و-لله الحمد- فقد باركت وساندت إدارة الهيئة العليا ممثلة بمدير عام الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب الدكتور علي المضف هذا التحرك، والذي يؤكد دور الهيئة ممثلة بمعاهدها في دعم البلاد، وتزويدها بالأيدي العاملة المحترفة علمياً وعملياً، وهو الأمر الذي يتم تدريب طلبتنا عليه دائماً، ومنها كيفية التعامل مع طرق منع انتشار العدوى، واستخدام آليات وعمليات التعقيم في العملية التمريضية،



ويأتي هذا الشيء نظراً لكفاءة مدربين ومدربات معهد التمريض، وتنوع المدارس التدريبية المقدمة في معهد التمريض.

**العمل التطوعي**

**• حدثنا عن أهمية التطوع الوطني ودوره خاصة التي تمر على البلاد؟**

ساعدتْ تعاليمُ الدين الإسلامي الحنيف بشكلٍ كبير على زرع العملِ التطوعيّ في قلوب المسلمين وتشجيعهم على التآلف والتآخي، ويظهر ذلك جليّاً في العديدِ من الآيات القرآنيّة، مثل قوله تعالى في سورة البقرة: "فَمَن تَطَوَّعَ خَيْراً فَهُوَ خَيْرٌ لَّهُ" أمّا الأحاديث الشريفة التي حثت على العمل التطوعي فهي كثيرة، منها قولُه صلى الله عليه وسلم: "الإيمان بضعٌ وسبعون أو بضعٌ وستون شعبة، فأفضلُها قولُ لا إلهَ إلا الله، وأدناها إماطةُ الأذى عن الطريق، والحياءُ شعبةٌ من الإيمان"

فمن هذا المنطلق تظهر أهمية العمل التطوعي، والذي يجعل حياة الفرد ذات بعدٍ آخر؛ فمع ممارسة العمل التطوعيّ لم يعد الفرد مهتماً فقط بحاجاته الشخصيّة، بل تعدى الأمر إلى الاهتمام بشؤون الآخرين وحاجتهم أيضاً، لذلك هذه الأزمة بينت وأظهرت مدى أهمية تخصص التمريض، والذي لابد أن يزداد الاهتمام به وبمن ينوي دراسته ولابد للدولة أن تشجع من يرغب بدراسة هذا التخصص بمنحه كافة الدعوم المعنوية والمادية من حوافز ورواتب، كذلك على مسؤولي الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب أن يعاد النظر في قرار وقف التخصص النادر لطلبة معهد التمريض لما لهذا الأمر من دور كبير وفعال في جذب الطلبة والطالبات لدراسة التمريض في معهد التمريض.

**• الابتعاد عن التجمعات والازدحام مع ترك مسافة كافية للوقاية من "كورونا"**

**نصائح للوقاية**

**● ما هي أهم النصائح الوقائية التي تقدمها لأبناء الهيئة؟**

في ظل الظروف الحالية يجب اتباع الإرشادات الصحية بالابتعاد عن التجمعات والأماكن المزدحمة مع ترك مسافة كافية لا تقل عن متر عند الخروج للضرورة من المنزل، وارتداء الكمام والقفازات مع غسل اليدين جيداً وباستمرار، فكثير من الأزمات عصفت بالكويت، ولكن تم تجاوزها بتكاتف ولحمة أهلها حفظ الله الكويت وأميرها وشعبها من كل مكروه.

# إطلالة

## رمضان والظروف الاستثنائية

شيخة العازمي
نائب مدير التحرير

يهل علينا شهر رمضان المبارك هذا العام في ظل ظروف صعبة يعيشها العالم في مواجهة انتشار جائحة فيروس كورونا المستجد الذي فاجأ كافة بقاع المعمورة في بداية هذا العام ، وما زالت الجهود تتواصل شرقاً وغرباً بحثاً عن لقاح أو دواء يسهم في القضاء على هذا الفيروس أو يعالج المصابين به.

ولقد حققت دولتنا الحبيبة الكويت تقدماً ملموساً ، وحصلت على العديد من الإشادات الدولية من الجهات المعنية لجهودها في محاربة انتشار الفيروس وفحص أعداد غفيرة من المواطنين والمقيمين، متقدمة على العديد من دول العالم، وضرب المواطنون الكويتيون مثلاً عظيماً في الانتماء لهذه الأرض الطيبة حيث فاقت أعداد المتطوعين المنضمين للفرق الحكومية المتوقع ، مندفعين بحب هذا الوطن ، ورغبة منهم في الإسهام بالذود عنه من المخاطر التي تحيق به أياً كانت.

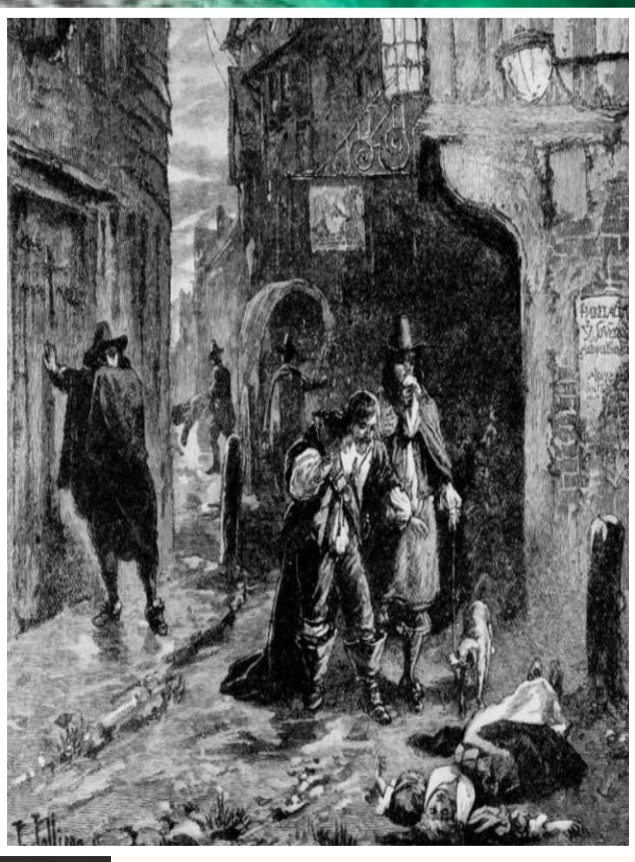
وفي ظل هذه الظروف أطل علينا الشهر الفضيل ، وما زالت الجهود مستمرة للقضاء على الفيروس ومواجهته ، وننتظر من الأخوة والأخوات المواطنين الذين يمثل لهم هذا الشهر ولنا كذلك فرصة كبيرة للتجمع والتقارب الأسري وإقامة الشعائر والاحتفالات الدينية، ننتظر منهم المشاركة الحقيقية في محاربة هذا الوباء العالمي وبقوة ، وأن يتم اتباع كافة الإرشادات الصحية والوقائية بضرورة الابتعاد عن التجمعات ، والحفاظ على التباعد الجسدي ولقد أفتى أهل العلم والدين بضرورة تجنب التجمعات الدينية في هذا الشهر الفضيل درءاً للضرر الذي من الممكن أن يصيب المسلمين في هذه الظروف الصعبة، ونسأل الله -سبحانه وتعالى- أن يتقبل منا جميعاً صيامنا وأن يستجيب لدعواتنا جميعاً بأن يحفظ بلدنا وكافة المواطنين والمقيمين من أي مكروه وسوء.

