



الموقف السياسي



عبدالمحسن محمد الحسيني

توجهات وآراء المرشحين

تابعته باهتمام بالغ ما قامت به جريدة «الأنباء» من استيضاح آراء عدد من المرشحين لانتخابات مجلس الأمة 2023 حول القضايا ذات الأولوية، ولفت انتباهي بعض التوجهات التي تصب في مصلحة الوطن والمواطنين، ومنها ما طرحه النائب السابق والمرشح الحالي د.عبدالكريم الكندري الذي أكد على مواضيع ذات أهمية ومنها تعارض المصالح واللائحة الداخلية والمدن الإسكانية.

ولا شك أن هذه المواضيع يجب التركيز عليها لأنها أصبح ضروريا إنجازها، فموضوع تعارض المصالح سبق أن تحدثت عنه النائبة والوزيرة السابقة جنتان بوشهري، حيث ركزت على أعمال المقاولات الخاصة بوزارة الأشغال العامة، وتحدثت بإسهاب عن موضوع إصلاح الطرق التي يعاني منها المواطنين.

أما التوجه الثاني للدكتور عبدالكريم الكندري فهو المدن الإسكانية لما لهذا الموضوع من أهمية في إنجاز وتوفير السكن لجميع الشباب والمواطنين، فالدولة مسؤولة عن ذلك، وكانت الكويت اهتمت بقضية الإسكان منذ أن زاد دخلها من إيرادات النفط، حيث أمر الأمير الراحل أبو الدستور الشيخ عبدالله السالم بإتاحة الفرصة للمواطن الكويتي للاستفادة من دخول النفط الكبيرة.

ولفت انتباهي أيضاً ما طرحه المرشح جراح الفوزان الذي طالب بتعديل قانون الانتخابات.

ومن التوجهات التي طرحت أيضاً ما طرحه النائب السابق والمرشح أحمد لاري الذي تقدم بمقترح ضرورة إيجاد مصادر بديلة للإيرادات النفطية لمواجهة التحديات الاقتصادية المحلية والدولية.

كما طالب بعض المرشحين بضرورة الاهتمام بتطوير الخدمات العامة ودعم دخل التقاعدين والمواطنين، وذلك لتحسين المعيشة، وضرة محاربة الفساد داخل مؤسسات الدولة، ووقف الواسطات والتعيينات الباراشوتية.

لا شك أن هذه الأمور تحتاج إلى ضرورة الاهتمام من المرشحين عند حصولهم على ثقة الناخبين وبلوغهم مجلس الأمة، وأن يباشروا بترجمة التوجهات التي طرحوها بعد وصولهم إلى قبة عبدالله السالم إلى مقترحات بناءة لصالح الوطن والمواطنين.

من أقوال المغفور له بإذن الله سمو الأمير الراحل الشيخ صباح الأحمد، طيب الله ثراه: «حافظوا على سفينة الكويت فنحن جميعاً نرى العواصف من حولها ولا عاصم لها بعد الله تعالى من ذلك إلا بالولاء والإخلاص والتفاني والشعور بالمسؤولية».

والله الموفق.

طهو الطعام أو تسخينه من الداخل إلى الخارج بعكس الأفران العادية التي تقوم بالتهيء من الخارج إلى الداخل، وعند فتح باب الفرن يتوقف مباشرة إنتاج هذه الأشعة مباشرة وينتهي تأثيرها. الضرر الوحيد منها هو إذا كان هناك تسريب ويمكن الكشف عنه وتأثيره يكون حرارياً، والأواني المستخدمة للتهيء يجب أن تكون من مواد غير معدنية مثل الألومنيوم أو القصدير (السولوفان) المستخدم للف الطعام في الأفران الحرارية)، وذلك لأن أشعة المايكروويف لا تنفذ من خلالها وتنعكس لتسقط على مصدر إنتاج هذه الأشعة، ويمكن أن تفسدها وهنا الضرر يصيب الجهاز نفسه، والأواني الفخارية والصينية هي الأفضل بالدرجة الأولى، ثم الأواني الزجاجية وخاصة البايكرس لأنها تتحمل الحرارة وهي مواد لا تمتص أشعة المايكروويف مما يضمن نفاذها إلى الطعام بسهولة لتطبخه، أما الأواني البلاستيكية فلا ينصح باستخدامها لأنه من الممكن أن تتسرب بعض المواد الكيميائية إلى الطعام بفعل الحرارة.

ونستخلص من ذلك أن أشعة المايكروويف المباشرة إذا كانت طاقتها عالية يكون تأثيرها حرارياً ولا علاقة لها بمرض السرطان.

