

الحامية سامية الهاشمي: توجد تشريعات محففة في حق النساء السودانيات ونسعى لتعديلها أو محوها

الداية فاطمة الصغيرة أضاءت عتمة نساء دارفور بالمعرفة

الرؤية والأهداف



صحيفة
المرأة
السودانية

مرأة تسود وتقود لتصير صمام امان العالم
سيادة وقيادة المرأة خلال هذه الألفية
في كل القضايا الخاصة والعامه الفكر
الحكم القانون الحرية السلام العدالة

وتأسيس المجتمع المدني الصالح
من أجل تحقيق الأهداف الإنسانية -
من أجل تحقيق الأهداف التطبيقية -
من أجل تحقيق الأهداف الروحانية
من اجل تحقيق أهداف منظمات

المجتمع المدني التي تواكب كل مجتمع
كل اهداف الألفية السابقة الانية
والمستقبلية
ننشد التغيير وإثبات الحق وحمائته
للمرأة في العالم

● البريد الالكتروني: thesudanesewomennewp@gmail.com ●

العدد (الخامس) ● صحيفة شهرية ● (صوت نساء السودان) ● المدير العام: الأستاذة رقية هباني ● ديسمبر ٢٠٢٥م

كلمة العدد

تسعد صحيفة المرأة السودانية أن تُصدر عددها الجديد، رغم التحديات الكبيرة التي تواجهها في ظل الظروف الحالية نحن فخورون بمواصلة مسيرتنا في تقديم ما يهم المرأة السودانية خاصة والمرأة عامة، ونؤكد أن هذا الإصدار هي خطوة أخرى نحو تمتين دورنا في المجتمع عبر الاعلام الموجه لخدمات نساء السودان والمرأة عامة. ويسرنا ان نعلن بكل سعادة عن قرب إطلاق موقعنا الإلكتروني، الذي سيكون منصة إعلامية شاملة لنشر الأخبار والتحليلات التي تهم المرأة السودانية والمرأة عامة ، وسيكون أيضاً نافذة للاطلاع على تجارب المرأة عامة نأمل أن يكون هذا الموقع إضافة نوعية تسهم في تعزيز الوعي وتمكين المرأة. كما نبعث بالتحية والتقدير للكاتبات اللاتي يواصلن بث الاستنارة والوعي في المجتمع دون كلل أو ملل. عملكنّ يلهم ويحفز، ونحن فخورون بأن نكون جزءً من هذه المسيرة الإعلامية المهمة. ونؤكد أن صحيفة المرأة السودانية ستظل ملتزمة بتسليط الضوء على قضايا المرأة، ودعمها في مسيرتها نحو التمكين والاستقلالية. نأمل أن يكون هذا العدد إضافة مفيدة لقرائنا الأوفياء، وأن يجدوا فيه ما يثري أفكارهم ويعزز وعيهم.

المديرة العام
رقية هباني

تهلّلت أعياد الميلاد

نهئ العالم أجمع بمناسبة أعياد الميلاد ورأس السنة الميلادية الجديدة، ونتقدم بأحرّ التهاني وأطيب الأمنيات إلى شعب السودان بمناسبة ذكرى الاستقلال المجيد، راجين أن يعمّ السلام والخير، وأن تحمّل الأيام القادمة مزيدًا من التقدم والازدهار

الحامية سامية الهاشمي:

بدأت مسيرتي الحقوقية مبكرا حيث كنت دائما لا أقبل بالايذاء والظلمة...سواء في المدرسة أو المجتمع من حولي و من هنا التحقت بكلية الحقوق جامعة القاهرة بالخطوط و.و عند تخرجي التحقت..... طالع نص الحوار مع الحامية سامية الهاشمي بالداخل.....

مشاركة سودانية في مؤتمر دولي حول قضايا المرأة في نيبال

شاركت السودان في مؤتمر دولي استمر خمسة أيام، تناول قضايا المرأة وما تواجهه من عنف واضطهاد، إضافة إلى قضايا الأقليات، واختلاف الرأي، ودور الأسرة في نشوء العنف والحروب، وسبل التوعية المجتمعية باستخدام الأدوات الثقافية المختلفة. وناقش المؤتمر، الذي أقيم في نيبال، دور الفنون والثقافة في نشر الوعي، من خلال السينما والمسرح والكتب والغناء، إلى جانب الاستفادة من التكنولوجيا والفضاءات المفتوحة، بمشاركة ممثلين من مختلف الثقافات والأديان والجنسيات. وشاركت السودان بأربعة أفلام روائية ووثائقية، من بينها فيلم يتناول قضية زواج القاصرات بعنوان «سارة»، حيث كانت احد الكتابات في الصحيفة آية محمد الحاج الحاج ضمن الفريق التنفيذي للفيلم. ووصفت المشاركة بأنها تجربة ثرية ومفيدة، أسهمت في فتح نقاشات واسعة حول واقع السودان، خاصة في ظل التساؤلات الدولية المتكررة حول أسباب الحرب الجارية في البلاد



ابرز النقاط من تقارير الأمم المتحدة والمنظمات الدولية حول تأثير الذكاء الاصطناعي على وضع المرأة

تقارير الأمم المتحدة تؤكد أن الذكاء الاصطناعي ليس حيادياً جنسياً، بل يمكن أن يعيق عدم المساواة إذا لم تتخذ سياسات عادلة.

Digital Library

يجعل النساء أكثر عرضة لفقدان الوظائف وتحولات سوق العمل.

Dawn

يزيد العنف والتحرش الرقمي عبر أدوات ذكاء اصطناعي.

The United Nations Office at Geneva

وفي المقابل، هناك فرص حقيقية لتعزيز تمكين المرأة بأن تمنح مهارات رقمية وتشارك في تصميم وتطوير تكنولوجيات الذكاء الاصطناعي حتى لا تترك خلف الركب في الثورة الرقمية.

القانونية في العديد من الدول.

The United Nations Office at Geneva

توصيات لتعزيز المساواة وتمكين المرأة

تقارير اليونسكو ووكالات الأمم المتحدة تشدد على:

* ضرورة تدريب النساء على المهارات الرقمية ودمجهن في مجال التكنولوجيا.

* دعمهن في دخول مجالات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والذكاء الاصطناعي.

* صياغة سياسات تشجع مشاركة النساء في تطوير الذكاء الاصطناعي لضمان أن التكنولوجيا لا تُكرس التحيزات القائمة.

UNESCO

UN Women Knowledge hub

خلاصة مختصرة :

والفرص.

Digital Library

الفجوة الرقمية بين الجنسين تقلل من استفادة النساء من التكنولوجيا الفجوة في الوصول إلى الإنترنت والمهارات الرقمية تجعل النساء أكثر هشاشة أمام تحولات سوق العمل الرقمي، ويؤثر ذلك على مشاركتهن في وظائف المستقبل وتطوير مهارات التكنولوجيا.

UN Women Knowledge hub

العنف الرقمي والتحرش عبر الإنترنت يتصاعد بسبب الذكاء الاصطناعي

تقرير من الأمم المتحدة يشير إلى أن أدوات مثل الذكاء الاصطناعي والتقنيات المهولة الهوية تُستخدم في زيادة العنف الرقمي والتحرش ضد النساء، مع نقص في الحماية

*أهم نتائج وتوصيات من تقارير الأمم المتحدة والمنظمات الدولية

الذكاء الاصطناعي قد يعيق الفجوة بين الجنسين في سوق العمل

تشير تقارير أممية إلى أنّ نحو ٢٧-٢٨٪ من الوظائف التي تشغلها النساء معرضة لتأثير الذكاء الاصطناعي أكثر من الرجال، ما قد يزيد من مخاطر فقدان الوظائف أو تغيرها بشكل أكبر عند النساء مقارنة بالرجال.