# 10 أوبئة غيرت مجرى التاريخ البشري

كشف تفشي فيروس كورونا الجديد عن نقاط ضعف في الاستجابة العالمية لتفشي الفيروسات، في ظل تزايد الإصابات المؤكدة بالفيروس، إلى جانب حالات الوفاة.

وعلى مرّ التاريخ البشري، أثّرت الأوبئة على الحضارات منذ أول تفش معروف عام 430 قبل الميلاد خلال الحرب البيلوبونيسية "بين حلفاء أثينا وحلفاء إسبرطة".

وكان للعديد من هذه الأوبئة تداعيات كبيرة على المجتمع البشري، بداية من قتل نسب كبيرة من سكان العالم، وصولا إلى جعل البشر يفكرون في أسئلة أكبر عن الحياة والوجود، في السطور التالية نستعرض أشهر 10 أوبئة غيرت مجرى التاريخ البشري وأثرت في سكان الكرة الأرضية أبلغ تأثير.



## طاعون جستنيان "541 - 750م"

في تقريره الذي نشره موقع "بيزنس إنسايدر" الأمريكي، قال الكاتب رايدر كيمبول إن تفشي الطاعون الدبلي وضع حدا لفترة حكم إمبراطور بيزنطة في القرن السادس جستنيان الأول. وقتل هذا الوباء الذي يعرف في الوقت الراهن باسم "طاعون جستنيانما" بين 30 إلى 50 مليون شخص، أي ربما ما يعادل نصف سكان العالم في ذلك الوقت.

وبحسب المصادر التقليدية، ساهم تفشي هذا الوباء في توقف الأنشطة التجارية وإضعاف الإمبراطورية، مما سمح للحضارات الأخرى باستعادة الأراضي البيزنطية في الشرق الأوسط وشمال إفريقيا وأجزاء من آسيا.

## الموت الأسود "1347 - 1351م"

ذكر الكاتب أنه بين عامي 1347 و1351، انتشر الطاعون الدبلي في جميع أنحاء أوروبا، مما أسفر عن مقتل نحو 25 مليون شخص. واستغرقت إحصائيات مستويات عدد السكان في أوروبا أكثر من 200 عام للعودة إلى مستواها قبل العام 1347. ومن المحتمل أن يكون هذا الوباء أودى بحياة أعداد أكبر في آسيا، خاصة الصين، حيث يُعتقد أنها موطن الوباء.

من بين التداعيات الأخرى لهذا الوباء الذي عُرف في وقت لاحق باسم "الموت الأسود"، كان بداية تراجع القنانة "الفلاحين في الإقطاعيات" حيث مات الكثير من الناس لدرجة أن مستوى معيشة الناجين ارتفع. وفي الواقع، ساهم ذلك في خلق المزيد من فرص العمل، وتنامي الحراك الاجتماعي ، ووقف الحروب لفترة قصيرة.

## الجدري "القرنين 15 و17"

أشار الكاتب إلى أن الأوروبيين جلبوا عددا من الأمراض الجديدة عندما وصلوا لأول مرة إلى قارتي الأمريكتين عام 1492. وكان أحد هذه الأمراض مرض الجدري، وهو مرض معدٍ قتل نحو 30% من المصابين.

وخلال هذه الفترة، أودى الجدري بحياة قرابة 20 مليون شخص، أي نحو 90% من السكان في الأمريكتين. وساعد هذا الوباء الأوروبيين على استعمار وتطوير المناطق التي تم إخلاؤها، وتغيير تاريخ القارتين.

## الكوليرا "1817 – 1823"

أشار الكاتب إلى أن وباء الكوليرا ظهر في «جيسور» بالهند، وانتشر في معظم أنحاء المنطقة ثم إلى المناطق المجاورة، وأودى بحياة الملايين قبل أن يتمكن طبيب بريطاني يدعى جون سنو من معرفة بعض المعلومات حول طرق الحد من انتشاره.

ووصفت منظمة الصحة العالمية الكوليرا -التي تصيب سنويا ما بين 1.3 و4 ملايين شخص- بأنها «الوباء المنسي» ، وقالت المنظمة إن تفشي الوباء السابع الذي بدأ عام 1961، لا يزال مستمرا حتى يومنا هذا.

ونظرا لأن عدوى الكوليرا ناتجة عن تناول طعام أو ماء ملوثين بجراثيم معينة، فقد تمكن هذا المرض من إلحاق الضرر بأغلبية ساحقة في البلدان التي تعاني من التوزيع غير العادل للثروة وتفتقر إلى التنمية الاجتماعية. وتستمر الكوليرا في تغيير العالم من خلال إلحاق الضرر بالمناطق الفقيرة، في حين أنها لا تؤثر بشكل كبير على الدول الغنية.

## الأنفلونزا الإسبانية

"1918 – 1919"

تفشت الأنفلونزا الإسبانية المعروفة أيضا باسم «وباء الأنفلونزا» عام 1918، وأصابت نحو 500 مليون شخص، وتسببت في قتل أكثر من 50 مليونا على مستوى العالم.

خلال فترة تفشي المرض، كانت الحرب العالمية الأولى على مشارف نهايتها، ولم يكن لدى السلطات المعنية بالصحة العامة الوسائل الكافية للتعامل مع الأوبئة الفيروسية، مما ساهم في تأثيرها بشكل كبير على المجتمعات. وفي السنوات التالية، ساهمت الأبحاث في فهم كيفية انتشار الوباء وطرق الوقاية منه، مما ساعد على تقليل تأثير تفشي فيروسات مشابهة للأنفلونزا بعد ذلك.

## أنفلونزا هونغ كونغ

"1968 – 1970"

أفاد الكاتب بأنه بعد مرور 50 عاما من تفشي الأنفلونزا الإسبانية ، انتشر فيروس آخر للأنفلونزا في جميع أنحاء العالم.