وتفحصها جيداً للتأكد من مطابقتها لشروط شغل الوظيفة التي أوصى عليها سموه.

تتمنى من سمو الرئيس توجيه الجهات المعنية بالاستعجال في تسكين تلك الوظائف بأسرع وقت ممكن حتى لا تكون في القادم من الأيام خاضعة للمساومات والترصيات التي ستكون عامل هدم لا بناء لأي تطوير قائم. أخيراً الاختيار الصحيح للنخب الشبابية لشغل الوظائف القيادية أمر جيد، كما أنه سيسهم في تطوير العمل الحكومي والسعي في تحقيق آماني المواطنين بإنجاز معاملاتهم إلكترونياً بعيداً عن الروتين الحكومي الإداري المعقد، لذلك نتمنى البحث عن بطور منظومة العمل في الجهات الحكومية، ويسعى إلى خلق آلية تهدف إلى كسب رضا المراجعين بدلاً من تذرهم، ومنا إلى من يههم الأمر.

الذين هم في كل واد يلهون ويلعبون، ولا شيء في الوجود غير أنفسهم فقط، وينتهزون أي فكرة ليستغلوها لصالحهم، فيتركوا مبادئهم إن صح التعبير عنها بمبادئ، بلا قيود نحو تحقيق مقدراتهم بكل الطرق المتاحة، ولا يتمتعون بالحد الأدنى بالصيغة الميكانيكية (الغاية تبرر الوسيلة) مهما كان نوعها ما دام أنها ستؤدي إلى الغاية.

فالأعتدال بالذات هو الشعور باحترام تجاه النفس وتجاه قدراتها، واحترام الذات أو الاعتزاز بالنفس هو إحساس الفرد بقيمته وما هي الدرجة التي يحب بها نفسه، وكون الشخص معتدًا بذاته يعني احترامه لها، أما البعد عن تقدير النفس والإحساس بها فيعني الشك والشعور بالنقص فيها وتوجيه النقد لها وعدم النظر لها بأي إيجابية، وافتقادك منذ الصغر للخبرات التي تدعم ثققت بذاتك، وعدم تلقك الدعم الكافي من المحيطين بك، مع وجود حالة من القلق الاجتماعي. ورغم ذلك كله فإنه لا ينبغي أن نترك هذه المشاعر ملازمة لنا طوال حياتنا، فتحسبنا اعتزازك بنفسك يزيد من ثققتك بنفسك وهو يعد أولى الخطوات باتجاه الشعور بالسعادة والحياة الأفضل.



فهد ركن م. عبدالله حسين المسباح

وكلمة الموجه (Wave) وتعني الموجه المتناهية الصغر. ففرن المايكروويف عبارة عن صندوق معدني له بوابة زجاجية شبكية تمنع تسرب الإشعاع إلى الخارج، ويوجد فيه جهاز من الداخل يسمى الماجنترون (Magnetron) وهو الذي يولد موجات المايكروويف ذات الطاقة العالية جداً وتبدأ بالتصادم داخل الصندوق، ويتم امتصاصها بواسطة الماء والمواد الدهنية والمواد السكرية في الطعام من خلال ذرات وجزيئات تلك المواد وامتصاص هذه الأشعة تسببها طاقة تجعلها تتذبذب وتتسكس وتحترق ببعضها بسرعة كبيرة (2500 مليون هزة في الثانية الواحدة) وتتصادم مع بعضها البعض وتنتج حرارة التسخين اللازمة، بحيث يتم



خالد العرافة

كذلك بتوصيات سمو الرئيس باختيار الكفاءات من أصحاب الخبرة والإنجاز من المرشحين بعيداً عن ترشيحات الحسوية. هناك عدد من الجهات رشحت أسماء القياديين لديها لسد شواغرها، ونتمنى قبل اعتمادها التدقيق عليها مرة أخرى من قبل اللجنة المختصة،



فاطمة المزيعيل

فيها دائرة مفرغة ولم تكن هو أن تحافظ على صحة أفضل من يمكن صحته (وهو نفسك)، وألا تعتمد على تقليد الآخرين في كل شيء، تقبل استغلالك وكذلك إحساس العزلة الملازم لك بشأن تكون على استعداد لأن تسلك طريقك بمفردك، ليس كنوع من التحدي بل كاختيار. إذا كنت تخشى أن تكون ذاتك، فمن المحتمل أنك تخشى إثارة غضبك، إنك تشعر بضرورة أن تضمر غضبك بداخلك، أو تخشى حرامك من مزايا شيء ما إن عبرت عن ذاتك، لذلك فأت تكلم عيظك، وبعد فترة يتمركز في أعماقك، حينئذ سوف تكره نفسك لإحساسك بالضعف، والدونية، وبأنك لست ذاتك.

