



العدد الرابع عشر

2015 | 01 | 15

14

الاتحاد

مجتمع مدني

سوري أفضل

اجتماعية ثقافية انسانية تصدر عن اتحاد منظمات المجتمع المدني السوري



المحتويات

في هذا العدد



» 8

3 شهداء العاصفة الثلجية

قتلت العاصفة الثلجية هدى ٢٤ سوريا بينهم ١٤ طفلاً في اجتياحها لسوريا ولمخيمات اللاجئين في دول الجوار. ولقي ١١ سوريا حتفهم في الداخل السوري بينهم ٧ أطفال،

7 العودة...أمنية اللاجئين السوريين في العام ٢٠١٥

لاجئون تحدثت معهم وكالة الأناضول، عيونهم ما زالت تنظر بأمل، تجلس خلف التلفاز تتابع كل ما يجد من أخبار على قنوات الثورة السورية

10 اللقاء السنوي لأعضاء مكاتب الاتحاد

عقد في مكتب الاتحاد في إسطنبول يوم ٢٥/١٢/٢٠١٤ الاجتماع السنوي لكادر الاتحاد وحضره كامل الكادر (من إسطنبول وغازي عينتاب وحلب) وبعض الاستشاريين في الاتحاد. ويجري

16 أهم الأنشطة التدريبية خلال شهر كانون الأول ٢٠١٤

نظراً لأهمية العمل التطوعي والجماعي في منظمات المجتمع المدني السوري أقام الاتحاد يوم الثلاثاء ٩/١٢/٢٠١٤ دورة «العمل

18 الطبيب الدمشقي هل يشفي الائتلاف من عله؟

بعد طول تداول أعلنت الهيئة العامة للإئتلاف الوطني لقوى الثورة والمعارضة السورية يوم الخامس من كانون الثاني /

19 تشارلي إيبدو يعتبر منعطفاً يمكن أن يزيد من القطيعة

وضرب الإرهاب فرنسا يوم الاعتداء على صحيفة "شارلي إيبدو". وهذا الحادي عشر من سبتمبر الفرنسي لا يأتي منفصلاً

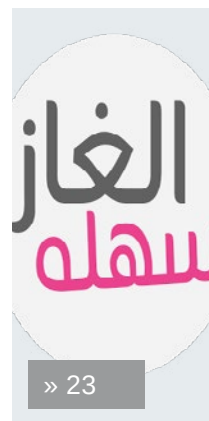
30 القولون العصبي.. أعراضه وأسبابه وطرق علاجه

الانتفاخ، وسوء الهضم، والإمساك، أو الإسهال والأعراض التي يشكو منها:

وتزيد هذه الأعراض في حالة الضغوط النفسية، أو السفر، أو حضور المناسبات العامة، أو تغير نمط الحياة اليومي، أو



» 6



» 23



» 12

شهداء العاصفة الثلجية

٢٤ سوري بينهم ١٤ طفل

كوارث



قتلت العاصفة الثلجية هدى ٢٤ سوريا بينهم ١٤ طفلا في اجتياحها لسوريا ولمخيمات اللاجئين في دول الجوار.

ولقي ١١ سوريا حتفهم في الداخل السوري بينهم ٧ أطفال، جراء الأحوال الجوية الصعبة والعاصفة الثلجية التي ضربت مناطق واسعة من سوريا إضافة إلى سوء أوضاعهم الصحية وانعدام التدفئة. وذكرت التقارير، أن طفلتين توأم من بين الضحايا لقيتا حتفهما في مدينة حلب الشمالية التي تضررت بشدة جراء الطقس البارد، مضيفاً أن خمسة فتيان لقوا حتفهم في مناطق متفرقة من جنوب سوريا وشرقها.

وكان قتل ١٠ لاجئين سوريين على الأقل في لبنان بينهم ٧ أطفال، في موجة الصقيع التي تضرب ساحل المتوسط، جراء الصقيع القارس، وسط نقص في مواد التدفئة، فيما تحاصر الثلوج مخيمات اللاجئين ما يمنعهم من التحرك خارجها. بينا سجلت تركيا والأردن ثلاث وفيات، ويبدو ان معاناة السوريين لن تنتهي مع دخول منخفض جديد للمنطقة خلال الايام القادمة موت أطفال سوريون تجمدا من البرد في مخيمات اللجوء حكاية من اجزاء. قدرهم ان يموتوا وأن يرحلوا بصمت من دون ان يحدثوا ضجيج يورق مضاجع المسؤولين. أجساد طرية تدمغ بالحبر الازرق تشبه ختم المرور نحو الجنة. لم تعد أسماءهم وأعمارهم ذات اهمية ولا حتى جنسهم البشري. جميعهم تحوّلوا الى مجرد ارقام ينتظرون دورهم على لوائح الموت بعدما تحوّل إعلان موتهم الى مجرد خبر عادي يمر ضمن عناوين متعددة على شاشات التلفزة

مرّوا من هنا رقم ٣ زياد الاخرس أن المفوضية تمنحه بعض اللاجئين عشرون قسيمة شهريا قيمة الواحدة منها سبعة وعشرون الف ليرة، لكن اصحاب جميع المحطات يزودونا فقط ب ١٨ لير مقابل كل قسيمة، ولذلك نضطر الى التقنين في استعمال المازوت حتى يكفينا طوال الشهر».

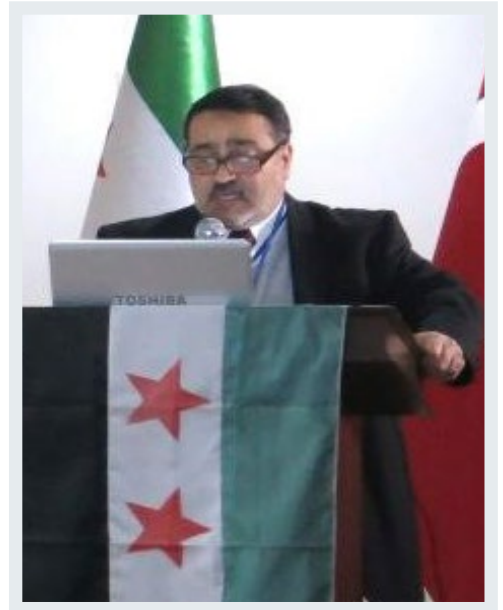
عرض مسلسل موت اطفال سوريين من البرد مكمل في بلاد الشتات بما فيها لبنان. أمهات تعجز عن مد يد العون لأطفالها ولو بجرعة من الدفء. أطفال يستعجلون اللعب اليوم لعلهم لن يتمكنوا من اللعب غدا. فبعد محمد وعلا وآخرين لم تعرف أسمائهم كان الموت بالامس على موعد مع الطفلة هبة حيث حملها وطار بها الى دنيا من الاحلام كان أفتتحها طفل «الرسن» بعدما مات متجمدا من البرد وهو رافع يديه نحو السماء وكأنه يشكو أمره لله من ظلم نظام منعه حقه في الحياة.

ويُنقل كخبر ثانوي على هامش نشرات الاخبار. ذنبهم الوحيد أنهم لاجئون، يواجهون مصيرهم وحدهم من دون ان تسأل دولتهم عنهم وعن احتياجاتهم بعد ان هربوا من دمارها ولهب براميلها المتفجرة فاذا بالموت يلاحقهم الى داخل خيم البؤس والقهر والجوع والحرمان. ولكن قبل ان يغادروا هذه الدنيا منحتم الحياة لقب أطفال الله في الشتات.

إن خوف الاهالي على مصير أبناءهم يجعلهم يعرضون حياتهم للخطر وربما الموت. بعضهم ابتكر وسائل جديدة للتدفئة لكنها غير آمنة، فهم غالبا ما يلجؤون الى إشعال القساطل وغيرها من قطع «البلاستيك» للتدفئة كخيار بديل عن مادة المازوت بعدما تحوّلت «البونات» التي تمنحهم اياها المفوضية العليا لشؤون اللاجئين التابعة للأمم المتحدة الى تجارة مربحة بيد اصحاب محطات المحروقات. يكشف مسؤول مخيم السوريون

الحلول السياسية في سوريا الطبل بدوما والعرس بحرستا

قلم الأمين العام



مع نهاية العام الماضي وبحراك كبير كانت هناك عدة محاولات لطرح حل سياسي للقضية السورية منها محاولة دي مستورا (الثعلب) والذي كان يناور ما بين النظام وبعض فصائل المعارضة هنا وهناك تحت عنوان تجميد المناطق الساخنة وذلك لإتاحة الفرصة ليقوم النظام بقمع جبهة الجنوب الخطيرة في ريف دمشق ودرعا، ومنها المحاولة الروسية والتي آتت بعده مباشرة والتي تسير بسرعة وكأنها تريد أن تخطف الأضواء وتحدد المسارات وكان زعيمها بغدانوف الذي كان يلهث ويتحرك من اسطنبول إلى عينتاب إلى الحكومة المؤقتة إلى الغرب والشرق لترويج مشروعه. وكان يتحرك ويملي إملأته هنا وهناك وكأنه دولة عظمى . ولو أن ضغط انخفاض أسعار النفط الكبيرة والشعور بقرب انهيار للنظام السوري كان يضغط عليه كفكي كماشة. ولعل بوادر فشل المبادرة الروسية واضحا منذ انطلاقتها لتجاوز

ممثلي الأرض وتجاوز كذلك الائتلاف والحكومة المؤقتة والتي لاقت الاعتراف الأممي الأكبر حتى الآن وتوجهت إلى معارضة مصنعة من قبل النظام (هيئة التنسيق وبعض عملاء النظام وبعض الأكراد) ولكن الطرح الأقوى كان طرح الحكومة التركية بإيجاد منطقة عازلة وتشكيل جيش من ١٥ ألف جندي من الحر تكون نواة للقضاء على النظام وداعش ولعل هذه المحاولة هي الأقوى حتى الآن. إن أي بحث في الحل السياسي ومحاولة تمريره بمختلف الأساليب بما يتعارض مع تطلعات شعبنا في الحرية والكرامة، لن يسهم في حل الأزمة. فشعبنا رغم كل ما أصابه من نكبات لن يقبل بحل يحول دون بلوغ أهدافه. وطريقه لتحقيق ذلك هو التوافق ووحدة الحركة والتنسيق بين جميع فعاليات الثورة، وتوحيد بنادقها باتجاه الهدف بصرف النظر عن إيديولوجية حاملها، مادام سعيه منصباً على إسقاط النظام والظفر بالحرية، في ظل دولة لكل مواطنيها دون تمييز أو اقصاء. إنها غاية الثورة ومعقد كفاحها. ولقد أكد التقدم النوعي للثوار على الجبهة الجنوبية، وتحرير ريف إدلب الجنوبي، بما فيه معسكري وادي الضيف والحامدية، والخسائر الفادحة للنظام وحزب الله في القلمون، والصمود الإسطوري لريف دمشق، ومعارك حلب الأخيرة، حقيقة أوضاع النظام الذي يقف على حافة الهاوية، وتدهور الحالة النفسية وانهيار المعنويات في صفوف قواته. فالفرار من المعارك والتهرب من الخدمة الإلزامية يتكرران باستمرار. كما تشد حالة هذه المبادرات والأفكار لا تستجيب

مواقف الدول الغربية وبعض
المواقف العربية ، والتقارب
الروسي التركي .
في ظل هذه الأجواء والتحركات،
كانت بداية العام الحالي تنطلق
بمؤشر إيجابي من الائتلاف
الوطني بولادة رئاسة جديدة
وهيئة سياسية جديدة لعلها
الأكثر توازناً حتى الآن، في
وقت تفتضي فيه المصلحة
الوطنية من الجميع إعادة النظر
بالسياسات السابقة، واستخلاص
الدروس من تجربة السنوات
الأربعة الماضية لتحقيق توافق
سياسي جديد ينسجم مع تطلعات
شعبنا ويلبي مطالب الثورة ،
والتقدم ببرنامج سياسي موحد
يطرح أمام المجتمع الدولي ،
وأمام المبادرين حين الانخراط
في مبادرات جادة في البحث عن
حلول سياسية للأزمة السورية .
إننا مع حل سياسي يوقف
المجازر ويقدم الحل العادل
لشعبنا السوري ولكن دون التخلي
عن قيمة الدماء وعن من هم
ثابتون على الأرض ومن قدموا
ويقدمون التضحيات والدماء
ولكن نقول أيضاً لهؤلاء أين
تمثيلكم السياسي وتشارككم مع
المخلصين ممثلي الشعب السوري
لا تكونوا كمن هو شمعة تحترق
وتذوب ويقطف غيرها الثمرة.
إن أي تحرك سياسي يكون إلى
جانب دولة تركيا فهو مؤشر
على أن البوصلة بالاتجاه الصحيح
ولمصلحة شعبنا وأهلنا وكما هو
من الناحية الإنسانية والمدنية
النموذج العالمي الأمثل ليس
للأزمة السورية ولكن نموذج
المهاجرين والأنصار كما يسميه
الأتراك أنفسهم.
في ٢٢/١/٢٠١٥ من الشهر الجاري
سيكون موعد الحل الروسي
مع المعارضة المصنعة الهجينة
والمنشقة عن الائتلاف. وكأنني
بنصر كبير على الأرض
للمجاهدين الصامدين يطيح
بأمال الدب الروسي وتبقى
الثورة السورية صامدة حتى
أمام تحديات الطبيعة بعون من
الله تعالى.

