

جمال

الأصفر يتربع على عرش ألوان طلاء الأظافر

مع ألوان رقيقة مثل البيج والرمادي والأخضر الداكن.

كما يعد البرتقالي بلون القرع العسلي من الألوان الرائجة بقوة هذا الموسم. وتمتاز هذه الدرجة أيضا بطابع دافئ وتناغم مع البيج والبني والأخضر الداكن.



● ميونخ (ألمانيا) - أوردت مجلة "Elle" أن الأصفر يتربع على عرش ألوان طلاء الأظافر في خريف/شتاء 2021 - 2022 لينجح المرأة إطلالة مشرقة تبعث على البهجة من أجل كسر كآبة الأجواء السائدة في هذا الوقت من العام. وأوضحت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن هذا الموسم يشهد روجا كبيرا للأصفر الزعفراني، الذي يتمتع بطابع دافئ. وتتناغم هذه الدرجة اللونية

قانون جديد يتيح لغير المسلمين الزواج المدني في أبوظبي

كما ينظم القانون حضانة الأبناء بعد الطلاق ويعطي للاب والأم الحق في الحضانة مناصفة بينهما. ويعطي القانون الحق للأجنبي في ترك وصية بكامل ما يملك لمن يريد، كما أعطى القانون حق إثبات نسب الأجانب لغير المسلمين عبر النض على إثبات نسب المولود من خلال الزواج أو الإقرار. وستشكل محكمة جديدة لتولي البت في منازعات غير المسلمين في أبوظبي وستعمل باللغتين العربية والإنجليزية. وكانت الإمارات طبقت عددا من

ديبي - ذكرت وكالة أنباء الإمارات الرسمية أنه سيتاح لغير المسلمين الزواج والطلاق والحضانة المشتركة للأطفال بموجب قانون مدني في إمارة أبوظبي، وذلك وفقا لقانون جديد أصدره الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان رئيس الدولة وحاكم الإمارة. وهذه أحدث خطوة من جانب الإمارات للحفاظ على تنافسيتها كمركز تجاري إقليمي، إذ أن قوانين الأحوال الشخصية في ما يتعلق بالزواج والطلاق قائمة على مبادئ الشريعة الإسلامية كما هو الحال في دول خليجية أخرى.

وجاء في القانون الذي أصدره رئيس دولة الإمارات الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان أن القانون يغطي الزواج المدني والطلاق وما تستحقه الزوجة من حقوق مالية والحضانة المشتركة للأبناء وإثبات الأبوة والمواريث. وذكرت الوكالة أن القانون يهدف إلى تعزيز "مكانة الإمارة وتنافسيتها عالميا كونها إحدى الوجهات الأكثر جذبا للمواهب والكفاءات".

ووصف تقرير وكالة القانون الذي ينظم الأحوال المدنية لغير المسلمين بأنه الأول من نوعه في العالم، وقال إنه يهدف "إلى تحقيق ريادة الإمارة في إصدار أول قانون مدني لتنظيم مسائل الأسرة لغير المسلمين وفقا لأفضل الممارسات الدولية".

ويضم القانون الجديد 20 مادة مقسمة إلى عدة موضوعات رئيسة، تشمل الزواج المدني، والطلاق، والحضانة المشتركة للأبناء والمواريث.

وينظم الفصل الأول من القانون إجراءات زواج الأجانب أمام المحكمة من خلال استحداث مفهوم الزواج المدني القائم على إرادة الزوج والزوجة، بحسب الوكالة.

ويحدد الفصل الثاني إجراءات الطلاق وحقوق الزوجين بعد توقيعه.

ويعطي القانون للقاضي سلطة تقديرية في حساب الحقوق المالية للزوجة بعد الطلاق بناء على معايير من بينها عدد سنوات الزواج، وسن الزوجة

والحالة الاقتصادية لكل من الزوجين.

مصر تحصّن الأطفال من التحرش بمناهج تفصح للمسات غير البريئة القضاء على الظاهرة يبدأ بكسر جدار الصمت



دور الأسرة كبير في توعية الأطفال بكيفية حماية أنفسهم من التحرش

ويقود إلى جعلها أمرا واقعا يصعب تغييره، في حين أن مناقشتها بشكل تربوي وأسري وإعلامي تمهد لوضع حلول جذرية لها. ويشير هؤلاء الخبراء إلى أن انشغال الأسر بهموم ومتطلبات الحياة اليومية يجعلها تهمل عملية توعية صغارها ضد التحرش وطرق حماية الجسد من الذئاب البشرية؛ وبالتالي يصعب دور المؤسسات التعليمية هنا أكبر من دور العائلة نفسها، على الأقل بتضمين هذه الظاهرة في المناهج لجذب انتباه الآباء والأمهات لخطورتها، باعتبارهم يطالعون على مضامين المواد التعليمية أثناء مراجعة الدروس التي يقوم بها أولادهم في المنزل.

