

**WHO urges action to
reduce the effects of
consumption of sugary
drinks**

**The success of all the
national objectives for
Al Shumookh2 and Swift
Sword3 exercises**

**Is the reward for good
(anything) but good?
Be kind to your parents.**





Manadher Al Sahra Trading

One Stop Solution For All Your Quality Needs

We along with our expert team have taken initiation to shine in the field of Mechanical Industry and to provide services at the end user related to all requirements in Quality field, Inspection in variety of ranges of products

Our Services

- ✦ Construction
- ✦ NDT Inspection
- ✦ Tank Maintenance
- ✦ Well workover Services
- ✦ Oil filed Fishing Services
- ✦ Oil and Gas Transportation
- ✦ Technical Manpower Supply
- ✦ Well completion Engineering Services
- ✦ Camp Maintenance & Catering Services
- ✦ Well Drilling and Construction Services
- ✦ Electro- Mechanical & Engineering Services
- ✦ Production Engineering for Oil & Gas Services

P.O.Box 2746, Ruwi, Postal Code 112, Sultanate of Oman

Website: www.manadher-om.com

24503935

24503190



Monthly Magazine distributed to all government and private sectors, Safety And health sector, and sales points

Chairman of Board of Directors

Saeed Bin Nasser Al Junaibi

Editor in Chief

Bader Bin Mahfoodh Al Qasmi

Editorial Board

Aseela Bint Suleiman Al Hosni
Juhaina Bint Said Al Harthi

Coordination

Mohammed Bin Hamad Al Junaibi
Wadha Bint Mohammed Al Manthri

Public relation and Marketing

Hilal Bin nasser Al Amiri
Zakia Bint Hamdoon Al Mahmodi

Translation

Arabian Training and Safety Co.

Design

Dar Al Mubadara

Publisher:

Dar Al Mubadara of Press and
Publication and Advertising

Location : Ghala ATS Complex

Tel: 24237232 Fax: 24237231

PO Box: 2746 Ruwi: 112 Oman

health-safety@almubadara-om.com



Opinions do not necessarily reflect the view of the publisher

In this Issue



PDO LAUNCHES NEW SAFETY SYSTEM

6

Purvex seeks to create a technological community that simulates global variables

20



Towards safer motorcycle driving



14

School security, health and safety... an imperative necessity

24



Oman Air Passes IATA Operational Safety Audit



8

Do not throw a seed in the valley Rain, the gentle force of danger



Bader Bin Mahfoodh Al Qasbi
Editor-in-Chief (General Supervisor)

bader@almubadara-om.com

There have been many disasters caused by rising water levels due to intermittent heavy rains in many parts of the Sultanate. It is clear that these problems have not had an impact in the distant past because the population didn't traverse the valleys and knew its boundaries and kept their areas of residence away from them. Their common sense made them believe that whoever lays the foundation of his home in the course of the flood only has himself to blame. The geography of the uncharted land was different from the one we know now. The milestones of the population explosion have distorted the places of nature that carry the basic elements in its formation in the creation of a safe passage and a natural course of water flow. These terrains have also reacted with erosion factors in creating natural water channels leading to natural drainage sites without obstacles or human intervention.

In ancient geological times, water has made its way, its maps, its boundaries and high levels over periods of time varying in quantities. Looking at the waterways in their untouched nature, one deduces a thorough conclusion that ancient water levels reached heights that are unreachable during periods of severe drought, but at a certain geological age or an astronomical cycle, the torrents will return to their normal cycle. Perhaps many of those who have decided to lay the foundations of their homes on the banks of valleys at this time did not take into account the rotational astronomical cycle of the geological age, as the elderly and historians often recall the occurrence of successive disasters on many places and its inhabitants washed away by floods. This is due to the lack of monitoring and follow-up systems and the measurement of quantities that can be caused by these rains to facilitate the introduction of early warning and work on the necessary means of precautions to reduce the magnitude of such disasters.

Once upon a time there was a man who bought a property «a palm grove» and after a long period of time, while digging the ground in order to plant a new palm shoot in place of a palm tree that fell as a result of old age, he found while digging that the gravel extracted from these holes is the gravel components of the valley. Soon after, he made up a humorous story in which he is the victim as a result of his child's mistreatment and disrespect towards him. The father and son paved the way for this tale's plot, as the father and son quarreled and disputed in the presence of the local council. The father complained about suffering at the hands of his son and swore he would leave his money and leave the town, because a town that cannot defend a weak man from his son abuse is not worth living in. The Council decided to sell that grove, consequently the man was saved from the disaster and sold his property and went out to live somewhere else. All of this in order to

avoid the disaster that was about to happen, because if one day the level of water exceeded the expected amount, all his hard work will be washed away by the torrents, and this is exactly what happened. Most of the disasters resulting from modern urban flooding are due to the absence of drainage channels that ensure the flow of water instead of being confined in places that intensify what is already happening. Al Nahdha hospital incident is a recent example, as the road repairs have been followed by a disastrous failure to allow the stream and flow of water to the places where it should take its course.

Perhaps the next such disasters will be more damaging, especially in the cities where construction is announced from time to time, if the matter is not properly organized and planned to ensure that rain does not cause serious damage to property and life, not to mention damages inflicted on the infrastructure, roads and other public facilities and services that are often very expensive to construct.

Oman has experienced many trials and tribulations resulting from hurricanes visits, especially in recent times, amid the climate change and the occurrence of El Niño phenomenon around the world. The Sultanate was not isolated from such calamities, as the ancients knew of such occurrence and the best example is what happened during «The Flood of the Dam» in the story of the people of Saba, which was mentioned in the «Holy Quran» where the floods eradicated that land's trees, animals, and people, and dwellings and destroyed large areas of land that was once an oasis of glee where the birds sing and the farmers praise fruit harvest seasons. It became a level plain where you will not see therein a depression or an elevation, as the floods swept away everything in its way and destroyed every place, forcing its people to leave and choose other places to settle that are farther and higher than before.

Now that we are at the top of technological and space advances, meteorology and measurement of climate change that can give advance initial indications of the possible situations that can occur; these modern

applications must be used optimally and effectively, as they can make our situation better than in the past. Placing future plans on how to construct buildings and facilities that are resistant to water currents can mitigate what can occur, in places not affected by the water force.

Perhaps governments are not exempt from this along with their representatives concerned with urban planning for each to consider their area of competence for what could limit the magnitude of these disasters. Omanis have known a proverb that is full of reason and logic, the saying goes «Do not throw a seed in the valley», this is due to their awareness of the magnitude of the disaster that if the palm grew it will obstruct the flow and stream of water. Now we find the waste resulting from the demolition of buildings thrown in the valleys away from the eyes of the concerned officials entrusted with organizing waste disposal operations in the landfills and designated places. We find in other regions and states of the Sultanate a blatant infringement on the disposal of furniture and other waste to be disposed of.

Such irresponsible practices must be put to the test and the government should punish those who seek to infringe on the valleys and water sources. International organizations, local associations and institutions involved in environmental and health activities should intensify their awareness campaigns in these areas to make the environment of valleys, water places and the banks of Aflaj a clean environment free of all influences that can cause the disruption of wildlife to grow properly and appropriately.

The future holds a lot of good and giving, and it is necessary to combine efforts at all levels, from home, school, individuals, government institutions and the private sector, to contribute to raising the level of importance of highlighting water culture and its components in order to preserve the environment and make proper planning the first step in avoiding many of the risks resulting from the sky blessings, and how to exploit it optimally in the direction of not causing a lot of what hinders its flow and stream.



Royal Hospital succeeds in a rare operation to remove fetus in fetus

The Royal Hospital, represented by the Pediatric Surgery Department, was able to perform a rare operation to remove fetus in fetus called “Fetus in Feto”, for a four-month-old child. This condition is rare worldwide because .it occurs in exceptional circumstances

This surgical intervention was performed by a medical team from the Royal Hospital headed by Dr. Mohammed Bin Jaafar Al Sagwani, Senior Consultant and Head of Pediatric Surgery Department, and Dr. Mohammed Al Metwally Mohammed, Pediatric Surgeon, in collaboration with anesthesiologists and nursing staff



Dr. Al-Sagwani explained that the child was transferred from one of the health institutions to the Royal Hospital after a large tumor appeared in his abdominal area. In light of this, the hospital received the child who underwent several tests and diagnostic radiations in order to identify the nature of the tumor. After the results of the tests showed the presence of a semi-developed lifeless fetus inside the child, it was decided to perform an urgent surgery to remove the fetus because of the risk it poses on the child's life. The surgical team managed to remove the fetus through a precise surgical operation that lasted over three hours that was successful -thanks to God- and the efforts and efficiency of the surgical team of the Pediatric Surgical Department at the Royal Hospital who supervised the operation. The child has been out just three days after the operation after verification of tests and indicators that have proved the success of this qualitative operation.

Dr. Al Metwally pointed out that there were several difficulties and challenges faced by the staff who performed the

surgery for the child, most notably the small age of the child who had a semi-developed embryo inside of him, which affected the functions of the respiratory system and required the study of his condition and health status in order to perform anesthesia before the operation. Another major problem was the adhesion of the fetus to the aorta and the inferior vena cava with the fetal adhesion stretching to vital organs of the body such as stomach, duodenum, pancreas, liver and gallbladder, which exposed the child's life to danger.

