

## نظرة المجتمع تجاه المرأة تتغير بالتوعية والثقافة

# لاعبات كاراتيه سعوديات يحلمن بمنافسات وبطولات دولية

جدة: يمن المنلا

تجاوزت النساء السعوديات اللواتي يقمن بارتياح الأندية النسائية طلب ممارسة الألعاب التقليدية من جري وسباحة وسواها، واتجه العديد منهن إلى المطالبة بركوب الخيل والكراتيه والتايكوندو، وغيرها من رياضات الدفاع عن النفس، وقد برزت في الميدان الرياضي لاعبات سعوديات ماهرات في تلك الألعاب، وخصوصاً في الكاراتيه، التقت بهن "الوطن"، فتحدثن إليها، وقلن إنهن يسعين إلى الدخول في منافسات دولية، وإنهن يحلمن بإحراز البطولات بشرط عدم الاختلاط.

وأكد العديد من الفتيات اللواتي يمارسن رياضة الكاراتيه، وقطنن فيها أشواطاً عدة على أن هذه الرياضة تخلو من الممارسات العنيفة، وهي لمزيد من اللياقة البدنية والتوازن، وما يصب في خدمة الجسم الأنثوي الرشيق.

## خلود: أتررب ساعة يومياً وأهلي يشجعونني وسأحصل على "الأسود" قريباً



الخراسنة السعودية نورة اليوسف من أبرز السيدات اللاتي حصلن على مراكز أولى في رياضة الفروسية (الوطن، خاص)



المرحلة لها مجموعة من الخصائص والمتطلبات، ولما لهذه الرياضات من فوائد، ومنها أنها قد تكون إحدى وسائل شغل الفراغ، وكذلك قد تكون عاملاً إيجابياً في بناء علاقات اجتماعية جيدة، لهذا كله أرى أنه ليس هناك ما يمنع أن تمارس الفتاة هذه الرياضة، المهم أن تكون هناك مجموعة من الضوابط، منها أولاً أن يتولى التدريب نساء، بالإضافة إلى عدم الاختلاط.

ويرى أستاذ علم النفس المساعد بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام الدكتور محمد فؤاد علي أن

الحماية، وإلى الشعور بالأمن من أي خطر خارجي يهددها، ففقدان الشعور بالأمن والتهديد والمخاطر الخارجية التي تتعرض لها، كل هذا ساهم في إصرارها إلى ممارسة هذه الرياضة، لحماية نفسها، مما يحقق لها نوعاً من الأمن النفسي، ومن الملاحظ مثلاً في المجتمع المصري أنه وفي الأسابيع القليلة الماضية دارت العديد من النقاشات في أجهزة

## بشائر: نحن نمارس رياضة ومخطئ من يظننا فتيات مسترجلات

الإعلام المختلفة في المجتمع المصري حول ما يسمى بسفاح المعادي، وهو شخص يعاني من اضطرابات نفسية، ويقوم بمضايقة الفتيات أثناء ذهابهن إلى مدارسهن وجامعاتهن وأعمالهن، ولا يكتفي بهذه المضايقات، بل يقوم بإلحاق الأذى بهن باستخدام الأسلحة الحادة، لذلك لجأت العديد من الفتيات هناك لممارسة هذه الرياضة للدفاع عن أنفسهن وقت الحاجة.

ويبين الدكتور محمد كلامه قائلاً إن نظرة المجتمع لتعلم المرأة مهارات الدفاع عن النفس أصبحت نظرة مختلفة، وهناك تغير إيجابي، ويرجع الأمر أساساً إلى التوعية والثقافة لدى المجتمع.

تعلمت الحركات الخاصة برياضة الدفاع عن النفس، وأصبحت واثقة من نفسي.

وتضيف: "أنا الآن في مرحلة الحزام البني، وهي عبارة عن ثالث مراحل، والحزام الأسود فيه أيضاً مراحل، ودرجات تستمر ثلاث سنوات".

وتنتهي كلامها قائلة "الكبار يعلقون سلباً على هذه الرياضة، ولكني أرى أنها مفيدة للفتاة أكثر من قبل، خصوصاً في هذه الأيام، إذ لا بد للفتاة من أن تكون متمتعة بقوة جسمانية جيدة، لقد كثرت الاعتداءات والمعاصات، ولا بد للمرأة من الدفاع عن نفسها، فهي ليست في حماية الرجل كل الوقت".

وتتمنى خديجة أن تكون هناك مسابقات ومنافسات في مثل هذه الرياضات، لأن هذه المنافسات تطور أداءهن الفردي، وتتمنى المشاركة في المسابقات الدولية والمنافسة بها، والحصول على البطولات شريطة ألا تتخلل عن الحجاب.