دقت الساعة

فرن المايكروويف والسرطان

almesbah@gmail.com

يؤكد لا يخلو بيت من فرن المايكروويف والذي يستخدم عادة للطبخ أو لتسخين الأكل، ويعتبر واحداً من أبرز اختراعات القرن العشرين، وله قدرة على تجهيز الطعام خلال فترة قصيرة وهو فعال جداً في استهلاك الكهرباء ويسخن الطعام ولا يسخن الأطباق، ويلاحظ أن هناك الكثير من الناس تتخوف من استخدام هذا الفرن بسبب الإشعاع الصادر منه، ويقال إنه يسبب السرطان، ولمعرفة حقيقة الأمر سأشرح بطريقة مبسطة ما هو الإشعاع وأنواعه؟ وكيف يعمل فرن المايكروويف، وما هي مضاره؟ هناك نوعان من الأشعة، الأولى: الأشعة المؤينة وهي الأشعة الكونية الصادرة من الفضاء الخارجي أو من المواد المشعة المكتشفة في المعادن مثل اليورانيوم والسييزيوم والبلانتيوم وغيرها، وتصدر عنها موجات متسعة ضارة بجسم الإنسان مثل أشعة ألفا وبيتا وجاما والأشعة السينية وغيرها، ويمكن ضررها بانها إذا تعرض لها جسم الإنسان فإنها تخترق الأنسجة الحية وتحدث أكسدة قوية للمحلول المائي في الخلية، وبالتالي يتم تدمير الخلايا البيولوجية إما عن طريق إزالة إلكترونات الخلية، أو إزالة ذرات الهيدروجين الموجودة بالجسم، وغالباً ما

إطلاة

المناصب القيادية شاغرة.. استعجلوا في تسكينها

khalid_news@hotmail.com

أشهر، وبحاجة إلى تدخل سريع من قبل مجلس الوزراء، خصوصاً الجهات المهمة التي مازال بعض مناصبها يدار بالتكليف الداخلي من قبل الجهة نفسها. مطلوب من الوزراء كل في منصبه الاستعجال في ترشيح الأسماء لشغل تلك الوظائف، وذلك بعد التأكد من استحقاقها، والعمل

تجديد الدماء شعار المرحلة المقبلة التي حمل لواءها سمو الشيخ أحمد نواف الأحمد الصباح رئيس مجلس الوزراء، منذ تكليفه من قبل القيادة السياسية، وما زال سموه مستمراً في تطبيق هذا النهج الذي سيحقق مبدأ العدالة للمستحقين من الكفاءات الذين حرموا من شغل تلك المناصب القيادية بسبب الواسطة رغم استحقاقهم. قبل أشهر قليلة تمت إحالة أغلب القياديين إلى التقاعد في مختلف الجهات الحكومية، منهم من حصل على امتيازات وتقاعد فوراً، ومنهم من أتم مدته القانونية، ولم يتم التجديد له تطبيقاً لقرار مجلس الوزراء الذي أوصى بعدم التجديد للقياديين بالسوزات والهيئات إلا في أضيق الحدود وحسب حاجة العمل. أغلب الجهات الآن مناصبها القيادية شاغرة لم يتم سدها منذ

تأكد دائماً وأبداً أنه ليس عليك أن تفكر ما يفكرون وتدرس ما يدرسون وتتصرف كما يتصرفون، وتفعل كما يفعلون، وتتجزأ ما يتجزؤون، وتلبس مثلما يلبسون، وتقتني ما يقتنون، كن أنت لا هم، ولا تعيش وقتهم وليس وقتك، كن في المكان، المحيط، البيئة التي تجد فيها نفسك، ذاتك، شغفك، كيانتك، افعل وانجز ما تراه أنت يشبهك، يمثل شخصيتك، قريباً من معايير مبادئك، حاول جاهداً وضع كل أمر أو حدث في مكانه الصحيح، وأسرع لأن يكون لديك قاعدة أو منطلق ترسم حقيقة الحياة ومنطقها داخل مجتمعك الذي تعيش فيه.