وأكدت نوال شلبي رئيس مركز تطوير المناهج في مصر لـ "العرب" أن "وزارة التعليم تحول على الأسرة لنجاح الهدف من إدراج التوعية بمخاطر التحرش في المناهج، والأهم أن يقوم الآباء باستكمال الدور الذي تقوم به المدارس، لأنهما الأقرب إلى الأبناء، ويستطيعان شرح ما تتضمنه المناهج حول هذه القضية الحساسة وتوعيتهم بالطريقة التي تناسب شخصياتهم".

وأوضحت أن "مواجهة التحرش تتطلب معاونة كل الأطراف وليس المدارس وحدها، فالمناهج تعزّقه على المعلومات الأولية المتعلقة بطرق حماية أجسادهم من اللمسات غير البريئة، لكن هناك أطرافاً أخرى مطالبة بالمزيد من الشرح والمساعدة في إقناع الطفل بأن التزامه الصمت أمام أي اعتداء قد يواجهه يعرضه للمزيد من الخطر، وعليه أن يتكلم دون خوف أو عذاب".

ويعتقد خبراء في العلاقات الأسرية أن تضمين قضية التحرش في المناهج التعليمية يمثل بداية لإقناع المجتمع بأن الظاهرة لا يمكن القضاء عليها سوى بكسر حاجز الصمت حولها وتسليط الضوء عليها والنش في تفاصيلها، لأن دفنها بلا علاج يسهم في إمكانية عودتها

المثالية في الحوار مع الأبناء ولا توفر لهم الأمان عند البوح بالأسرار المرتبطة بأي شيء يخص أجسادهم، حتى لو تعرضوا لمضايقات أو محاولات تحرش وربما اغتصاب.

يقول المتخصصون إن دور الأسرة هو الأهم، بدون احتواء الأبوين لأولادهم لن يشعروا بأنهم في مأمن عندما يتحدثون عن الانتهاكات الجسدية التي يتعرضون لها، فالمحاضرات التعليمية لا يمكن أن تكون بديلا عن التربية الأسرية القائمة على الحوار والتفاهم وبيت الطمانينة في نفوس الصغار ليرفضوا الاستسلام للمتحرشين في ظل غياب الحماية الأسرية الكافية.

وأكدت نوال شلبي رئيس مركز تطوير المناهج في مصر لـ "العرب" أن "وزارة التعليم تحول على الأسرة لنجاح الهدف من إدراج التوعية بمخاطر التحرش في المناهج، والأهم أن يقوم الآباء باستكمال الدور الذي تقوم به المدارس، لأنهما الأقرب إلى الأبناء، ويستطيعان شرح ما تتضمنه المناهج حول هذه القضية الحساسة وتوعيتهم بالطريقة التي تناسب شخصياتهم".

وأوضحت أن "مواجهة التحرش تتطلب معاونة كل الأطراف وليس المدارس وحدها، فالمناهج تعزّقه على المعلومات الأولية المتعلقة بطرق حماية أجسادهم من اللمسات غير البريئة، لكن هناك أطرافاً أخرى مطالبة بالمزيد من الشرح والمساعدة في إقناع الطفل بأن التزامه الصمت أمام أي اعتداء قد يواجهه يعرضه للمزيد من الخطر، وعليه أن يتكلم دون خوف أو عذاب".

ويعتقد خبراء في العلاقات الأسرية أن تضمين قضية التحرش في المناهج التعليمية يمثل بداية لإقناع المجتمع بأن الظاهرة لا يمكن القضاء عليها سوى بكسر حاجز الصمت حولها وتسليط الضوء عليها والنش في تفاصيلها، لأن دفنها بلا علاج يسهم في إمكانية عودتها

تنادي المنظمات والجمعيات الحقوقية بضرورة تضمين المناهج التعليمية دروسا لمواجهة ظاهرة التحرش بالأطفال لتجاوز سلبية المجتمع، واستجابة لهذا النداء خصصت وزارة التعليم المصرية في خطوة هي الأولى من نوعها حصصا دراسية أسبوعية لهذا الغرض. ويربط المتخصصون نجاح المؤسسات التعليمية في توعية الصغار بطرق الوقاية من التحرش بوعي الأسر نفسها ومدى قدرتها على الحوار مع الأبناء و توفيرها الأمان للأطفال عند بوحهم لها بالأسرار.