وقالت بشاير حسين العصلافي (ثاني ثانوي علمي) "خلال ثلاث سنوات تعلمت الدفاع عن النفس، وأكسبتني هذه الرياضة قوة في شخصيتي، وجرأة ولباقة وحيوية، هناك اتهام من البعض بلن تمارس هذه الرياضة بأنها مسترجلة، وعلى الذين ينظرون إلينا بهذه النظرة أن يعيدوا النظر لأنني أشك في وعيهم القاصر".

وتتمنى بشاير الاحتراف وممارسة كرة السلة والتنس، وتحلم أن تشارك في الأولمبياد، وهي تتدرب 8 ساعات يومياً وسوف تحصل على الحزام الأسود بعد شهرين من الآن.

ويقول أستاذ الاجتماع في جامعة الإمام محمد بن سعود الدكتور عبيد الطائفي "على الرغم من قناعاتي بأن للمجتمع السعودي خصوصيته، فإبني أرى أن للبنات احتياجات معينة في مرحلة المراهقة، وحيث إن هذه

العبيتها هذه أن تدافع عن نفسها بضراوة، وفي مثل هذه المواقف تصبح الكاراتيه ضرورية للدفاع عن النفس".

وتضيف "ألم تعلم رياضة كرة السلة، وأهلي متحمسون لأي أمتك مهارات عالية في هذه الرياضة، وشجعت أنا زميلاتي لممارستها، على الرغم من النظرة العامة لهذه الرياضة التي ترى أنها تخص الأولاد فقط".

وتروي خلود محمد الفالح (طالبة في جامعة الملك عبدالعزيز بجدة) تجربتها قائلة "مذنتين وأنا أزاول هذه الرياضة، وبعد شهرين سأحصل على الحزام الأسود، وأنا أتررب ساعة كل يوم، وهي رياضة ليست خاصة بالرجال فقط، بل على العكس ممارستها ستفيد الفتاة، خصوصاً لجهة فقتها بنفسها، وستجعلها قوية وواثقة"، مشيرة إلى أن هدفها من ممارسة هذه الرياضة حماية نفسها، وهي تتمنى تعلم التايكوندو أيضاً، وإذا أصبحت خبيرة في هذه الرياضة ستقوم بتعليمها للأخريات، وتتمنى خلود أن تكون هناك مسابقات خاصة بالنساء على مستوى المملكة في هذه الألعاب، وعن مدى تقبل الناس لهذه الرياضة تقول "هناك نظرة من الكبار ومن هم ليسوا من سني مفادها أنها رياضة لا أهمية لها، وليست لها ضرورة، ولكن أهلي يشجعونني بحماس كبير".

وقالت خديجة محمد الفالح (خريجة جامعة الملك عبدالعزيز) "أحب المغامرة، ومذنت صغري وأنا أبحث عن ناز مخصص يقدم تدريبات لهذه الرياضة، ومذنتين وأنا أمارس هذه الرياضة، وقد استفدت كثيراً،

وقالت خديجة محمد الفالح (خريجة جامعة الملك عبدالعزيز) "أحب المغامرة، ومذنت صغري وأنا أبحث عن ناز مخصص يقدم تدريبات لهذه الرياضة، ومذنتين وأنا أمارس هذه الرياضة، وقد استفدت كثيراً،

وقالت ديمة الخطيب (طالبة في المرحلة الثانوية) "حصلت على 5 أحزمة (أصفر وبرتقالي وأخضر وأزرق وبني)، وتعلمت خلالها المبادئ الأساسية في هذا الفن، وأنا أستمتع بهذه الرياضة، وخصوصاً المبارزات التي تكون عادة من خلال التدريبات، وتكون شبه يومية، حيث إنني أتمرن مع الفريق ثلاثة أيام في الأسبوع".

وعن الذي جذبها إلى هذه الرياضة والذي تحبه فيها تقول "المبارزات تعجبني فهي فكرة غريبة، ونادرة علمتني المواجهة وإقبال من فتيات في مثل سني، ونحن نستمتع كتحريك يهذه الرياضة، كما أننا نحب أداءنا الفردي، ونسعى لتطويره"، مشيرة إلى أنها بعد شهر ستحصل على الحزام الأسود.

وقالت خديجة عبد اللطيف (مجموع) في المرحلة الثانوية) "الحزام البني هو آخر ما حصلت عليه، وأنا أمارس هذه التدريبات منذ المرحلة المتوسطة، وهذه الرياضة ليست خاصة بالرجال، بل هي في الحقيقة تعنى بمبدأ أساسي، هو تعليم مبادئ الدفاع عن النفس، وفي البداية لفتت نظري رياضة غربية، ولكنني عندما مارستها أحببتها كثيراً وتعلقت بها".