وتشير التقديرات إلى أن عدد الوفيات العالمية الناجمة عن هذا الفيروس بلغ نحو مليون شخص، عُشرهم في الولايات المتحدة.

وفي العام 1968، كان هذا الوباء ثالث وباء للأنفلونزا يحدث في القرن 20، بعد الأنفلونزا الإسبانية "عام 1918" والأنفلونزا الآسيوية التي انتشرت عام 1957.

ويُعتقد أن الفيروس المسؤول عن الأنفلونزا الآسيوية تطور وعاد إلى الظهور بعد 10 سنوات.

ورغم أن فيروس أنفلونزا هونغ كونغ لم يكن قاتلا مثل الأنفلونزا الإسبانية عام 1918، فإنه كان معديا بشكل استثنائي، حيث أصيب 500 ألف شخص في غضون أسبوعين من الإبلاغ عن أول حالة في هونغ كونغ. وعموما، ساعد الوباء مجتمع الصحة العالمي على فهم الدور الحيوي لعمليات التلقيح في منع تفشي المرض مستقبلا.

## المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة

"2002 – 2003"

أوضح الكاتب أن المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة تعدّ مرضا يسببه أحد فيروسات كورونا السبعة التي يمكن أن تصيب البشر، ويشبه تركيبها الوراثي تركيب فيروس كورونا الجديد بنسبة 90% تقريبا.

وفي العام 2003، أصبح المرض المتفشي الذي نشأ في مقاطعة غوانغدونغ الصينية وباء عالميا انتشر سريعا إلى 26 دولة، وأصاب أكثر من 8000 شخص وقتل 774 منهم.

مع ذلك، كانت نتائج تفشي المتلازمة

التنفسية الحادة الوخيمة لعام 2003 محدودة إلى حد كبير بسبب الاستجابة المكثفة للصحة العامة من جانب السلطات العالمية، بما في ذلك عزل المناطق المصابة والأفراد المصابين.

## أنفلونزا الخنازير

"2010 – 2009"

أفاد الكاتب بأن نوعا جديد من فيروس الأنفلونزا ظهر عام 2009، حيث أصاب أكثر من 60 مليون شخص في الولايات المتحدة، وتراوح عدد الوفيات العالمية بين 151 و575 ألفا. ويطلق على هذا الفيروس اسم "إنفلونزا الخنازير" لأنه يبدو أنها انتقلت من الخنازير إلى البشر، وتختلف عن مرض الأنفلونزا العادية في أن 80% من الوفيات المرتبطة بالفيروس شملت أشخاصا تقل أعمارهم عن 65 عاما، على عكس وفيات الأنفلونزا العادية.

## إيبولا "2014 – 2016"

في البداية، كان فيروس إيبولا -الذي سمي على اسم نهر قريب من المنطقة التي تفشى فيها المرض- محدود المدى مقارنة بأغلب الأوبئة الحديثة، ولكنه كان مميتا بشكل لا يصدق. وظهر الفيروس أولا في قرية صغيرة بغينيا عام 2014، وانتشر إلى عدد ضئيل من البلدان المجاورة في غربي أفريقيا.

وقتل الفيروس أكثر من 11 ألف شخص من أصل 29.6 ألف مصاب في غينيا وليبيريا وسيراليون. وتشير التقديرات إلى أن فيروس إيبولا كلف 4.3 مليارات دولار، وتسبب في انخفاض الاستثمارات الواردة بشكل كبير إلى الدول الثلاث.

أكد أنها موجودة بعقول البشر منذ مئات السنين وفي عدة مجالات

# د.العجمي : الاعتقاد بـ «نظرية المؤامرة» قد يقلل من جدية الفرد في الالتزام بتوجيهات الدولة

مع سرعة تفشي وانتشار فيروس كورونا المستجد حول العالم، والذي تسبب بموت ما يقارب 180 ألف فرد في مختلف بلدان العالم، انتشرت العديد من الشائعات والنظريات حوله، منها ما هو واقعي وقابل للتصديق، ومنها ما هو غير معقول ولا يقبله العقل البشري، ومع اختلاف الوسائل الإعلامية ومنصات التواصل الاجتماعي والشعبية الكبيرة التي تشكلها بين أطياف المجتمع الدولي أصبحت هذه النظريات والإشاعات تتنامى في عقول الأفراد مسببةً حالة من الفزع والخوف بينهم .

ولمعرفة المزيد عن مدى تأثير تداول مثل هذه النظريات بين الأفراد في ظل الظروف الراهنة التي يمر بها العالم، يتحدث الدكتور عايد العجمي، الأستاذ المشارك في كلية الدراسات التكنولوجية في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، والمستشار الثقافي في مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ومقدم برنامج «ومضات علمية» حول هذا الموضوع ورأيه بنظرية المؤامرة..

# • تعود بداية هذا الوباء إلى مدينة ووهان الصينية والتي يسكنها نحو 11 مليون نسمة

## بداية الوباء

**•في البداية نود أن نعرف كيف ظهر هذا الوباء؟**

- تعود بداية هذا الوباء إلى مدينة ووهان الصينية، وهي مدينة يبلغ تعداد سكانها ما يقارب 11 مليون نسمة، وتعتبر حلقة وصل بين العديد من المدن الصينية، وقد لاحظ الأطباء حالات مرضية كانت تعيش بالقرب من أحد الأسواق المحلية للمأكولات البحرية، هذه الحالات كانت تعاني من التهاب رئوي فيروسي لا يستجيب للأدوية المعتادة. كانت الحالات قليلة في البداية وارتفع العدد إلى العشرات في نهاية سبتمبر، ما لم يعلمه الأطباء أن العدد الحقيقي للمصابين كان أكبر بكثير، شبكة خفية من حوالي ألف مصاب أو أكثر من ذلك. لم تبلّغ السلطات الصينية المجتمع الدولي عن أمر المرض إلا بتاريخ 31 ديسمبر 2019م وللأسف استهانت في رسالتها بخطورة انتشاره بين البشر. لسوء الحظ كان توقيت انتشار المرض سيئاً جدا، فالملايين من البشر بالصين كانوا بصدد العودة إلى ديارهم بمناسبة السنة القمرية الجديدة مما ساهم في تفشي المرض في عدة مدن صينية مثل بكين وشانغهاي ومدن رئيسية أخرى. قبل أن تقوم الصين بإغلاق مدينة ووهان، غادرها آلاف من المصابين إلى العديد من المدن حول العالم مما ساهم في نشر الوباء كانتشار النار في الهشيم مطيحاً بالأنظمة الصحية لكل الدول التي لم تتخذ مبكرا الإجراءات المناسبة لمنع انتشاره السريع.