أحمد حافظ كاتب مصري

● القاهرة - أقدمت وزارة التعليم المصرية على خطوة هي الأولى من نوعها بتضمين المناهج الجديدة دروسا توعوية خاصة بمواجهة التحرش ووسائله وكيفية اكتشاف الأطفال للمتحرشين، وبأي طريقة يتم التفريق بين اللمسات البريئة وبين غير السوية، مع تعريفهم بطرق المواجهة وفصح هؤلاء، وعدم الصمت أمام انتهاك أجسادهم. تضمنت المناهج أيضا كيف يحافظ الطفل على جسده وبقي نفسه من الوقوع فريسة لأصحاب النفوس المريضة وكيف يصرف عندما يتعرض لابتزاز عاطفي. وخصصت وزارة التعليم حصصا دراسية أسبوعية لهذا الغرض في محاولة لحث المؤسسات التعليمية على القيام بدور أكبر طالما أن الأسر تتعامل سلبية ولا تقدم لأطفالها الحد الأدنى من التوعية بطرق مواجهة المتحرشين.

جاءت الخطوة في ظل مطالبات منظمات وجمعيات حقوقية كثيرة بضرورة أن يكون للمناهج التعليمية دور محوري في مواجهة ظاهرة التحرش بالأطفال لتجاوز سلبية المجتمع الذي مازال يتعامل مع مثل هذه الوقائع باعتبارها فريدة ولا يجوز التركيز عليها، كي لا يتم انتهاك براءة الصغار وتفتيح عقولهم على قضايا تفوق قدراتهم.

من بين النصوص التي وردت بالمناهج "أن كل لمسة تجعل الطفل غير مستريح ولا يشعر بالراحة، فهي غير طيبة، ويجب عليه أن يخبر من حوله، سواء أكان معلمه أو والديه، ويقول لمن يحاول أن يعيث بجسده لن أسمح لك بالمزيد، وإذا فشل في وقفه، يصرح لجذب انتباه الناس، والأهم ألا يصمت، بل ييوح ويفصح للمقربين عما حدث لفصح هذا الشخص".

يرى متخصصون في التربية أن نجاح المؤسسات التعليمية في توعية الصغار بطرق الوقاية من التحرش يتطلب وعيا موازيا من الأسر نفسها، لأن أغلب العائلات تفقد الحد الأدنى من الطريقة

نصائح

نصائح عملية لنظام غذائي صحي

في ذلك الفواكه والخضروات والحبوب الكاملة والبقوليات والمكسرات والبذور والأعشاب والتوابل.

ويرى الخبراء الألمان أن التخلص من السموم أمر غير ضروري، بل على العكس من ذلك يمكن أن يؤدي التخلص من السموم إلى تراكم الكيوتونات في الأمعاء، وهو ما يسبب مشاكل صحية مثل الغثيان والضعف والجفاف. وبالإضافة إلى ذلك يتم فقدان العديد من المواد المهمة للأعضاء، ويمكن أن يسبب النظام الغذائي منخفض السعرات الحرارية والمليّنات نقصا في العناصر الغذائية الهامة، ولذلك فإن النظام الغذائي المتوازن والصحي أفضل كثيرا؛ ذلك أنه يقوي أعضاء الجهاز الهضمي وبالتالي يجعلها أكثر مقاومة للأمراض. ويشير الهرم الغذائي إلى أن الوجبة المتوازنة

يحتاج الجسم إلى الفيتامينات، ولذلك من الأفضل أن يحتوي النظام الغذائي على 30 نوعا مختلفا من الخضروات والموكولات النباتية في الأسبوع، بما

يحتوي على 30 نوعا مختلفا من الخضروات

يحتاج الجسم إلى الفيتامينات، ولذلك من الأفضل أن يحتوي النظام الغذائي على 30 نوعا مختلفا من الخضروات والموكولات النباتية في الأسبوع، بما



يحتاج الجسم إلى الفيتامينات، ولذلك من الأفضل أن يحتوي النظام الغذائي على 30 نوعا مختلفا من الخضروات والموكولات النباتية في الأسبوع، بما



النظام الغذائي يجب أن يحتوي على 30 نوعا مختلفا من الخضروات



القانون فيه تعزيز لمكانة الدولة وتنافسيتها