الحياة ليست أن تدخل منافسة أو تكون نسخة من أحد، الحياة أن تصنع نجاحاتك بنفسك، وبشخصيتك الحقيقية، تحقق أهدافك وتترك أثرك، كيف يمكنك أن تكون أي شخص غير نفسك؟! إذا كنت تخشى من أن تكون ذاتك، فمن المحتمل أنك تهرب فكرة أن تعتنى بنفسك أو أن تمسك بزمام أمورك، فتحاول أن تكون - وكأنك مجبر - نسخة من غيرك مثلاً!

وإذا كان هناك من يريد مصادقتك - صحبتك - فلا بأس، ولكن لتجعل

الحياتية ليست أن تدخل منافسة أو تكون نسخة من أحد، الحياة أن تصنع نجاحاتك بنفسك، وبشخصيتك الحقيقية، تحقق أهدافك وتترك أثرك، كيف يمكنك أن تكون أي شخص غير نفسك؟! إذا كنت تخشى من أن تكون ذاتك، فمن المحتمل أنك تهرب فكرة أن تعتنى بنفسك أو أن تمسك بزمام أمورك، فتحاول أن تكون - وكأنك مجبر - نسخة من غيرك مثلاً!

وإذا كان هناك من يريد مصادقتك - صحبتك - فلا بأس، ولكن لتجعل

الغمدة

الأمير محمد بن سلمان والشرق الأوسط الذي نريده

Maimoasharji@gmail.com

«هذه حربي التي أخوضها شخصياً ولا أريد أن أفارق الحياة إلا وأرى الشرق الأوسط في مقدمة مصاف دول العالم، وأعتقد أن هذا الهدف سوف يتحقق 100% بإذن الله». تلك الكلمات الحاملة والواقعة بما تملك من رؤية نبيرة نقلت المملكة العربية السعودية بقفزات مدروسة، أطلقها ولي العهد ورئيس مجلس الوزراء في المملكة العربية السعودية صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان، خلال كلمته في مؤتمر «مستقبل الاستثمار» عام 2018 في الرياض، حيث إن الإنجازات المتسارعة التي تحققت في المملكة على جميع الأصعدة أبلغ رد على المشككين بتحقيق رؤية 2030، حيث شهدت المملكة العربية السعودية نمواً اقتصادياً ملحوظاً في تطوير أساليب الدعم والإنفاق الجماعي، وتطبيق الكثير من الإجراءات والإصلاحات المالية، ودعم المصارف المحلية للقيام بدورها التعميلي في الاقتصاد، وزيادة رأسمال الصندوق الصناعي لتقوية دوره كمحرك للتحول الصناعي في الدولة، بالإضافة إلى توفير بيئة استثمارية مناسبة للمستثمرين برافعة عدد الرخص الممنوحة للاستثمارات الأجنبية بنسبة 140%.

كما تم خفض نسبة عجز الموازنة بنسبة 48% وتشجيع الاستثمارات في القطاع الخاص في قطاع الطاقة المتجددة، وإنشاء قاعدة بيانات تضم أكثر من 100 شركة محلية تعمل في هذا المجال، وتطوير مدينة الملك سلمان الصناعية بحيث توفر العديد من فرص العمل، إلى جانب تنظيم العديد من الفعاليات الترفيهية المباشرة التي استضافتها 56 مدينة سعودية.

كما تم تطوير مدينة لصناعة السيارات بهدف جذب الاستثمارات وزيادة الصادرات وتوفير فرص العمل، وفي مجال الزراعة والبيئة سجلت المملكة العربية إنجازات تهدف إلى تمكين المملكت من تحقيق هدف الأمن الغذائي لها ولدول المنطقة، ولا أريد الإطالة في سرد الإنجازات الداخلية التي سآخمتها بأهم استثمار قام به صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان، وهو الاستثمار بالعقول والخبرات السعودية والخليجية والعالمية بالاستثمار المباشر معهم للعمل ضمن فريقه الشخصي الإبداعي من مختلف دول العالم ومن دون أي تحيز شخصي بل تحيز لدعم الفكرة والاستثمار فيها، وسأنتقل إلى دور المملكت المحوري في صناعة المشهد السياسي في الشرق الأوسط، فهي تتلخص فيما ذكره الأمير محمد بن سلمان في ختام القمة العربية الثانية والثلاثين في جدة والتي كانت استثنائية ومحط أنظار العالم لما لها من أهمية، حيث قال: «إننا ماضون للخير والسلام والتعاون البناء بما يحقق مصالح شعوبنا، ويصون حقوق امتنا، كما أننا لن نسمح بأن تتحول منطقتنا إلى ميادين للصراعات، وكيفيتنا مع طي صفحة الماضي نذكر سنوات مؤلة من الصراعات التي عاشتها المنطقة وعانت منها شعوبنا، وتعرضت بسببها مسيرة التنمية».