لتطلعات شعبنا، كما تشكل
مخالفة صريحة لقرارين دوليين
صادرين عن مجلس الأمن،
يعتبر أن وثيقة جنيفاً وتشكيل
هيئة الحكم الانتقالي كاملة
الصلاحيات أساس الحل السياسي
في سورية. والغريب في هذه
المبادرات، أنها تسعى ليس إلى
انقاذ نظام على حافة الهاوية ،
ارتكب بحق شعبنا جرائم ضد
الإنسانية، أدانتها كل المنظمات
الدولية فحسب، بل ترشح رأسه
ليكون شريكاً في التفاوض،
وربما صاحب دور في مستقبل
سوريا . إنها سابقة سياسية
خطيرة تؤسس لمكافأة المجرم
وتزيين وجه النظام بدلاً من
تغييره بإزاحة الأسد وطغمته
المجرمة شرط لا بد منه لفتح
الباب أمام الحل السياسي
السليم، وبالتالي إقناع مجتمعنا
بالتفاوض مع الأطراف الأخرى
من النظام لإجراء تسوية
تاريخية تلاقى أهداف الثورة
وتحقق إرادة الشعب وتقبل
بالنظام الديمقراطي.
إنها مبادرات ناقصة ومجزأة
تجاهل مكانة ودور الثائرين
والمحاصرين والمهجرين في
حل الأزمة السورية ، فهم
الطرف الحقيقي والأول الذي
ينبغي وضع رؤيته موضع
الاعتبار ومراعاة مطالبه
ومصالحه. إن الدعم الروسي
السياسي والعسكري للنظام قد
وصل إلى طريق مسدود، باتت
تكاليفه باهظة وغير مجدية.
فتحركهم الأخير يأتي على
خلفية أزماتهم الاقتصادية، التي
سببتها العقوبات الغربية وانخفاض
اسعار النفط، إضافة إلى محاولة
تلميع سياساتهم وإعادة تأهيلها
بعد وقوعها بالإخفاق والعزلة
في كل من أوكرانيا والشرق
الأوسط. والأمر ذاته ينطبق
على إيران لكن بدرجة أشد،
إضافة إلى وضع النظام المقلق
بالنسبة إليهما.
فهما بحاجة إلى مخرج سياسي
من شأنه الحفاظ على مصالحهما
ما أمكن. وهناك أسباب أخرى
منها التغيرات الطارئة على

صدور التقرير السنوي ٢٠١٤

عن اتحاد منظمات المجتمع المدني السوري

تقارير



منها التنموي ومنها الاغاثي ومنها الدعوي ومنها الخدمي ومنها ما يعمل على الاكتفاء الذاتي للأفراد أو المنطقة المستهدفة .

٥. الوضع الإداري والمالي للاتحاد خلال ٢٠١٤

احتوى هذا البند كل ما يتعلق بالناحية الادارية المالية للاتحاد خلال ٢٠١٤ كالهيكليّة التنظيمية والموازنة العامة خلال العام والعاقات بين الموظفين في الاتحاد الخ.....

٦. الملتقيات والمؤتمرات والحملات خلال ٢٠١٤

تعتبر المؤتمرات والملتقيات والحملات جزءاً مهماً من أنشطة المجتمع المدني السوري التي سعى الاتحاد دائماً إلى إطلاقها والمشاركة فيها وحضورها حيث أن هذه الفعاليات هي وسيلة من وسائل التواصل والمشاركة الفعالة كما أنها منبر لنشر فكر العمل المؤسسي ووسيلة تواصل قوية مع المنظمات.

٧. الوضع العام للمنظمات وتحديات التنسيق والمنظمات المنضمة

لقد أصبح لدى الاتحاد دراسة لواقع العمل المدني السوري وعدد المنظمات الإجمالي وكذلك المنظمات القريية والملتزمة ومكامن قوتها وضعفها والمنظمات التي يجب وضعها على القائمة السوداء (Black List) وكان هناك تحديد دقيق للمنظمات التي يحتاجها المجتمع.

٨. النشاط الإعلامي للاتحاد خلال ٢٠١٤

وتم فيه عرض انجازات القسم الاعلامي كاملة سواء الإعلام الالكتروني أو المطبوع أو المرئي.

٩. تقييم خطة العام ٢٠١٣

تم في هذا البند استعراض وتقييم خطة ٢٠١٣ بكل شفافية حيث تم انجاز ما نسبته ٥٨ % تقريبا من خطة العام ٢٠١٣.

صدر عن القسم الإعلامي في اتحاد منظمات المجتمع المدني السوري يوم السبت ٢٠١٤/١/١٠ التقرير السنوي الخاص بمنجزات وأعمال الاتحاد خلال عام ٢٠١٤ حيث شمل التقرير جميع أعمال الاتحاد خلال العام الماضي بالنسب والأرقام الحقيقية . احتوى التقرير منجزات الاتحاد في المجالات التالية:

١. مقدمة

تضمنت نظرة عامة عن ظروف عمل الاتحاد خلال العام ٢٠١٤ وشكر لكل من تابع منجزات الاتحاد خلال العام مع التمنيات بأن يكون العام ٢٠١٥ عام خير على السوريين كافة .

٢. إنجازات التدريب في الساحات المختلفة خلال عام ٢٠١٤

سعى الاتحاد منذ نشأته إلى تفعيل العمل المدني والنهوض به وذلك من خلال الدورات التدريبية والمحاضرات التثقيفية، حيث شهد الاتحاد منذ نشأته وخلال العام ٢٠١٤ تخصصاً أكبر وتدريب حثيث، حيث قام الاتحاد بعمل أكثر من ٤٦ دورة بمعدل ٦٢٤ ساعة تدريب وتميزت بتدريب كوادر الداخل وأنواع من الدورات التخصصية كالدورات الإعلامية والإخراج والإدارة والمشاريع شملت ساحات جديدة لم تكن موجودة في خطة العام ٢٠١٣ مثل أورفه وأنطاكية وتل الزعتر وعينتاب ووصل عدد المتدربين نهاية العام حوالي ١٣٤٥ متدرباً.

٣. التشبيك والتنسيق والشبكات التخصصية خلال ٢٠١٤

قام اتحاد منظمات المجتمع المدني بجهود كثيرة بهدف التشبيك بين منظمات المجتمع المدني فيما بينها إضافة لإقامة شبكات محلية وشبكات تخصصية لكل مجموعة من المنظمات حسب مجال عملها (إغاثية كانت أو تعليمية أو للأيتام). ومن هنا يبرز دور الاتحاد في استثمار الملتقيات والدورات التدريبية في تشبيك المنظمات مع بعضها من جهة ومع المنظمات الحكومية والوزارات، ومع المنظمات الدولية والاقليمية والتركية من جهة أخرى مثل منظمة التعاون الإسلامي واتحاد المنظمات الأهلية في العالم الإسلامي.

٤. مشاريع الاتحاد ومشاريع المنظمات خلال ٢٠١٤

قام الاتحاد بكتابة بعض المشاريع وتسويق مشاريع أخرى بأنواعها كافة لمعظم المنظمات المنضمة للاتحاد وغير المنضمة حيث بلغ عدد المشاريع التي سعى الاتحاد لتسويقها أكثر من ٦٠ مشروعاً

العودة... أمنية اللاجئين السوريين في العام ٢٠١٥

تمنيات



حزنهم لدخولهم عام جديد، وهم بعيدون عن ديارهم. وأفاد «مصطفى هنودي»، البالغ من العمر ٦٣ عاماً، اللاجئ من بلدة «جنودي» التابعة لمحافظة إدلب، لمصادر صحفية، أنه قضى ٣ أعوام وهو بعيداً عن أرض وطنه، قائلاً: «أمل أن يعود كل اللاجئين إلى أوطانهم في العام الجديد، وأتمنى أن يجلب هذا العام الخير لجميع المسلمين» وأضاف قائلاً «إن فرحتي الكبيرة هي رؤية سقوط نظام الأسد». وأوضح «جمعة زيتزلي» الذي يقطن المخيم بعد أن ترك محافظة إدلب، أنه يعيش في تركيا حياة مريحة، غير أنه لم يفرح لدخول العام الجديد، مشيراً أن هناك الملايين من السوريين يعيشون في وضع بائس في دول عدة، معرباً عن أمله في أن يلتقي مع أفراد أسرته تحت سقف الوطن. وأعرب «حمدي داوي» الذي لجأ إلى تركيا قبل ٤ أعوام مع ٦ من أطفاله، والبالغ من العمر ٥٩ عاماً، عن شكره لتركيا، قائلاً: «تركيا دولة سخية، ضمدت جراحنا واستقبلت المصابين ودفعت مصاريفنا، لذا فنحن ممتنون لها»، داعياً ربه أن ينقذ العالم من جميع الطفلة في العام الجديد. ويقدر عدد اللاجئين في المخيمات بحوالي (٢٢٠) ألف شخص، وفق تقرير صادر عن إدارة الطوارئ والكوارث التركية،

فيما أجمع لاجئون سوريون في الأردن على أن أمنيتهم الأولى للعام الجديد، سقوط نظام بلادهم وعودتهم آمنين إلى منازلهم التي هجروها، قال آخرون إن الأماني لديهم ماتت، معتبرين سقوط رئيس النظام السوري بشار الأسد أمراً محالاً كون المجتمع الدولي باتت له مصالح مشتركة معه، على حد تعبيرهم.

لاجئون تحدثت معهم وكالة الأناضول، عيونهم ما زالت تنظر بأمل، تجلس خلف التلفاز تتابع كل ما يجد من أخبار على قنوات الثورة السورية والقنوات العربية آملة بمشاهدة خبر سقوط النظام، وأخرى لم تعد نشرات الأخبار وجبتها التلفزيونية المفضلة، وليست مهتمة سوى بواقع حياتها اليومي دون الاهتمام بشيء آخر.

يقول اللاجئ يوسف المحاميد وهو أربعيني ترك منزله في محافظة درعا (جنوب)، ولجأ للأردن منذ ٣ أعوام: لم أفقد الأمل، فلا أحد يستطيع محاربة شعب بأكمله، أنا متأكد أنه سيأتي اليوم الذي يفقد فيه بشار القدرة على المواصلة وأتمنى أن يكون هذا اليوم في العام الجديد.

ويتابع المحاميد الذي يعمل بمتجر للخضار، شرقي العاصمة عمان: أمانينا كلاجئين أولاً بأن يعود الأمن لسوريا، وأن تشكل حكومة وفاق وطني تجمع الشعب السوري الذي عانى الويلات على أيدي بشار ووالده حافظ سابقاً.

أما اللاجئة التي اكتفت بالتعريف عن نفسها ببسرى خوفاً من نظام بلادها الذي قتل زوجها وتركها معيلة لطفلين، اعتبرت أنه يمكن لأي نظام أو حكومة بالعالم أن تضيق على شعبها وتطردهم من منازلهم وتقتل الكثير منهم، لكنها لا تستطيع منع الشعب من الأحلام والأمان.

ويوجد في الأردن خمسة مخيمات للسوريين، أكبرها مخيم الزعتري والذي يوجد بداخله قرابة ٨٣ ألف لاجئ، والبقية يتوزعون على المخيم الإماراتي الأردني (مريجب الفهود) ومخيم الأزرق (مخيزن الغربي)، ومخيم الحديقة، ومخيم ساير سيتي.

كما يأمل اللاجئون السوريون الذين يعيشون في مخيم للاجئين بمنطقة «يايلا داغي»، بولاية هاطاي جنوبي تركيا، أن يشهد العام الجديد نهايةً لنظام بشار الأسد، والعودة إلى وطنهم. وعبر اللاجئون الذين يقطنون مخيم «تاكال»، عن

ذكرى المولد... ذكرى ولادة البشرية

بقلم محمد عادل فارس

مناسبات

الله عليه وسلم الصابر المحتسب، والشجاع المقدام، والكريم السخي، والرؤوف الرحيم، والوفى الودود، والمعلم الحكيم، والمربي الباني... ولقد وصفه ربه سبحانه بأعلى

عليكم، بالمؤمنين رؤوف رحيم سورة التوبة: ١٢٨. ووصفه مع أصحابه الغر الميامين فقال: محمد رسول الله، والذين معه

كلما جاء ربيع الأول تذكر المسلمون حدثاً من أعظم أحداث التاريخ، ذلك هو ولادة خاتم المرسلين محمد صلى الله عليه وسلم، الذي كانت ولادته إيذاناً بانتصار الحق واندحار الباطل، ومنطلقاً لولادة البشرية من جديد، البشرية التي تمتلك المقومات التي تليق بها، وتميزها من سائر المخلوقات، وتجعلها متحررة من العبودية لشتى أنواع الأصنام والجبوت والطاغوت، تتلقى عن الله تعالى، عبر رسوله الأكرم صلى الله عليه وسلم، في شؤون العقيدة والشعائر والشرائع والأخلاق... ما يجعلها في المقام الذي يليق بالجنس الذي كرمه الله تعالى ولقد كرمنا بني آدم وحملناهم في البر والبحر، وفضلناهم على كثير ممن خلقنا تفضيلاً سورة الإسراء: ٧٠.

في ذكرى المولد لا يكفي أن نقف عند الرسوم والأشكال، عند نصب زينة، وتوزيع حلوى، وسماع نشيد، وإلقاء خطبة... لا بد أن نحس أننا أتباع منقذ البشرية الذي نحتفل بمولده، نحبه ونجله، ونتأسى به في أموره كلها في صدقه وأمانته، وفي خشوعه وقنوته، وفي تواضعه وسماحته، وفي دعوته وسياسته، وفي سلمه وحربه، وفي طعامه ولباسه، وفي معاملته لأزواجه وأصحابه وجيرانه، وفي حلمه على السفهاء، ورحمته بالصغار، وشدته على الأعداء... لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة لمن كان يرجو الله واليوم الآخر، وذكر الله كثيراً. سورة الأحزاب: ٢١.

وإنه ما من مكرمة وفضيلة وكمال بشري إلا هو متمثل في شخص النبي صلى الله عليه وسلم أعظم ما يمكن أن يتمثل. فهو صلى



قال تعالى:

أشداء على الكفار رحماء بينهم، تراهم ركعاً سجداً، يبتغون فضلاً من الله ورضواناً. سيماهم في وجوههم من أثر السجود سورة الفتح: ٢٩.