He added that the success of the rare surgical procedure would not have been possible had it not been for the competencies and surgical expertise at the Royal Hospital necessary to perform these types of delicate operations, given the challenges and difficulties experienced by the surgical staff with this rare case.

For his part, the boy's father praised the efforts made by the Royal Hospital by saying “I would like to express my thanks and appreciation to the outstanding staff of the Royal Hospital who performed this rare

operation for my son successfully. I would also like to express my thanks and deep gratitude to Dr. Mohammed Al-Sagwani and Mohamed Al Metwally for their efficiency and dedication in dealing with my son case. I would also like to thank all the medical staff working in the pediatric surgery department because of the excellent health care and suave treatment we received during our stay at the Royal Hospital. “

The boy's father confirmed that his son was able to return to his normal life three days after the surgery.

It is noteworthy that this phenomenon known as “Fetus in Feto” occurs in 1 in every 500 thousand live births worldwide. The most famous theory explaining the occurrence of this phenomenon is the so-called» Parasitic twin» as this mass starts as a normal fetus, but it becomes enveloped within its twin lacking life because of its incomplete growth.



PDO LAUNCHES NEW SAFETY SYSTEM

Petroleum Development Oman (PDO) has launched a new customisable behaviour-based safety (BBS) system to cater for the safety requirements of the oil and gas sector and other industries.

Ihtimam (I Care) is a fit-for-purpose tool created by PDO to assist in the identification of the root causes of unsafe behaviours enabling the system's users to develop targeted solutions before an incident occurs. This proactive approach is achieved through the use of customised observation cards, training, and prompt and active management of findings, requests and observations. It is currently being used in various disciplines including drilling, construction, driving, and catering.

PDO has already trained more than 3,500 PDO and contractor employees on the programme during trials and some companies have already recorded dramatic improvements in safety performance. All involved in the initial pilot have

praised the new programme with clear understanding and ownership from senior management to front line staff.

The launch event, which took place at PDO's Mina Al Fahal headquarters, introduced Ihtimam to a diverse

audience of stakeholders, including staff and contractors, through an interactive exhibition featuring games, a maze, and hazard rooms. It also showcased the importance of identifying hazards in the immediate environment and how they affect

safety both in offices and at worksites in the field.

In a speech delivered at the event, PDO Managing Director Raoul Restucci said: "Safety is an overarching priority at PDO and we have worked hard to improve our performance in this regard by introducing a host of new control and mitigation measures. Ihtimam is one such measure which focuses specifically on the aspects of human behaviour which can lead to incidents.

"There is a need for constant compliance, vigilance and intervention whenever and wherever we witness dangerous conduct, practices and procedures. The responsibility lies with every individual, and this new system is a potential game changer in our industry and beyond."

Ihtimam, which is replacing the extensively adopted STOP programme, has been piloted in PDO and a number of its contractors, prior to its official roll-out which began earlier this year. One company reported that by introducing a number of safety measures including Ihtimam, it had experienced a significant reduction in its Lost Time Injury Frequency going from six per million manhours to zero.

PDO's Corporate Health, Safety and Environment Manager Mohammed Al Salmani said: "In developing Ihtimam, it was important that we created a system which not only serves PDO's safety requirements better, but could also be implemented outside PDO.

"We are currently in the final stages of trade marking Ihtimam, as we believe it could be a useful tool for other organisations."

Last year, PDO achieved a record safety performance with a Lost Time Injury Frequency per million manhours of 0.2 – a reduction of 9% on 2016 and in the year to-date the Company is delivering a further 30% reduction to 0.14.

Agreement on the installation of security and safety systems in 45 school buses in Muttrah



The signing of an agreement for the installation of safety and security systems for 45 school buses in the Wilayat of Muttrah was carried out jointly by the Traffic Safety Committee and the Wilayat Parents' Council, at the Office of Muttrah Wali.

The agreement was signed by HE Ahmed Bin Hilal Al Busaidi, Wali of Muttrah, and the Chairman of the Wilayat Parents' Council, and by Nizar Mohammed Assaad, Executive Director of the International Security Technology Company, in the presence of HE Tawfiq bin Abdul Hussain Al Lawati, Member of the Shura Council and Dr Ali Bin Humaid Al Jahouri, Director General of Muscat Education. The agreement provides for the supply, installation, adjustment and inspection of security and safety systems with automatic switch off system, electronic motion-sensing system and electronic sound warning system related to Safety Trail system with student identification system using magnetic card. The second

party shall guarantee the equipment and provide technical support to the first party whenever necessary, and requiring them to issue bus inspection forms before receiving it from the driver and before installing the systems in order to ensure their safety in full.

The agreement also stipulates training the owner of the bus on how to deal with the installed systems and the method of shutting the alarm, as well as training the administrative and technical staff at the school in applying the system. The implementation of the articles of the agreement will start from October 20 for 20 days.

The implementation of this project comes at the request of the Wilayat Parents' Council to provide more security and safety to school students by taking advantage of the Ministry of Education initiative, which was called the «Safety Trail», which is mainly interested in the development of security and safety aspects related to school transport.

thousand riyals in damages: 200 fire at Barka II station and disclosure of damages

SMN Power Holdings reported on the Muscat Securities Market (MSM) that a small fire broke out in the low-voltage electric switchboard room at Barka II station. There were no injuries and no serious substances were leaked.

The company added that the fire destroyed the low voltage circuit breakers that control the desalination plant. The operation and

maintenance team at the station started working on repairing the damage immediately to restart the desalination plant as soon as possible.

The company also explained that the financial impact of the fire so far is estimated at RO 200,000, with the disclosure of any additional financial impact after ensuring that the desalination plant has returned to operation.

The opening of Oman Fire, Safety & Security Exhibition 2018

The Oman Fire, Safety & Security Exhibition 2018 began its fourth session with the participation of more than 75 local and international exhibiting company under the patronage of His Highness Mr. Harib bin Thuwaini bin Shihab Al Said, Assistant Secretary General of the Council of Ministers for Conferences

The exhibition, which lasted for three days, included a number of leading solutions, latest technologies, ground-breaking innovations, and cost-effective products and services that cater to the needs of different government, private, industrial, commercial, construction, manufacturing, oil and gas sectors. The exhibition, organized by the Muscat Exhibitions Company, and held at the Oman Convention and Exhibition Center, is aimed at creating cooperation between government agencies and various industries in the fields of security, safety and fire.

The exhibition highlighted commercial security, crisis and risk management, critical infrastructure, emergency and fire rescue and protection, risk and disaster management,



information security, safety and health, smart office and city, training and consulting, and safety and security of transport and transportation.

The Oman Fire, Safety & Security Exhibition 2018 was attended by the General Authority for Civil Defense and Ambulance and the Ministry of Manpower represented by the Occupational Safety and Health Department.



Oman Air Passes IATA Operational Safety Audit

Oman Air, the national carrier of the Sultanate, has again successfully passed the audit requirements of the International Air Transport Association (IATA) Operational Safety Audit (IOSA). Oman Air has been audited by Aviation Quality Service, an IATA certified audit firm. This audit is seeking to ensure that airlines meet the safety requirements and recommended practices established by the International Air Transport Association (IATA). Oman Air achieved the highest possible operational safety

results after the IATA team carried out a detailed inspection of the company's safety procedures and measures.

The Chief Executive Officer of Oman Air, Eng. Abdulaziz bin Saud Al Raisi, said: The operational safety audit is the most important technical test for the company's operational operations. The results clearly and evidently reflect the integrated safety culture that characterizes the company's business. He stressed that Oman Air employees are continuing to implement, promote

and provide the highest safety measures and procedures at all operations to ensure the sustainability of the company in the ranks of international companies specialized in the aviation industry.

The Operational Safety Audit (IOSA) is mandatory for all IATA member airlines and is based on review of standards in 8 operational areas, including operations management, flight operations, cabin operations, maintenance, flight rescheduling, ground operations, security and cargo operations.



The Royal Hospital organizes an awareness campaign on Septicemia at Muscat Grand Mall

The Royal Hospital represented by the bacterial blood poisoning team recently organized an awareness day on "Bacterial Septicemia", in the presence of Her Excellency Dr. Khawla bint Al Julanda Al Said, Senior Consultant of Gastroenterology and Liver Diseases at the Royal Hospital, and with the participation of health and administrative staff working in the hospital and various segments of society, at Muscat Grand Mall.

The aim of the event is to raise the awareness of individuals and society about the symptoms and indicators of bacterial septicemia, and to inform the attendees about the causes and methods of prevention and the diagnostic and therapeutic methods for this disease.

The event included an awareness exhibition consisting of six educational panels on bacterial septicemia, and other recreational and educational activities for children as well as distribution of pamphlets and brochures in this field and answering the inquiries and questions of the attendees about bacterial septicemia through a specialized medical staff.

On the importance of this awareness day, Dr. Suad Al Ismailia, Senior Consultant of Pediatric Intensive Care at the Royal Hospital, said: «This forum was organized to raise the awareness of society about the bacterial blood poisoning disease, due to the high incidence of bacterial septicemia in the Sultanate or the world according to the latest statistics of the World Health Organization. The number of cases infected with the disease is about 27 million people annually, causing the death of 30% of the people infected. This shows the importance of such awareness activities for individuals and society, in addition to highlighting the latest medical research on bacterial blood poisoning in terms of causes, symptoms and methods of prevention».