## مصدر المرض

**• وهل يعلم العلماء مصدر الفيروس المسبب لهذا المرض؟**

- الفيروس المسبب لهذا المرض هو فيروس «سارس كوف 2»، وهو أحد فيروسات كورونا. هذه المجموعة الكبيرة من الفيروسات تتميز بجدار تاجي يحيط بها، ومن هنا جاءت تسميتها، من الممكن أن تتسبب هذه الفصيلة من الفيروسات في طائفة من الأمراض تتراوح بين نزلة البرد الشائعة والمتلازمة التنفسية الحادة، وبعض من تلك الفيروسات فيروس المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة، أو ما يطلق عليه فيروس كورونا سارس الذي انتشر لأول مرة بالصين في عام 2003م، والذي يُعتقد أنه انتقل من الخفاش إلى الإنسان عبر حيوان وسيط يسمى قط الزبّاد، وكذلك فيروس متلازمة الشرق الأوسط التنفسية أو ما يعرف بفيروس كورونا ميرس، والذي تم اكتشافه في المملكة العربية السعودية في عام 2012م ويُعتقد بشكل غير مؤكد أنه انتقل من الخفاش إلى الإنسان عبر حيوان وسيط وهو الجمل. ومثل ما هو الحال مع سارس وميرس، يعتقد العلماء من خلال تحليل الشفرة الوراثية أن فيروس كورونا الجديد أيضا مصدره الأصلي هو الخفاش وانتقل إلى الإنسان عبر حيوان وسيط لم يتم التعرف عليه بشكل دقيق حتى الآن، وإن كان هناك أكثر من مشتبه.

## ليس الأشد

**• هل يعتبر هذا الوباء هو الأشد، أم أن هناك أوبئة أشد منه مرت على البشرية؟**

- في الواقع هذا الوباء ليس أول وباء يصيب البشر وقد لا يكون آخر وباء. فقد عانت البشرية من الكثير من الأوبئة التي راح ضحيتها الملايين، منها على سبيل المثال لا الحصر، وباء الموت الأسود الذي تسبب به انتشار الطاعون بين عامي 1347م و1351م، وراح ضحيته عشرات الملايين

من الناس. وكذلك الكوليرا التي تفشت عدة مرات وراح ضحيتها مئات الآلاف. أما الأنفلونزا الإسبانية التي تفشت في عامي 1918م و1919م فيقدر عدد ضحاياها بأكثر من 50 مليون ضحية. أضف إلى ذلك الأنفلونزا الآسيوية في عام 1957م وأنفلونزا هونغ كونغ في عام 1968م حيث راح ضحيتهما أكثر من مليوني شخص. وانتهاء بوباء فيروس سارس في عام 2003م وفيروس ميرس في عام 2012م ناهيك عن أوبئة أنفلونزا الطيور والخنازير.

## نظرية المؤامرة

**• إذا كان العلم يبيّن أن مصدر فيروس كورونا المستجد طبيعي، لما يعتقد بعض الناس أن الفيروس مصنع وأن هناك مؤامرة خلف هذا الوباء؟**

– نظريات المؤامرة موجودة في عقول البشر منذ مئات السنين، وهي لا تنحصر في مجال معين بل تظهر في عدة مجالات مثل السياسة والاقتصاد والعلم أيضا. نظرية المؤامرة يُقصد بها بشكل عام تفسير الأحداث المهمة على أنها مخطط سرّي من مجموعات شريرة تمتلك القوة والسلطة. وبطبيعة الحال حدث عالمي مثل وباء فيروس كورونا المستجد الذي أوقف الحياة كما نعرفها لن يغيب عن رادار من يؤمنون بنظريات المؤامرة. الدراسات العلمية تبين أن أحد أهم العوامل التي تجعل الشخص يقع ضحية للاعتقاد بنظريات المؤامرة الكاذبة هو ميل المخ لرؤية أنماط وعلاقات غير موجودة بالواقع. بالإضافة إلى ذلك فإن هناك انحيازات فكرية يقع فيها غالبا من يؤمنون بنظريات المؤامرة مثل الانحياز

التأكيدي، وانحياز التناسب وانحياز الإسقاط، والانحياز التأكيدي هو تفضيل الشخص للأدلة التي تتفق وتتلاءم مع ما يعتقد به، وبنفس الوقت يتجاهل الأدلة الأخرى التي تتعارض مع ما يؤمن به. فمثلا تجد الشخص الذي يؤمن بمؤامرة أن الصين هي من صنعت الفيروس لضرب اقتصاد أمريكا، تجده يركز على أن الصين سيطرت على الوباء وخسائرها قليلة كدليل على صحة اعتقاده، وفي نفس الوقت يتجاهل أن تايوان وهونغ كونغ واليابان وكوريا الجنوبية أيضا سيطرت على الوباء وخسائرها قليلة.

أما انحياز التناسب فهو الميل الفطري إلى الافتراض بأن الأحداث الكبيرة والمعقدة لابد أن يكون وراءها تفسيرات كبيرة ومعقدة أيضا، وهذا ليس بالضرورة صحيح. لذلك يصعب على من يؤمنون بنظرية المؤامرة أن يتقبلوا فكرة أن هذا الوباء الذي اجتاح العالم، وأوقف الحياة وعطّل الاقتصاد بكل بساطه كان بسبب فيروس انتقل من حيوان إلى إنسان، وهو التفسير الذي ترجحه الأبحاث العلمية. والانحياز الثالث هو الإسقاط، وهم الأشخاص الذين يؤمنون بنظريات المؤامرة يميلون للتصرف بطريقة المؤامرات مثل نشر الإشاعات والتشكيك بدوافع الآخرين، وإذا كان الشخص يتصرف بهذه الطريقة فمن الطبيعي أن يعتقد أن الآخرين يتصرفون بنفس الطريقة معه، ومن ثم يؤدي هذا الأمر إلى تعزيز نظريات المؤامرة وجعلها أكثر قبولا لديه.