الأوصاف: وإنك لعلى خلق عظيم سورة القلم: ٤. لقد جاءكم رسول من أنفسكم عزيز عليه ما عنتم، حريص

صحيح ما رأيت النور من وجهك

عبد العزيز جويذة

شعر

صحيح ما رأيت النور من وجهك
ولا يوماً سمعت العذب من صوتك
ولا يوماً حملت السيف في ركبك
ولا يوماً تطاير من هنا غضبي

كجمر النار
ولا حاربت في أحد
ولا قتلت في بدر
صناديداً من الكفار
، وما هاجرت في يوم
.. ولا كنت

من الأنصار
ولا يوماً حملت الزاد والتقوى

لباب الغار
ولكن يا نبي الله
أنا والله أحببتك
لهيب الحب في قلبي

كما الإعصار
فهل تقبل؟

حبيبي يا رسول الله
هل تقبل؟

.. نعم جئت
هنا متأخراً جداً
ولكن .. ليس لي حيلة
.. ولو كان
قدوم المرء حين يشاء
لكنت رجوت تعجيله

وعندي دائماً شيء من الحيرة
فمن ساكون

أمام الصخب والخيرة
.. فما كنت

أنا - أنس - الذي خدمك
ولا - عمر - الذي سندك
، ولم أقدم على شيء ولم أهرب

ولا يوماً حملت لواء
ولا واجهت في شمم
هنا الأعداء

ولا يوماً رفعت الراي خفاقة
أنا طفل يُداري فيك إخفاقه
.. ولكن يا رسول الله

أنا نفسي
! لحبك يا رسول الله وحب الله
تواقة

سعادة واطمئنان وشرف وسؤدد إلا
في ظل الشريعة التي أنزلها الله
على رسوله صلى الله عليه وسلم:
□ لقد أنزلنا إليكم كتاباً فيه
ذكريكم. أفلا تعقلون □ سورة
الأنبياء: ١٠، ففي هذا الكتاب، في
اتباعه والاحتكام إليه، يكون لكم
ذكر في العالمين، وشأن في
المجتمع البشري، وبدونه ستكونون
في ذيل القافلة، ولسوف تداعى
عليكم الأمم كما تداعى الأكلة
إلى قصعتها... وحالكم يوم عثتم
في ضياء هذا الدين، ثم حالكم
يوم ابتعدتم عنه، خير شاهد.

إن بعثة النبي صلى الله عليه وسلم،
وما نشأ عنها من نزول الشريعة
التي تسعد البشرية، وتزيل عنها
أسقامها... هي من أعظم النعم
التي يمن الله عز وجل بها على
الناس، ويؤاخذهم على نسيانها
واتخاذها وراءهم ظهيراً:

□ واذكروا نعمة الله عليكم إذ كنتم
أعداء فألف بين قلوبكم، فأصبحتم
بنعمته إخواناً... □ سورة آل عمران:
١٠٣.

□ ألم تر إلى الذين بدلوا نعمة الله
كفراً، وأحلوا قومهم دار البوار.
جهنم يصلونها وبئس القرار □
سورة إبراهيم: ٢٨.

لقد كان صلى الله عليه وسلم
أعظم الناس، وأكرم الناس، وأجود
الناس، وأرحم الناس، وأشجع
الناس، وأصدق الناس... وكان دينه
أعظم دين، وأقوم دين، وأخلد
دين... وكان الكتاب الذي جاء
به أعظم كتاب، وأهدى كتاب،
وأشمل كتاب، وأسعد كتاب.

ألا فلنستشعر عظمة النبي صلى الله
عليه وسلم، وجميل صفاته، وجلال
الشرع الذي جاء به، ولنرفع
رؤوسنا فخراً بهذا النبي وهذا
الدين، ولنعاهد ربنا سبحانه أن
نكون من عباده المتقين، وأن نقف
بنبيه الأمين صلى الله عليه وبارك
وعلى آله وأصحابه أجمعين.
ونقل كما قال الشاعر:

ومما زادني شرفاً وتبهاً
وكدت بأخمصى أظاً الثريا

دخولي تحت قولك: «يا عبادي»
وأن صيرت أحمد لي نيباً

فهل تأسينا برسول الله صلى الله
عليه وسلم وأصحابه؟! وهل نجعل
من هذه الذكرى محطة تراجع
فيها سلوكنا ومواقفنا وأخلاقنا
وأواصرنا... في ضوء هديه صلى
الله عليه وسلم؟!.

إن رسالة هذا النبي الكريم لتخاطب
المسلمين، قادة وشعوباً، وتذكرهم
بالأصول التي ربي عليها النبي
صلى الله عليه وسلم أصحابه،
وأسس عليها دولته، وتدعوهم إلى
الاقتداء بها وتلمس آثارها، وتلح
عليهم أن يتطهروا مما علق بهم
من قيم زائفة، ومبادئ باطلة،
وشعارات خبيثة... وأن يستشعروا



مسؤوليتهم تجاه أنفسهم، وتجاه
شعوبهم، وتدعوهم أن يحكموا هدي
النبي صلى الله عليه وسلم في
شؤون حياتهم كلها، وتذكرهم
أنه لم يكن لهم، ولن يكون لهم،

اتحاد منظمات المجتمع المدني السوري

اللقاء السنوي لأعضاء مكاتب الاتحاد

اجتماعات داخلية

والإعلامية ومنجزات التشبيك ومن ثم تم عرض منجزات الاتحاد على صعيد المشاريع وكذلك تقرير الملتقيات والمؤتمرات وهنا تم التطرق إلى الوضع العام للمنظمات وتحديات التنسيق وأخيراً تم العرض التفصيلي للتقرير الإداري

التنسيق
• المنظمات المنضمة للاتحاد وآليات متابعتها
كما قامت مسؤول فرع غازي عينتاب بعرض أهم منجزات فرع غازي عينتاب خلال عام ٢٠١٤ حيث ركزت في عرضها على

عقد في مكتب الاتحاد في إسطنبول يوم ٢٥/١٢/٢٠١٤ الاجتماع السنوي لكادر الاتحاد وحضره كامل الكادر (من إسطنبول وغازي عينتاب وحلب) وبعض الاستشاريين في الاتحاد. ويجري مثل هذا الاجتماع عادة في نهاية آخر شهر من السنة لعرض المنجزات التي تمت على مدار العام وتقييم الخطة السنوية ووضع الملامح الأساسية لخطة العام القادم التي سيسير بها الاتحاد في العام القادم. استمر الاجتماع حوالي ٩ ساعات حيث تم تقسيمها على أربعة فترات.

الفترة الأولى

افتتح الاجتماع بكلمة للأمين العام رحب فيها بالحضور وتمنى أن يتم عرض المنجزات بشفافية ووضوح ليكون تقييم خطة ٢٠١٤ حقيقي كما ركز في كلامه على مجموعة من النقاط التي تجعل من اللقاء أكثر فائدة منها:

- الراحة النفسية لجميع الكادر
- إنجازات الاتحاد يجب أن تكون مقدمة كما هي بدون زيادة أو نقصان

• النقد الشفاف والبناء

بعد ذلك تم عرض ملخص عن تقرير منجزات سنة ٢٠١٤ حيث شمل إنجازات العام ٢٠١٤ وفق الترتيب التالية:

- إنجازات التدريب وتحدياته في مختلف الساحات

- منجزات القسم الإعلامي
- التشبيك والتنسيق في الداخل والخارج وتطوره

- المشاريع المنجزة خلال ٢٠١٤
- الملتقيات والمؤتمرات
- التقرير الإداري والمالي
- الوضع العام للمنظمات وتحديات

والمالي بكل شفافية وكذلك تقرير المنظمات المنضمة للاتحاد بكل تفاصيله. وتميزت هذه المرحلة بالمدخلات المفيدة التي سلطت الضوء على أهم الأخطاء التي شابت منجزات الاتحاد ليتم تلافيها في العام القادم.

الإنجازات المتعلقة بآليات التعامل مع المنظمات المنضمة للاتحاد. وتخلل الفترة الأولى مناقشة لما تم عرضه من قبل أعضاء الكادر والمستشارين. الفترة الثانية:

قام مسؤول كل قسم في هذه الفترة بعرض تفصيلي عن منجزات القسم الذي يرأسه حيث تم عرض المنجزات التدريبية





الفترة الثالثة:

تم في هذه الفترة ما يشبه جلسة العصف الذهني من أجل وضع الملامح الأساسية لخطة العام ٢٠١٥ التنفيذية حيث أجرى كادر الاتحاد تحليل SWOT والذي كانت نتيجته تحديد نقاط الضعف ونقاط القوة والفرص المتاحة والتهديدات التي تواجه الاتحاد في المرحلة المقبلة والتي سيرتكز عليها الاتحاد في وضع الخطة التنفيذية للعام القادم.

الفترة الرابعة

قام الأمين العام بتوجيه الشكر للجميع وأثنى على جهودهم ومن ثم تم توزيع هدايا رمزية للجميع تقديراً لجهودهم خلال العام ٢٠١٤،

- د. محمد سعيد المدير التنفيذي للإعلامي في الاتحاد (فرع إسطنبول)
- م. يوسف محمد مسؤول قسم التدريب في الاتحاد (فرع عينتاب).
- مسة أول فرع غازي عينتاب للاتحاد



كما تم توجيه شكر خاص

- المستشار والخبير في شؤون المنظمات الدولية د. وليد الصالحي
- المستشار التربوي في الاتحاد الأستاذ عبد العليم حنون
- مسؤولة شؤون المرأة في الاتحاد السيدة غيثاء العليبي
- المهندس خليل أغا المدرب مستشار العمل المؤسساتي والبنى التنظيمية في الاتحاد
- السيدة رباب سنبللي
- كما تم توجيه الشكر إلى الجنديين المجهولين في الاتحاد المهندس أحمد الخياط المسؤول المالي والسيد محمد علاء مسؤول التواصل. وتم توزيع جائزة أفضل موظف خلال العام حيث أعطيت هذا العام مناصفةً بين:
- م. رامي الشيخ مسؤول القسم

من أخبار منظمات المجتمع المدني السوري

أخبار منظمات

تخرج ١٠٠ يتيم حافظ لكتاب الله من مخيم الزعتري
كل الشكر والاحترام لمن سهر على العناية بهم والاهتمام لشؤونهم



منظمة شهيد

منظمة بنفسج

انتهاء توزيع حملة السلّات الغير غذائية
في ريف ادلب خلال ٨ أيام من العمل
المتواصل والدؤوب من فريق المنظمة
وقد تم توزيع السلّات وفق :

كفر تخاريم + ملس \ ٦٥٠
مدينة سلقين و منطقة حير جاموس \
٨٢٢

ارمناز وعين شيب وبيرة ارمناز \ ٥٨١
معرة مصرين \ ٧٠٠

سرمين \ ٨٠٠ \ قميناس ودينيت والنيرب
\ ٤٦٠ \ سراقب \ ٧٥٠
تفتناز \ ٤٠٠

كل الشكر والامتنان لشباب الفريق
اللذين بذلوا جهوداً كبيرة في العمل
, والشكر للمنظمات والمجالس المحلية
المتعاونة لنجاح هذا العمل .



توزيع مادة المازوت على أهلنا بريف حمص الشرقي الجنوبي جزى الله خيرا كل من ساهم في ادخال الدفء الى قلوب أهلنا في حمص.



توزيع مادة المازوت على أهلنا بريف حمص الشرقي الجنوبي

مؤسسة رحمة الأنسانية

مصرّون على التعلم ... رغم العواصف و الدمار . صورة لإحدى مدارس عطاء في ريف اللاذقية و قد تعرضت لدمار جراء العاصفة التي ضربت المنطقة حيث أن الطلاب لم يتوقفوا عن الدراسة في هذه الظروف القاسية.



«جمعية عطاء للإغاثة والتنمية»

المؤتمر الثاني لرابطة أحرار سجن تدمر برعاية الاتحاد

مؤتمرات



تحت رعاية وإشراف اتحاد منظمات المجتمع المدني السوري انعقد المؤتمر الثاني لرابطة أحرار سجن تدمر وذلك من تاريخ ٢٧ ولغاية ٢٩ /١٢/ ٢٠١٤ في منتجع اوغور - غازي عنتاب ، حيث حضر المؤتمر إضافة الى اعضاء الأمانة العامة للرابطة ، عدد من الشخصيات الفاعلة في المجتمع المدني السوري والنشطاء الحقوقيين ، وممثلي بعض المنظمات التركية .

بدء المؤتمر يومه الأول باجتماع لأعضاء الأمانة العامة للرابطة المنتخبين من مراكزهم في الداخل السوري ودول الجوار ، ومع صعوبة الوصول الى مكان انعقاد المؤتمر من الداخل السوري تخطت نسبة الحضور ٨٠ % من أعضاء الأمانة العامة ، حيث تمت مناقشة المرحلة الماضية لعمل الرابطة على كافة الأصعدة بما فيها من صعوبات وتحديات ، تلت تلك الجلسة مجموعة من ورش العمل للخبير الدولي د. الصالحي بدأها بورشة مناقشة عن النظام الأساسي للرابطة ، ثم ورشة عمل عن الإغاثة والمشاريع الاقتصادية ، وورشة عن الإعلام المجتمعي ، ثم انتهى اليوم الأول للمؤتمر بورشة عن حقوق الإنسان .