1+ Dawn

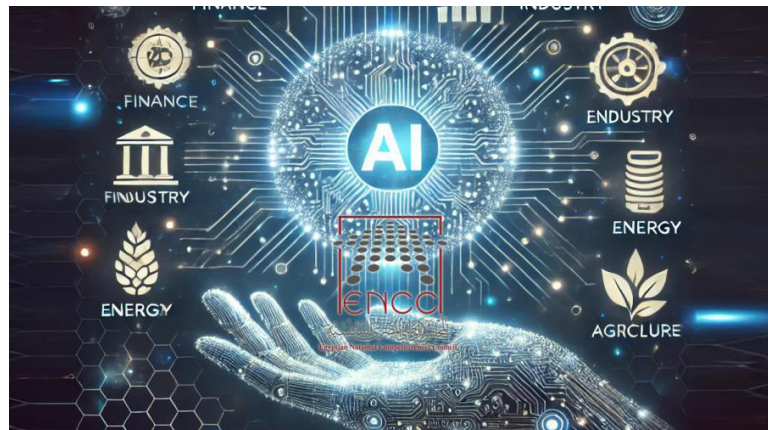
التحيزات النمطية موجودة في أنظمة الذكاء الاصطناعي نفسها تحليل أنظمة ذكاء اصطناعي وجد أن أكثر من ٤٠٪ من هذه الأنظمة تظهر تحيزاً جنسياً، مما يعكس فجوة في البيانات وقد يؤدي إلى قرارات غير عادلة أو غير متوازنة ضد النساء في التوظيف



كتاب «التميز الذكي»... خارطة طريق لعصر العمل الذكي



بقلم: د- سمية سعيد جبارة



استكمالاً لما طرحته صحيفة المرأة السودانية في تقديمها لكتاب «التميز الذكي - استراتيجيات إدارة الموارد البشرية في عصر الذكاء الاصطناعي»، تتضح مع التعمق في فصوله الأولى حقيقة جوهرية: أن الذكاء الاصطناعي ليس تحدياً تقنياً فحسب، بل اختباراً أخلاقياً وإنسانياً لقدرة المؤسسات على حماية الإنسان وهي تعيد تشكيل مستقبل العمل.

في الفصل الأول، تأخذنا الدكتورة سمية سعيد جبارة إلى مشهد عالمي جديد؛ عالم لم يعد "قرية صغيرة" كما اعتدنا توصيفه، بل مساحة واحدة تتقاطع فيها القرارات والمخاطر والفرص في اللحظة نفسها. في هذا المشهد، لم تعد إدارة الموارد البشرية مجرد وظيفة تنفيذية، بل تحولت إلى عقل استراتيجي للمؤسسة، يربط بين البيانات والبشر، ويوازن بين قوة الخوارزميات وحساسية الإنسان. فالذكاء الاصطناعي، كما طرحه المؤلف، لا يُستخدم لتعظيم

الكفاءة فقط، بل لبناء قرارات أكثر عدالة، وبيئات عمل أكثر أماناً، وثقافة تنظيمية تحمي الإنسان من أن يتحول إلى رقم في منظومة رقمية. أما الفصل الثاني، فينتقل بالقارئ من الرؤية إلى المنهج، واضعاً أسساً واضحة لاستراتيجيات الموارد البشرية الحديثة. يشرح الفصل كيف تصبح إدارة الموارد البشرية شريكاً حقيقياً في صياغة مستقبل المؤسسة، عبر التخطيط الذكي للقوى العاملة، واستقطاب المواهب

على أساس الجدارة، وإدارة الأداء بمعايير موضوعية، وصولاً إلى استراتيجيات السلامة والصحة المهنية بوصفها حقاً إنسانياً أصيلاً، لا خياراً إدارياً مؤقتاً. ويبرز الكتاب الدور المحوري للذكاء الاصطناعي في دعم هذه الاستراتيجيات، من خلال تحليل الأداء دون تحيز، وتقديم تغذية راجعة مستمرة، وبناء مسارات تعلم وتطوير مخصصة، تسهم في الاحتفاظ بالمواهب، وتعزيز الرضا الوظيفي، وتحقيق التوازن بين الحياة

المهنية والشخصية. فالمنظمة الناجحة في المستقبل، كما يؤكد الكتاب، هي تلك التي تحمي موظفيها بقدر ما تطور أنظمتها، وتستثمر في الإنسان بقدر ما تستثمر في التكنولوجيا. إن «التميز الذكي» لا يقَدَّم وصفات جاهزة، بل يطرح وعياً قيادياً جديداً، يرى أن مستقبل العمل لا يُبنى بالخوارزميات وحدها، بل بضمير مؤسسي يحفظ كرامة الإنسان، ويجعل الموارد البشرية الجسر الذي تعبر من خلاله التكنولوجيا دون أن تفقد العمل روحه. وهو بذلك كتاب يخاطب الحاضر بواقعيته، والمستقبل ببصيرته، ويضع الإنسان - من خلال تجربة فكرية رائدة - في قلب النقاش العالمي حول مستقبل القيادة والعمل. انتظرونا في العدد القادم مع فصل جديد يقودكم إلى قلب التحول البشري في عصر الذكاء الاصطناعي...

حيث نواصل معاً رحلة التميز الذكي.

القسم الأول: الإطار النقدي والسياق الثقافي للرواية العربية والعُمانية



بقلم سارة الجالك

يميل بعض الباحثين إلى اعتبار الرواية العربية في شكلها الحديث ضرباً من الإبداع المستلف من الثقافة الغربية، دون جذور راسخة في الثقافة العربية. غير أن هذا الرأي يفتقر إلى الدقة، إذا ما نظرنا إلى أن جزءاً كبيراً من الموروث الثقافي العربي وصلنا عبر الرواية الشفاهية، وأن الحكاء كان شخصية محورية في البنية الاجتماعية العربية. من هنا يمكن القول إن فن السرد، وإن اختلفت تسمياته وأشكاله، ليس غريباً عن الثقافة العربية. ولا يمكن إنكار الدور الذي لعبته الرواية الغربية في تطوير البناء السردى وتحويله إلى فضاء فلسفي قادر على النفاذ إلى وعي المتلقي، والتفاعل مع مخزونه المعرفي لإنتاج أسئلة وجودية ومعرفية تسهم في تطوير

الحياة اليومية للإنسان. ومع ذلك، فإن السرد العربي في قوالبه القديمة لم يخلُ من هذه الوظيفة، وإن اختلفت أدواته وتقنياته. في هذا السياق، تشير الكاتبة هدى حمد في دراستها المنشورة بمجلة نزوى حول التجليات التاريخية والظواهر الاجتماعية في الرواية العُمانية إلى أن رواية الطواف حيث الجمر لبدرية الشحي شكّلت نقطة التحول الفعلي نحو الرواية الفنية الحديثة في عُمان، تماثلاً كما دشّنت رواية زينب لمحمد حسين هيكّل هذا التحول في الأدب المصري. وتؤكد الدراسة وعي الشحي بتقنيات الرواية الحديثة من حيث توتر الحدث، ودقة اللغة، وبناء الشخصيات، وإدارة الزمن السردى، والتوازن بين الحدث

وفضائه النفسى. وعلى الرغم من هذا التحول، لا يمكن إغفال الجهود السردية السابقة، بدءاً من أعمال عبد الله الطائي، الذي نشر أولى رواياته ملائكة الجبل الأخضر عام ١٩٥٨م، والتي مثّلت إرهاصات مبكرة للرواية العُمانية. وقد كان للمرأة العُمانية حضور فاعل في هذا المشهد، حيث برزت أسماء لامعة مثل جوخة الحارثي، وبدرية الشحي، وخلفان، وهدى حمد، وشريفة التوبي، وبدرية الشحي. وفي هذا الامتداد الإبداعي، يسطع اسم عائشة السريحة بوصفها صوتاً سردياً يمتلك حساسية فكرية وإنسانية، وقُتِمت عبر أعمالها، ومنها لعنة الكتاب الأسود، مشروعاَ رواثياً يتجاوز الحكاية إلى مساءلة الوجود والمعرفة.

لن نسمح بـ «سلام» ينسى أجساد النساء: المساءلة أولاً في السودان (٢)



بقلم: نفيسة حجر

إن أبشع صور الحرب السودانية لا تكمن في قصف الطائرات أو تبادل النيران، بل في الجريمة المنظمة التي تستهدف كرامة المرأة ووجودها: العنف الجنسي كسلاح حرب رخيص وفعال. تستخدم أجساد النساء كساحات معارك، ويتم توظيف الاغتصاب والختف والعبودية الجنسية كأداة لإرهاب المجتمعات وإخضاعها وتفكيك نسيجها الاجتماعي. في ظل الفوضى المشتعلة، يتم تضخيم هذه الجرائم لتصل إلى مستويات مرعبة، لكن الكارثة الكبرى تكمن في التعامل السياسي والإنساني معها: التركيز على التوثيق، وإهمال المساءلة. يُصدر العالم البيانات الشاجبة، ويُسجل الناشطون أرقام الضحايا بتفاني بطولي، لكن كل هذا يتحول إلى مجرد إحصائيات باردة في ظل غياب أي التزام حقيقي بـ جبر الضرر، أو الأهم، المحاسبة الرادعة.