Dr. Farahana Al Othmani, Senior Specialist of Pediatric Intensive Care at the hospital, said: "Bacterial blood poisoning is a disease that affects a person due to the presence of bacteria and microbes in the bloodstream, which causes the individual what is known as Bacterial Septicemia. Early diagnosis and detection of this disease may contribute

to the high rate of recovery in patients, while delay in dealing with these conditions causes the deterioration of the body's vital organs, which is a threat to the life of the patient.

She added that there is a group of symptoms of bacterial blood poisoning, including high body temperature, rapid heartbeat, rapid breathing and paleness and yellowing in the face, in addition to a continuous sense of laziness and fatigue, and in advanced cases the patient suffers decreased arterial pressure and deterioration of vital organs. As for treatment methods, the patient is given antimicrobial agents and supportive treatments, as well as dealing with the side effects of the disease.

It is worth mentioning that the latest statistics of the World Health Organization has shown that «bacterial septicemia» is one of the most deadly diseases in the world, as the number of deaths due to this disease is more than other deadly diseases such as tumors and cardiovascular diseases. This is an evidence of the importance of such events in educating individuals and society about the disease and ways to prevent it.



More than 2,500 children in Al-Wafa centers and 412 reports through the “Child Hotline”

Providing rehabilitation and treatment services for 378 cases

The Ministry of Social Development, represented by the Department of Planning and Development, issued the statistical bulletin for the second quarter of this year, specifically during the period from the first of April to the 30th of June. The bulletin pointed out that the number of people enrolled in the evaluation and rehabilitation center reached 70, including 38 males and 32 females, of persons with mental disabilities who are eligible for vocational rehabilitation. The Center provides rehabilitation programs through two phases: vocational preparation and vocational training

The Center includes vocational preparation classes with 34 male and female students, 5 male students in woodworking programs, 5 males in artistic works, 5 other males in paper recycling. In addition to metal works programs where 4 people are working, there are 2 members in the agribusiness program, 4 females in the food processing program, 4 females in

the handicraft program and 7 females in the field of jewelry and accessories.

Al Aman Center

According to the second quarter bulletin, Al Aman Rehabilitation Center provides services for people with minor and moderate motor, intellectual and dual disability through the day care programs, and programs for residents of the center, which vary in their

content between the social, health, rehabilitation, psychological and other aspects. The center provides activities and awareness programs for the community on disability issues, methods of dealing with people with disabilities, and mechanisms for integrating them into society.

The number of people enrolled in this center according to the statistical



bulletin is 378 individuals, including 250 under the age of 15, between 152 males and 98 females. While the cases above the age of 15 include 128 cases, including 85 males and 43 females. All these cases receive a system of rehabilitation and therapeutic services such as physical and occupational therapy, speech, life skills, psychological counseling, sports activity, special education and others.

Al - Wafa Centers

The number of Al - Wafa Centers for the rehabilitation of children with disabilities has reached 27 centers, seeking to care for children with intellectual, hearing, motor, visual and other disabilities between the ages of 2 to 14 of males and females. These centers provide their services through the implementation of a number of rehabilitation and training programs aimed at enabling children enrolled in it, and their integration into society.

The number of children enrolled in these centers until June 30 was 2562 child, of which 1486 males and 1076 females.

According to the statistical bulletin, the Department of Family Protection works in cooperation and coordination with various bodies concerned with the cases of women who are exposed to spousal abuse, children who are

exposed to abuse and cases of human trafficking. The department develops family protection plans and programs and deals with cases that are subject to various problems and family issues according to the regulations and procedures followed in this regard. The Ministry has paid great attention to the protective social aspect through the policies it has laid out, and the actions it has taken to reduce the problems of spousal abuse and domestic violence, and provide the reasons for social protection in line with the principles of human rights and Islamic values in order to preserve the stability and cohesion of the family.

The number of cases of battered women during the second quarter of the current year is 8 cases only, which are dealt with according to the specific mechanisms, in order to guarantee their legitimate and family rights. Human trafficking is an act of trafficking or exploitation of people in unlawful acts such as forcing the victim to engage in acts contrary to morals and public ethics. Cases of human trafficking are dealt with in accordance with the applicable regulations and in line with the principles of human rights. During the same period, there were 4 cases of human trafficking, all of which were foreign nationalities.

In the second quarter of this year, 16 children, including 9 males and 7 females, who were abused, were accommodated in Dar al-Wafaq. The number of children exposed to abuse who were treated by child protection committees reached 300 children from different governorates and states of the Sultanate.

412 reports

The Child Protection Line 1100 works around the clock and provides services to children by receiving calls from the child or others that indicate that the child has been subjected to violence, mistreatment or danger. The number of incoming calls to this line during the period from 1 April to 30 June was 412 in total, of which are 177 reports of child abuse, 89 requests for services for persons with disabilities, and reports of begging or other family counseling that are not within the jurisdiction of the child protection line that were transmitted to the concerned parties, in addition to 146 calls just for inquiries.

According to the child protection line, the most severe abuse of children is neglect. The number of cases of neglect was 70 cases, followed by 57 cases of physical abuse and 29 cases of psychological abuse, the least severe of which was sexual abuse with 21 cases.

The success of all the national objectives for Al Shumookh 2 and Swift Sword 3 exercises

Good planning and safety of the implementation were demonstrated very clearly during the course of the exercises

Office of the Chief of Staff of the Sultan's Armed Forces (SAF), represented by Morale Guidance, recently organized the joint Omani-British press conference for the "Swift Sword 3" exercises, under the patronage of His Excellency Dr. Abdul Moneim bin Mansour Al Hassani, Minister of Information and the official spokesman of the state in the name of "Al Shumookh 2" and "Swift Sword 3" exercises.

The conference, which was held at the exercises' media center at the Ministry of Defense Pension Fund, was attended by a number of Excellencies and senior officers, a number of local newspapers' editors and representatives of local and international printed, audio, visual and electronic media.

» Brigadier General Maktoum al Mazrouei: All the plans were crowned with the achievement of the envisaged training goals to achieve the desired national objective.

» Brigadier General Mark Peter Kenyon: «Positive cooperation and joint coordination between the two countries' forces is one of the most important goals achieved in the exercise»

» Brig. Gen. Hassan Al Mujaini: We were very pleased with the capabilities demonstrated by the Sultan's Armed Forces and their dedication to work and devotion in performing the national duty.

» Dr. Abdel Moneim Al-Hassani: A salutation of regard, pride and appreciation to our armed forces for the coordination and harmonization with the British forces

» Adding the "post-war and reconstruction" phase for the first time

A salutation of pride

His Excellency Dr. Abdul Moneim bin Mansour Al Hassani said: "A salutation of regard, pride and appreciation to our armed forces for this coordination and harmonization with the British forces in this exercise. We are nearing the conclusion of the final stage of Swift Sword 3 exercise, and all the objectives for which Al-Shumookh 2 and joint Rapid Sword 3 national exercises were held have been achieved, as we have heard from the military leaders speaking at the third press conference, and therefore we believe that this is an important stage for everyone and for us as media outlets to participate effectively, and this third conference is an evidence of the relationship of media with this exercise and the previous meetings with journalists and visits to the field of exercise".

Objectives' success

Air Commodore Maktoum bin Salem Al Mazrouei, Assistant Chief of Staff of the Sultan Armed Forces for Training and Joint Exercise, started the conference by talking about the success of all the national objectives that were laid out for the exercises. He praised the "unrivaled" efficiency demonstrated by the "brave soldiers" in addition to the total discipline and high professionalism in dealing with all simulated and real exercise events.

Al Mazrouei pointed out that «Al-Shumookh 2» and «Rapid Sword 3» exercises were the biggest in terms of equipment and gear in the history of the Sultan Armed Forces in integration with the military, security and civil services according to operational and

strategic training plans, during which the readiness of all capabilities of the national force for response to any emergency in all strategic sectors in the Sultanate from border to border was determined, and through the activation of the emergency law and the general mobilization plan, including the call of a certain portion of the reserve force, and thankfully all the plans were crowned with the achievement of the envisaged training goals to achieve the desired national objective.

Planning and safety

For his part, Brigadier Hassan bin Ali Al Mujaini said: "Good planning and safety of the implementation were demonstrated very clearly during the course of the exercises, where the training objectives envisaged by the activities of the exercises were achieved, in order to achieve the desired national objective". He explained that the training activities constituted a comprehensive training environment in various disciplines, whether those assigned to the military and security authorities in the framework of their roles and tasks of maintaining the stability of the homeland, guaranteeing its security, protecting its national assets, and defending the achievements of the comprehensive Omani Renaissance, or those carried out by civil government institutions and bodies within the framework of their comprehensive development roles within a single system under unified leadership and with the participation of the Royal British Armed Forces with extensive accumulated experience and high advanced levels.