وعن هدفها من تعلم الكاراتيه تقول "تعلمتها بهدف الدفاع عن النفس، وخاصة في هذه الأيام، فالفتاة باتت عرضة للأذى في كل مكان وفي الشارع، وعندما تتعرض الفتاة لأذى من أي جهة، تستطيع بسلاح

وقالت خديجة محمد الفالح (خريجة جامعة الملك عبدالعزيز) "أحب المغامرة، ومذنت صغري وأنا أبحث عن ناز مخصص يقدم تدريبات لهذه الرياضة، ومذنتين وأنا أمارس هذه الرياضة، وقد استفدت كثيراً،

## العراقيون يستعينون بعقائير الجنس لحماية حياتهم الزوجية بسبب التوتر

واشنطن: الوطن

كشفت تقرير أمريكي عن تزايد أعداد العراقيين الذين يستعينون بالعقائير المنشطة جنسيا للحفاظ على حياتهم الزوجية، وذلك بشكل متواز مع تصاعد معدلات التوتر والقلق بسبب العنف في العراق. وتنتشر في صيدليات بغداد أنواع عديدة من تلك العقائير أكثرها شيوعاً أقراص هندية تسمى "لوفارجا" و"كاماجرا" تشبه في خواصها عقار الفياجرا.

وقال أحد العراقيين في حديث إلى صحيفة "يو إس إيه توداي" أمس إن "تصاعد التوتر والعنف خلال العامين الماضيين دفعني كغيري مثل العديد من العراقيين للجوء إلى استخدام أقراص منشطة حتى أشعر أنني رجل كما كنت في السابق". وتقوم صيدليات بغداد ببيع هذه الأقراص من دون وصفة طبية حيث يباع الصندوق الصغير المحتوي على 4 أقراص بما يعادل دولاراً واحداً.

وذكرت الصيدلانية في بغداد مناهل شوقي أن عملاءها يشتكون من أن "مشاهد الموت والدماء في الشوارع تسببت لهم في نوع من القصور الجنسي". وقالت إنها تباع نحو 5 صناديق يومياً من هذه الأقراص. وعلى الرغم من أن شوقي تنصح عملاءها باستخدام هذه الأقراص فقط عندما ينصح بها الطبيب، إلا أنها أقرت ببيعها من دون وصفات طبية لأن الحياة أصبحت صعبة بالنسبة لهؤلاء، حسب تعبيرها.

من جهته قال الصيدلي أحمد سعيد إن إقبال الشبان على هذه الأقراص يعتبر ظاهرة خطيرة لأن كثرة تردهم على شرائها جعلت منهم زواراً دائمين، وأشار إلى أنه يبيع نحو 10 صناديق من أقراص الفياجرا يومياً.

## الشخير يتسبب في فقدان شريك الحياة عامين من النوم

لندن: د ب أ

أظهرت دراسة بريطانية حديثة أن شخير فرد أثناء النوم يفقد من يشاركه النوم في المكان نفسه عامين من النوم خلال فترة حياته. وكشفت الدراسة التي نشرتها صحيفة "صن" البريطانية أمس الجمعة أن 15 مليون بريطاني يعيشون مع شريك مصاب بالشخير. وأظهرت الدراسة أن الشخير يحم الشريك ساعتين من النوم ليلاً في المتوسط. وبالتالي إذا كانت فترة الارتباط 24 عاماً فإن الشخير يفقد عامين من النوم خلال حياته. وذكرت (الرابطه البريطانية للشخير وضيق التنفس) أن 80٪ ممن شملتهم الدراسة قالوا إن الشخير أفسد حياتهم وجعلهم يعزفون عن شركائهم. ومن ناحية أخرى، بدأ أمس بالعاصمة البريطانية عرض غرفة نوم خاصة للوقاية من الشخير يصل سعر السرير بها بدون فرش إلى 15 ألف جنيه إسترليني أي ما يوازي 30 ألف دولار أمريكي.

## يهوول عاريا بمطار القاهرة مدعيا وجود متفجرات بسيارته

القاهرة: د ب أ

أثار شاب مصري الذعر بمطار القاهرة أمس عندما نزل من سيارته عارياً أمام صالة الوصول. وهوول بين المترددين والركاب مدعياً وجود متفجرات بسيارته. وطارده عدد من الركاب ورجال الأمن بالمطار الشاب، وبعد الإمساك به تم استدعاء خبراء المفرعات لفحص السيارة التي تبين عدم وجود متفجرات بها. وعرض الشاب وهو طالب جامعي على طبيبة الحجر الصحي بالمطار حيث تبين أنه في حالة هياج، ولا يدرك أفعاله وقد رجحت تناوله حبوب هلووسة.