اليوم الثاني للمؤتمر كان الافتتاح الرسمي بحضور عدد من الشخصيات ومنظمات المجتمع المدني ووسائل الإعلام ، وكان ممن حضر جلسة الافتتاح الرسمي الدكتور خضر السوطري الأمين العام لاتحاد منظمات المجتمع المدني السوري ، الاستاذ نبيل شبيب مركز الدراسات والبحوث الالمانسي ، السيدة غيثاء علبي ، الاستاذ جلال الدين خانجي عن

فأنتبت وانتشت وأزهرت ماراد الحرية العظيم في أيامنا هذه والذي يصرع كل قوى الشر في المنطقة ، ثم وجه كلمته للرابطة قائلاً أعلم أنكم وأكثر من سنتين وأنتم تؤسسون وتتواصلون وتجمعون وتدريبون وتشاركون في الثورة المجيدة وعلمي بأن رابطة أحرار تقارب الألف منتسب وأن عمقكم الألوف وامتدادكم متجذر في كل المدن والقرى السورية وأنكم الوقود الحي لثورتنا الكريمة كما تحدث عن خمسة مسارات يجب على الرابطة أن تعنى بالاهتمام بها في هذه الأيام وهي .. أولاً : إثبات ظلامتكم والبحث عن حركم وجمع الأدلة لمن أجرم في حركم ، ثانياً : قسم يعني بالإحصاء لكل الموارد البشرية لأحرار تدمر وتحديد الطاقات والخبرات وأليات التواصل معها وكيفية الاستفادة منها وتفعيلها ، ثالثاً : المشاركة والمساهمة في إغاثة أهلنا في سوريا وخاصة في المجالات العاجلة والطارئة ، ورابعاً : وهو الأهم المشاركة في مشاريع

النقابات ، السيدة عزيزة جلود عن المرأة ، كما حضر ممثل عن جمعية بلبل زاده ، وممثل عن جمعية النورسيين .
بدء الافتتاح بتلاوة لآيات من القرآن الكريم ، ثم كلمة لرئيس رابطة أحرار سجن تدمر المهندس نبية عثمان رحب فيها بالحضور ثم تحدث عن بشكل موجز عن تجربة التدمريين ومعاناتهم في تلك الحقبة في سجون تدمر وملاقاتهم لمختلف صنوف التعذيب ، حيث كانت يهدف حافظ الأسد في تلك المرحلة الى تفرغ البلد من النخب الفكرية والاجتماعية ، ثم قدم السيد عثمان موجز عن رابطة أحرار سجن تدمر منذ نشأتها حتى الآن والتي تعتبر حقوقية لأعضائها ، خدمة إغاثية للجميع .

تلى ذلك كلمة راعي المؤتمر الدكتور خضر السوطري الأمين العام لاتحاد منظمات المجتمع المدني السوري تحدث فيها عن شهداء تدمر الأحرار الذين رووا بدماهم نبتة الحرية قبل سنين

طرائف من الثورة السورية

طرائف

كان رامى مخلوف يمشي ليلاً في أحد شوارع دمشق عندما برز له رجل ملثم يحمل مسدساً بيده فصاح برامى أعطيني فلوسك بسرعة ولوح بالمسدس فقال له ولاه ما بتعرف مين أنا .. أنا رامى مخلوف ! فقال الملثم : اذا هيك ... أعطيني فلوسي ..

في إحدى المواجهات بين قوات الأمن والشبيحة (بأسلحتهم وعتادهم الحربي) وبين إخوتنا الحماصنة (بنذكائهم وفطنتهم) انسحب المتظاهرون الأبطال ولكن لسوء حظ أحدهم فقد تأخر عن باقي الشباب فتجمع عليه الشبيحة والأمن وحاو طوه حتى أصبحوا حوالي ٢٠ عنصر حوله وحين هموا بالإنقضاض عليه بالهراوات... صاح أحد رفاقه الأذكى من بعيد: صارو عشرين واحد!! هلاً فجّر حالك فجّر حالك!!

فهرب الأمن والشبيحة من حوله بسرعة وعاد سالماً بعون الله وحمله

أمثال خاصة بالثورة من مغسل ومشحم حمص الدولي للدبابات:

- وراء كل مهندس عظيم، دبابة.
- دبابة مهندسة خيراً من ألف شبيحية.
- دبابة بحمص أحسن من عشرة بالجولان.
- الدبابة يلي ما بتقدر عليها بوس سبطانيتها وادعي عليها بلكرس.
- الدبابة الي ما تعجبك بتقصفك.
- ليس بالدبابة وحدها يحيا الانسان.
- إذا الشعب يوماً اراد الحياة...ابعتلو شي عشر دبابات.
- دبابة بالشارع أحسن من قناص على السطح .
- الدبابة يلي بتعرفها أحسن من الدبابة يلي بتتعرّف عليها.

أحد مذيعين التلفزيون السوري في أحد المظاهرات المؤيدين للرئيس لاحظ وجود طفل متحمس جداً وبالروح بالدم نضديك يا بشار بالروح بالدم نضديك حزب البعث فقال في عقله اعمل معو سبق صحفي فقلو للطفل: حبيبي انتا ليش متحمس كثير؟ رد الطفل: لاني وطني، قال المذيع: احسنت حبيبي انتا مين ابوك؟ رد الطفل: ابوي حزب البعث، قال المذيع: ممتاز حبيبي ومين أمك؟ قالو: امي طلائع البعث، قال المذيع: رائع رائع حبيبي انتا شو أمنيتك بالحياة؟ قال الطفل: أتمنى أصير يتيم عمو

التنمية التي تثبت أهلنا وتدور عجلة الحياة وخامساً: التأسيس من النخب لمشاريع النهضة وتخريج النخب وجيل القادة من أجل مستقبل أفضل لأمتنا بعد أن غيبت قصداً عن الصعود والنهضة ومحাকাاة الأمم . ثم ختم كلمته قائلاً أن إعلان رابطةكم أنها مدنية دون انتماء إلى سياسة أو أية أجندة إلا أجندة الوطن سيزيد انتماءكم ونشاطكم ومحبيكم وظيفكم .

تلى الكلمة عرض برومو عن الرابطة استعرض من خلاله المراحل التي مرت بها من نشأتها وحتى الآن ، ثم ألقى كلمة عن المرأة ومعاناتها وتضحياتها في تلك المرحلة (مرحلة الثمانينات) قدمتها السيدة عزيزة جلود ، ثم كلمة عن النقابات قدمها السيد جلال الدين خانجي ، ثم كلمة جمعية بلبل زاده التركية القاها السيد محمود كاتشمازار ، وكلمة جمعية النورسيين قدمها السيد حسن أكسوت ، ثم كلمة عن دور المرأة في الثورة السورية القتها السيدة غيثاء عبي . تلك الكلمات قصيدة شعرية من أحد سجناء تدمر القاها السيد حسن نيفي ، ثم كلمة عن جامعة رشد الافتراضية حيث قدمت الجامعة خلال المؤتمر ٥٠ منحة دراسية لأعضاء رابطة أحرار سجناء تدمر وابنائهم .

الفترة المسائية من اليوم الثاني للمؤتمر قدمت محاضرة بعنوان الدور القيادي وصنع القادة للدكتور الصالحي ثم عقدت جلسة مغلقة لأعضاء الامانة العامة للرابطة تم فيها ما يلي :

١- استقالة اعضاء المكتب التنفيذي للرابطة خلال الدورة السابقة .

٢- انتخاب رئيس المكتب التنفيذي الجديد من قبل الامانة العامة ، تم انتخاب المهندس نبيه عثمان بالأغلبية العظمى من قبل الناخبين .

٣- طرح رئيس المكتب التنفيذي الجديد اسماء ١١ مرشح على الامانة العامة لاختيار ٦ أعضاء لعضوية المكتب التنفيذي حيث نجح السادة بهاء الحسن - عبد الله البصير - هيثم مرمور - أحمد عزيبي - حسن أصلان - أحمد برو .

٤- الاعضاء الخمسة من المرشحين يعتبروا اعضاء احتياط في المكتب التنفيذي .

٥- انتخاب هيئة الرقابة من الامانة العامة وهم السادة : محمد حشاش - رامى مفتي - أنس شامية .

اليوم الثالث من المؤتمر بدء بمحاضرة للدكتور الصالحي حول الاغاثة ومشاريع التنمية ، ثم إطلاق البيان الختامي للمؤتمر .



أهم الأنشطة التدريبية خلال شهر كانون الأول ٢٠١٤

أنشطة الاتحاد



دورة العمل الجماعي وروح

الفريق الواحد

نظراً لأهمية العمل التطوعي والجماعي في منظمات المجتمع المدني السوري أقام الاتحاد يوم الثلاثاء ٢٠١٤/١٢/٩ دورة «العمل الجماعي وروح الفريق الواحد» بالتعاون مع مجموعة هذه حياتي التطوعية حيث قدمها المدرب محمد إرحابي مؤسس المجموعة.



دورة «منهجية التغيير في

المنظمات»

اختتمت يوم ٢٠١٤-١٢-١٨ في مكتب الاتحاد دورة منهجية التغيير في المنظمات التي يقيمها الاتحاد بالتعاون مع المركز العالمي للتدريب الاحترافي ويقدمها المدرب الجزائري حسان قزول حضر هذه الدورة العديد من العاملين في منظمات المجتمع المدني السوري في إسطنبول.

دورة المنهجية العلمية لحل

المشاكل في المنظمات

نظراً لأهمية حل المشكلات لدى منظمات المجتمع المدني أقام الاتحاد يومي الاثنين والثلاثاء ١٥-١٦ / ١٢ / ٢٠١٤ دورة بعنوان (المنهجية العلمية لحل المشكلات في المنظمات) حيث قدمها المدرب الجزائري حسان قزول وذلك في مكتب الاتحاد في اسطنبول.



دورة مهارات التعليم

انتفا عليا سطنبول

إيماناً من الاتحاد بضرورة استمرار رفع قدرة وكفاءة العاملين في المجال التعليمي أقام اتحاد منظمات المجتمع المدني السوري وبالتعاون مع مجلس مدراء المدارس السورية في إسطنبول دورة تعليمية بعنوان «مهارات التعليم التفاعلي» قدمها الأستاذ والمربي الفاضل السيد عبد العليم حنون (المستشار التعليمي للاتحاد) في مقر مدرسة الأوائل حيث استمرت الدورة يومي ٢٧ و ٢٨ كانون الأول بمعدل ٥ ساعات في اليوم، وحضر الدورة أكثر من ٣٢ مدرس ومدرسة يمثلون عدد من المدارس السورية في اسطنبول.

دورة العمل الجماعي و روح

الفريق الواحد - الأردن

بعد نجاحها في اسطنبول و نظراً لأهمية العمل التطوعي والجماعي في منظمات المجتمع المدني السوري أقام الاتحاد يوم الاثنين ٢٩/١٢/٢٠١٤ دورة «العمل الجماعي وروح الفريق الواحد» في الاردن محافظة اربد بالتعاون مع مجموعة هذه حياتي التطوعية حيث قدمها المدرب محمد إرحابي مؤسس المجموعة. وقد حضر الدورة ٢١ شاب وشابة يمثلون بعض الفرق التطوعية وبعض منظمات المجتمع المدني.



دورة البناء المؤسسي

والهيكلية التنظيمية في أنطاكية

بحضور ٢٩ شخصية يمثلون ١٢ منظمة مجتمع مدني إضافة لمديري ثلاث مدارس ومستشفين اثنين أجريت بالتعاون مع رابطة المرأة السورية في أنطاكية على امتداد ثلاثة أيام دورة البناء المؤسسي والهيكلية التنظيمية في منظمات المجتمع المدني قدمها المدربان يوسف محمد و خليل اغا.

الطبيب الدمشقي هل يشفي الائتلاف من علله؟

سياسي



التحدث وحسب... بل كان يجيد قراءة مؤشرات وهن الثورة، أو ضعف أشكال تمثيلها، ولهذا كان في كانون الثاني / يناير من العام ٢٠١٤ واحداً مع مجموعة من الأعضاء الذين انسحبوا من الائتلاف كتعبير عن الخيبة من أدائه، وخصوصاً بعد أن أصدر (١٣) فصيلاً ثورياً مقاتلاً في الداخل السوري بياناً يسحبون فيه اعترافهم بالائتلاف والحكومة المؤقتة... يومها قال خالد خوجة في حوار مع تلفزيون الأورينت: «الائتلاف خلال الستة أشهر الماضية، كاد أن يقطع العلاقة مع الداخل.. وارتهن للأسف الشديد لأهواء مجموعة الشعب السوري. نعتقد أن داخل مجموعة أصدقاء الشعب السوري، هناك دول تريد فعلاً أن تدعم الشعب السوري، وتريد أن تنهي الأزمة الإنسانية التي يمر بها بلدنا الحبيب سوريا، ولكن أغلب هذه الدول غير جادة في وضع حل لهذه الأزمة، وغير جادة في دعم الشوري، كثير من ممثلي الدول قالوا لنا إن مشكلة الشعب السوري ليست مشكلتهم».

التركية الحسنة، وكان في السابق سفير الائتلاف لدى تركيا، ناهيك عن سيرته الشخصية التي وجدت في تركيا، ملجأ من وحشية نظام الأسد منذ اعتقال طفلاً قاصراً في سجون الديكتاتور الراحل حافظ الأسد.

فقد اعتقل خالد في العام ١٩٨٠، وكان لا يزال فتى لمدة أربعة أشهر في سجون مخبرات الأسد الوحشية، ثم اعتقل ثانية في العام ١٩٨١ لمدة عام ونصف بسبب نشاط والده السياسي في نقابة الأطباء. وغادر سوريا بعد أن أفرج عنه بوساطات على اعتبار أنه «فتى قاصر»، فيما بقي والده في السجن، ولجأ هو إلى أقاربه في تركيا.

الفتى الذي كان كل جريمته ممارسة والده لنشاط سياسي، عرف سجون الأسد بكل وضاعة جلاديتها الإنسانية، واستقواهم المليء بالندالة وانعدام أسسط قيم الشرف الإنساني على الأطفال والنساء.. لم يكن يحتاج لبطاقة دعوة تذكره برعب ليالي السجن وهو لم يبلغ السن القانوني الذي يحاكم بموجبه على أفعاله أو أفعال والدية بعد، فانخرط في الثورة السورية منذ انطلاقة أولى مظاهراتها في منتصف آذار / مارس ٢٠١١. وكان من مؤسسي المجلس الوطني السوري، أول مجلس سوري معارض، ثم ساهم في تأسيس الائتلاف الوطني. وكان حتى قبل انتخابه رئيساً للائتلاف، ممثلاً له في تركيا.