He added: "We were very pleased with the capabilities demonstrated

by the Sultan Armed Forces and all military, security and civil authorities and their efficiency in performance and dedication to work and devotion in performing the national duty along with the allied British Forces," praising the roles played by journalists and publicists, describing them as realistic in the context of objectivity coupled with the professionalism of the media, and its effective contribution to achieve those training gains "in a manner of pride and honor"

Amphibious vehicles

Brigadier General Mark Peter Kenyon said: "The joint Swift Sword 3 exercise was a success, as was the national Omani exercise Al-Shumookh 2 before it. The most important goals achieved are positive cooperation and joint coordination between the two countries' forces, as the difficulties and tough challenges have been adapted for the service of the exercise and to benefit from this experience. "Our men have done a wonderful joint operation. For the first time we have brought in many different kinds of vehicles, including the amphibious vehicles that carried out the amphibious operations, in addition to aerial refueling operations. We will return the vehicles to Britain, while some of these equipments will remain in the Sultanate," he said.

With regard to the British side's impression, it is noted that the Omani side worked in the joint exercise Swift Sword 3 in the spirit of friendship and harmony with the British side, which reflects the efficiency of the Omani individual as the exercise did not experience any error in planning and scenarios.

Towards safer motorcycle driving

The motorcycle is an evolved descendant of a bicycle that was known as the (safety bicycle) that had two wheels of equal size in the front and rear; the rear wheel is propelled by feet pedals. The latter evolved from a high-wheeled bicycle, which emerged as a more evolved version of a bicycle called “Boneshaker” that appeared around 1800. This bike used wheels surrounded by tires made of iron, while the mechanism of propelling is by moving feet on the ground to provide momentum. It has been called “Boneshaker” due to its hurtful back and its tendency to trample its drivers. The German inventor Gottlieb Daimler, who founded the Daimler Benz company with Carl Benz, was credited with inventing the world’s first motorcycle in 1885, a two-wheeled bike, with two other small wheels on each side to enhance the bike stability.

Prepared by: Abdulrahman Fakhar



Serious accidents:

Motorbikes are a threat to the lives of individuals, which are added to the traffic accidents agenda especially since its consequences are severe and often lead to paralysis or loss of life if used in places not designated to them, especially since the law penalizes motorbikes owners who use them inside residential neighborhoods, i.e., outside the designated areas.

There are two aspects in how to deal with motorcycles:

- ▶ The first aspect: The motorbike owner can practice motorcycling in accordance with security and safety standards, as long as the surrounding conditions of the location and safety tools are available.
- ▶ The second aspect: Motorcycles cannot be driven between residential neighborhoods because of the noise

and roar they make, as well as the other risks surrounding its driving such as the presence of cars from time to time and the movement of children and the elderly in those locations. The lack of parents’ control over their children leads to many accidents involving young people at young age.

Safety conditions:

Safety conditions and non-recklessness should be placed in the priorities of driving these motorbikes. There are many children and young people who are interested in this hobby, if they are not aware of the safety principles and how to drive; this will lead to dangerous consequences.

- ▶ Surveillance teams should be set for these motorbikes especially when driven by children.
- ▶ There are three or four wheeled

motorcycles known as (Banshee). These are dangerous because of their speed and the difficulty of controlling them, and the lack of knowledge of those who drive them with the proper and sound driving principles. They make noise while being used, which disturbs people if they are used between residential neighborhoods.

- ▶ Many serious incidents occurred in residential neighborhoods or main streets that caused disabilities for children and young people, including paralysis and we know what paralysis means from the loss of youth and money and parents’ preoccupation

Follow-up is necessary:

We all know how important and significant the motorcycle is as a great

and important human invention that has facilitated human life in many uses that cannot all be listed in this brief. The traffic department is supposed to be strict in granting motorcycle licenses, and enact strict laws and tighten traffic control in the streets, particularly in the laws governing motorbikes and age range. They should also be treated like other vehicles for the safety of citizens and residents. We see teenagers whose age does not allow them to drive these bikes roaming our streets. The question is: why does not the traffic department monitor and observe such recurrent cases and take the necessary action?

Proposals

To overcome this negative phenomenon, the following can be applied:

- ▶ Establishment of special clubs for motorcycle enthusiasts.
- ▶ The application of traffic laws for motorcycles, the most important of which is the use of a helmet while driving.
- ▶ Carrying out awareness campaigns as is the case for cars to explain the proper ways to use motorcycles.

Safe driving:

Everyone who drives a motorcycle must use the most important requirements for driving as urged by the traffic regulations. In this context, we remind of the tools that lead -God willing- to the safety of the biker.

- ▶ The helmet is the most important tool for personal protection on the motorcycle, as it protects the head in

the case of falling, as head injuries may be fatal in the case of not wearing the helmet. The helmet also protects the eyes from the wind and dust at high speeds.

- ▶ It is preferable to wear motorcycle clothing as most of them are equipped with shock absorbers in the knees and elbows, and especially in the back area. These clothes are often made of materials with high resistance to friction. However, the best clothes are made of leather, as it has the highest resistance to friction in the case of falling and is also the only one that provides the necessary protection when falling at high speeds.
- ▶ The use of strong shoes that does not impede the movement of the feet to be able to act freely.

- ▶ Gloves are very important in securing the handlebar especially when it rains and in the summer for fear of sweat which leads to slipping.
- ▶ The belt is worn around the waist and its function is to support and strengthen the back while driving. It gives the driver a comfortable feeling especially when traveling long distances. The belt is very useful in the cold as it protects the kidneys from the cold wind especially in the cold winter where the wind is strong, but in the summer its primary function remains to protect the back area.

Safety on bicycles

Modern bicycles range from lightweight racing bikes to rugged mountain bikes and those designed for crossing the fields and countryside.

Advantages of bicycles

A scientist suggested expanding the use of bicycles among young people, considering that it is not only a means of transportation, but a way for young people to exert part of their energy instead of unleashing this energy in driving in a reckless and dangerous way. The Scientific Research Foundation has noted that, in order to attract young people to use bicycles, new types have emerged with many features and specifications. They are equipped with advanced technologies to provide more safety and security for their users. These bicycles have many features and advantages especially when used in cities:

- ▶ Good transportation for short distances.
- ▶ Does not produce any noise that harms the hearing and affects the psychological state, its accidents are usually simple and non-fatal.
- ▶ It depends on muscle energy and in this case has several benefits as it on the one hand consumes part of the energy of the young person riding it, and on the other hand it is a way to build and strengthen body muscles

and make its user enjoy permanent health and vitality.

- ▶ Does not cause any pollution to the environment because it does not run on fuel.
- ▶ Extremely economical as there is no comparison between their prices and the prices of motorcycles and cars.
- ▶ Each of these features is an asset added to the national economy treasury and contributes greatly to the development of human resources. We hope, like most developed countries, to devote a full day every while in which the use of vehicles in densely populated cities is forbidden and the use of bicycles in their place because of their positive effects on the safety of citizens and the environment.

We should all encourage young people to ride bikes with all responsibility, awareness and civility, rather than motorcycles and cars, as this contributes to lowering traffic accidents caused by recklessness and reckless driving, and reduces traffic congestion.

Safe bicycle equipment

There are many bike equipment required by the law and there are other good parts that can be owned but are not obligatory.

There must be at least one working brake and preferably the rear brakes.

A bicycle that lacks light and reflective light is not noticeable in the dark, so the law requires lighting, especially in this case. For a bike to be safe, it is not enough to be equipped but must be maintained periodically and regularly at least once a year. Pay particular attention to the quality of its tires to avoid skidding.

Using protective helmet

During an incident the head is often exposed to the worst impact. Most bicycle accidents are individual accidents, that is, they occur without

being involved with another vehicle.

More than a third of people who are injured by bicycle accidents suffer head injuries. Such injuries can lead to amnesia, speech difficulties or even paralysis. Bicycle helmets are therefore cheap and good life insurance.

YASA's top recommendations for safety enhancement for cyclists

- ▶ Cyclists respect for traffic laws as they share the rights and duties of other road users.
- ▶ Create dedicated paths for cycling.
- ▶ Wear a helmet that meets international standards while driving on the highway. Properly wearing the helmet reduces the risk of head injury in the event of an accident on the bike.
- ▶ It is necessary to always adhere to traffic signs and other signs on the road and the instructions of the traffic policeman.
- ▶ A hand signal should be given while turning left or right and during stopping. This behavior indicates the intention of the rider to the direction in which he wants to go.
- ▶ Make way for pedestrians crossing the road at intersections, especially at the entrances to their crossings.
- ▶ When entering from a private road to a public road, you must stop near the pedestrian crossing and clear the traffic for pedestrians and vehicles coming from left or right. Bicycles should not be used on pedestrian paths because it is against public safety and law, unless these paths are for shared use between pedestrians and cyclists.
- ▶ There is a very important role for lighting at night. A bright white light and a reflector must be installed at the front of the bike while a bright red light and light reflector are installed at the back.

- ▶ Bicycles must be equipped with at least one working brake and an appropriate warning device such as a bell or a horn.



Tiger Balm Red Ointment دهان تايجر بالم الأحمر



يعمل أينما يوجد الألم
WORKS WHERE IT HURTS

صيدلية مزون ش.م.م
ص.ب: ٢٤ جبروه، الرمز البريدي: ١١٤، سلطنة عُمان
هاتف: ٢٤٨١٩٥٠ / ٢٤٨١٤٠٤
فاكس: ٢٤٨١٩٤٩
البريد الإلكتروني: mazonph@omantel.net.om
الموقع الإلكتروني: www.mazonph.com



TIGER BALM

«United States» Yellowstone

A supervolcano that will destroy humanity is ready to explode!