## انعكاس على القرارات

**• ما مدى تأثير نظريات المؤامرة على الفرد والمجتمع؟**

– لو كانت نظريات المؤامرة مجرد أفكار في عقول من يؤمنون بها فلربما لن يكون منها ضرر، المشكلة تبدأ عندما ينعكس اعتقاد الفرد بتلك النظريات على قراراته تجاه نفسه وأبنائه ومجتمعه، والدراسات العلمية بينت أن الاعتقاد ببعض نظريات المؤامرة من الممكن أن يقلل من مشاركة الفرد بالحياة السياسية، ويقلل أيضا من احتمال تطعيمه لأطفاله ومساهمته بالحد من الانبعاث الكربوني والتلوث البيئي. فمثلا، أظهرت الدراسات أن ما يقارب العشرين في المئة من الشعب الأمريكي ما زال يعتقد بنظرية المؤامرة التي تدّعي أن التطعيم يسبب التوحد

على الرغم من أن الأبحاث العلمية تؤكد أن التطعيمات طرق آمنة وفعالة للحماية من الأمراض. ونظرية المؤامرة هذه بالتحديد كانت أحد أسباب انتشار مرض الحصبة في أمريكا مؤخرا، وهو مرض شديد العدوى.

والاعتقاد بنظرية المؤامرة وراء فيروس كورونا المسبب لهذا الوباء الذي يعصف بالعالم من الممكن أن يقلل من جدية الفرد في الالتزام بتوجيهات وتعليمات الجهات الرسمية، ومن ثم تعريض صحة وسلامة المجتمع بأكمله للخطر من خلال الاستهانة بتطبيق التباعد الاجتماعي، والذي يعتبر أحد أهم عوامل إبطاء نمو الوباء والسيطرة على انتشار الفيروس.

## الشائعات

- **ماذا عن الشائعات والأخبار المزيفة؟**

– تُعتبر شبكة الإنترنت وما تحتويه من منصات للتواصل الاجتماعي من أهم وسائل نقل المعلومات بين البشر، وكما أن الحقيقة تنتشر من خلالها كذلك ينتشر الكذب، فهي سلاح ذو حدّين، ولكن حدّي هذا السلاح مختلفان، فأحدهما أشد من الآخر. في عام 2018م نُشرت دراسة علمية في مجلة ساينس حول سرعة انتشار الأخبار الحقيقية والمزيفة في منصة تويتر، هذه الدراسة استمرت عشر سنوات تقريبا وشملت 126 ألف خبر حقيقي ومزيف غرّد بها 3 ملايين مستخدم بعدد أربع ملايين ونصف المليون مرة، ما بين تغريدة وإعادة تغريد ورد على تغريدة. وجدت هذه الدراسة أن الإشاعات الكاذبة والأخبار المزيفة تنتشر بشكل أسرع وأبعد وأعمق بكثير من

**• المشكلة تبدأ عندما ينعكس اعتقاد الفرد بنظريات المؤامرة على قراراته**

**• الشائعات الكاذبة والمزيفة تنتشر بشكل أسرع وأبعد بكثير من الأخبار الحقيقية**

الأخبار الحقيقية في مجالات مختلفة مثل السياسة والاقتصاد والعلم والإرهاب والكوارث الطبيعية. لذلك من الطبيعي أن يكون للإشاعات الكاذبة في هذا الوباء دور سلبي لا يمكن الاستهانة به أو تجاهله، مما يضع علينا جميعا التزاما أخلاقيا بتجنب المساهمة في نشرها، والحرص على الحصول على المعلومات والأخبار الصحيحة من المصادر الرسمية والموثوقة.

### يهل علينا وسط حرب ضارية مع فيروس كورونا

# رمضان الكريم ..ظروف مختلفة ونفوس مشتاقة للعبادات

يهل شهر رمضان المبارك على الأمة الإسلامية هذا العام ، والمسلمون والعالم أجمع يواجهون تحدياً كبيراً وخطراً عظيماً طال جميع الأمم والبلدان، التي نجدها في حالة استنفار تام لكافة قواها وعتادها لمنع انتشار وتفشي جائحة فيروس كورونا المستجد، الذي انطلق من بلاد الصين ، وغزا كافة بقاع العالم وأركانه ، وفي ظل هذه التحديات وغيرها فرض على المسلمين في كل مكان أن يجعلوا رمضان كما أراده الله -سبحانه وتعالى- شهر عبادة وطاعة خالصة لوجه الله.. وترشيد استهلاك يضبط سلوك المسلم تجاه نعم الله سبحانه التي أنعم بها عليه.. وعطاء لا ينقطع للفقراء ، وأصحاب الحاجات حتى يخرج المسلم من هذا الشهر الفضيل بأكبر المكاسب وأعظم الثمار.

فكيف يكون سلوكنا التعبدي والأخلاقي منضبطاً في رمضان؟ وكيف نعيش رمضان كما أراد لنا خالقنا -سبحانه وتعالى- وكما وجهنا رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم؟ وكيف نخرج منه بأكبر المكاسب الروحية؟ وكيف نصوم رمضان إيماناً واحتساباً لوجه الله لنخرج منه بدون ذنوب أو آثام؟ وما الآداب والأخلاقيات والسلوكيات الفاضلة التي تجلب للإنسان رضا الله -عز وجل- وتجعله يعيش أيام وليالي هذا الشهر الكريم في طاعة لله، فيخرج منه وقد تغيرت حياته إلى الأفضل؟..

# • للشهر المبارك مكانة عظيمة ومنزلة رفيعة للدين الإسلامي الحنيف والشريعة الغراء

### ما هي مكانة شهر رمضان ؟

لشهر رمضان المبارك مكانة عظيمة ومنزلة رفيعة للدين الإسلامي الحنيف والشريعة الإسلامية الغراء، ولقد خص الله عَزّ وجَلّ شهر رمضان بالذكر في كتابه العظيم دون غيره من الأشهر وذكره باسمه مرة واحدة في القرآن الكريم حيث قال الله عَزّ وجَلّ :﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِيَ أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلاَ يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُواْ الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُواْ اللّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾، حين اكتفى بذكر سائر الشهور بصورة إجمالية حيث أشار إلى عدد الشهور وأنها اثنا عشر شهراً، فقال -عَزّ منْ قائل- :﴿إِنَّ عِدَّةَ الشُّهُورِ عِندَ اللّهِ اثْنَا عَشَرَ شَهْرًا فِي كِتَابِ اللّهِ...﴾، كما لَمّح ببعض الشهور لكن لم يذكرها بالاسم.

### تعريف شهر رمضان

شهر رمضان المبارك هو الشهر التاسع من الأشهر العربية التي تُعرف بالقمرية أو الهلالية، وهو شهر الله، وشهر الصيام وهو سيد الشهور وأفضلها، وهو شهر الصبر والمواساة، وهو شهر نزول القرآن وربيعه، وهو أيضاً شهر نزول سائر الكتب السماوية.

### ما هو معنى رمضان:

قال العلامة الطريحي : رمضان اسم للشهر، قيل سمي بذلك لأن وضعه وافق الرَمَض بالتحريك، وهو شدة وقع الشمس على الرمل وغيره، وجَمْعُهُ رمضانات وأرمضاء.