هنا يكمن الخطر الأكبر على أي سلام مستقبلي في السودان: السلام الذي يُبنى على الإفلات من العقاب هو سلام هش، محكوم عليه بالانهيار. عندما يتمكن مرتكبو الجرائم البشعة من الانخراط في مفاوضات السلطة وتقاسم الثروة دون أن يواجهوا العدالة، فإننا نرسل رسالة واضحة لكل من يحمل السلاح: «يمكنك ارتكاب أفظع الجرائم، ثم تذهب إلى طاولة السلام كطرف شرعي». هذا العفو الضمني يضمن تكرار الجريمة في المستقبل. إن تفعيل القرار ١٣٢٥ في محور الحماية لا يجب أن يقتصر على توفير ملاجئ مؤقتة أو دعم نفسي، بل يجب أن يتصاعد المطالب ليصبح: لا توقيع على أي اتفاق سلام ما لم يتضمن آليات واضحة وقابلة للتنفيذ للعدالة الانتقالية. يجب أن تشمل هذه الآليات التوثيق المركزي لجرائم العنف الجنسي بقيادة نسائية، والضغط من أجل إنشاء غرف قضائية مختلطة أو الإحالة الفورية للمحكمة الجنائية الدولية، مع ضمان سرعة الإجراءات وفعاليتها. كذلك يجب أن يتجاوز جبر الضرر التعويض المادي ليشمل برامج إعادة الإدماج الاجتماعي، والدعم النفسي والطبي طويل الأمد، والاعتراف الرسمي بالضحايا. إن نساء السودان لا يطالبن بالرحمة، بل يطالبن بالحق. يجب أن يتحول صوت الناجيات من مجرد «قصة معاناة» إلى قوة ضغط سياسية ترفض أي عملية تسوية تتجاوز أجسادهن المكشوفة. يجب أن تكون المساءلة هي البند الافتتاحي لأي حوار، لأن قيمة أي دولة تكمن في مدى قدرتها على حماية مواطنيها ومحاسبة من يغتصب كرامتهم.



هل من لقاء ثاني الغالية فاطمة هباني؟



بقلم نجا محمود

صادق للحب والوفاء للفقيدة ومكائنها وسط احبتها اللهم ارحمها واغفر لها وثبتها عند السؤال ووسع مدخلها واجعل قبرها روضة من رياض الجنة ولا تجعلها حفرة من حفر النيران اللهم مد لها في قبرها مد بصرها وارزقها الجنة بغير حساب ولا عقاب ولا سابقة عذاب اللهم اسقها من حوض نبيك شربة هنيئة مريئة لا تظمأ بعدها ابدا واجعل ملتقانا بها في الفردوس الأعلى مع النبيين والشهداء والصديقين والصالحين وحسن أولئك رفيقا اللهم ارحمها واغفر لها ولوالديها ووالدي والدينا وكل من علمنا حرفا واذا صرنا لما صاروا له يسر علينا من يترجم علينا بالدعوات الصالحات والرحمة والمغفرة للمرحومة وجميع موتانا وموتي المسلمين وانا لله وانا اليه راجعون

الوطني وحب الوطن والدفاع عنه ولكنه لم يجد حظا كبيرا من النشر والطباعة وبالتالي التوزيع ونتمني ان يتحقق ذلك كانت صالة العزاء التي أقيمت لتلقي العزاء في المرحومة فاطمة هباني اكبر دليل علي حب هؤلاء الناس والذين تقاطروا لتقديم مراسم العزاء كانت اكبر دليل بل اكبر شاهد علي مكانة المرحومة في قلوبهم حيث توافدوا من مختلف الاصفاغ والمواقع للمشاركة في عزايها ووداعها لمقرها الاخير في قاهرة المعز حيث جمعنا عزاء فاطمة هباني بعشرات الناس الذين لم نراهم من عشرات السنين وتقاطر المعزون وتوافد الفاقدون وحزن المحزونون الذين ارتسم الحزن في وجوههم الحزينة وعيونهم الدامعة وتعابيرهم الباكية كل ماحدث في صالة العزاء هو تعبير

فياض اغدقته للكثير عاشت فترة من حياتها في دول الغرب فكافحت واجتهدت ورغم تقدم العمر اصرت علي ان تعمل وتنتج وتجاري تلك المجتمعات التي ليس لها عمر اقتراضي في العمل والانتاج والبذل والعطاء فكانت مثار اعجاب كبير وتقدير لكل من يعرفها ويلم بمجهوداتها المقدره ونزع فتيل الكسل والخمول الذي يصيب المرأة في مثل هذه السن التي استطاعت ان تسافر فيها ولوحدها بالقطار من ولاية لآخرى تبعد عنها بما يقارب الالف كيلومتر الامر الذي يصعب حتي لبعض الشباب وصغار السن فيالها من مجاذفة وياالها من مخاطر كثيرة تغلبت عليها المرحومة فآطمة هباني بشجاعة وإقدام وثقة عميقة بالنفس اما من الجانب الادبي والثقافي اعجتبتي حقا محاولاتها الشعرية التي تركز جلها في الجانب

الاثنين الثامن من ديسمبر ٢٠٢٥ الموافق للسابع عشر من شهر جمادى الآخرة كان يوما حزينا افتقدنا فيه الغالية فاطمة ابراهيم هباني بعد معاناة من المرض جعله الله لها كفارة وثقل به ميزان حسناتها فان كان ميزان الحسنات يثقل بتيسمك في وجه اخيك فابشري يا فاطمة فانك مبتسمة هاشة باشة لكل من يعرفك وكل من يلتقيك وكل من يزورك وان كان يثقل بحسن الخلق فانت اجدر من يتصف بهذه الصفة من حسن الخلق وحسن الطبع والسجية والنفس الهادية النقية والطيبة والبساطة وان كان يثقل بحسن العلاقة مع البشر ومساعدة المحتاج فكانت فاطمة ملكة في هذا المنحي الكريم فهي من تكرم ضيفها وتستقبل من يقصدها بأريحية وكرم

نساء خلاهن التاريخ

وزيرة الخارجية الامريكية تكرم القابلة فاطمة الصغيرة في معسكر ابو شوك

في قلب دارفور حين كانت النساء يمتن بسبب الولادة غير
الصحية وكانت خبيرة الولادة المحلية تنتقل بين القرى بواسطة
الدواب وتستخدم وسائل تقليدية غاية في الخطورة برز اسم
القابلة المكافحة فاطمة الصغيرة ،سنسرد مقتطفات من
مسيرتها الحافلة القابلة (الدايه)فاطمة ادم السنوسي محمد

نالت لقب الام المثالية ووضعت بصمة فريدة في القبالة السودانية

بعدها زاولت العمل بجمعية الهلال الاحمر
السعودية بعدها و منظمة اخري تطوعية تسمى
منظمة انهار ومارست العمل الانساني حتي العام

٢٠١٦م وبعدها تركت العمل بسبب ظروف صحية.

الشهادات الأساسية:

*شهادة التمريض ١٩٦٠م

*شهادة التوليد ١٩٦١م

*شهادة الزائرات الصحيات ١٩٦٦م

*شهادة التطوير التربوي بمعهد جامعة الخرطوم

١٩٩١م.

بخلاف الشهادات الاضافية للدوريات اكثر من ٢٥

شهادة

#الإنجازات:

*افتتاح مستشفى زالنجي في عام ١٩٦٠.

*توسيع مدرسة قابلات الفاشر من ١٦ قابلة الي ١٠٠

قابلة في العام ١٩٧٢.

*بناء داخلية للزائرات الصحيات بالفاشر في عام

١٩٧٥م.

*تأهيل مركز اولاد الريف الصحي في عام ١٩٧٥م.

*بناء مركز صحي وتاهله في الحارة الاولى و الحارة

الرابعة في الفاشر.

*تاهيل مركز صحي حي القبة ١٩٧٥م.

*تأهيل مركز بابكر نهار حي الوحدة.

*بناء وتأهيل مدرسة للقابلات بالجينية في العام

١٩٨٦م الي ١٩٨٨م.

*اول مؤسسة لمعسكر ابو شوك ٢٠٠٤م.

#التوقيات:

*عميدة لمدرسة القابلات الفاشر من عام ١٩٧٢م

الي ١٩٧٤م.

*من الدرجة العاشرة الي الدرجة الخامسة.