Source: Business Insider

When you guess the causes of the end of the world, you may think of a world war or climate change. Even if some of these thoughts are realistic, there is a much greater threat to humanity that lies underground.

According to the BBC report, the US space agency NASA believes that “supervolcanoes” are one of the greatest natural threats to human civilization.

Below Yellowstone National Park is a huge chamber of magma, responsible for all the geysers and hot springs that surround the area. This chamber in particular possesses the power to destroy humanity.

Research shows that the more hot the volcano, the more gases it produces. The magma continues to melt increasing the magma chamber size, and when the temperature exceeds a certain threshold explosion is inevitable, so the logical solution according to NASA is the cooling of volcanic magma.

Brian Wilcox of NASA's Jet Propulsion Laboratory (JPL) told the BBC that to calm the volcano “We need huge



quantities of water, and theoretically the magma chamber should be fed with these large quantities of water, which is almost impossible to implement, since building a big aqueduct uphill into a mountainous region would be both costly and difficult”.

NASA has an alternative solution: drill up to 10km down into the supervolcano, and pump down water at high pressure. The circulating water would return at a temperature of around 350C, thus slowly day by day “extracting” heat from the volcano and turning geothermal energy into Electricity. It is important to drill in the sides of the

volcano rather than digging directly into the magma chamber because drilling there can accelerate the eruption of the supervolcano.

The plan will cost \$ 3.46 billion, according to the agency the amount is considered small given the great benefit of the project, which will prevent the end of mankind in the long term.

NASA warned that the Yellowstone volcano erupts every 600,000 years, and that this period has passed since the last eruption, which makes us ready and cautious of the eruption of this supervolcano.



measuring 7.4 on the Richter scale and a number of new earthquakes hit the area. The tsunami wave that hit the coasts after the earthquake was about two meters high.

Spain

Shocking scenes... Horrific floods hit Spain, leaving human and material losses

Nine people, including two Britons, have been killed by floods caused by heavy rains in the Spanish island of Majorca, local emergency services said.

“The number of victims killed by heavy rains reached nine,” the services wrote in a tweet in Catalan, Spanish, English and German. The disaster area includes several tourist houses located 60 km from Palma, capital of Majorca, the most prominent island in the archipelago.

Four people were killed in Saint Lawrence in Cardassar, the worst-hit town, and 3 in the nearby seaside town of Silo. Images broadcast on Spanish public television and local media showed cars washed away by water and flooded houses.

Two of the dead were British citizens, said Antonia Boza, assistant mayor of



San Lawrence for “Radio Cadena”, noting that two Britons were also missing.

Boza said the priority was to locate survivors and rescue people who were

isolated in their homes, saying many of the houses in the town were vacant. The local Balearic Government declared three days of mourning.

Italy

Hundreds evacuated and airport closed due to forest fires in Italy

Italian authorities have ordered hundreds of people to leave their homes and shut down Pisa airport after a huge fire swept through tree-covered hills in the central province of Tuscany.

Officials believed the fire, whose first spark began late at night, was the result of deliberate action in the Monte Mario area between the cities of Pisa and Luca in Tuscany.

Local authorities said they ordered about 700 people to leave their homes as a precaution in the towns of Calci and Vicopisano, and that they had closed all schools in the area. There were no reports of injuries or property damage.



The fire destroyed about 1,500 acres of forest, and a huge black cloud covered the skies of Pisa. The city airport said

it would suspend commercial flights “to help firefighters participate in firefighting efforts.”

Indonesia

A horrific scene from the sky... A violent earthquake sweeps thousands of homes on Indonesian land

Images of the satellite “Worldview” showed astonishing scenes of the moment of earth flow in the Indonesian city of Palu. Earth flow is a scientific phenomenon known as “soil liquefaction”.

The Indonesian authorities have not ruled out that the number of people buried in the rubble after the earthquake

and tsunami on Sulawesi Island could exceed 150,000 people. Authorities believe the disaster has damaged some 65,000 homes.

An earthquake measuring 6.1 on the Richter scale occurred on the morning of September 28 in a coastal area near the town of Palu on the Indonesian island of Sulawesi. Then a new earthquake



Purvex seeks to create a technological community that simulates global variables

► (nSmartRestaurant) is Purvex first application

Purvex Company from the National University - Engineering Campus is working to develop the technological field through the creation of new applications that will develop the regional community and thus become a fruitful and wonderful experience. The company also seeks to create a technological community that simulates global variables.

Objective

One of the company's main objectives is to advance the technological field in the regional community by creating innovative solutions for the digital gap between the customer and the technology. Facilitating the technological life of society and transforming it into a digital society.

The company was nominated as one of the top three companies for the Best Student Company Award for 2018 in the 8-month "My Company" competition.

Benefiting from Injaz Oman "Company" competition

Injaz Oman is the primary guide for higher education students towards entrepreneurship. This is done through many events, such as the first and second exhibition for student companies, which is a strong start for all companies in the field of marketing to present ideas and take experiences through them from all age groups and support in various forms. "My Company" competition is the real start-up towards the world of entrepreneurship and the application of ideas in reality.

The company's first application: nSmartRestaurant

Getting a waiter working quickly to take customers' orders in a short time has become a difficult problem. In many cases, customers face the problem of waiting to give an order for a waiter. So the waiter goes through a difficult situation between taking orders and providing them to all customers. There may be a misunderstanding between the waiter and the customer, whether because of the language or the waiter mixing between the orders of customers, which lead to the



customer receiving a different meal.

This resulted in the idea of developing nSmartRestaurant; the first application created by Purvex which allows customers to order meals easily by downloading the application on their mobile phone and linking it with the chip in the restaurant table, so that the restaurant meals menu appears.

They can also order their meal easily without the help of the waiter and then the order is sent to the kitchen (Admin side) as they can follow the customer's order, thus limiting the duty of the waiter to delivering the meal to the customer.

Benefits of application

The application serves two parties namely restaurants and restaurant customers.

- The customer: The application is a new and great experience that also solve the problem of waiting and the delayed arrival of the waiter to take the customer's order.
- The restaurant: As a result of using the application, the restaurant does not need to employ a large number of workers (waiters) and instead can lay off employment by 20% (as a start) of available labor. The restaurant may also lose its customers if their order is delayed, for example, a restaurant may lose two customers a day because the waiter delays taking the order, thus losing 2% of the profit per day, which can amount to 20% of losses per month.

A solution to this problem is to use nSmartRestaurant application, which helps them win customers and ensure that the meal order is not delayed and that the restaurant gets a profit of 2% per day from two customers of the restaurant's initial profit. In addition, the restaurant does not need to buy tablets, since the application can be used from the customer's phone without the need for smart tablets.

Devices that support the application

The NFC chip is found in most Android devices, the iPhone 6S and newer iPhone models. For devices that do not support the chip, they can temporarily order using barcode (electronic scanning) until the new feature is ready. The application is currently running on the Android system, as for iOS it is under development.

The company's departments

Financial Department: Follow up all financial matters in the company, including control of customer balances and credit, customers' follow-up, providing management with customers' position and working to clarify the vision, presenting a truthful image to the management and providing advice and counsel. In addition to creating funding structures, their sources and sources of expenditure, the creation of Statement of Cash Flows, preparation of financial budgets and the supervision of the appointment, testing and training of financial management personnel.

Department of Marketing and Public Relations: The foundation of any new business is marketing, which is considered the platform for presenting the product to the consumer. Therefore, there are several plans in the department including:

Department of Human Resources: This department contributes significantly to the performance of the company's employees through several plans, as it supervises the recruitment of staff and employment and conducts several interviews to ensure the best choice for the company. In addition to training and qualification of new employees and measuring the level of performance through the monthly employees reporting. In addition to keeping and archiving records and documents and following-up the performance of all employees in the company.

Research and Development Department: The department works to study the needs of customers from the target segments and to open new markets for the company at the product or customer level. In addition to developing and improving the real estate product based on the market. It also works to study competitors' properties, look for weaknesses, try to find solutions adopted by the company, and understand and study customer opinion and proposals.

They also spend some time interviewing customers and listening to their complaints. In addition to developing applications specifically for customers from different local and regional sectors for a modest price.



On World Obesity Day

World Health Organization urges action To reduce the effects of consumption of sugary drinks

In celebration of the annual inclusion of October 11 by WHO as a global day against obesity, the organization has released a new report that suggests that taxing drinks containing sugar can reduce their consumption and prevent obesity, type 2 diabetes, and tooth decay.

According to the report titled “Fiscal Policies for Diet and the Prevention of Noncommunicable Diseases”, fiscal policies that require at least a 20% increase in the retail price of beverages containing sugar can lead to a proportional reduction in consumption of these products. Fiscal policies should target foods and beverages with available healthy alternatives, the report said.

The report states that reducing the consumption of sugary drinks means

lowering the intake of «free sugars» and calories in general, improving nutrition, and reducing the number of people who are overweight or suffering from obesity, diabetes and tooth decay.

According to the WHO report, national food diet surveys indicate that beverages and foods containing free sugars can be a major source of unnecessary calories in the diet of the population, especially in the case of children, adolescents and young people.

It also suggests that some groups, including people living on low incomes, young people, and people who often consume unhealthy foods and beverages, are most responsive to changes in the prices of drinks and foods, thus gaining the highest health benefits.