### شهر رمضان في القرآن الكريم :

قال الله -عَزّ وجَلّ- :﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِيَ أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلاَ يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُواْ الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُواْ اللّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾.

• سمي بذلك لأن وضعه وافق الرَمَض وهو شدة وقع الشمس على الرمل

**ليلة القدر قلب شهر رمضان :**

ومما يزيد من مكانة هذا الشهر هو اشتماله على ليلة القدر التي هي خير من ألف شهر كما صرّح بذلك القرآن الكريم، حيث قال -عَزّ وجَلّ- :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿إِنَّا أَنزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ وَمَا أَدْرَاكَ مَا لَيْلَةُ الْقَدْرِ لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِّنْ أَلْفِ شَهْرٍ تَنَزَّلُ الْمَلَائِكَةُ وَالرُّوحُ فِيهَا بِإِذْنِ رَبِّهِم مِّن كُلِّ أَمْرٍ سَلَامٌ هِيَ حَتَّى مَطْلَعِ الْفَجْرِ﴾.

وقال -عَزّ من قائل- :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿حم وَالْكِتَابِ الْمُبِينِ إِنَّا أَنزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةٍ مُّبَارَكَةٍ إِنَّا كُنَّا مُنذِرِينَ فِيهَا يُفْرَقُ كُلُّ أَمْرٍ حَكِيمٍ﴾.

وَرَوَى عَمْرو الشَّامِيّ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ أنه قَالَ : «إِنّ عِدّةَ الشُّهُورِ عِنْدَ اللَّهِ اثْنا عَشَرَ شَهْراً فِي كِتابِ اللَّهِ يَوْمَ خَلَقَ السَّماواتِ وَالْأَرْضَ، فَغُرَّةُ الشُّهُورِ شَهْرُ اللَّهِ عَزّ ذِكْرُهُ وَهُوَ شَهْرُ رَمَضَانَ، وَ قَلْبُ شَهْرِ رَمَضَانَ لَيْلَةُ الْقَدْرِ، وَ نُزِّلَ الْقُرْآنُ فِي أَوّلِ لَيْلَةٍ مِنْ شَهْرِ رَمَضَانَ، فَاسْتَقْبِلِ الشَّهْرَ بِالْقُرْآنِ».

**شهر نزول الكتب السماوية :**

لقد شَرَّفَ اللهُ -عَزّ وجَلّ- شهر رمضان باختياره من بين الأشهر الأخرى لإنزال الكتب السماوية الخمسة فيه على أنبيائه العظام، فقد أنزل الله جَلّ جَلالُه الصُحُف على النبي إبراهيم الخليل "عليه السّلام"، والتوراة على النبي موسى الكليم "عليه السّلام"، والإنجيل على النبي عيسى روح الله " عليه السّلام "، والزبور على النبي داود " عليه السّلام " في شهر رمضان المبارك.

**ما هو حَقُ شهر رمضان علينا ؟**

لقد حَثّ الإسلام على تكريم هذا الشهر العظيم واغتنام ساعاته، وإحياء لياليه بالعبادة والصلاة والدعاء ونهاره بالصيام والاجتهاد في مرضاة الله والعمل الصالح، كما أشارت الأحاديث النبوية الشريفة إلى ذلك.

**الصوم والصحة**

**فوائد الصوم على جسم الإنسان :**

- للصوم فوائد كثيرة على جسم الإنسان من حيث الانتظام في الطعام، فهو يريح الجهاز الهضمي مما يساعد على تجدد الخلايا، وينقي الدم، ويساعد على التركيز وصفاء الذهن وتغذية الإرادة.

ومن ناحية الجهاز الهضمي يقل إفراز العصارة المعدية أثناء الصيام، لأن إفرازها يعتمد على وجود طعام في الجهاز الهضمي، فتبطئ حركة الأمعاء وتأخذ راحة ضرورية لتجدد نشاطها، وفقد أظهرت التجارب أن الصيام يضبط حموضة المعدة الزائدة التي يعاني منها الكثير من الناس، ومن ثم تقل فرص الإصابة بالقرحة.

أما من ناحية الغدد فالصيام يعطي غدة البنكرياس "مثلاً" فرصة رائعة للراحة، فالبنكرياس يفرز الأنسولين الذي يحول السكر إلى مواد نشوية ودهنية تخزن في الأنسجة، فإذا زاد الطعام على

• شرفه الله باختياره لإنزال الكتب السماوية الخمسة فيه على أنبيائه العظام

• لفريضة الصوم فوائد كثيرة على جسم الإنسان من حيث الانتظام في الطعام

• حَثّ الإسلام على تكريمه بإحياء لياليه بالعبادة والصلاة والدعاء ونهاره بالصيام

## • مما يزيد من مكانة هذا الشهر اشتماله على ليلة القدر التي هي خير من ألف شهر

كمية الأنسولين المفرزة يصاب البنكرياس بالإرهاق أو الإعياء، ويعجز عن القيام بوظيفته فيتراكم السكر في الدم، وتزيد معدلاته بالتدريج حتى يظهر مرض السكر.

ومن ناحية الجهاز العصبي فلا تأثيرات سلبية للصيام عليه، بل على العكس، حيث يجبر الصيام الجسم على استهلاك جزء من الشحوم المخزونة فيه، فتنخفض نسبة مادة الكوليسترول في الدم التي تعد المسؤول الأول عن السكتات الدماغية، من هنا ممكن القول إن نسبة حصولها تنخفض أثناء الصوم.

### تنقية الدم وطرد السموم

- أثناء الصيام لا يحدث تغير في حجم كريات الدم أو نسبة الهيموغلوبين الموجودة به، ولا تتأثر نسبة البروتين المهم في بناء الجسم ومناعته وهو ما يحافظ على نشاط الجسم وحيويته أثناء الصيام، كما أن عدم شرب الماء يقلل من حجم الدم داخل الأوعية الدموية فيزيد إفراز البروستجلانتين الذي ينشط الآلية المنظمة للأوعية، وله دور حيوي في تنشيط خلايا الدم، وتخفيف القرح المعوية.

### الصوم وقرحة المعدة

- يعدّل الصيام ارتفاع حموضة المعدة، ومن ثم يساعد على التئام قرحة المعدة مع العلاج المناسب، وقد أجرى الباحثون دراسة كان الهدف منها التعرّف على تأثير الصيام على حموضة المعدة "زيادة الحموضة أو قلتها"،

# • ممارسة الرياضة قبل الإفطار يساعد الجسم على تعويض ما خسره من سوائل

وقد وجدوا أن الحموضة في المعدة قد اعتدلت ما يؤكد أن الصيام يخفف ويمنع الحموضة الزائدة التي تكون سبباً رئيساً للقرحة.