خالد خوجه الذي عرف على الشاشات متحدثاً متوازناً، عميق الخبرة بشأنه بلاده وأطوار نظام الاستبداد الذي حكم تلك البلاد بالحديد والنار لأكثر من أربعة عقود، لم يكن يجيد

أورينت نت. بعد طول تداول أعلنت الهيئة العامة للائتلاف الوطني لقوى الثورة والمعارضة السورية يوم الخامس من كانون الثاني / يناير ٢٠١٥، انتخاب خالد خوجه رئيساً للائتلاف، خلفاً للرئيس المنتهية ولايته هادي البحرة، الذي لم يسعى لتجديد بقائه فيه، بخلاف السعي المستميت الذي ميّز الرئيس الأسبق أحمد عاصي الجريبا. وجاء انتخاب خوجة بـ (٥٦) صوتاً من مجموع (١٠٦) أصوات خلال اجتماع عقد يوم الرابع من يناير في مقر الائتلاف باسطنبول، بعد منافسة قوية على المنصب، مع عدة منافسين كان أبرزهم (نصر الحريري) الذي كان يحظى بدعم الإخوان المسلمين، لكن فوز الخوجه من دون دعم الإخوان، لم يعفه من اتهامات أخرى، أبرزها جاء على خلفية أصوله التركمانية، حيث اتهم بأنه عضو في حزب العدالة والتنمية الذي يتزعمه أردوغان، وبأنه يحمل الجنسية التركية، وبأن فوزه هو مقدمة لإحكام تركيا سيطرتها على قرارات الائتلاف منفردة.

وهو كلام يرد عليه العارفين بالشأن التركي بابتسامة لا أكثر ولا أقل... فتركيا تستضيف مقر الائتلاف والحكومة المؤقتة، والكثير من أعضائه وقياداته يقيمون على أراضيها، وهذا وحده كاف لفضح سيطرتها إن كانت رغبة بذلك حقاً، وخصوصاً في ظل تحلي العالم وإهماله للقضية السورية في الآونة الأخيرة... فهل سيتوقف الأمر على شخص (خوجة) لوحده؟!!

بعيداً عن مثل هذه الفرضيات لا يخفى الرئيس الجديد صلاته

تشارلي إيبدو يعتبر منعطفًا يمكن

أن يزيد من القطيعة بين الثقافات والأديان

د.خطار أبو دياب

مقالات وتحليلات



وضرب الإرهاب فرنسا يوم الاعتداء على صحيفة "تشارلي إيبدو". وهذا الحادي عشر من سبتمبر الفرنسي لا يأتي منفصلاً عن جملة أحداث تهز القارة القديمة، مرتبطة بتداعيات صعود الوجود الإسلامي في بلدان مثل ألمانيا والسويد. وفي وقت يحتدم فيه ما يسمى بالحرب العالمية ضد الإرهاب، ويتعاطم فيه تأثير البعد الديني في الصراعات، فإن شمول العنف الديني والإثني أوروبا لا يعد إشارة إيجابية.

إزاء لوحة غير مسبوقة من المشهد الأوروبي المتأزم اقتصادياً منذ ٢٠٠٨، والذي تنعكس عليه ارتدادات ظاهرة التطرف والتخويف من أسلمة أوروبا، يعتبر الحدث الفرنسي منعطفًا يمكن أن يزيد من القطيعة بين الثقافات والأديان، وكان نظرية "صدام الحضارات" لصاحبها صموئيل هينتنغتون تأخذ طريقها للتطبيق بعد ثماني سنوات ونيف على غيابه.

من دون شك يمكن تفهم رفض إساءة صحيفة ساخرة إلى المقدسات أو غيرها، لكن الرد على الكتاب يكون بالكتاب، وعلى الكلمة بالكلمة، وهذا هو المسار الصحيح. ومن يقرأ تاريخ الثورة الفرنسية مع الكنيسة يعلم أسباب التسامح مع حرية انتقاد الأديان. ومهما كانت المقاربات مختلفة بين بيئة

وكان لافتاً أنه قبل يومين من حادث "تشارلي إيبدو" كان الرئيس فرنسوا هولاند يعترف بوجود أزمة هوية في فرنسا (عدم تسليم البعض بتحولها إلى بلد متعدد الثقافات دون نكران الجذور والعمق الحضاري، وعدم شعور البعض بأنهم فرنسيون أو تفضيلهم انتماء دينياً على حساب الانتماء الوطني) وبعد الحادثة الأليمة تكررت عبارة الوحدة الوطنية الفرنسية وكأنها العلاج السحري لمنع اعتبار بعض المتشددون القوميين اليمينيين للمسلم الفرنسي بأنه العدو الداخلي وتحميله تبعات أعمال إرهابية أو صورة نمطية تخلط الإرهاب بالإسلام أو العرب. في المقابل لا تسهم بعض الأدبيات الصادرة من داخل العالم الإسلامي والتي تركز على قرب أسلمة أوروبا والعالم، والمعطوفة على تحريض الجماعات الجهادية المتطرفة إلا في توسيع الضجوة والخشية من القطيعة في عود على بدء وعلى الأقل إلى عشرينات القرن الماضي وقول الكاتب روديارد كبلينغ "الشرق هو الشرق والغرب هو الغرب، ولن يلتقيا أبداً".

ما بين زمن كبلينغ وزمن هينتنغتون وداعش لم تزد الفجوات، ولم ينجح حوار الأديان أو العولمة والتقريب الكونية في الحد من استمرار الاستناد إلى العصبية والانتماءات الرفضية للآخر، وهذا التوصيف لا يقتصر على الشرق الأوسط الملتهب، بل يطال ديانات واتجاهات وقوميات أخرى في تجاذب دائم بين شمولية كونية تفرضها المبادلات الاقتصادية والثقافية، وبين انحسار أو انحدار نحو الانتماء الأضيّق.

وأخرى حول احترام المقدس، لكن كل تبرير للإرهاب العبيثي والمجرم غير مقبول ومسوغ. أما انبراء بعض المثقفين العرب للربط بين الإرهاب وعدم المعاملة الجيدة لمن هم من أصول مغربية مهاجرة أو لموجة الإسلاموفوبيا، فذلك ينم عن عدم إحاطة بالمشهد الفرنسي وانعكاسات الأزمة الاقتصادية على الاندماج والتشغيل. أما بالنسبة إلى حرية العبادة والتعايش بين الأديان والجماعات تحت سقف الدولة، فإن النموذج الفرنسي يعدّ مثالياً بالقياس مع كثير من البلدان.

كانت صدفة أن يأتي الهجوم على مقر "تشارلي إيبدو" في اليوم عينه لصدور رواية ميشال هولبييك الجديدة "استسلام" أو "سوميسيون" التي تصور سيناريو فوز مرشح مسلم في الانتخابات الرئاسية الفرنسية عام ٢٠٢٢، والتي تندرج بشكل أو بآخر في سياق موجة تخويف أو رهاب إسلام وهجمات على مساجد في السويد، واعتمادات على محجبات...

وقبل "جنون هولبييك" (حسب وصف صحيفة لوموند الرصينة) الذي قرر تعليق حملة الترويج لكتابه حتى لا يؤجج توترات ما بعد العمل الإرهابي، كان "الانتحار الفرنسي" للكاتب والصحفي المثير للجدل إريك زيمور قد سجل أعلى رقم في المبيعات، ووصل الأمر بزيمور إلى التلميح في مقابلة مع صحيفة إيطالية إلى ضرورة ترحيل المسلمين من فرنسا، ولقي ذلك استنكاراً واسعاً في فرنسا من وزير الداخلية ومجمل الطبقة السياسية، وقررت قناة تلفزيونية بارزة وقف التعامل مع هذا الشخص.

الطفولة العربية السورية مستهدفة

قضايا اللاجئين

بالإضافة إلى أن المستقبل سيكون فيه الكثير من الممرارة، لأن الطفولة تختزن كل ما شاهدته في العقل الباطن، ويظهر في سلوكياتها فيما بعد، حتى في سن متأخرة من العمر، وهو ما يعني تنتظرها حياة مليئة بالإحباط، وغير قادرة على أن تكون عضواً فاعلاً في المجتمع، وغير منتجة بسبب ما تعانيه من عدم سوية في سلوكياتها، وممارساتها وأفعالها. الحرب الدائرة في سوريا حرب عدوانية، كما هي

تشير الأنباء أن أكثر من سبعة ملايين طفل سوري فقدوا حقوقهم في الحياة، وأن يعيشوا طفولتهم أسوأ بأطفال العالم بسبب الحرب الدائرة على الأرض السورية التي باتت حرباً عبثية، لا هم لها إلا القتل والتدمير والتشريد، انتقاماً من سوريا الدولة والموقع، فالحرب الدائرة هي حرب جنونية، انتقامية لكل ما يجري على الأرض، وخاصة للفئات المستضعفة في المجتمع من أطفال ونساء وشيوخ. ما هو المستقبل الذي ينتظر هذه الملايين من



عدوانية الكيان الصهيوني على الطفولة الفلسطينية، وكما تعرض ويتعرض له الطفل العراقي منذ ربع قرن.

الطفولة العربية لا ذنب لها، ولا هي طرف في النزاعات السياسية، وهي تتحمل أكثر تبعات الحروب العدوانية على الإنسان والحياة، وخاصة في الوطن العربي وفي الأقطار العربية التي تتعرض للعدوان الإمبريالي الصهيوني الإقليمي، بما يؤكد أن حاضر الأمة ومستقبلها مستهدف من قبل أعداء الأمة. كل المواثيق الدولية وقبلها التشريعات السماوية طالبت بحماية الطفولة، وتوفير الدعم والعون والمساعدة

الأطفال؟ وكيف يمكن أن ينظروا للحياة، وللعالم المجنون الذي يصر على حرمانهم من حقهم في العيش بأمن في وطنهم، وفقدانهم لأبسط مقومات الحياة التي تتطلبها الطفولة.

فيما يبدو أن أعداء الأمة الذين شردوا أطفال فلسطين ومن بعدهم أطفال العراق، يصرون على تشريد أطفال سوريا انتقاماً من الأمة ليس في حاضرها فحسب، بل وفي مستقبلها، فالطفولة هي أمل المستقبل وعنوان الأمل القادم، لذا كان الاهتمام بها يعد تطلعاً لبناء غد مشرق في حياة تطمع كل شعوب الأرض أن تصل إليه.

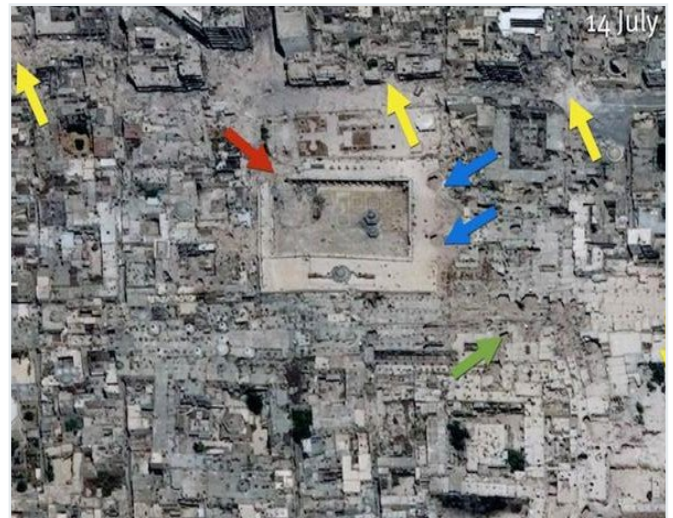
الطفولة في سوريا تتعرض لكل أنواع الحرمان،

لها في زمن السلم وزمن الحرب، إلا الطفولة العربية لا تحظى بأي نوع من الشفقة ولا الرحمة، مما يؤكد على أن المنظمات العالمية لم تقم بدورها الفاعل والإيجابي اتجاه الحقوق المشروعة للطفولة المستهدفة، بسبب العدوان البربري القائم على الأرض العربية، كما العالم بهيئاته الإنسانية كاليونيسيف غير مبال لما أصاب الطفولة العربية عامة والطفولة السورية خاصة، على الرغم أن الطفولة الفلسطينية والعراقية تعاني بكل صنوف القهر واستلاب الحياة، وتشويه النشأة والحرمان من كل احتياجاتها الضرورية. الطفولة هي المستقبل والعناية بها واجب وضروري لإعداد الإنسان إلى الحياة والمستقبل، كما هو إعداد لوطن وبناء الأمة، وإن افتقدت الطفولة لأسباب الحياة الحرة الكريمة، فإنها تفتقد لعناصر الحياة في المستقبل، ويتحول المجتمع إلى مجتمع مفكك وممزق لا رابط بين أعضائه، مجتمع تنخر فيه الأمراض النفسية والجسمية، مجتمع غير منتج، وغير قادر على البناء، سهل الانقياد غير قادر على المقاومة، وهو ما يريده أعداء الأمة لهذه الأمة.