Ministry of Health celebrates World Obesity Day with programs and stories that promote the adoption of a healthy lifestyle

The Ministry of Health, represented by the National Center for the Treatment of Diabetes and Endocrinology “Obesity Clinic Team”, organized in cooperation with the Omani Diabetes Association a celebration on the occasion of the World Obesity Day, which falls on October 11 of each year. Under the patronage of Her Highness Mrs. Mona bint Fahad Al-Said, Assistant V.C. for International Cooperation at Sultan Qaboos University, in the presence of a number of officials from the Ministry of Health HQ and the Royal Hospital and staff of the National Center for the Treatment of Diabetes and Endocrinology, in addition to a number of members of the Omani Diabetes Association, with the participation of 150 participants from patients and their families at Al Noor Hall in Madinat Al Sultan Qaboos. The slogan of this year is «No to the stigma of obesity», that is, no discrimination and negative attitude towards obesity, as the society's view of the obesity problem is negative. This stigma is characterized by the treatment and anxiety resulting from it towards obese people in society, forgetting that obesity was classified as a chronic disease with multiple causes.

The program began with a speech by Dr. Noor Al Bousaidia, Director of the National Center for the Treatment of Diabetes and Endocrinology, and the head of the Omani

Diabetes Association, in which she referred to obesity, its prevalence and the importance of raising awareness in society.

This was followed by a number of educational lectures for patients, including the introduction of obesity, its complications, methods of treatment and therapeutic nutrition. In addition to a number of other lectures focusing on motivating patients on the importance of adopting a healthy lifestyle, and showing videos of success stories. The forum also included introductory panels for the effects of obesity, its causes and complications, the importance of healthy diet and physical activity, and also included a section for measuring weights and body mass index, and knowing the ideal weight.

The National Center for the Treatment of Diabetes and Endocrinology, is working together in collaboration with the Omani Diabetes Association, to raise awareness of obesity, promote a culture of healthy lifestyle, and encourage continuity of maintaining health, combating obesity and reducing the risk of health problems and complications. This is the fifth forum for obesity patients (The Biggest Winner).

The Obesity Clinic at the National Center for the Treatment of Diabetes and Endocrinology has received more than 2000 patients from different regions in the

Sultanate who are suffering from obesity. The clinic employs an integrated medical team composed of qualified physicians, trained nursing staff, therapeutic nutrition specialists, clinical physical activity specialists, physiotherapists, and behavioral awareness specialists. In addition, a joint clinic was recently joined with the team of the obesity surgery clinic at the Royal Hospital to assess cases requiring surgical intervention, as well as periodic follow-up of patients to assist and guide them to adopt a healthy lifestyle

On this occasion, 20 patients were presented with valuable prizes for losing a large proportion of their weight under the supervision and follow-up of the obesity department at the Center. In the first place was a patient who was able to reach the ideal weight within a year and there was also someone who managed to reduce 42 kg of their weight, in addition to a group of patients who maintained their weight after the weight loss.

People who are overweight or obese complain of various psychological problems such as depression, anxiety and lack of self-esteem if ridiculed for their weight. Discrimination can also lead to other self-destructive and public health behaviors such as not going to the gym or visiting a doctor.



School security, health and safety... an imperative necessity

Security, health and safety are the goal of every individual in this life. Therefore, the human being strives with all the tools and means to achieve this goal in order to keep away and protect those around him from the dangers that threaten both life and property. The preventive measures vary according to the type and size of the danger or catastrophe.

Report: Juhaina Al Harthi

Providing healthy environments

Providing security and a healthy environment in schools is essential to support the academic success of students, allowing them the opportunity to learn and achieve academic creativity in a healthy and safe environment. To achieve this, school administration must emphasize school safety policies and laws to increase students' sense of safety, such as paying attention to school safety means, reducing school violence, and developing the correct social behaviors for students.

Teaching students emergency procedures

Teachers should take responsibility for taking students out of class in the event of a disaster that may threaten the safety and security of students. Not only that, but also to teach them ways of protection, and how to act in the event of emergencies in the school, such as fire, so as to avoid injuries that may affect them.

Guidelines for achieving the highest level of security and safety at school:

- ▶ Identify the crisis team (school security and safety group) and determine their responsibilities.
 - ▶ Develop contingency, crisis and evictions plans.
 - ▶ Conducting security and safety training courses periodically in schools for teachers and students.
 - ▶ Follow-up the implementation and commitment of teachers and students and everyone in the school with safety and security guidelines and instructions.
 - ▶ Periodic inspection of all places, laboratories, equipment, devices and installations and to ensure their functionality or validity.
 - ▶ Providing security and safety needs and requirements in schools.
 - ▶ Introducing security and safety issues within student activity programs.
- Security and safety tools that must be available in each school:
- ▶ First aid kit.
 - ▶ Early warning device linked with alarm bells.

- ▶ Smoke detectors.
- ▶ Fire cabinet and fire hoses
- ▶ Fire extinguishers
- ▶ Emergency exits equipped with lighting as indicator

School activities aim to achieve security and safety inside and outside the school, and create a more secure and stable environment within the school environment for both the student and the administrative, teaching and technical staff in it. From this point, there has been observation on a number of schools with active security and safety activities and the role of the activity in educating students inside and outside the school.

Mr. Khalid Aldarmaki, the activity administrator at Ibn Al Atheer Secondary School, says: Security and safety are essential goals for everyone in this life. Therefore, every human being seeks all means and tools to achieve this important goal in order to keep away and protect those around them from the dangers that threaten life, wealth and property. There are many emergencies that are dealt with because of school injuries; school administration must therefore avoid serious injuries and ensure the safety of students while they are in the school environment. The security and safety activities help to provide the safe environment inside and outside the school, train the students on the evacuation plan and how to use the fire extinguishers. It also plays a role in ensuring the validity of the fire extinguishers, school alarms, and organization of bus entrance and bus parking. The students of security and safety programs have a role in holding lectures and awareness campaigns inside and outside the school, placing warning and guidance signs inside the school, organizing security and safety competitions and participating in spreading awareness and traffic culture in general.

Among the activities and programs for security and safety implemented by the school:

- ▶ A detailed outline of the entrances and exits of the school near the office of administration.
- ▶ Placing many warning and guiding signs

in the corridors and billboards of the school.

- ▶ Implementation of the school evacuation plan.
- ▶ Training workshop on the types and use of fire extinguishers and first aid.
- ▶ Conducting a lecture entitled Security and Safety is the Responsibility of All in cooperation with the Shinas police
- ▶ Distribution of first aid kits to bus drivers.
- ▶ Participating in GCC Traffic Weeks.
- ▶ The preparation of a security and safety guidance bag containing many pamphlets, booklets, drawings, stories and competitions.
- ▶ Participation in Shell Road Safety Competition.
- ▶ Implementation of the golden rule for riding the bus.

Ms. Shamsa Al-Maskariya, activity supervisor at Al -idrak Primary School, says: Students' safety and care while in school is a necessary priority. The student may have a great desire for exploration and curiosity, which often leads to exposure to risk without them realizing how dangerous it is on their life. Therefore, maintaining the safety of students in schools is a responsibility shared by many administrative bodies and teaching staff. At the same time, it is no less important to the parents, hence the complementary role of both the school and the home as responsible for achieving the comprehensive concept of student safety and risk prevention.

The security and safety activity plays a large and effective role in educating the students in many ways, including how to behave correctly when any emergency occurs, whether it is a case of illness, fire or traffic accident, and training in the use of alarms immediately upon the spread of smoke or the outbreak of fire. In addition to training in the use of firefighting equipment, fire hoses and fire blankets with the help of the fire department. Leadership and substitution classes have been activated in the dissemination of traffic safety, which includes magazines, information and tips for boarding buses, in addition to activating the role of morning address by talking

about evacuation and the correct behavior when a school fire occurs. The students and the administrative and teaching staff were trained on the correct methods of using fire extinguishers. The school participated in a number of events, such as participation in the traffic exhibition, which was called (Our Buses Full of Values). Prevention is the first key to eliminating the conditions that can contribute to protecting students and faculty from the risks surrounding them within the school.

Aalia Al Zaidia, activity specialist at Fields of Knowledge School for basic education says: Accidents that occur to students in schools can be generally avoided, but the relaxation of safety precautions may facilitate many of them. The security and safety activity in the school plays a role in educating students about the use of fire extinguishers and their types, and raise awareness of the evacuation plan and its implementation according to the school plan in the event of fire or any emergency that calls for the evacuation of the students and training them and the teaching staff and administrators on the plan. The most important elements of the evacuation plan are emergency exits, in addition to communication with the Civil Defense Authority for the implementation and evaluation of the evacuation and the practical application of fire extinguishers. The presence of safety equipment such as fire extinguishers in appropriate places, and the presence of a person trained on first aid are some of the things that should not be overlooked. However, the most important element in the safety of students is continuous monitoring, as the risk is greater when the fire occurs in the vicinity of the school that does not contain the necessary safety means. Awareness address programs that include security and safety are one of the most important methods used to guide students. There is a close relationship between the school and security and safety, where the school is given a certain and appropriate level of security and safety in its concept of the educational field to provide the requirements through which the school can find a level of security and safety which provides the required protection for students and teachers.