### تقوية القلب

10% من كمية الدم التي يدفع بها القلب إلى الجسم تذهب إلى الجهاز الهضمي لإنجاز عملية الهضم، أثناء الصوم تنخفض تلك النسبة بشكل كبير وهو ما يعني عمل أقل للقلب، ومن ثم قدر أكبر من الراحة نتيجة لاحتراق جزء من الشحوم المخزونة بالجسم، وأثناء الصيام تتناقص نسبة مادة الكوليسترول الموجودة بالدم، وهي المادة التي تترسب على جدران الشرايين مسببة تصلب الشرايين وارتفاع ضغط الدم وتجلّط الدم في شرايين القلب والمخ.

### تحضير المعدة والجسم للصوم

يجب تحضير الجسم للصوم من خلال تناول كميات قليلة من الطعام في الأيام التي تسبق الصوم كي يعتاد على قلة الطعام. وعلى الأشخاص الذين يدخنون ويتناولون مشروبات تحتوي على مادة الكافيين كالقهوة وغيرها، أن يقللوا من تناولها كي لا يصابوا بوجع الرأس جراء الانقطاع المفاجئ عنها خلال الصيام.

### الصوم والرياضة

أفاد اختصاصيون في الغذاء والتغذية أنّ ممارسة الرياضة قبل موعد الإفطار في رمضان يساعد الجسم على تعويض ما خسره من سوائل وأملاح معدنية أثناء نهار الصيام، ويجنّبه التعرض لأية انتكاسات صحيّة، ناهيك عن فاعليتها في حرق شحوم الجسم على نحو ملحوظ، كما أنها تبني الجسم، وتساعده على استعادة رشاقته وقوته، علماً بوجوب الحذر التام من الإفراط في ممارسة الرياضة؛ لأنها تؤدي إلى الإفراط في تناول الطعام على وجبة الإفطار، مما يؤدي إلى نتائج عكسية.

### الأمراض المزمنة

كما حذر الاختصاصيون في ذات الوقت جميع الأشخاص الذين لا يتمتعون بقدرٍ كافٍ من اللياقة البدنية أو المصابين بأمراض مزمنة من ممارسة الرياضة قبل الإفطار، والاكتفاء بممارستها بعد ذلك خشية من أية مضاعفات.

### نصائح لممارسة الرياضة في رمضان

- الإكثار من شرب الماء خلال فترة الإفطار الممتدة من غروب الشمس وحتى أذان فجر اليوم التالي، وذلك لتعويض الجسم عن السوائل المفقودة أثناء الصوم.
- تجنب التمارين الشاقة، أو التمارين التي ترتكز على عضلة واحدة يومياً، بحيث يجب التنويع. تناول وجبة خفيفة من السكريات؛ كالتمر، أو العصير لتزويد الجسم بالطاقة اللازمة لإتمام التمارين الرياضية.
- ترك التمارين عند الشعور بألم في الصدر أو العضلات أو الرأس.

- تجنب الأطعمة التي تحتوي على الكافيين؛ كالقهوة والشاي؛ لأنها مدرة للبول، مع ضرورة تناول وجبات متوازنة تحتوي على الكربوهيدرات الموجودة في الخبز والبطاطا والمعكرونة، والبروتين الموجود في مشتقات الألبان والأجبان واللحوم البيضاء؛ كالدجاج والسمك، والخضروات.

### فوائد الصيام

لم يفرض الله سبحانه وتعالى في شريعته أمراً يضر بصحة الإنسان، فهو خالقه وهو أعلم بما ينفعه، وروى أبو أمامة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم حيث قال: قلت: يا رسول الله مرني بعمل ينفعني الله به قال: (عليك بالصوم فإنه لا مثيل له) (صحيح النسائي).

## "الأوزون" تلتئم تماماً بحلول عام 2060

# رب ضارة نافعة .. «الأرض» تتعافى والفضل لـ«كورونا»

في ظل ما يعاني منه العالم في هذه الفترة الصعبة بسبب تفشي فيروس "كورونا المستجد" والآثار السلبية التي ترتبت على هذه الأزمة سواء من الناحية الصحية أو الاجتماعية أو الاقتصادية إلا أن هناك مستفيدا وحيدا منها قد عادت عليه الأزمة بأثر إيجابي واضح ، وهو كوكب الأرض ، وذلك من خلال سرعة تعافي طبقة الأوزون وتقلص الثقب فوق القارة القطبية .

في البداية فلنتعرف على طبقة الأوزون وتاريخها، فمن المعروف بأن طبقة الأوزون هي درع واقية في الغلاف الجوي الطبقي للأرض، والتي تمتص معظم الأشعة فوق البنفسجية التي تصل إلينا من الشمس وبدونها يكون من المستحيل تقريباً لأي شيء أن يعيش على هذا الكوكب، وهي مكونة من ثلاث ذرات أكسجين مترابطة مع بعضها وموقعها في الطبقة الثانية من طبقات الغلاف الجوي المعروفة بطبقة الستراتوسفير.

## ثقب الأوزون

وفي عام 1985 لاحظ العلماء انخفاض تركيز غاز الأوزون واضمحلاله فوق القطب الجنوبي، وأطلقوا عليه اسم "ثقب الأوزون" ويرجع سبب ظهوره إلى استخدام مركبات صناعية تُبعث بالجو وتؤدي إلى ارتباط ذرات الكلور والفلور مع إحدى ذرات الأكسجين الثلاث في طبقة الأوزون مما يؤدي إلى تفككها، والذي ينتج عنه ارتفاع كمية الأشعة فوق البنفسجية الضارة الداخلة من الغلاف الجوي والواصلة إلى سطح الأرض.

للتصدي لهذه المشكلة تم عقد تحالف مونتريال في عام 1987 والاتفاق على التخلص التدريجي من استخدام هذه المركبات الصناعية من أجل حماية كوكب الأرض، وقدَر العلماء بأن ثقب الأوزون يحتاج ما يقارب 40 إلى 70 سنة تقريباً ليتعافى كلياً، وقد ظهرت بوادر هذا التعافي فعلياً في عام 2019 كان الثقب أصغر ما يكون منذ 37 عاماً.