*عمدة مدرسة بالجينية ١٩٨٦م.

*مديرة الصحة الانجابية في الفاشر في عام ١٩٩٨م

الي ٢٠٠٢م.

#التكريمات:

*تكريمها بواسطة وزيرة الخارجية الأمريكية

كوندوليزا رايس عند زيارتها لمعسكر ابو شوك.

*تكريمها بالام المثالية في الولاية(الفاشر).

*تكريم من وزارة الصحة الاتحادية بالولاية.

*تكريمها من قبل والي الولاية السيد عثمان

يوسف كبر.

*تكريمها أيضا والي الولاية السيد عبد الواحد

يوسف ابراهيم.

*تكريمها أيضا والي الولاية نمر محمد عبد

الرحمن.

*تكريمها بواسطة قابلات الفاشر.

*تكريمها بواسطة مجلس ريفي الفاشر.

*تكريمها من قبل الحي حي اولاد الريف.



العودة مرة أخرى الي الفاشر ثم قدمت طالب من
منظمات الولاية لبناء معهد للزائرات الصحيات
لولايات دارفور الثلاثة وتم بناء المبني ولم يتم
افتتاحه بسبب الظروف التي كانت في عام ٢٠٠٢م
وتم استلامه بواسطة الدفاع الشعبي وتغير اسمه
من معهد للتدريب الزائرات الصحيات الي اسم
دار الارقم حتي الآن بعده أحييت الي المعاش في
نفس العام ولكن بتوجيه من والي الولاية ابراهيم
سليمان و وزير الصحة فرح شادول تم تعيينها
للعمل خمسة سنوات إضافية بالمشاهرة ولم
تكمل سنواتها وبعدها انتقلت الي العمل الإنساني
في منظمات الإنسانية كانت اسم المنظمة IRC
وتعمل في الشئون الإنسانية وكانت أيضا في
قسم الصحة بالمنظمة وتم افتتاح معسكر ابو
شوك المعروف الان في العام ٢٠٠٤م..
وعند زيارة وزيرة الخارجية الأمريكية كوندوليزا
رايس لمعسكر ابو شوك اشادت بعملها و دعمت
المركز ببناء ثلاثة غرف بالمواد الثابته غرفة
للولادة و غرفة ما قبل الولادة و غرفة للتعقيم

رئيس الغرفة التجارية في الجينية وتمت الموافقه
علي بناء مدرسة القابلات وتم التبرع من الاهلي
بالعون الشعبي ...بعدها تم بناء المدرسة..ثم تم
نقلها الي الفاشر ١٩٧٢م وهي من الفاشر تتابع
مع ناس الجينية حتي تم اكتمال بناء المدرسة في
عام ١٩٨٢م وكانت اول عميدة لمدرسة الجينية ثم
بعدها ذهبت الي الخرطوم مع وكيل عام الصحة و
عميدة التوليد بالخرطوم وتم التصديق لها بكافة
ادوات التدريب بعدها طالبت الوكيل بعربة إدارية
للتدريب فحولها الي المنظمات التابعة لاقليم
دارفور وتم التصديق بعربة باص كبير وتم ترحيل
البص الي الجينية نسبة لتضاريس الأرض الوعرة..
ثم الافتتاح الرسمي ومباشرة العمل ١٩٨٦م وتم
تخريج اول دفعه قابلات ١٩٨٧م وتم قبول الدفعة
الثانية بعدد ٢٤ قابلة وتم نقلها مرة أخرى الي
الفاشر وترقيتها لمفتشة قابلات الفاشر...في عام
١٩٩٠م تم اختيارها لكورس الدبلوم العالي بجامعة
الخرطوم لمدة عام وكان تم اختيارهم ٦ زائرات
٢٤ كادر من الرجال وتخرجت في عام ١٩٩١م تم

من مواليد ١٩٤٥م شهر ١ بمحلية رهيد البردي.
النشأة كانت في مدينة الفاشر قشلاق الجيش
عمل والدها بالقوات المسلحة السودانية.
درست المراحل الابتدائية مدرسة الفاشر (ب)
بنات وتعرف حاليا بمدرسة المستقبل. ثم
التحقت بالعمل في عام ١٩٥٦م ممرضه ونسبة
لصغر السن سميت بفاطمة الصغيرة ثم التحقت
بمدرسة التمريض بمستشفى الفاشر العمومي
ودرست فيها ثلاثة أعوام مع نخبة من طالبات و
طلاب من شتي بقاع دارفور حيث كان المركز هو
مديرية الفاشر في عام ١٩٦٠م وحرزت المرتبة الأولى
حيث أتت اولى هذه النخبة في شهادة التمرض.
ثم انتقلت لفتح مستشفى زالنجي بولاية وسط
دافور حيث افتتحت اول مستشفى حكومية بتلك
الولاية.من زميلاتها الممرضة فاطمة احمد محمد
والممرضة عائشة خميس جميل و الممرضة ام
بشائر احمد ابو كنة ومعها دكتور مصري يعرف
بحكيم باشا ودكتور جون في شهر يوليو في نفس
السنة تم اختيارها لكورس القابلات بأمر درمان
لمدة عام مع عدد من نخبة طلبة و طالبات من
شتي بقاع السودان وايضا احزرت الدرجة الاولى
على مستوى السودان للمرة الثانية. ثم نالت
الشهادة في ١٩٦١م عاودت العمل بمستشفى
الفاشر كانت في غرفة الولادة..وكان اول أخصائي
دكتور الزين النابر فب قسم النساء و التوليد .
في العام ١٩٦٢م.تم اختبارها لكورس الزائرات
الصحيات بأمر امدرمان لمدة عامين و كانت أيضاً
الاولى علي مستوى السودان في ١٩٦٦م شهر
يونيو..ومباشرة بعد التخرج عاودت العمل مرة
أخرى بمدرسة القابلات للتدريب بمديرية الفاشر
كما تعرف سابقا. عندها وجدت ١٤ قابلة من جميع
أنحاء محليات المديرية كان في تقديرها ان العدد
قليل مقارنة مع نقص في القابلات في المديرية ثم
تقدمت بتقرير الي الباش مفتش الدكتور كمال
مدني(المدير العام)لرفع العدد الي ٢٠ قابلة الي
ان تم رفع العدد الي ٥٠ قابلة ..بعدها انتقلت الي
الجينية وهي حالياً عاصمة ولاية غرب دارفور.
لاحظت ان نسبة الوفيات عالية في الولادات
فقامت بكتابة تقرير الي محافظ المديرية وان
هذه المشكلة يجب أن تحل وان تكون هناك
مدرسة للقابلات بالجينية لتدريب عدد من القابلات
لمعالجة خفض نسبة وفيات الأمهات بالولادة..
ثم بعدها ذهبت الي مقابلة محافظ المديرية
و مدير عام الصحة لطرح فكرة تصديق الأرض
لمدرسة القابلات بالجنيه..ثم اتصلت بعدها باعيان
البلد منهم وهو السطان عبد الرحمن بحر الدين
وقابلت المسؤول بالجيش ومدير الشرطة انذاك و

حوار مع الاستاذة سامية الهاشمي-المحامي



صوت من اصوات الحقيقة والوعي في السودان يزين عقلها ميزان العدالة قبل ان تزينه الابحاث العميقة والمبادرات التي تضع المرأة السودانية في اولويات الاهتمام المحامية سامية الهاشمي في حوار مهم مع صحيفة المرأة السودانية تكشف الكثير عن مسيرتها المهنية ومصاعب مهنة القانون في ظل الحرب

المحامية من أكثر المهن التي تأثرت بالحرب وتعرضت المكاتب للنهب والسرقه

معاناة النساء للسودانيات في محاكم الأحوال الشخصية قادتنا لتكوين هذا الجسم

نعمل جميعنا كل في مجاله و موقعه من أجل تشريعات و سياسات عادلة غير مميزة ضد النساء.

بوصفك من اصحاب مكاتب المحاماة الكبرى في السودان ماهو مستقبل عمل المحاماة في السودان بعد واثاء الحرب؟

المحاماة من أكثر المهن التي تأثرت بالحرب ، فالمكاتب تعرضت للنهب بعد اجتياح الدعم السريع للمدن خاصة الخرطوم لتمرکز جل عمل المحاماة الكبيرة بها و ذلك المدن الأخرى. كما ان المحاماة تعمل وفق منظومة العدالة الاخرى من محاكم و نيابات و إدارة التسجيل التجاري. فانهيار هذه المنظومة او اي منها يؤثر سلبا على مهنة المحاماة. كذلك تأثرت مهنة المحاماة بحالة الهجرة و التزوح التي عمت البلاد. هنا يبرز أهمية رقمنة النظام العدلي ككل و مهنة المحاماة أحدها....بحيث لا يتأثر انفاذ العدالة....و تكون متاحة للجميع تحت كل الظروف. و هنالك تجارب حية للعالم من حولنا بنجاح عمل النظام العدلي من على البعد.