مشاركات سعوديات بالمنتدى

## منتدى ميلانو لسيدات الأعمال يشهد مشاركة عربية مكثفة

# العربيات نجحن في المزاجعة بين العمل والمنزل عكس الأوروبيات

للأوربيات اللاتي إن قررن الاهتمام بأسرهن يستغنين عن العمل والعكس صحيح".

من جانبها، عبرت سلمى بين نغوش زهير، وهي مشاركة مغربية تدير شركة النسيج بمدينة الدار البيضاء، عن أملها أن يحقق هذا المنتدى أهدافه، وتتمكّن من التعرف على سيدات أعمال جميع الدول المشاركة، مشيرة إلى أنها تنوي من خلال ربطها علاقات مع بعض المشاركات مضاعفة وتطوير إنتاج شركتها التي تتمتع بسمعة جيدة بشمال إفريقيا ومنطقة الشرق الأوسط.

وقالت "نحن نوزع منتجاتنا ليس فقط بالجزائر وتونس وموريتانيا، بل تعدينا هذه الدول، لندخل بها أسواقاً إفريقية وشرق أوسطية مثل السنغال ومصر، وتأمّل من خلال هذا المنتدى التعرف على شركات إيطالية لمساعدتنا على جلب منتجاتنا إلى الأسواق الإيطالية والأوروبية".

بالمرة السعودية، إلا أنها استطاعت إثبات كفاءتها وقوتها، مؤكدة لجميع أنها قادرة على التأقلم مع واقعها الثقافي والاجتماعي، وتطوير إمكانياتها بنجاحات، دون التأثير بخظيراتها الأوروبيات اللاتي يتوفرن على ثقافة ومجتمع يختلفان عن المجتمع والثقافة السعودية والعربية بصفة عامة".

ولم تختلف عن هذا الرأي مشاركة بحرينية تدعى سوسن عبيد تهمّ بالموضة والأزياء، مشددة على ضرورة تفعيل دور المرأة العربية في هذا الميدان، وعلى فسح المجال أمامها للتعبير عن إمكانياتهن دون تخليها عن المفاهيم الثقافية النابعة من الدين الإسلامي للتأثر بنموذج المرأة الغربية.

وقالت عبيدين "نحن كعربيات ومسلمات نعتبر أن الأولوية للبيت والأسرة، لهذا فنحن نحاول المزاجعة بين العمل داخل البيت وخارجه، خلافاً

التجارة والشؤون الأوروبية إما بونينو، عدد من الشخصيات السياسية والاقتصادية الإيطالية والعربية.

وأجمعت المشاركات العربيات على أهمية هذا المنتدى في مساعدة المرأة العربية على تطوير علاقاتها وإمكانياتها في إطار أعمالها التجارية والاقتصادية، مؤكّدت على أن هناك عددا من العراقيين التقافية والإدارية تصادفهن داخل مجتمعاتهن تحول دون تمكينهن من التعبير عن قدراتهن في هذا المجال.

وقالت الدكتورة أمال محمد بدر الدين وهي مشاركة سعودية ومديرة مجمع عبادات أمال بالرياض، إن المرأة السعودية قطعت أشواطاً هامة في مجال الأعمال والتجارة، موضحة أنها أقوى من نظيرتها الأوروبية التي تتوفر على جميع الوسائل والسبل لتحقيق نجاح في هذا الميدان.

وأضافت "رغم كل الظروف التي تحيط

ميلانو: عبدالمجيد السباوي

أجمعت سيدات أعمال عربيات مشاركات في منتدى سيدات الأعمال بالبحر الأبيض المتوسط ومنطقة الشرق الأوسط الذي أقيم بميلانو على نجاح المرأة العربية في التوفيق بين العمل ومنزلها وأسرته عكس الأوروبية التي إن اهتمت بالمنزل سيكون ذلك على حساب العمل والعكس.

وكانت وزارة التجارة الإيطالية بالتعاون مع جهة لومبارديا وبلدية مدينة ميلانو قد نظمت الأسبوع الماضي منتدى سيدات الأعمال بالبحر الأبيض المتوسط ومنطقة الشرق الأوسط، شاركت فيه أكثر من 250 سيدة أعمال عربية، مثلن نسبة 85٪ من عدد المشاركات.

وحضر المنتدى إضافة إلى رئيس الوزراء الإيطالي رومانو برودي، ووزيرة



إمابو نينو تتوسط المشاركات (الوطن: ميلانو)