الاقمار الصناعية تظهر تضرر ٢٩٠ موقعا تراثيا سوريا من الحرب

مركز أنباء الأمم المتحدة

أعلن معهد الأمم المتحدة للتدريب والأبحاث، الثلاثاء، أن صورا التقطتها الأقمار الصناعية تظهر أن ٢٩٠ موقعا تراثيا في سوريا تاريخها يمتد إلى فجر الحضارة تضررت من جراء الحرب. لخص المعهد من خلال صور الأقمار الصناعية المتاحة إلى أن هناك ٢٤ موقعا دمر تماما، و١٨٩ موقعا تضرر بشدة أو بدرجة متوسطة، و٧٧ موقعا ربما يكون قد تضرر منذ بدء القتال في آذار/ مارس ٢٠١١. وتشمل تلك المواقع المسجد الأموي الكبير في حلب، الذي تحولت مبانيه الخارجية ومآذنه إلى أنقاض، بالإضافة إلى الأضرار التي لحقت بساحته الرئيسية. ويمكن أن يكون العدد الحقيقي للمواقع المتضررة أعلى من ذلك بكثير إذ إن المعهد لم يتمكن من الحصول على بيانات من سبع مناطق أخرى في جميع أنحاء البلاد. ووفقا لإينار بجورغو، مدير هذا المشروع في معهد الأمم المتحدة للتدريب والبحث، فإن القتال المستمر يجعل من المستحيل الوصول إلى المواقع لإجراء تحقيق أكثر تفصيلا، واصفاً الضرر الحالي بالـ "مثير للقلق"، وداعياً إلى تصعيد الجهود الدولية لحماية الكنوز الثقافية في سوريا، والتي يعود البعض منها إلى سبعة آلاف سنة. فمن الأسواق القديمة والمساجد والمعابد في بصرى بالجنوب إلى سيروس في الشمال، يوضح التقرير الجديد كيف شوه القصف الجوي وعمليات النهب مواقع تضعها منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو) في قائمة التراث العالمي ومعظمها في مدينة حلب بشمال سوريا. وأوضح إينار بجورغو، أن «المواقع الأكثر تضرراً هي حلب ودمشق والصالحية، وإبيللا وتدمر ... حيث تستعر الحرب، هناك أضرار جسيمة للأسف على مواقع التراث الثقافي. بالإضافة إلى ذلك، تم نهب الكثير منها. وفي مناطق أخرى شهدنا أضراراً كبيرة في المساجد، والآثار القديمة، بما فيها الآثار الرومانية والحصون القديمة، في عدة مواقع. ويبدو أيضاً أن الحصون القديمة تستخدم كمواقع عسكرية..»



أيها السوريون إحذروا السماسرة

بقلم : قطرة من بردى

قصة

ال ٨٠٠ ليرة لأفاجأ بصاحب العيون الصينية والبطن المنتفخ يمد يده ليتناول المبلغ قبل أن يصل إلى يد صاحب المنزل ليسحب منه ١٠٠ ليرة ويبتسم لي قائلاً:

- رسوم رسوم.

هنا بدأ الأمر واضحاً ولم يعد السكوت ممكناً بالتأكيد عندما ترى سرقة تتم لمالك في وضوح النهار وأمام عينيك وبقلب قوي بارد.

وبدأ السؤال والتقصي عن حقيقة هذا الرجل يدفعني إليه وجع سرقاته، أو لنقل سرقاته لي، وفضولي الصحفي فكان الآتي: الرجل يستأجر البيوت على اسمه ليتلاعب بقيمة الأجازات ويقطع على نفسه مبالغ شهرية ثابتة على حساب السوريين.

يتحدث أمام الأتراك بأن والده قد أسس جمعية في المدينة المنورة لدعم أسر الشهداء وبالتالي فإن هذه البيوت التي يستأجرها تحت هذا المسمى تحصل على تخفيضات. قام بتصوير جوازات سفرنا بحجة مساعدتنا في عمل الإقامة متفاهراً بأنه يقوم بهذا العمل من أجل الآخرين وكذلك لا ينسى أن يبهز الأمر وأن يتحدث عن شركائه المقربين من أردوغان دعماً للهالة التي يصنعها لنفسه وتوقعنا عندما عرفنا حقيقته أن تصوير الجوازات هو أمر يقوم به ليقدمها كبيانات للمؤسسات التي ترسل مساعدات للسوريين وبالتالي تصب تلك المساعدات في جيبه.

وكذلك فإن كرمه بالذهاب معنا إلى أماكن بيع الأثاث وغيره هو إحدى طرق السماسرة في تحصيل المال وذلك بالاتفاق مع التاجر لى الحصول على نسبة من المال الذي يدفعه الوغد الذي جاء



كالعادة أجرة شهر و كمسيون وتأمين، وقدر قد من هذه المبالغ هو ٨٠٠ ليرة مضاعفة ثلاث مرات، وسبب وجود الكمسيون هنا طبعاً هو أن صاحب المكتب العقاري طلبه لكنه لم يصرح بأنه هو الشريك في المكتب طبعاً.

طلب مبلغ ٤٠٠ ليرة لفتح الكهرباء وحصل على مبلغ ٢٠٠ ليرة عندما بدأ بتقديم أوراق فتح الغاز، وذهب معنا على حسابنا طبعاً لشراء أثاث للمنزل. وكنت طوال الوقت متعجبة من هذا الكرم في أداء الخدمات لرجل أعمال كان من المفروض أن يكون مشغولاً أو على الأقل يرسل معنا أحد معاونيه لأنه رجل أعمال مهم كما قال. اضطررت بعد مدة لطلب تحويل العقد لإسمي من أجل إتمام أمور الإقامة فمأطنتني شهر وأكثر وبناء على إلحاحي الشديد استجاب أخيراً، وقابلت صاحب المنزل للتوقيع وفوجئت بأنه مرحب بنا كسوريين، وصادف الأمر أول الشهر، وهنا قمت بإخراج مبلغ

كانت البداية عندما قررت السفر أخيراً إلى تركيا بعد أن ضاقت بنا البلاد ونفذ الجلد والصبر. كان القرار قد اتخذ بأن أقوم باستئجار منزل في مدينة إسطنبول قبل الوصول لتفادي النزول في فنادق أو في شقق مفروشة باهظة التكاليف أو أن ألقى بأوجاعي على من يحمل منها ما يكفيه ويفيض. كانت فكرة البحث مضمّنة، وبخاصة مع وجود الكثير من العروض المحببة إما بالغلاء المستعر وإما بكون المنزل غير صالح للسكن الأدمي وإما برفض الأتراك لتأجير السوريين.

كاد اليأس يتسرب إلى قلبي وقتها حتى جاءني الخبر بتكرم أحد حاملي الجنسية التركية بقبوله استئجار منزل لنا باسمه فكانت الفرحة.

قدم لنا ذلك البخاري بعينه الصينية وبطنه المنتفخة نفسه على أنه مهندس ويعمل حالياً في التجارة وأنه يحب مساعدة الناس وخاصة السوريين في محنتهم طلب

ويقوم هو بتوصيلها لصاحب المنزل وبالطبع لم يعرف المستأجر السوري أن السمسار أخبر صاحب المنزل أن هذه رغبة الزبون وبعد أشهر عجز صاحبنا عن دفع الأجرة فذهب إلى صاحب المنزل معتذراً لأنه يريد تسليم المنزل والبحث عن غيره لأن مبلغ ال(١٧٠٠) قد بات مرهقاً له فرد المالك التركي متعجباً:

- لكنني لا أخذ منك إلا ألف ليرة.
- وفي زيارة لمكتب عقاري سوري في منطقة الفاتح أيضاً طلب صاحب المكتب السوري أجرة شهرين ككمسيون دعماً لأبناء بلده.
- في الحقيقة المشكلة كبيرة وكامنة وتجار الشر من أهل السمسة وغيرها أصبحوا كثيرون جداً.
- والسارقون مما يقدم للشعب السوري أكثر وفي ازدياد.
- ولا بد لنا من اتخاذ قرار إن كنا سنعيش في هذه البلاد لفترة غير معروفة الأجل،
- والحل يكون ببعض الأمور ومنها:
- تعلم اللغة التركية بأية طريقة وبأي مستوى وعدم التهاون والانعزال مهما بلغت سنواتنا.
- الاعتماد على أنفسنا ونبذ السماسرة وفضحهم .
- أن نرجع إخوة متحابين ونعيد لنخوتنا العربية والسورية المتأصلة فينا مكانتها في التعامل بيننا وحتى بين هذا الشعب الطيب.
- ودمتم.

بصحته إلى هذا التاجر.

ذهبت وقتها إلى صاحب المنزل التركي وطلبت منه أن تكون العلاقة بيننا دون هذا الوسيط فلم يقبل لأنه كان ينظر إليه على أنه ثقة وأنه كافل الأيتام وأن له علاقات مع المدينة المنورة وأهلها وهذا كفيل بجعله مقدساً لدى الأتراك وهو وتر كان يجيد العزف عليه.

عندها فقط قررت البحث عن منزل آخر وبالفعل تم ذلك ومن يد المالك التركي مباشرة وتركت المنزل وسط دهشة وحيرة وغضب صاحبه الذي لم يتوقع أن يرى صاحبه عارياً على حقيقته بعد أن عرف وفهم وأظنه ندم على ما أعطاه من ثقة لأنني أحضرت مترجماً من قبلي وقتها وتكلم إلى صاحب المنزل بلساني وبحيادية.

في تلك الأثناء وبينما كنت أستعد للانتقال عرفت أيضاً أن هذا السمسار قام بالنصب على رجلين سوريين بمبالغ تصل إلى المئة ألف ريال تم دفعها من قبلهم (كرعبون) لشراء منزل وهنا تلاعب هذا السمسار الحاصل على الجنسية التركية بتاريخ استحقاق دفع بقية ثمن المنزل وجعلها خمسة أيام بينما أخبر الرجلين أن المدة عشرين يوماً، وبالتالي فقد طار منهما المبلغ بعد مضي المدة المكتوبة في العقد باللغة التركية التي لا يفهمها السوريين. أحدهم أيضاً وكان قد استأجر منزل مفروش في الفاتح وأخبره صاحب المكتب العقاري أن الأجار هو ١٧٠٠ وكان الاتفاق أن يعطي الأجار للمكتب كل شهر

رجل يريد أن يطلق زوجته فماذا فعل؟؟؟

الغاز



كان رجل يريد أن يطلق زوجته فذهبها إلى القاضي قال القاضي للمرأة ما اسمكي؟؟؟ قالت اسمي فاطمه وسأل الرجل ما اسمك؟؟؟ قال اكتبني بعدها. فما اسم الرجل؟؟؟.....

رجل اراد ان يطلق زوجته .. ولكن قبل ما يطلقها أحب أن يختبرها .. أعطاه ١٠ كيلو ملح وقال لها : ..اطبخي بكل الملح .. اذا كان الاكل مالح سوف أطلقك .. طبخت الزوجة ولكن الأكل لم يكن مالحاً !! ماذا طبخت زوجته !؟؟؟

الإجابات الصحيحة في العدد القادم

ممارسات إدارية بين مؤسس و مدير منظمة

بقلم : م, خليل آغا

مشاكل إدارية



المنظمة مرتبط بكلا المؤسس والمدير، فالمدير يعتبر شريكا في التأسيس ولو لم يكن من اللحظة الأولى، والمؤسس يمكن أن يصبح في الأمانة العامة لضمان وضوح رؤية المنظمة والتزامها بأهدافها التي أسست من أجلها. لماذا لا يكون هناك تسمية وظيفية وتوصيف عمل وصلاحيات مكتوبة ومتفق عليها منذ البداية.

كلا المؤسس والمدير يدعي أنه يعمل للصالح العام فلماذا لا يتنازل كل منهما عن أطماعه في المجد؟ بكل بساطة يمكنهما معاً تقاسم المجد والتمتع بطعم النجاح مع استمرار المنظمة في تأدية دورها الذي أنشئت له.

منصب المدير التنفيذي يقابله مجلس الأمناء في منظمات المجتمع المدني والذي لا يباشر العمل بنفسه فهو جهة رقابية، يعني أنه بمجرد أن تعطي تسمية مدير لأحد فهذا يعني أنه يدير فهو يخطط وينظم وينسق ويراقب.

ألا يستحق شعبنا الذي نخدمه أن نبني له منظمات مجتمع مدني ناجحة؟!

المدير المحترف الذي تفرغ لإدارة المنظمة يشعر أنه يعود إليه الفضل في النجاح الجزئي الذي وصلت إليه المنظمة.

وهنا يبدأ الصراع الناعم على السلطة بين رأسين كبيرين أمام أنظار العاملين في المنظمة والداعمين لها.

الاحتمالات الآن هي:

١- انسحاب المدير لصالح المؤسس وبالتالي تراجع نجاح المنظمة وبدء الانهيار.

٢- انقسام المنظمة إلى منطمتين .

٣- استمرار الصراع وبدء الانهيار للمنظمة أيضاً.

٤- احتمالات أخرى ...

ما هو الحل؟

استعدادات الأشخاص مختلفة فهناك من يكون بطبيعته مؤسساً فهو يتصور المنظمة قبل وجودها على الأرض ولديه من الريادة والمبادرة ما يكفي للبدء بتأسيس المنظمة. وهناك أشخاص مبدعون في المتابعة وحل المشاكل وتدعيم الأساسات.

لماذا لا يدرك كل منا حاجته للآخر؟ وأنه يكمله وأن نجاح

إحدى لوازم معرفة الصح هو تمييز الخطأ، ستكون زاويتنا الدورية هذه في هذا السياق. ما يحدث أحياناً في مجتمعنا السوري هو أن يقوم شخص ما صاحب رؤية مستقبلية ومبادرة بتأسيس منظمة ما لتلبية حاجة عامة للمجتمع.

بعد اقلاع المنظمة يبدأ المؤسس باكتشاف أهمية وجود مدير محترف يتفرغ لهذه المنظمة ويعطيها وقته كله، فيقوم بتوظيف هذا المدير المتفرغ. المؤسس يترك هذا المدير بدون تسمية وظيفية وبدون مهام متفق عليها وبدون صلاحيات محددة، أو يعطيه تسمية تتضمن كلمة تنفيذي ظناً منه أن هذه التسمية محصورة بالتنفيذ دون التخطيط، ويبقى المؤسس متفرغاً للمئة بطيخة التي يندب نفسه لحملها. بعد عدة شهور وفي حال تطور العمل في المنظمة يعود المؤسس الذي اصطدم بفشل كثير من المشاريع الأخرى التي يعمل عليها، يعود إلى المنظمة ليستلم لوحة التحكم بالمنظمة ولتتمتع بطعم النجاح الذي كان هو سببه.