كيف يمكن تحويل العمل في القانون من المحلية الى العالمية وكيف تؤثر المنظمات العالمية العاملة في مجال المحاماة او حقوق الانسان في تطوير المهنة؟

لعلي استشرفت الاجابة على هذا السؤال من الاجابة على السؤال السابق.فتطوير مهنة المحاماة يحتاج لان نبدأ من حيث وصل الآخرين و ذلك عن طريق الرقمنة و التوأمة مع المكاتب العالمية و الإقليمية و المشاركة في الفعاليات و المؤتمرات المتخصصة المقامة.

كلمة اخيرة لصحيفة صوت المرأة

خالص الشكر و التقدير على اللقاء و على الاهتمام باعلاء صوت المرأة السودانية عالياً و الاحتفاء بانجازات النساء السودانيات. مع امنياتي لكن بالتوفيق و السداد و التقدم والازدهار.

حقوقيا، فكانت متعاونات .

كيف ترين وضع المرأة في القانون السوداني؟ هل هي منصفة أم مظلومة؟

بالطبع لا يمكن الاجابة باختيار واحد منهما ، فهناك تشريعات منصفة و هنالك تشريعات ممعنة في الظلم و الاجحاف. لذلك نعمل بالتوعية على كافة الاطر التشريعية على اساس الحث على حسن التطبيق و تعديل و محو التشريعات المميزة ضد المرأة.

فزت بجائزة فرنسا المانيا لحقوق الانسان وسيادة حكم القانون ،ماذا يعني لك هذا الفوز؟

الفوز بهذه الجائزة المرموقة هو تقدير رمزي لما نقدمه من عطاء في المجال الحقوقي و لي للآخرين الذين يقومون بنفس العمل ، استقبلته بالشكر و سعدة كثيرا بالاحتفاء به من الكثيرين سواء من القانونيين و المحامين و مدافعي حقوق الإنسان من مختلف ارجاء العالم....بالطبع تمنح هذه الجائزة فرصة للتواصل مع نطاق أوسع للعاملين في المجال الحقوقي ، و تمنحني رمزية اعتر بها. ايضا هذه الجائزة في هذا الوقت الدقيق من تاريخ بلادنا يرفع اسم السودان عالياً في المنصات الحقوقية كما يحفز الاخريات و الآخرين من الحقوقيين لمزيد من العطاء (فالיום كرمت سامية الهاشمي و غدا انتي / انت).

ماذا تحتاج المرأة السودانية من قوانين لتصل إلى مبتغاهها في الحياة؟ وهل وسائل الدفاع عنها في ظل الحروب والازمات هي كافية؟

المرأة السودانية و كل السودانيين يحتاجون قوانين عادلة و منصفة تحفظ ادميتهم و كرامتهم و تبعد عنهم الظلم و الحيف و التمييز. في واقع الحرب و النزاع المسلح تحتاج النساء و الفئات الهشة لتشريعات عاجلة لحمايةهن و ضمان سلامتهن، و وصلهن للعدالة و الخدمات المتكاملة التي تحفظ الكرامة و الادمية.

ما هي رسالتك للنساء السودانيات اللواتي يبحثن عن حقوقهن؟

الوهاب ابوشكيمة المحاميين. تعلمت فنون مهنة المحاماة و العمل النقابي المهني حيث كانا من المتقدمين في مجلس نقابة المحامين حتى انقلاب الانقاذ في ١٩٨٩.

و منذ ولوجي مهنة المحاماة كنت لاحظ ان النساء يعانين في المحاكم خاصة محاكم الاحوال الشخصية ، فبدأت مع اخريات من الزميلات في فكرة عمل مؤسسة تدعم النساء

ما هي سنوات خبرتك في ممارسة القانون، وكيف بدأت مسيرتك في الدفاع عن حقوق الإنسان والنساء بصورة خاصة في السودان؟ بدأت مسيرتي الحقوقية مبكرا حيث كنت دائما لا أقبل بالوضع الظالمة...سواء في المدرسة أو المجتمع من حولي و من هنا التحقت بكلية الحقوق جامعة القاهرة بالخرطوم .و عند تخرجي التحقت بمكتب الأساتذة عبد الله الحسن و عبد



رقصة السيف في شرق السودان



يتميز السودان بثراء جيد من التراث الشعبي الذي لازال صامداً رغم تطور الحياة وسرعة إيقاعها اليوم ندلف الى شرق السودان حيث تتعدد الرقصات التراثية ولكننا نبدء برقصة السيف

والسيف في موروث قبائل شرق السودان ليس قطعة من الحديد او سلاح بل هو هوية تعبر عن الفراسة ونضال ابناء الشرق وهو الوجه الاخر للرجولة والشجاعة من اجل حماية الارض والقبيلة وحرارتها رقصة السيف في شرق السودان هي واحدة من أشهر الرقصات الشعبية في السودان، وتتميز بها قبائل الهدندوة والبيي عامر والبجا والبيشاريين والعبادة. تتميز هذه الرقصة بحمل السيف والرقص به، وهي تعبر عن الشجاعة والفخر. وانتشرت الرقصات المرتبطة بالسيف لتطال بعض القبائل السودانية الأخرى المتاخمة لشرق السودان.

تُعرف رقصة السيف أيضاً باسم «السياسيد»، وتعني موج البحر، وهي من أشهر الرقصات القومية في السودان. يلبس الشباب الزي القومي، ويحملون السيوف ويرقصون بها، بينما ترقص النساء بالثوب السوداني وملابس الشرق التقليدية. تتحلق القبيلة او المجموعة المحتفلة في دائرة كبيرة مع تخصيص اماكن للنساء بينما يقبع الاطفال قريبا من مركز الدائرة حتي يكتسبوا مهارات الرقص بالسيف و تتميز رقصة السيف بإيقاعها الحماسي والمتقن، وهي تعتبر من أهم الموروثات الثقافية في شرق السودان. تعكس هذه الرقصة تاريخ وتراث قبائل البجا والهدندوة، وتعتبر رمزاً للشجاعة والفخر.

أهمية رقصة السيف:

- تعبر عن الشجاعة والفخر لدى قبائل البجا والهدندوة.
- تعتبر من أهم الموروثات الثقافية

أغنية: سيف البجا

المقطع الأول
سيفنا في اليد ما بنلين
يوم الشدة نكون زينين
رجال البجا واقفين
ما بنخاف، ما بنهين
اللازمة (الكورس)
هيبه... سيف البجا نور
يحمي الأرض والدور
هيبه... سيف البجا قال
الحق معانا ما بزول
المقطع الثاني
من كسلا للبحر دار
خطوتنا واحدة ما تنهار
سيفنا عهد في النهار
ويستر في ليل الحصار
اللازمة (الكورس)
هيبه... سيف البجا نور
يحمي الأرض والدور
هيبه... سيف البجا قال
الحق معانا ما بزول
المقطع الثالث
وقت العرضة يلعب لمع
والطبل ينادي الجمع
اسم البجا فوق السمع
نخوة ورجولة وشمع
الجسر (الهتاف الجماعي)
هيبه... هيبه
رجال... رجال
هيبه... هيبه
سيفنا ما مال
اللازمة الأخيرة
سيف البجا عزّ وفخر
ما بينباع ولا يُكسر
طال الزمن أو قصر
اسم البجا دايماً يظهر

الحماسي والمتقن.

مناسبات أداء رقصة السيف:

- الأعراس والمناسبات الاجتماعية.
- الاحتفالات القومية والوطنية.
- المناسبات الثقافية والتراثية.
- باختصار، رقصة السيف في شرق السودان هي رقصة شعبية تعبر عن الشجاعة والفخر، وتعتبر من أهم الموروثات الثقافية في السودان.

في شرق السودان.

- تعكس تاريخ وتراث قبائل البجا والهدندوة.
- تعتبر رمزاً للوحدة والتعاون بين القبائل.