وهي الاحتقان السياسي بالسلام مع إيران، وانتهاء الحرب باليمن ووضع حلول للأزمة في السودان، ودعم اقتصاد لبنان، والاهتمام بالملف الفلسطيني، وإرسال رسائل مهمة للولايات المتحدة الأميركية بأن المملكة من دول الخليج تعمل بما تقتضيه مصالح شعوبها واستقرار المنطقة المبنية على علاقاتها السياسية والاقتصادية مع دول العالم، وتقف على الحياد بخصوص الملف الأوكراني، وتأكيداً على ذلك دعوة الرئيس الأوكراني كضيف للغة العربية للاستماع إلى موقف بلاده، كموقف متوازن يعاقب الاستيلاء الغربي من عودة العلاقات مع سورية، والعلاقة الجيدة مع روسيا، حيث إننا نعيش اليوم في شرق أوسط جديد فعال ولكن كما تريده شعوبنا وكما كانت تحلم به أوطاننا، لا كالشرق الأوسط الجديد الذي رسمته لنا وزير الخارجية الأميركية السابقة كونداليزا رايس عام 2004 المبنى على إضعاف وتفكيك دولنا وتحولها إلى دويلات صغيرة من خلال إثارة النزعات وزرع الفتنة، بل شرق أوسط جديد بوابته بيد قيادة شابة حكيمة من صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان وبتوجيهات من والده خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز، من أجل استقرار المنطقة وتحقيق التقدم والرفاه لشعوبنا، شرق أوسط يفاوض ويقود لا يتبع أو يأخذ تعليمات من أحد، شرق أوسط يستطيع الاستثمارات والمواني والوكالات العالمية ويحقق الأمن الغذائي والصحي والسياحة الداخلية والترفيه ويقدم التعليم المتقدم، لاساحة قتال وتجربة لاساحة مزار شامل راح ضحيتها العديد من الأجيال التي كانت تحلم في العيش بأمن وسلام.

رأي طبي

إضاءات طبية في صحة العيون (27)

دي يوسف الظفيري - استشاري طب وجراحة العيون

من الأسئلة التي توجه كثيراً إلى أطباء العيون سؤال عن الذبابة الطائرة وكيفية علاجها. ولكي أجيب عن هذا السؤال لابد أن نعرف أولاً ما هي الذبابة الطائرة. الذبابة الطائرة، وتسمى أيضاً بعوامات العين، عبارة عن بقع رمادية أو سوداء تظهر في مجال الرؤية بشكل خيوط عنكبوتية أو سلاسل عقدية، وعند فتح العين تظهر لك بشكل أكبر حينما تنظر إليها، وهي تحدث بسبب تكون مادة من الهلام تشبه الزجاج داخل العين، وهي من علامات تقدم السن.

وتعد هذه المشكلة من المشكلات شائعة الحدوث، والكثير من أنواع الذبابة الطائرة لا يستدعي القلق، ويختفي من تلقاء نفسه من دون أي تدخل علاجي، إلا أن هناك أنواعاً منها يستدعي التدخل العلاجي لأنه قد يكون مؤشراً على مشكلة صحية أخرى.

وهناك أيضاً سؤال يتردد دائماً في هذا الصدد يقول: هل هناك علاقة بين جفاف العين والإصابة بالذبابة الطائرة؟ وأستطيع أن أجيب عن هذا السؤال بالقول إنه حتى الآن لم تظهر الأبحاث أي علاقة بين جفاف العين والإصابة بالذبابة الطائرة، على الرغم من أن جفاف العين يؤدي إلى تهيج واحمرار يتسبب في التأثير بشكل سلبي على الرؤية نتيجة قلة إفراز الدموع.

أما علاج الذبابة الطائرة فيكون أحياناً بالليزر، ويكون بتسليط الضوء على الجزء الزجاجي من العين، وجعل عوامات العين أصغر حجماً، وأقل وضوحاً، وفي بعض الأحيان يكون العلاج بالتدخل الجراحي، وذلك باستئصال الجسم الزجاجي من العين، ويقوم طبيب الجراحة بفتح جزء صغير من العين واستئصال الجزء الهلامي الزجاجي، وتبديله بمحلول طبي للحفاظ على شكل العين الدائري، ومع الوقت تقوم العين بتجديد الخلايا، وتكوين جسم هلامي جديد.

ارتقاع الأسعار...