حكاية معتقل

بقلم : عدنان أبو مازن

الجزء (١)

المعتقلين

(عمرو) شابٌ من مواليد عام ١٩٨٨ م من مدينة الحفة التي كبدت النظام خسائر فادحة في أولى هجماته عليها.

تلك الثورة الطاهرة التي أشعلتها أنامل أطفال درعا ليحملها شباب الوطن الشرفاء على عاتقهم ويرافقهم الكبار في ذلك، كان (عمرو) أولئك الشباب التي خطفت الثورة قلوبهم وشغلت عقولهم وحركت مشاعرهم، فما كان منه إلا أن يكون في طليعة المتظاهرين في أول مظاهرة منوئة للنظام في مدينة اللاذقية بتاريخ ٢٦/٣/٢٠١١.

ومن ثم انطلاقه إلى الحفة ليشترك أيضاً في المظاهرات المطالبة بإسقاط النظام، وليشهد هناك كما شهد في مظاهرة اللاذقية على وحشية جيش النظام وعناصر أمنه في تفريق المظاهرات التي كانت سلمية حينها. فكان رغم مشاركته فيها يقوم بتصوير جزء منها وتوثيقه، واستمر على هذه الحال طيلة عام ٢٠١١.

بدأت فكرة الحراك المسلح لدى (عمرو) وشبان المدينة تراود ذهنهم لما رأوه من قمع للحراك السلمي وانتهاك الحرمات واغتصاب الأعراس من قبل النظام الفاجر، وكان ذلك فعلاً، فقد قام الشبان ومن بينهم (عمرو) بشراء عدة أسلحة خفيفة / كلاشنكوف + مسدس / من مجموعة من الأشخاص الموثوقين وقاموا بدفع ثمن الأسلحة من المال الخاص لهؤلاء الشباب من جهة وعن طريق شخص آخر تبرع بما تبقى من الثمن، ثم قاموا بإخفاء الأسلحة تحسباً للهجوم المسلح لنظام الأسد على المدينة، فبسلاحهم هذا وبأرواحهم الطاهرة سوف يدافعون



حكماً.

كان لدى (عمرو) صديق لديه أخ "معتقل بتهمة محاولة الانشقاق، فوصل لديهم خبر أنه ربما يكون في فرع تدمر فقرر (عمرو) أن يذهب معه صديقه ووالد صديقه بسيارة والد (عمرو) إلى هناك. وكان ذلك فعلاً بتاريخ ٣١/٣/٢٠١٢ ذلك التاريخ الذي أصبح التاريخ المشؤوم من حياة (عمرو)، فعندما وصلوا إلى مدخل مدينة تدمر أوقفهم الحاجز الأول التابع للجيش، وطلبوا منهم الهويات ثم سمحوا لهم بالمرور، وهامم يجتازون حاجز الرعب الأول وينطلقون نحو الثاني، فالتريق سالك بصعوبة

عن العرض والأرض.

وفي تاريخ ١٤/٣/٢٠١٢ هي المرة الأولى التي يحمل فيها عمرو السلاح وذلك في قرיתי بابنا والجنكيل عندما اقتحمهما النظام وشكل ضغطاً كبيراً على الثوار هناك، فما كان منهم إلا أن قاموا بالانسحاب لقلّة العتاد والعدد بعد أن قاموا إلى مرحلة عدم القدرة على المقاومة، وبعدها ذهب (عمرو) وخبء سلاحه في قريته وثم تسلل إلى الحفة التي يسيطر عليها النظام ودخل هناك وكان شيئاً لم يكن وذلك خوفاً من أن يقوم (العواينية) بتبليغ الأمن عنه مما يؤدي إلى إلقاء القبض عليه

الشهيد عبد الله برغوت

«مستمرون في الوصول إلى حلمك أيها الصادق»

شهداء الثورة



هكذا هم القابضون على الحق، تكون أمانيتهم وأحلامهم مؤكدة لأهدافهم، ويثبتونها بأفعالهم. وتخيّله البعض حلماً عابراً أو حلماً مخيفاً لدرجة أنهم أسكتوه خوفاً عليه وعلى أنفسهم... في عام ٢٠٠٩ كان عبد الله جالساً مع أصدقائه، يتبادلون أطراف الحديث ويحلّقون على جناح أحلامهم إلى واقع أفضل وحلم عبد الله «سقوط النظام»... كلمة مضيئة وسط ضجيج وعمّة... كلمة مخيفة وسط سكون أحدثه الرعب الذي زرعه بنفوسنا... حلم صار السعي لتحقيقه حقيقة...

وعبد الله هو من أهم أبطاله... ولد في عام ١٩٨٧ في باب السباع ويسكن بكرم الزيتون، متزوج ولديه ابنة واحدة...

هو أحد أهم ناشطي الفتيل السلمي للثورة السورية في حمص، تراه في كل المظاهرات يعدو كالخيل مسرعاً من حيّ لآخر ومعه الجوال، ليحفظ به كلمات الحرية غضةً من أفواه الأحرار، ثم يرسل ما سجله كي تصل الكلمة الحرة إلى العالم أجمع.

هو الذي صور مجزرة اعتصام الساعة. أبو محمد وكما يقول عنه من عرفه أنه رجلاً حراً نقياً صاحب دعاية لطيف المعشر صريح اللسان قوي في الحق، نظّم وثلة من الناشطين المظاهرات وأحيوها في حمص، جهد في نقل الخبر عندما بدأ النظام بفصل الأحياء والتضييق عليها، أسس مع رفاقه مكتباً إعلامياً لتنظيم المظاهرات وتوحيد الرؤية الإعلامية في حمص من خلال مكتب كرم الزيتون وكان له يدٌ تنشط أيضاً

في تنسيقيات حمص القديمة، اختص بعد التصوير بتوثيق الشهداء وجمع المعلومات عنهم وتدقيقها وحفظها ثم إرسالها لمن يهمه أمرهم من مكاتب حقوقية ولجان إغاثية.

شهد عبد الله المحمد اجتياح أحياء حمص وكان من الأفراد القلة الصامدين المتأخرين في الخروج من الأحياء يحاول توثيق القصف والمجازر التي افتعلتها عصابات الأسد عصابات الغدر والإجرام آنذاك، انتقل باقي أعضاء مكتب كرم الزيتون إلى حي الحميدية في حمص القديمة حيث تابع العمل في نفس المجال مع قليل

من التوسع حيث صار متحدثاً إعلامياً، إلى ان انتقل من حمص إلى منطقة القلمون في ريف دمشق لينخرط في العمل العسكري. فكان فارساً في الميدانين السلمي والعسكري متابعاً نشاطه إلى أن ارتقى إلى ربه شهيداً (نحسبه والله حسيبه) أثناء قصف عصابات الأسد لمدينة النبك في القلمون تاركاً وراءه طفلة لم تعرف معنى الأبوة بعد ...

مستمرون في الوصول إلى حلمك أيها الصادق. تقبلك الله شهيداً..... آميين.....

(عمرو) وصديقه إلى الطابق (٠) بعد أن كبلوا أيديهم وعصبوا أعينهم، ثم أبقوهم على هذه الحالة ووقوفاً على قدميهم لمدة تجاوزت الساعة بقليل تقريباً، ثم مشوا بهم قليلاً ووضعهم بسيارة ليققادوهم إلى جهة ما لم يكن يعرف أي من الشابين ماهي، ولكن وفي حضرة الخوف والرعب راود كل من الشابين على حدى شعور "موحد" ممزوج "بروح الفكاهة والدعابة، وهو أنه هل يعقل أن يبقىان وهم مكبلي الأيدي إلى الخلف و معصوبي الأعين ورأسهم

(عمرو) معه. وبدأت رحلة المأساة والمعاناة أنزل الشابين إلى الطابق (١-) تحت الأرض إلى مكتب الأمانات حيث قام ٦ من عناصر الأمن ومن بنيهم ٢ برتبة مساعد أول وهم المسؤولون عن التحقيق والتعذيب هناك وأسماهم هي (أبو النار) و (أبو الغضب) بتفتيشهم ومصادرة حقائبهم، وطلبوا منهم نزع ملابسهم ليصبحوا حفاة عراة كما ولدتهم أمهاتهم أول مرة، ثم أتى الأمر الأكثر شهرة في

بسبب تراكم الحواجز، وصلوا للحاجز الثاني الذي كان يتمركز فيه دبابتين إضافة للعناصر المدججة بالسلاح، أوقفوا السيارة، وطلبوا الهويات، فعندما رأى عنصر التفتيش أن من في السيارة هم من مواليد مدينة الحفة أنزلهم منها على الفور، وقاموا (بضرب فيش) لهم، وهنا راحت دقات قلوبهم تتسارع شيئاً فشيئاً، وبعد حوالي نصف ساعة من الزمن، وإذ بحوالي ١٠ سيارات مليئة بالعناصر الأمنية المسلحة تحيط بالحاجز، وتقوم بإلقاء القبض عليهم، لم يتفوه



منحني بين قدميهم من تدمير إلى اللاذقية إن كانت هي الوجهة ؟؟؟؟؟ فقال كل منهما في نفسه (أي والله المسافة طويلة)، ولكن سرعان ما تلاشى هذا الشعور عندما بدأت السيارة بالمسير. انطلقت السيارة، وبعد حوالي ١٠ دقائق وصلوا بهم إلى فرع الشرطة العسكرية في تدمر، ليسلموهم لهم مع أماناتهم ويفكوا الأكبال من أيديهم والعصبة عن أعينهم ليبقوا هناك إلى صباح اليوم التالي. منتظرين ما سوف يحدث لهم، ويطرحون كل الأفكار الصعبة أمامهم، متسائلين هل ستشرق عليهم صباح اليوم التالي؟ الجزء الثاني من القصة في العدد المقبل.

أفرع الأمن كافةً والذي لا بد من كل معتقل أن يخضع له ألا وهو (حركتين أمان) ثم قاموا باقتيادهم من مكتب الأمانات إلى مهجع المنامة، وفي الطريق إلى هناك ورغم قصره رأى الشابين العجب، إنها أصوات أهات التعذيب وصوره الواقعية لمجموعة من المعتقلين الأبطال العسكريين الذين حاولوا الانشقاق أو فكروا بذلك فكان نصيبهم أن تم إلقاء القبض عليهم وهامهم سوف يلقون حتفهم تحت التعذيب لا مجال. فمشهد تعذيبهم تقشعر له الأبدان ويعجز عن وصفه اللسان، وكان ذلك ما جعل الرعب يسيطر على (عمرو) وصديقه. وفي اليوم التالي وفي تمام الساعة ٦ صباحاً تم اقتياد

المعتقلون بأي كلمة فالخوف ملأ قلوبهم . تم وضع المعتقلون بسيارة والد (عمرو) وهم مكبلي الأيدي وقام أحد العناصر الأمنية بقيادة السيارة ووصلوا بهم إلى / فرع البادية - في تدمر /. سألوهم ماذا تعملون؟، فأجاب (عمرو) وصديقه بأنهم طلاب جامعة، ووالد صديقه أجاب بأنه يعمل حلاق، ثم طلبوا من (عمرو) أن يجرد سيارته مع أحد العناصر الأمنية، وبعد حوالي نصف ساعة من الزمن وبعد أن قام فرع البادية بالاتصال بأفرع اللاذقية، تبين أن (عمرو) وصديقه مطلوبان لدى فرع الأمن العسكري باللاذقية، وأن والد صديقه غير متهم بشيء، فسمحوا له بمغادرة فرع البادية وأخذ سيارة والد

وراء كل ثورةٍ عظيمةٍ نساءٌ عظيمات المرأة السورية ودورها في الثورة

قضايا المرأة

العظيمة وراء الرجل العظيم «رهام» ربة منزل، سحرتها الثورة منذ بدايتها، ولكن زوجها وخوفها على أطفالها كانا يمنعانها من المشاركة في المظاهرات، ولكن ذلك لم يمنعها من المشاركة في «هذه الثورة الحلم» كما سمتها، وتقول: «كنت أريد فعل أي شيء،

كنت أحتفظ بها بأرشيف خاص بي، ولكن عندما تصاعدت وتيرة العنف الممارس من قبل النظام، واستفحل بقتل السوريين، أصبح التصوير بالنسبة إليّ أكثر من مجرد هواية، بات واجباً وقضية، فانتقلت إلى توثيق وتصوير الانتهاكات وبتها على القنوات الإعلامية ليعلم العالم بالحقيقة، وقد كنت أقوم بذلك بسرية تامة، ومن وراء النوافذ أحياناً، حتى لا ينكشف أمرى، واعتقل، وانتقلت بعد ذلك لمرحلة كتابة المقالات، والتحقيقات حول ما يجري في سوريا، وإيصال صوتنا والصورة الحقيقية للانتهاكات النظام إلى المجتمع الدولي».

مربية ومعلمة

تقول المعلمة «مها» ذات الـ ٤٣ عاماً: «استشهد زوجي على يد أحد قناصة النظام في درعا، ولدي ٤ أطفال، وخوفاً على أطفالي هربت إلى الأردن، وأقمت في أحد مخيمات اللجوء، حيث رأيت فيها أشد أنواع الظلم، والذل قسوة، فكنت أقف لساعات طويلة في طوابير المساعدات من أجل الحصول على بعض المعلبات، والطعام لأطفالي، ولم يكن ذلك حالي فقط، بل حال معظم النساء عامة، والأرامل خاصة في المخيم، وبعد تفكير طويل قررت أن أعود إلى درعا مهما كانت النتائج والظروف، وبالفعل هذا ما حصل، وعند عودتي بدأت بتدريس الأطفال في المناطق المحررة ورغم رمزية الراتب، فقد كنت أشعر بالسعادة، لأنني أساعد أطفال مدينتي على العلم والتعلم، وخاصة أولئك الذين انخرط أبائهم في الثورة، ولا يستطيعون الذهاب إلى مدارس النظام».