أداء رقصة السيف:

- يلبس الشباب الزي القومي المكون من الجلابة والصديري ويحملون السيوف. تتميز الرقصة بإيقاعها

أغنية: سيف الشرق

المقطع الأول

في الشرق قام الفجر بدري
على صوت الطبل والنار تجري
رجال وقفة ما بتتكسر
وسيفهم للحق دايماً يشري
اللازمة (الكورس)
سيف الشرق لمع وقال حاضر
ما بنهاب الريح ولا الحاطر
نحمي الأرض ونصون العشرة

والحق بينا دايماً ظاهر
المقطع الثاني
من كسلا لحدي البحر
خطوتنا ثابتة مهما الحطر
سيفنا ما خان يوم صاحب
ولا انكسر قدام القهر
اللازمة (الكورس)
سيف الشرق لمع وقال حاضر
ما بنهاب الريح ولا الحاطر

نحمي الأرض ونصون العشرة
والحق بينا دايماً ظاهر
المقطع الثالث
في البجا تاريخ وشمعة
وفي الرشايدة نخوة وجمعة
سيفنا زينة في العرضة
وقت الفرح ووقت الدمعة
الجسر (وسط الأغنية)
إن طال الليل بنصبر

وإن جا الظلم بنتقدّم
سيفنا عهد في الأيادي
وعهد الرجال ما بينهدم
اللازمة الأخيرة
سيف الشرق نور وكرامة
راية عزّ فوق الهامة
يبقى ما دامت فينا روح
شرق السودان عنوان شهامة

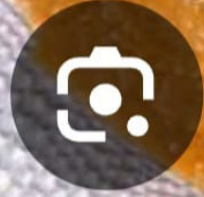
قصة قصيرة



بقلم آيه محمد الحاج

فجأة وجد نفسه فقد كل شيء...أو بالأصح حياته. زوجته..منزله وظيفته...أثناء الحرب...لم يبق لديه سوى ابنته وقليل من الصبر والرضا...سارع وأغلب جيرانه النزوح لقريه أخرى...علي اطرافها سكنوا...بدأ رحلة البحث عن عمل يسد به جوع الحوجه...وجد وظيفه كعامل في أحدي المزارع...قبل بها فليس له حق الرفض...يصحب ابنته الي المزرعه يخاف أن تبقي وحيدة في بيت بعيد ليس له باب...يثق في عقلها وتربيتها لكن يفتردها فيمن حولها...وهي تساعده في عمله كمراقب للمزارعين فهو يحتفظ ببقايا شخصيته كموظف في أحدي المصالح الحكوميه.. له هيبه...ثقافه..وبثياب مميزة..واحيانا يكون واحدا منهم..في أحدي الأيام في وقت الراحة بعد وجبه الافطار اتكأ علي كومه من العشب الجاف المعد للبيع..ونادي علي إبنته..جلست بجانبه نظر لعينيها. طويلا..قال لها الكثير..يعتذر.. علي كل ما حدث وعلي مستقبل مجهول لا يعلم عنه شيئا...عن الصبر وأجره عند الله تعالى..وأن الغد أفضل...لم يخرج صوت لكل ما قاله..حبسته الاحزان ... ذابت في بحر دموعه...ضمها الي صدره ليشعر بالأمان والحب لها...وله

ملاح النعيمية



يترك الخليط على نار هادئة حتى ينضج تمامًا، ثم تُضاف صلصة الطماطم. في إناء منفصل، يُخلط الزبادي مع كمية قليلة من الدقيق الأبيض حتى يصبح الخليط ناعمًا وخاليًا من التكتلات. في حال إضافة اللحم، يجب استخدام الويكة (بودرة البامية)، أما في حال عدم إضافة اللحم فيمكن الاستغناء عن الويكة والاكتفاء بالدقيق. بعد التأكد من نضج الملاح وضبط الطعم، يُضاف خليط الزبادي تدريجيًا مع التحريك المستمر. يُواصل التحريك حتى يصبح الملاح أثقل ويبدأ في التجمع على السطح. يُحضّر بقوام أخف عند تقديمه مع الكسرة. ويُحضّر بقوام أثقل عند تقديمه مع العصيدة.

المكونات:

بصل
زيت
طماطم
صلصة طماطم
ملح
فلفل أسود
كسرة
زبادي
دقيق أبيض متعدد الأغراض
ويكة بودرة (البامية المجففة)
دكوة (حسب الرغبة)
لحمة (اختياري: مجففة أو طازجة)

طريقة التحضير:

يُقطّع البصل ويُقلّى في الزيت على نار متوسطة مع التقليب حتى يصبح لونه ذهبيًا. تُضاف الطماطم (مضروبة أو معصورة)، ثم يُرفع الإناء من على النار قليلًا ليُخلط الخليط جيدًا، ثم يُعاد إلى النار. تُضاف البهارات (الملح، الفلفل الأسود، والكسرة) ويُقلّب الخليط جيدًا. تُضاف اللحم حسب الرغبة (مجففة أو طازجة)، كما يمكن إضافة الدكوة في هذه المرحلة لمن يرغب.

الكر كدي



القولون (التقرحي).
خصائص مدرة للبول:
يساعد على التخلص من السوائل الزائدة والصوديوم، مما يدعم صحة الكلى ويقلل من احتباس السوائل.
مفيد في حالات الحمى والإنفلونزا:
خصائصه المضادة للالتهاب والفيروسات تساعد في خفض حرارة الجسم.
محاذير هامة:
ضغط الدم المنخفض: قد يخفض الضغط بشكل كبير، لذا يجب الحذر عند تناوله مع أدوية الضغط.
التفاعل مع الأدوية:
قد يتفاعل مع بعض الأدوية، لذا يُفضل استشارة الطبيب، خاصة للحوامل والمرضعات أو من يعانون من حالات صحية مزمنة.

دعم الكبد:
يحسن وظائف الكبد ويقلل من تراكم الدهون فيه (الكبد الدهني).
المناعة: غني بفيتامين C ومضادات الأكسدة التي تقوي جهاز المناعة وتحارب الالتهابات.
التحكم بالوزن:
يساعد في تقليل الوزن لاحتوائه على سعرات حرارية قليلة ويدعم إنقاص الدهون، خاصة مع نظام غذائي صحي.
الجهاز الهضمي: يحسن الهضم وينظم حركة الأمعاء ويخفف الإمساك، مفيد للقولون.
مضاد للأكسدة ومضاد للالتهابات:
يحارب الجذور الحرة ويقلل من علامات الشيخوخة، ويقي من بعض الالتهابات المزمنة (مثل التهاب

الكر كدي مشروب غني بمضادات الأكسدة ويُعرف بفوائده الصحية المتعددة، أهمها خفض ضغط الدم المرتفع وتحسين صحة القلب عن طريق خفض الكوليسترول الضار (LDL) ورفع الجيد (HDL)، دعم وظائف الكبد وتقليل الدهون، تقوية المناعة لاحتوائه على فيتامين C، والمساعدة في خفض الوزن وتسهيل الهضم وتخفيف الإمساك، كما يعمل كمدر للبول وطارد للسوائل.
فوائد الكر كدي الصحية:
صحة القلب والأوعية الدموية:
يساعد على خفض ضغط الدم المرتفع وتقليل الكوليسترول الضار والدهون الثلاثية، مما يقلل خطر النوبات القلبية والسكتات الدماغية.

كيسولة

صحتنا النفسية هي جزء أساسي من صحتنا وعافيتنا العامتين. وكوالدين، فإنكم تؤدون دوراً كبيراً في دعم العافية العقلية لأطفالكم. تبني الرعاية الحانية القائمة على المحبة أساساً قوياً وتساعد الطفل على تطوير المهارات الاجتماعية والعاطفية التي يحتاجها ليعيش حياة سعيدة وصحية ومكتملة.