## "كورونا" و"الأوزون"

كيف ساهم فيروس كورونا المستجد بالتئام الثقب؟

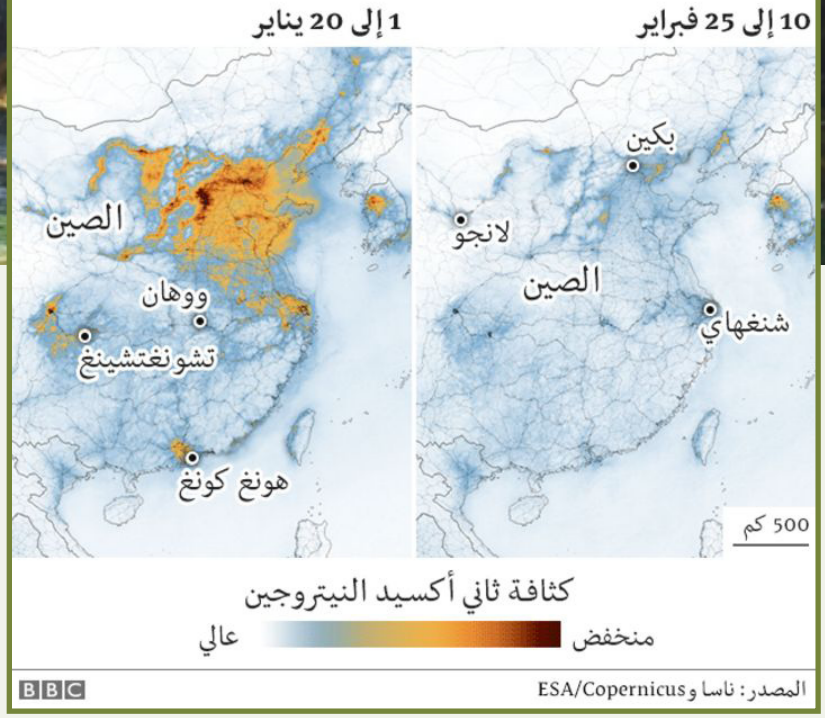
بسبب التدابير المشددة التي رافقت هذه الأزمة من عزل مدن ووقف لكل الأنشطة البرية والبحرية والجوية والتعطيل الإلزامي لأغلب القطاعات الصناعية والتجارية، لوحظ بأن السحب الدخانية التي يمكن مشاهدتها بواسطة الأقمار الصناعية بوضوح عادةً قد اختفت تماماً، وانخفضت كثافة غاز ثاني أوكسيد النيتروجين بشكل ملحوظ، مما أدى إلى التعافي التدريجي للثقب حيث إن تضاؤله يؤدي إلى سحب التيار النفاث نحو القطب الشمالي، وفي نفس الوقت يقوم التلوث بالأكاسيد في الجو بسحب التيار النفاث نحو القطب الجنوبي، إذاً فإن انخفاض نسبة التلوث يؤدي إلى تسريع عملية شفاء الأوزون، والذي ظهر في التغيرات الجوية حيث تدفق الهواء فوق سطح الأرض مسبباً الرياح التي تشهدها بعض البلدان حالياً بحسب ما نشر موقع "newscientist" حيث أوضحت الدراسة بأن طبقة الأوزون مستمرة في التعافي، ولديها القدرة على التعافي بشكل كامل وبحسب ورقة علمية نُشرت في مجلة Nature العلمية، ظهرت علامة على نجاح نادر في عكس الضرر البيئي، وتبين أن العمل العالمي المنسق يمكن أن يحدث فارقاً.

## أنماط الرياح

فقد قامت أنتارا بانيرجي من جامعة كولورادو بولدر وزملاؤها، باستخدام

## الصور الفضائية تظهر انخفاض نسب التلوث بعد تباطؤ النشاط الاقتصادي في الصين نتيجة انتشار فيروس كورونا

مستويات ثاني أكسيد النيتروجين في الجزء السفلي من الغطاء الجوي




البيانات من عمليات رصد الأقمار الصناعية بعمل محاكاة لأنماط الرياح المتغيرة المتعلقة بطبقة الأوزون واتضح من خلالها استعادة طبقة الأوزون لشفائها.

وتقول مؤلفة الدراسة وهي زميل زائر للمعهد التعاوني لأبحاث العلوم البيئية " CIRES" في جامعة كولارادو الأمريكية "وجدنا علامات على تغيرات مناخية في نصف الكرة الجنوبي وتحديداً في أنماط دوران الهواء".

وأوضحت بانيرجي أن التيار النفاث في نصف الكرة الجنوبي كان يتحول تدريجياً نحو القطب الجنوبي في العقود الأخيرة من القرن العشرين بسبب استنفاد طبقة الأوزون "، لافتة إلى أن الدراسة وجدت أن الحركة توقفت منذ عام 2000، وربما تنعكس وقد بدأ التوقف في نفس الوقت الذي بدأ به الثقب في التعافي، مؤكدةً على أن طبقة الأوزون سوف تتعافى بسرعات مختلفة في أجزاء مختلفة من الغلاف الجوي على سبيل المثال من المتوقع أن تتعافى طبقة الأوزون إلى مستويات الثمانينات بحلول عام 2030 في خطوط العرض الوسطى في نصف الكرة الشمالي، وبحلول عام 2050 في خطوط العرض الوسطى الجنوبية في حين ثقب الأوزون في القطب الجنوبي قد يتعافى على الأرجح في وقت لاحق قليلاً في 2060.

ورغم أنه من المبكر قياس آثار التراجع في نسبة تلوث الهواء نتيجة ما تعيشه دول القارات المختلفة من حجر صحي تقلص معه نسق حركة النقل ومستوى الإنتاج فإن صور الأقمار الصناعية أظهرت فرقاً واضحاً في نسبة تركيز الغازات الدفينة في فرنسا وإيطاليا واسبانيا خلال شهر مارس الماضي، وانخفضت بشكل كبير في مدينة ووهان الصينية التي تعد بؤرة انتشار فيروس كورونا المستجد، كما تراجعت نسبة تركيز هذه الغازات إلى النصف في إيطاليا.

لذا فإن سرعة شفاء طبقة الأوزون مرتبطة بشكل كبير في انخفاض نسبة تلوث الهواء، ولهذا فإن ما قد يعتبر كارثة صحية بشرية واقتصادية قد يكون طريقة الأرض في شفاء نفسها والتعافي بشكل أسرع بعيداً عن الضرر الذي يسببه لها الإنسان.

.. وفي إيطاليا.. انتعشت الحياة البحرية وبدأت الأسماك بالطفو قريباً من السطح لوفرة الأوكسجين، وأصبح الماء شفافاً خالٍ من أية شوائب، كما أظهرت الصور الجوية انخفاضاً كبيراً في تلوث الهواء بغازات الميثان، وثاني أوكسيد النيتروجين، خصوصاً شمال إيطالياً، (كما هو موضح في الصورة)