منذ اندلاع الثورة السورية وحتى هذه اللحظة، انخرطت المرأة السورية في صفوفها وقدمت ما عجز عنه الكثير من الرجال. حيث لم يقتصر وجودها في الثورة السورية على البيت كما هو المفهوم الدارج لدى الكثيرين، حول المرأة ودورها في الحياة والمجتمع.

فمنذ اليوم الأول للثورة خرجت السوريات في المظاهرات المطالبة بالحرية، ووثقت جرائم النظام، ونشطت سلمياً، ونقلت بصوتها على وسائل الإعلام ما يجري على الأرض، وانتقلت إلى المشافي الميدانية لتداوي جراح المصابين، وحاولت إدخال الغذاء إلى المناطق التي حاصرتها قوات النظام، ووقعت فريسة الاعتقال والتعذيب، وحتى الشهادة.

طل الملوحي، رزان زيتونة، لويز عبد الكريم، مي سكاف فدوى سليمان. وغيرهن ممن حملن راية الثورة باكراً، يجسدن أمثلة عن نموذج المرأة السورية الثائرة

الطبية الثائرة

«ندى» الممرضة ذات الـ ٢٢ عاماً تقول: «شاركت بالمظاهرات منذ بدايتها، وهتفت من أجل الحرية، وعندما بدأت الصدمات بين المتظاهرين ورجال الأمن كنت أساعد في تضييد الجرحى، ومن ثم قمت بعدة دورات لتعليم التمريض، ومعالجة الجرحى، ولا زلت أعمل في أحد المشافي الميدانية ولا أعادته، إلا للنوم، أو لمعالجة جرحى القصف اليومي على درعا وريفها».

السورية الإعلامية

تقول الناشطة الإعلامية «رهف»: «كنت بدايةً أقوم بتصوير المظاهرات من باب الهواية، حيث



معرضين أنفسنا للخطر في سبيل إيصال الطعام، والماء وكنا ننقل المواد على أكتافنا، ومشياً على الأقدام ، والآن أعمل مع منظمة إغاثية عالمية ولا نزال نقوم بإيصال المساعدات الغذائية شهرياً إلى العائلات في كل مدن وقرى حوران».

وإضافةً إلى كل تلك النسوة، وما قمن به من واجبات وأعمال في الثورة السورية ، تبقى المرأة السورية المعتقلة هي الغائبة الحاضرة في الذاكرة والضمير ، تذكرنا بما تعانیه من اغتصاب وتعذيب حتى هذه اللحظة ، دون أن يزاح الستار عن الآلاف منهم ، ممن لا زلن ينتظرن الحرية التي خرجن لأجلها.

كافة الصعد ، هذا الأمر دفعني أنا ومجموعة من الزملاء، والزميلات على مساعدة الأطفال على التخلص من الآثار النفسية للحرب ، بقدر استطاعتنا وخبراتنا وإمكاناتنا ، وذلك عن طريق برامج ترفيهية ، وتوعوية، ونشاطات مختلفة، في محاولة لإبعاد الأطفال عن أجواء الحرب».

«سالي» التي تعمل في إحدى المنظمات الإغاثية تقول: «عندما تطورت مجريات الأحداث في سوريا ، ووصلت إلى حصار المدن الثائرة ، وعندما بدأ الحصار على درعا ، عملنا على الانتقال بين البيوت لتوزيع الخبز، والمواد الغذائية، وحليب الأطفال على العائلات المحاصرة، حيث كنا نتحرك في الليل خوفاً من قوات النظام ،

المقاتلين، قمت أنا وعدد من جاراتي بافتتاح مطبخ كامل لطبخ الطعام للشوار، وكان الشوار يحضرون لنا كل المعدات ولوازم الطبخ، ونحن نقوم بإعداد الطعام لهم، كما انتسبت لمشغل خياطة في الحي يقوم بخياطة الملابس العسكرية، وتصلحها، وأنا سعيدة جداً بعملتي، وبأني استطعت القيام بجزء من واجبي تجاه الثورة، وتجاه وطني».

الثائرة المرشدة المغيثة

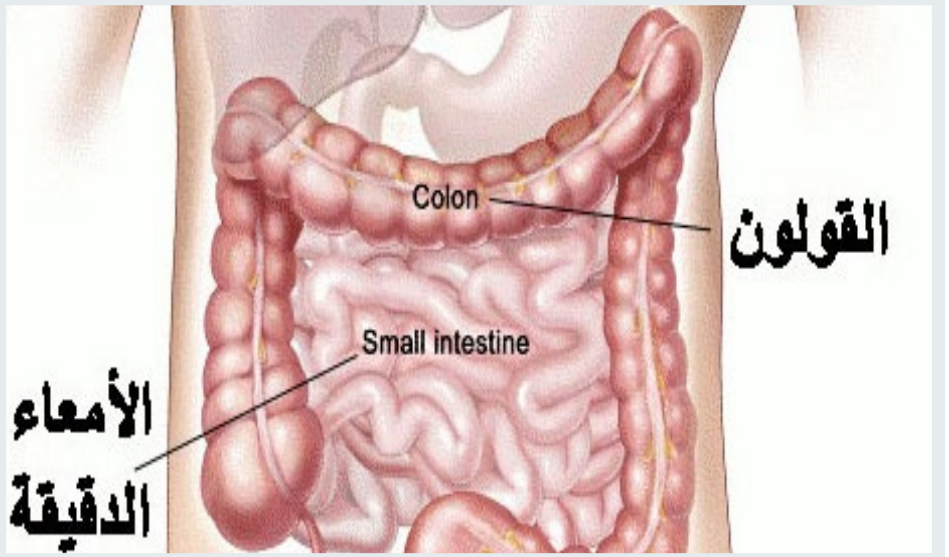
كما عمدت المرأة السورية على لملمة جراح النفس مما عانتها من بطش إجرام النظام، وهنا تقول «رنا» المرشدة النفسية في مركز للدعم النفسي:

«لا شك أن الأطفال هم أكثر من تضرر في هذه الحرب، وعلى



القولون العصبي.. أعراضه وأسبابه وطرق علاجه

صحة عامة



والقلق.
- التعرض لتيارات الهواء الباردة.
- وجبة كبيرة على غير المعتاد.
- اكل الطماطم بقشرها.
- اللبن و الحليب.
- ممارسة العادة السرية يسبب الانتفاخ والتوتر.
يجب إجراء تحليل للبراز، وتحليل للدم للتأكد من سلامة القولون من الأمراض العضوية؛ لأن كل التحاليل في القولون العصبي تكون طبيعية؛ لأنه مرض وظيفي، وليس مرضاً عضوياً.

والعلاج هو تجنب الأطعمة التي يمكن أن تزيد الأعراض، وكذلك تجنب الضغوط النفسية والتوتر والقلق، وممارسة تمارين الاسترخاء، وهناك بعض الأدوية التي تساعد بإذن الله منها:
Loperamide للإسهال، ومركبات الألياف للإمساك، وهنا ينبغي التنبيه على أنه يجب تجنب العقاقير التي تعالج الإمساك من خلال استثارة عضلات القولون مثل: **Senna compounds** لأكثر من أسبوع؛ لأنها قد تؤدي للإمساك على المدى الطويل. وقد وجد في الدراسات أن أفضل خطة دوائية علاجية هي تناول الدوائين التاليين لعدة أسابيع:

- **Mebeverine** ميبفيرين ٣ مرات في اليوم قبل الطعام بـ ٢٠ دقيقة.
- **Dogmatil** مدوغماتيل ٥٠ ملغ ٣ مرات في اليوم.
- اضطراب القولون العصبي من الأمراض المزمنة التي يتوجب عليك التعايش معها، وتطبيق التالي:
- تناول وجبات منتظمة، ومتوازنة، وتجنب الأطعمة الغنية بالدهون.- تناول كمية كبيرة من الماء.
المداومة على الرياضة فهي تشد

للضغط النفسي، وبعض أنواع الأطعمة يختل عمله مسبباً ما يسمى بالقولون العصبي، وتقول بعض النظريات الأخرى أن الجهاز المناعي الذي يقوم بحماية الجسم من الجراثيم ربما يكون له تأثير في حالات القولون العصبي.

أما ما يحدث فهو نسبة انتشار اضطراب القولون العصبي، وهي ٢٠٪ تقريباً (الخمسة)، ولكن فقط ١٠٪ من هؤلاء يستشيرون أطباءهم بسبب الأعراض الهضمية. النساء أكثر احتمالاً (خاصة قبل الدورة الشهرية) للإصابة باضطراب القولون العصبي من الرجال بمقدار ثلاثة أضعاف. من الأمور التي تزيد من الأعراض وتختلف من شخص لآخر وهي:

- التدخين.
- المشروبات الغازية.
- بعض العقاقير الطبية.
- القهوة والشاي.
- الأطعمة المقلية.
- التوابل والبهارات.
- البقوليات (الحمص، العدس) وبعض أنواع الخضار (الكرنب، الملفوف، الملوخية، الباذنجان).
- الإجهاد النفسي والغضب والضغط

القولون العصبي: هو خلل في وظيفية القولون مما يؤدي لأعراض في الجهاز الهضمي مثل

- ١- الانتفاخ والغازات.
- ٢- خروج المخاط مع البراز.
- ٣- الإمساك.
- ٤- الإسهال بعد الطعام، أو في الصباح الباكر، أو كلاهما معاً.
- ٥- الشعور بعدم استكمال الإخراج بعد الذهاب للحمام.
- ٦- الرغبة في الذهاب للحمام.
- ٧- آلام في البطن ومغص تزول بعد الذهاب للحمام.
- ٨- خروج أصوات واضحة من البطن.

الانتفاخ، وسوء الهضم، والإمساك، أو الإسهال والأعراض التي يشكو منها:

وتزيد هذه الأعراض في حالة الضغوط النفسية، أو السفر، أو حضور المناسبات العامة، أو تغير نمط الحياة اليومي، أو الامتحانات. القولون عندما يكون حساساً

العضلات، وتحافظ على الوزن، وتضبط إيقاع القولون، (المشي لمدة نصف ساعة، أو عمل تمارين للبطن والظهر مما يساعد على إخراج الغازات من جسمك).

- تناول ٦ وجبات صغيرة في اليوم بدلاً من ثلاث وجبات كبيرة.
- تعلم كيفية التعامل مع الإجهاد النفسي والضغط.
- تجنب الإمساك باستخدام المليينات المعتمدة على الألياف.
- شرب الشاي الأخضر بالنعناع أو شرب البابونج.

كاريكاتير



لقد كانت ولادة اتحاد منظمات المجتمع المدني من رحم الثورة ومن أجلها بتاريخ ١٢-١-٢٠١٢ في الملتقى لأول في استانبول حيث تداعى مندوبوا ثلاثون منظمة مجتمع مدني عاملة في دعم الثورة السورية للاجتماع في استانبول وكان مهم العمل المدني ودعم الأهل والهدف الأكبر هو إيجاد بنية تحتية لعمل مدني مستدام لوطننا الغالي سوريا في مجتمع حر كريم ينعم بأعلى درجات المواطنة والحرية وتكافؤ الفرص .

المشهد الحالي : خمسة ملايين مشرد ولاجئ منهم مليوني طفل في الخارج ومليون طفل في الداخل محرومين من التعليم والتربية عداك عن نقص وسائل الحياة الأخرى- وتمزق لروابط الاسرة وانتهاك لحقوق المرأة واعتداء على حقوقها وشرفها والمتاجرة بها عداك عن القتل والتشريد. مخيمات للاجئين ضاقت بها حدود الجوار منها الجيد ومنها الذي لا يرقى الى أدنى المعايير الانسانية. مشردين دون ملاجئ وربما تحت الاشجار أو في المدارس. توقف عجلة الحياة والصناعة والتنمية هجرة دائمة ومشكلة يبدو أنها ستسير الى سنين حتى تحسم وبأرادة دولية. تقاعس الغرب والشرق وتقصير الصديق الذي يرهن دعمه بمصالحه القومية والوطنية أو بالمعلم الأكبر

-حالة من التشرد العسكري والتفرق المدني وعشرات من المنظمات الداعمة أغلبها وطني سوري وبعضها القليل دولي تقوم بالمساعدة والعمل اليومي لتخفيف الألم

- نقص كبير في المنظمات في الداخل والخارج التي تغطي حاجات المواطنين المدنية -أغاثات كبيرة تتدفق الى مناطق معينة (حلب وريفها وادلب) ومناطق لا يصلها الا القليل ومناطق محرومة تماما من الخدمة

-العاملين في المنظمات أغلبهم متطوعين والقليل منهم ١٥% هم فاعلون فقط والباقي يصرفون فضالة أوقاتهم

لاوجود لخبرة في العمل التطوعي بأنواعه أفرادا ومنظمات والكل يعمل بما تيسر له-

تداخل وتضارب أحيانا وفشل أحيانا وخلل مادي وخسارات أحيانا مالية وبشرية-

العامل الأكبر في المشكلة هو العجز في الموارد البشرية المدربة-

-انعدام الجهة المركزية (الدولة) أو أية جهة مركزية مساندة في العمل مثل الامم المتحدة وأن وجدت فوجودها ضعيف ليس له أية ثار

الحاجة المستقبلية لتأسيس مشروع مدني حضاري على مستوى سوريا المدنية يوازي مثيلاتها-

هذه هي أجواء تواجد به اتحادنا وامام تحديات كبيرة تعجز عن حلها دول مجتمعة

ومن هنا كانت انطلاقتنا وحملنا الراية منطلقين في سد هذه الثغرة المهمة لثورتنا ول مستقبل بلدنا فوضعنا الرؤية وحددنا الاهداف وانطلقنا بما أوتينا من قوى بشرية ومالية محدودة لتحقيق هذا الهدف الكبير

تنظيم العمل المدني وتطويره وتنسيق جهوده والتشبيك وتدريب الكوادر على طريق بناء مجتمع مدني لسوريا حلم المستقبل