تعليم النساء في السودان بين التحديات والواقع

تعليم النساء في السودان يشهد تطوراً ملحوظاً، قبل الحرب حيث تمكنت المرأة المتعلمة من وضع بصمتها على الحياة في السودان من خلال المساهمات الثقافية والاجتماعية والاقتصادية. ومع ذلك، لا تزال هناك تحديات تواجه تعليم النساء في السودان. يأتي أبرز التحديات في التسرب من المدارس حيث تواجه الفتيات مشكلة التسرب من المدارس بسبب العادات والتقاليد والظروف الاقتصادية. وكذلك الفجوات التعليمية في المناطق الريفية ومناطق الرحل. وتدني المستوى المهاري والتقني: يعاني التعليم من تدني المستوى المهاري والتقني لعناصر عملية التعلم. كانت مراكز تنمية المجتمع بمثابة طوق نجاة لدعم تعليم البنات ولكن بسبب الحرب توقف معظمها خاصة في اقليم دارفور



عاماً، ويحدث غالباً في السياقات المجتمعية بين المعارف والغرباء، ويشمل التسلُّط والاعتداء الجسدي باستخدام أو بدون استخدام أسلحة (البنادق والأسلحة البيضاء مثلاً)، وقد ينطوي على عنف جماعي. ينطوي عنف الشريك الحميم (أو العنف المنزلي) على عنف بدني وجنسي وعاطفي من قِبَل شريك حميم أو شريك سابق. ورغم أن الذكور يمكن أن يكونوا ضحايا أيضاً، فإن عنف الشريك الحميم يؤثر على الإناث بشكل غير متناسب. ويشيع حدوثه ضد الفتيات في نطاق زيجات الأطفال والزيجات المبكرة/ القسريّة. وفي أوساط المراهقين المرتبطين عاطفياً لكن بلا زواج يُدعى أحياناً «عنف المُواعدة».

ونفسي/وجداني، وإهمال الرضّع والأطفال والمراهقين من قِبَل الأبوين ومقدّمي الرعاية والأشخاص الآخرين ذوي السلطة، داخل المنزل في أغلب الأحيان ولكن أيضاً في سياقات أخرى مثل المدارس ودُور الأيتام. التسلُّط (بما في ذلك التسلُّط الإلكتروني) هو سلوك عدواني غير مرغوب فيه من جانب طفل آخر أو مجموعة أطفال من غير أشقاء الضحية أو ممن لا تربطهم علاقة عاطفية بها. وينطوي على إيذاء جسدي أو نفسي أو اجتماعي متكرّر، ويحدث غالباً في المدارس والسياقات الأخرى التي يتجمّع فيها الأطفال، وعلى المواقع الإلكترونية. يتركّز عنف الشباب في أوساط الأطفال وصغار البالغين في المرحلة العمرية ١٠-٢٩

الصحة

صحة المرأة الحامل

صحة الحامل هي موضوع مهم جداً، حيث تتطلب المرأة الحامل عناية خاصة للحفاظ على صحتها وصحة جنينها. إليك بعض النصائح المهمة:

التغذية السليمة:

- تناول وجبات متوازنة وغنية بالفواكه والخضروات
 - شرب الكثير من الماء
 - تجنب الأطعمة غير الصحية والمشبعة بالدهون
- #### الفحوصات الطبية:
- إجراء الفحوصات الطبية المنتظمة
 - متابعة ضغط الدم ومستوى السكر في الدم
 - إجراء الفحوصات اللازمة للكشف عن أي مشاكل صحية

النشاط البدني:

- ممارسة التمارين الرياضية المناسبة للحامل
- تجنب النشاطات التي قد تسبب الإجهاد أو الإصابة

النوم والراحة:

- الحصول على قسط كافٍ من النوم
- تجنب الإجهاد والتوتر
- التدخين والكحول:
- تجنب التدخين والكحول تماماً

اللقاحات:

- الحصول على اللقاحات الضرورية قبل الحمل أو خلاله
- #### المتابعة الطبية:
- متابعة الطبيب المختص بانتظام
 - استشارة الطبيب عند حدوث أي أعراض غير طبيعية

نقطة ضوء

ماهو ملتقى نساء دارفور وماهي اهدافه

المجتمعات ببعضها البعض ونبذ خطاب الكراهية والانقسام والتشتت.

رؤيتنا:-

تهيئة وبناء بيئة داعمة للنساء عبر مبادراتنا وأنشطتنا المجتمعية.

مهمتنا:-

نشر قيم السلام واحترام التنوع، والعمل على دعم الجهود الرامية إلى إيقاف الحرب، والمناصرة من أجل السلام الدائم. نعمل بالشراكة مع أطراف مختلفة لتحقيق التغيير الديمقراطي، وتوفير الحماية للنساء، وتعزيز مشاركتهن في عمليات صناعة السلام.

مجالات عملنا:-

- الحماية
- تقديم الخدمات للنساء المعيلات
- بناء السلام
- المساحات الآمنة للنساء
- الدعم النفسي
- الصحة الإنجابية
- التعليم
- المناصرة
- المشاركة السياسية للنساء
- التمكين
- العدالة الانتقالية
- العون القانوني

ملتقى نساء دارفور هي مجموعة نسوية تأسست في نوفمبر ٢٠١٩. نعرّف أنفسنا كشبكة تضم ناشطات ومهنيات وسياسيات وأكاديميات ونساء من منظمات المجتمع المدني، إضافة إلى النازحات والنساء الرّحلّ ونساء الريف واللاجئات من مختلف مناطق دارفور.

تأسس الملتقى في مدينة نيالا بولاية جنوب دارفور عقب مؤتمر نسائي دعت له بعثة اليوناميد والاتحاد الإفريقي وهيئة الأمم المتحدة للمرأة. نحن مجموعة متنوّعة من خلفيات اجتماعية متعددة داخل الإقليم، مما يتيح لنا معالجة الاحتياجات في مختلف مناطق دارفور. وبصفتنا جسم حركي نسائي، نعمل على ربط مبادرات المجتمع المدني داخل دارفور وخارجها، انطلاقاً من إيماننا بأن النساء المهمشات – بتعدد أشكال التهميش – لهن الحق في التعبير والمشاركة الفاعلة.

يرتكز عملنا على المحاور والأولويات التي خرج بها مؤتمر نيالا للنساء، وتشمل:-
الأمّن والسلام، تمكين النساء سياسيًا واقتصاديًا واجتماعيًا، العدالة وجبر الضرر، الأراضي والحواكير، وذلك عبر أنشطة تصممها وتنفذها عضوات الملتقى.
نسعى إلى إعادة بناء المجتمعات التي تضررت من الحرب وتعزيز قيم السلام فيها، من خلال ربط



المرأة وريادة الأعمال

التسويق الأخلاقي طريق لنجاح الاقتصاد

د. سميرة عمر

خبرة اقتصاديات المشروعات الناشئة

أصبحت المرأة اليوم فاعلاً مهماً في مجال المشروعات وريادة الأعمال، وأسهم هذا التوجه بوضوح في تنشيط الاقتصاد الأسري والمجتمعي. ويُعدّ التسويق أحد أهم الأعمدة الرئيسية لنجاح تلك المشروعات، فهو الوسيلة التي يتم من خلالها إيصال قيمة المنتج أو الخدمة إلى العميل. غير أن التسويق، من منظور إسلامي وإنساني، ليس مجرد أداة لزيادة المبيعات، بل قيمة أخلاقية وسلوك مهني ومسؤولية شرعية تقوم على الصدق والأمانة واحترام عقل العميل وحقه في الاختيار. ويعكس ذلك وعي رائدة الأعمال ومسؤوليتها تجاه المجتمع، لتبرز كنموذج قادر على الجمع بين الاحتراف التسويقي والذكاء العاطفي والقيم الأخلاقية.

أولاً: التسويق بين الفرص والتحديات يتيح التسويق الحديث فرصاً واسعة للمرأة رائدة الأعمال، خاصة عبر المنصات الرقمية التي تمكّن من الدخول إلى سوق العمل الحر، والوصول إلى جمهور كبير بتكلفة أقل، وبناء علامة تجارية مؤثرة. وفي المقابل، يواجه التسويق تحديات أخلاقية، من أبرزها المبالغة أو التضليل أو تقديم صورة غير حقيقية عن المنتج. ومن هنا يبرز مفهوم التسويق الأخلاقي (Ethical Marketing) القائم على

الصدق والأمانة واحترام حق المستهلك في الاختيار. وقد وضع الإسلام ضوابط واضحة لهذا المجال، قال تعالى: (وَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ بِالْقِسْطِ) (الأنعام: ١٥٢). ثانياً: أنواع التسويق – الإيجابيات والسلبيات تلجأ رائدات الأعمال إلى عدة أنواع من التسويق وفق طبيعة المشروع، من أبرزها: (١) التسويق التقليدي (Traditional

(Marketing): يشمل الوسائل غير الرقمية مثل المعارض النسوية، الإعلانات المطبوعة، اللوحات الإعلانبة، والعلاقات المباشرة. الإيجابيات: يعزز التواصل المباشر والحضور المجتمعي. السلبيات: مرتفع التكلفة، صعوبة قياس النتائج، محدود الانتشار مقارنة بالرقمي. (٢) التسويق الرقمي (Digital Marketing): يشمل التسويق بالمحتوى



المرأة الإثيوبية... حين تصنع الشجاعة تاريخاً



بقلم إكرام أول -اديس ابابا

هي أرض الشجعان، وأرض الشهداء، وأرض الأمهات اللواتي جعلنّ من تسلّق التلال، وعبور الوديان والأنهار، رسالةً حياةٍ من أجل غدٍ أفضل. إنها إثيوبيا، حيث تقف المرأة في قلب الحكاية، لا على هامشها. المرأة الإثيوبية تحمل الحطب على ظهرها، تحمل طفلها على ظهرها، وتغنيّ له تهويدهً تمتزج فيها الأمومة بالصبر، وتزرع الأرض بكل ما أوتيت من قوة، لتجني ثمار تعبها مع نهاية الموسم. هي فلاحه، وأم، وعاملة، وعمود بيتٍ ووطن.