Kawthar Al- Sharjia, activity supervisor at Al-Fatah Primary School, says:

Security is the safety valve for every place, especially the school where the adherence and implementation of security procedures is the real prevention and the first line of defense for the school administration from accidents or problems. The school is an environment in which many problems can occur, either individually or collectively; this is due to the diverse manners of students, whether from different behaviors or environments. Injuries caused by vehicles are the biggest public health problem facing students at present, as car accidents are the leading cause of child death. In this sense, the security and safety group decided to conduct an educational process for students about the concept of security and safety inside and outside the school and its importance and methods of prevention. A group of students were chosen to take the role of the little policeman on the bus

and carry a book of violations to write the names of the offending students and record disorganization during boarding and getting off the bus, in addition to creating a safe passage to protect pedestrian students inside the school building and allocating a place to wait for buses containing drawings and phrases of the importance of organization when waiting for buses. The security and safety group also highlighted its role through the allocation of the zero class to educate students about safety and security rules in the school and correct behavior, as students face increased risk of injury while walking to school. Students' safety can be achieved in this respect, and such dangers can be avoided by learning more about them, and the steps that can be taken to improve pedestrian safety in the community.

Social Welfare Home in the Sultanate

It is known that when a person passes through every stage of their life, that stage has tasks to do. Our Islamic faith and social psychology have contributed to understanding many of the human psyche and what it goes through in every stage of life and in every society. When we talk about old age, we are talking about a stage of life that is difficult to define in numbers, although the term elderly is usually used for those over the age of sixty-five. At this stage of life, one has gathered a lot of experience and knowledge in his or her life and is on the onset of a period of physical or intellectual decline or both. They look at the six decades they left behind and are either consciously or unconsciously assessing this long period of time and what they have offered themselves, and what follows them from offspring or even to the human race. It may be satisfaction and thus psychological satisfaction or may be dissatisfaction and thus falling victim to psychological diseases like depression, anxiety, and so on. The elderly at this stage of life expects to receive for the long years of giving, and expects to be met with the gratitude and appreciation of those who he spent years of his life in their service of offspring and others. Here we ask who are the elderly? How do we deal with them? And how did our Islamic faith urge on their obedience and care? And the role of nursing homes in providing care for them? Did the elderly go to the home for their desire to do so or was their fate the same as Abu Muhammad? How do sons defend themselves?

Investigation by - Aseala Al Hosaniya

At first, what do specialists say about the elderly and the elderly homes:

Sheikh Ahmed bin Rashid Al Hosani, Imam and preacher of Ammar bin Yasser Mosque, speaks of our true religion urging the care

and service of the parents, especially at old age, saying:

"The law of the Prophet Muhammad (PBUH) and the laws before it paid great attention to the parents in every

situation. God took the covenant of the Israelites from them as He said: (and to parents, good treatment). He said elsewhere in the Holy Quran: (And your Lord has decreed that you not

worship except Him, and to parents, good treatment). He distinguished their old age and said: (Whether one or both of them reach old age [while] with you, say not to them [so much as], "uff;" and do not repel them but speak to them a noble word). He even urged kindness to them even if they were non-Muslim. He said (But if they endeavor to make you associate with Me that of which you have no knowledge, do not obey them but accompany them in [this] world with appropriate kindness), and that is only because they gave a lot in order for their child to live, as they watched over his health and endured anguish and hardship for his comfort and tolerated affliction for the sake of a pleasant life for their child and exerted every precious and valuable in order to provide a good life for him. Don't they deserve good treatment and devotion for this?? The importance of good treatment and devotion and the danger of disobedience and abandonment are in the fact that the entry to Heaven is based on their treatment as The Prophet (PBUH) said: (No disobedient goes to Heaven), as he considered disobedience of one of the greatest sins, as in the Hadith (and the disobedience of parents)."

Those who obey them are expected to have success and a happy life, while those who are disobedient will be miserable, as many situations in life are evidence of this.

He then expresses his opinion of those who put their parents in care homes as he explains that by doing this they were designated in the group of disobedient and deviated from the right path. This is evident disobedience and clear abandonment, and my, how was he when he was little, wasn't he unable to walk and move? Didn't he protest for much and little? Does he do that in their weakness when he was just as weak? Is this how he repays kindness? They should know that who does that is only being tested by God Almighty who rewards those who have done well, while those who have done evil deeds will suffer a painful punishment.

We met with Dr. Hamad bin Nasser Al-Sinawi, "Senior Consultant for old age Psychiatry" at Sultan Qaboos University and asked him about how to deal with the elderly psychologically:

A brief description of your career?

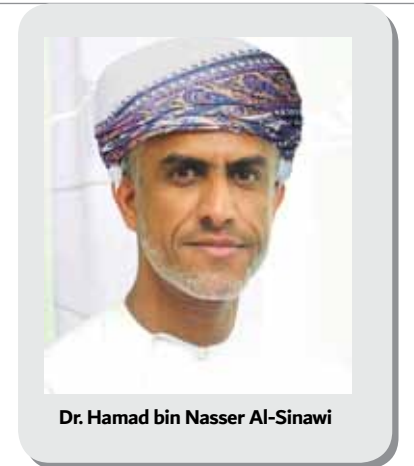
Dr. Hamad bin Nasser Al-Sinawi Senior Consultant for old age Psychiatry, graduated from the College of Medicine at Sultan Qaboos University, completed specialized postgraduate education in the UK and received a fellowship in old age Psychiatry.

How can prevention be done before entering old age?

Prevention before reaching old age includes attention to the health, psychological and social aspects, meaning that the individual cares about his physical health by paying attention to sport and good nutrition. Sport doesn't mean playing a game such as football or tennis as we don't have the time, and instead little constant activities such as walking at least 30 minutes a day if possible, and using stairs instead of the elevator. These simple behaviors can contribute to the body activity, while psychologically, creating a balance between work and family life and dealing with psychological stress well helps the individual to avoid psychological symptoms at old age. In the social sphere, the maintenance of social relations outside the scope of work protects the individual from isolation, especially after retirement and away from co-workers.

How to deal with the elderly psychologically?

Most elderly people face a lot of changes as they age, so older people need special treatment that preserve their dignity and make them feel that they are still an important person who can contribute to building society rather than being dependant on others. Some elderly people become subject to social isolation, especially with their offspring being busy with their work and raising children. Social clubs and family gatherings bring joy to the elderly, while their counseling and benefiting from their life experiences gives them a sense of self-confidence and that they are still able to give.



Dr. Hamad bin Nasser Al-Sinawi

What are the most common psychological disorders among the elderly?

Depression is one of the most common psychological diseases among the elderly. Many factors contribute to increasing the risk of an old person becoming depressed. These factors include the spread of organic diseases such as diabetes and high blood pressure, as scientific studies indicate that diabetics are more likely than others to suffer from depression. In addition, some medications and drugs can cause depression, while some elderly people may become depressed due to the death of a life partner or close friends.

Can you give some advice to the elderly?

I advise the elderly to avoid doing nothing and to occupy their time by communicating with others and learning new skills. Modern technology has facilitated many courses in which an individual can participate through the Internet, which helps to learn new skills and stimulate brain activity. We must not neglect physical activity and care for physical health through healthy nutrition and avoiding obesity and its associated complications.

Final tips for the elderly and the person who deals with the elderly?

It is necessary for the person who deals with the elderly to be patient and to not surrender and to ask God for reward. Some elderly may go through a psychological situation that makes them complain a lot, express negative thoughts and not cooperate, even if it is beneficial to the elderly. Some elderly people with dementia and Alzheimer need special care... so the caregiver must consult specialists in this matter and consult the siblings in pay, so that everyone is providing care and the burden is not on a specific person.



Mr. Khalifa Bin Sulaiman Al-Mayahi

Mr. Khalifa Bin Sulaiman Al-Mayahi, President of the Social Welfare Home in Al-Rustaq, says about the role of elderly home and the types of care provided:

“Social Welfare home of the Ministry of Social Development in Al-Rustaq is the only care home in the Sultanate and hosts guests from most states. Its importance comes from being concerned with providing the best care services to its guests, as it includes an administrative, technical and specialized staff working continuously to ensure the comfort of guests and provide all the amenities for them, putting into action the high approach of His Majesty Sultan Qaboos bin Said for the Omani citizen to live in a dignified manner in his homeland with the provision of all his special needs and the provision of all services to him around the clock with supervision and continuous follow-up by officials. The home is an important station in Al Batinah South Governorate, where visitors are coming from within the Sultanate and the Arab and Gulf states continuously.”

Al-Mayahi expressed his optimism that the society will rise and dedicate its efforts to cooperate with the government in embracing this category so that the citizen will remain in his places of residence. As it guarantees his stability and his psychological satisfaction as he remains inside his community and environment and between his family and his relatives. We review the most important activities and services provided by the home since its inception.



Services provided at the home

Khalifa Al-Mayahi explained that the Social Welfare Home in Al-Rustaq offers all the care services to its guests. The Ministry of Social Development and through the home provides comfortable accommodation and high quality healthy nutrition, which is provided to them regularly and on the usual times. In addition to the constant attention to personal and public hygiene of the guests, and follow-up of their own affairs and the conduct of primary health checks by the medical staff at the clinic, which includes four nurses and two dressers.