واليوم، تقف امرأة إثيوبية من جيل جديد، تحلم أن تكون طبيبة، أو محامية، أو فنانة، أو صانعة تغيير. امرأة لا تقطع صلتها بالماضي، بل تستمد منه قوتها. فهي فخر الإمبراطورة تايتو، وامتداد عزيمتها، وروح الصبر والجُلْد والاستعداد للنضال مهما اشتدت التحديات. بين تاريخ مضى ومستقبل يُكتب، وبين أجيالٍ تتعاقب وسنواتٍ تشهد، تبقى المرأة الإثيوبية رمزاً للقوة، وجسراً بين ما كان وما سيكون. وحين تنادي أرض المنشأ نساءها، فإنها تنادي قوةً لا تعرف الانكسار، وإرادةً تصنع التاريخ وتخلق الأساطير. إنها امرأة لا تشبه سواها... إنها المرأة الإثيوبية.

المساواة في العمل والأجور: قضية عدالة شاملة تمس الاقتصاد والمجتمع والإبداع المؤسسي



بقلم راشيل دي مابيور

في عالم يتسارع نحو التنمية والابتكار، تبقى قضية المساواة في العمل والأجور واحدة من أبرز التحديات التي تواجه المجتمعات الحديثة. فهي ليست مجرد مطلب لحقوقي للنساء، بل قضية تمس جوهر العدالة الاجتماعية، وتؤثر على الاقتصاد الوطني، الصحة النفسية للأفراد، والإبداع داخل المؤسسات. التمييز في الأجور لا يقتصر على كونه ظلماً فردياً، بل هو عائق أمام النمو الاقتصادي، ويهدد استقرار الأسر، ويضعف بيئة العمل، ويكبح الطاقات الإبداعية التي يمكن أن تدفع المجتمعات نحو التقدم. البعد الاقتصادي: خسائر تتجاوز الأفراد إلى الاقتصاد الوطني تشير منظمة العمل الدولية إلى أن الفجوة العالمية في الأجور بين الجنسين تبلغ نحو ٢٠٪، بينما تصل في بعض الدول العربية والإفريقية إلى أكثر من ٣٠٪. - هذه الفجوة لا تعني فقط ظلم النساء، بل تعني أن الاقتصادات تخسر مليارات الدولارات سنوياً نتيجة عدم استغلال كامل طاقات القوى العاملة. - في إفريقيا، حيث يعتمد الاقتصاد على العمل غير الرسمي والزراعة، يؤدي التمييز إلى تكريس الفقر بين الأسر التي تعتمد على دخل المرأة. - المساواة في الأجور تعني زيادة مشاركة النساء في سوق العمل، وتوسيع قاعدة الضرائب والإنتاج، وبالتالي تعزيز النمو الاقتصادي المستدام. - المؤسسات التي تطبق المساواة في الأجور تحقق استقراراً مالياً أكبر وتكسب ثقة المستثمرين، مما يعزز قدرتها على المنافسة في الأسواق العالمية.

البعد النفسي والاجتماعي: أثر التمييز على الفرد والأسرة

- الشعور بالتمييز يولد إحباطاً وفقداناً للثقة بالنفس لدى النساء، ويؤثر على الصحة النفسية بشكل مباشر. - الأسر التي تعتمد على دخل المرأة تواجه ضغوطاً مالية تؤدي إلى توتر العلاقات الأسرية وزيادة معدلات القلق والاكتئاب. - المساواة في الأجور تمنح المرأة إحساساً بالعدالة والكرامة، ما ينعكس إيجاباً على استقرار الأسرة والمجتمع. - العدالة في الأجر تساهم في بناء مجتمع أكثر تماسكاً، حيث يشعر الجميع بأنهم جزء من منظومة عادلة. < إحدى الموظفات في دراسة إقليمية قالت: «حين أكتشف أن زميلي يتقاضى أكثر مني رغم أننا نقوم بنفس العمل، أشعر أن جهدي بلا قيمة.» الإبداع في الأداء: العدالة كشرط للابتكار - بيئة العمل العادلة تشجع على الإبداع والابتكار، لأن العاملين يشعرون بالتقدير والمساواة. - التمييز يقتل روح المبادرة ويجعل الموظفين أقل استعداداً لتقديم أفكار جديدة.

- المؤسسات التي تطبق المساواة في الأجور تحقق إنتاجية أعلى وتنافسية أقوى في السوق. - العدالة في الأجر تفتح المجال أمام الموظفين للتفكير بحرية، وتطوير حلول مبتكرة لمشكلات العمل، مما يعزز مكانة المؤسسة في بيئة الأعمال العالمية.

تأثير التمييز على بيئة العمل: بيئة سامة مقابل بيئة صحية

- التمييز يخلق بيئة سامة مليئة بالشكوك والعداوات بين الموظفين. - يؤدي إلى ارتفاع معدلات الاستقالات وفقدان الكفاءات، مما يضعف المؤسسة على المدى الطويل. - غياب المساواة يضعف الثقة بين الإدارة والموظفين ويؤثر على سمعة المؤسسة أمام الجمهور والمستثمرين. - بيئة العمل العادلة تعزز التعاون، وتبني ثقافة مؤسسية قائمة على الاحترام المتبادل، وهو ما ينعكس في الأداء والإبداع.

فلسطين، ذاكرة الحياة



بقلم نهاية دبابنة

(تداعيات لوطن نحب)

ذكرياتي عن فلسطين هي ذكريات مليئة بالحياة والأمان، ذكريات طفولة جميلة قضيتها بين أشجار الزيتون والحقول الخضراء. كنت ألعب مع أخواتي في الحقول، نجّع الزهور ونصنع منها إكليلاً نضعه على رؤوسنا، كانت الحياة بسيطة وسعيدة، لا نعرف شيئاً عن الخوف أو القلق. كنا نعيش في قرية صغيرة، نعرف بعضنا البعض، ونهتم ببعضنا البعض. كان أبي يزرع الزيتون ويصنع منه زيتاً نستخدمه في الطعام والعلاج. كانت أمي تخبز لنا الخبز في الفرن القديم (الطابون)، ونحن نركض حولها مثل فراشات بريّة. وتتناول الطعام تحت أشجار الزيتون. او في منزلنا على ضوء تقليدي (ضو الكاز) او ضوء شمعة يتراقص في حبور.

لكن الوضع انقلب فجأة، جاء الطغاة وطردونا من بيوتنا، أجبروا أبي على ترك أرضه وبيته. بكينا كثيراً، لم نكن نريد أن نترك كل شيء خلفنا. تذكرت يومها كيف كان أبي يقول لي: «هذه الأرض هي كل شيء، هي حياتنا ومستقبلنا». لكنهم أخذوها منا.

ذهبنا إلى مخيم للاجئين، عشت هناك مع عائلتي في ظروف صعبة، لا ماء ولا كهرباء ولا طعام كافٍ. كنت أشعر بالحزن والغضب، لماذا حدث هذا لنا؟ لماذا أخذوا أرضنا وبيتنا؟ لكنني لم أستسلم، درست وتعلمت، وأصبحت معلمة، الآن أعمل في مخيم للاجئين، أدرّس الأطفال وأحاول أن أعيد لهم الفرحة التي فقدوها. أقول لهم دائماً:

«لا تنسوا أرضكم، لا تنسوا حقكم.»

اتّجه الى الكتابة وأنتقس الأحلام عبرها وأتذكّر الوطن وانا منفية داخله.

هل ياترى نسينا الوصية أم أنّ في الامر حكاية...!!!!