He added: “People in need of medical care are transferred to referral hospitals in the Sultanate at any time and their situation is followed-up around the clock. The general practitioner and physiotherapist are working in the home each one day a week, following a previous coordination between the Ministry of Social Development and the Ministry of Health. The work in the home is carried out using shifts system, especially for those who directly supervise the guests in general and the elderly in particular. Especially since some of those guests cannot serve themselves and access the toilets or the dining rooms. The staff at the home took it upon themselves to provide all the requirements and care for

guests in all respects, as well as health care in cooperation with the Ministry of Health.

42 guests

Al-Mayahi says that the number of guests in the home until now reached 42 guests, (32) men and (10) women who are supervised by Omani women. It is clear that the male group is more than the female and the proportion of elderly in the two groups is higher. He pointed out that the guests in the home are from the governorates of Muscat, Ad Dakhiliyah, Ash Sharqiyah North, Ash Sharqiyah South, Al Batinah North, Al Batinah South, Al Buraimi, and Ad Dhahirah. Most of the cases are in the elderly category, and all guests have no first degree relatives, while some guests suffer from disability or mental illness.

Continuous supervision of nutrition by specialists

The nutrition of guests is supervised by the nutritionist, who follows this aspect actively, taking into account the provision of meals for patients suffering from hypertension and diabetes. Three main meals are served daily to the guests, in addition to two snacks served between breakfast and lunch, and between lunch and dinner. All meals are healthy and traditional.

Providing accommodation in clean rooms, taking into account the comfort of the guest in allocation.



The guests are distributed in rooms according to the tendencies of the guest and his acceptance of the presence of another person in the room with him. This is followed by the home administration and the psychologist.

Providing entertainment programs and events for guests

The home organizes regular celebrations for guests on national and religious holidays and events, organizes trips and holds religious lectures and training workshops for its employees. As for exercise, most of the guests are bedridden, so the physiotherapist from Al Rustaq Hospital checks them and help them to perform some appropriate exercise in accordance with the health status of each individual in order to maintain their fitness.

Recreational trips are also organized for guests to some attractions and parks in Al Rustaq or other tourist sites to entertain them and change the routine of the place and those who wish to visit their family will be taken with escorts from the home to their hometown.

The home employs a comprehensive staff of all disciplines

The home employs a number of employees and staff members, some through the civil service, some of whom work on temporary contracts, and through companies contracted by the Ministry for work in the fields of cleaning, nutrition and agriculture, supervised by administrative specialists. The employees operate in various technical and administrative fields.

The mechanism of accepting citizens as guests in the home

Applications from citizens who wish to be accepted at the home are received either by the persons themselves or through a relative or through the social development departments of the Ministry in the states. The application is initially received and registered, and then an office and field research is carried out by the data collector or social researcher at the home. Then the situation is diagnosed by the social worker at the home to know the condition of the applicant and his circumstances and his





family circumstances in all health, social, economic and residential aspects and to ascertain his need to be accommodated in the home.

Taking into account those who have no first degree relatives, and those who don't have any shelter, or those with no one supervising them or taking responsible for their care. If there is no one who can supervise him from his relatives, an alternative family will be found for his care. If all means are impossible, the study is submitted to the officials of the ministry to consider the situation and then work according to the guidance and usually take the recommendation of the home. The Government intention is to encourage concerted efforts to prevent the citizen from reaching the home in order to maintain the unity of society and encourage them to serve this category to live in their places of residence.

Therefore, the Ministry has approved the idea of alternative families in an attempt to highlight the role of society and put into action the principle of social solidarity among all and show solidarity and friendship among its members. The guest accommodation in the home should be the last solution. Al-Mayahi also calls on the various media,



all administrations of sports, voluntary and charity teams, charity funds and associations, including Al Ihsan Association, to cooperate in this field. The home continues to make efforts in raising awareness in this field through a program specialist and community awareness in the home whether through events held at the home or by participating in events carried out by governmental or private institutions in this field.

The home facilities are designed for the convenience of guests

The home has a number of facilities including a reception hall, a parlor,

a meeting room, a head office, staff management offices, a physiotherapy room and a clinic with its facilities. The home also houses men's and women's praying rooms, men's and women's dining rooms and a multipurpose room for celebrations and events, and workshops for the ministry or for government institutions that wish to conduct work. The home includes (11) housing units allocated for the accommodation of guests equipped with all amenities and each unit accommodates 7 people and the total accommodation of the home is 77 guests.

Continuous entertainment activities

for home guests in cooperation with awareness teams, university students and schools

Many volunteers cooperate with the home, and recreational activities are held for guests at the events. Among the most prominent participants: Volunteer teams from different States, Omani women's associations, Ihsan Association, NGOs and private organizations, and the private sector.

All these sectors visit the home and carry out joint activities and programs aimed at bringing happiness and joy to the elderly.

It's worth mentioning that the home was visited by a number of senior officials and dignitaries from the Sultanate and from neighboring countries, throughout the year.

The home receives Sheikh Khalifa Al Khalifa Award from the State of Bahrain

The home has received numerous awards and certificates from within the Sultanate by governmental and

private institutions and has received the award of His Highness Sheikh Khalifa Al Khalifa in the Kingdom of Bahrain.

The home welcomes visits according to the rules in place to preserve the privacy of guests and to lift their morale and to not cause them embarrassment. Visits for guests' relatives are open and those who wish to have their relatives accompany them to the visit are welcome. The home does not mind and encourages that, on the requirement of keeping the guest and following up his health and following the provision of meals and medicines to him regularly.

Questions remain...!!!

It is true that elderly nursing homes care for the welfare of the elderly, but it lacks something that all people are looking for, a «reunion» that no one wants to lose one day. It is difficult to lose all of your family at once to see yourself in front of new people that you will spend the rest of your life with!

In conclusion, there is no doubt that old age is a difficult stage of life and the experience is more difficult when accompanied by disability and loss of affection even from the closest relatives that make them feel that they are a burden and dependent on others. What we have learned from the subject is that elderly people must be taken care of. Thankfully, the Sultanate of Oman has distinguished homes for the care of the elderly, in addition to the means of happy living and health care and providing hobbies and entertainment and fun in an atmosphere where life is not different from the life experienced by many in happy families. This interesting experience covered only the simple part of the great work done for the elderly. One day we will be elderly like them, and we hope to serve our society and others, even if a small part of what this group has done, this group that needs love and compassion and having lengthy outlook on the reality of their situation and their suffering and hopes.

KIRBY®

For generation after generation, The Kirby Company has risen to the challenge and exceeded our customers' expectations with each home care system we've built. We continue to utilize technological innovations that enhance the quality, reliability and performance of each successive model.

Muscat, Al Khuwair, next to Rawasco
Tel: 0096824480600
Fax: 0096824480680
Email: kirby-muscat@yahoo.com



منظمة الصحة العالمية
تبحث على اتخاذ إجراءات
للحد من آثار استهلاك
المشروبات السكرية

نجاح جميع الأهداف الوطنية
لتمريني «الشموخ ٢»
و«السيف السريع ٣»

«وهل جزاء الإحسان إلا الإحسان».. رفقاً بوالديك



في هذا العدد

شركة برفكس
تسعى لخلق
مجتمع تكنولوجي
يحاكي المتغيرات
العالمية



٣٣

أجهزة الأمن
والسلامة
في الحافلات
المدرسية

V

شروط السلامة في
استخدام الدراجات
النارية

٢٤



جماعة الأمن
والسلامة
المدرسية ..
ضرورة حتمية

٤٦

مخاطر صحية ترتبط
بالضوضاء العالية!

٣٩



مجلة شهرية تعنى بالصحة والسلامة توزع في
جميع المؤسسات الحكومية والخاصة وكل ما
يخص القطاعات المهنية والصحية ونقاط البيع.

رئيس مجلس الإدارة
سعيد بن ناصر الجنيبي

رئيس التحرير / المشرف العام
بدر بن محفوظ القاسمي

هيئة التحرير
أصيلة بنت سليمان الحوسنية
جهينة بنت سعيد الحارثية

الإدارة والتنسيق
محمد بن حمد الجنيبي
وضى بنت محمد المنذرية

العلاقات العامة والتسويق
هلال بن ناصر العامري
زكية بنت حمدون المحمودية

الترجمة
الشركة العربية للتدريب والسلامة

تصميم
دار المبادرة للصحافة والنشر والإعلان والتوزيع

الناشر:
دار المبادرة للصحافة والنشر والإعلان والتوزيع
غلا، مبنى الشركة العربية للتدريب والسلامة
هاتف: ٢٤٣٣٧٣٣٢ فاكس: ٢٤٣٣٧٣٣١
ص.ب: ٢٧٤٦ روي رب: ١١٢ سلطنة عُمان
health-safety@almubadara-om.com



لا يجوز نسخ أي مادة منشورة
دون الحصول على موافقة خطية من الناشر.

الآراء لا تعبر بالضرورة عن وجهة نظر المجلة.



مستشفى برجيل ، الخوير يفوز بجائزة "أفضل مستشفى خاص" من وزارة الصحة

مستشفى برجيل، الخوير (مفتوح ٢٤ ساعة)
مركز برجيل الطبي، العذبية

لدينا التخصصات:

- طب العظام
- جراحة استبدال المفاصل
- أمراض النساء والتوليد
- جراحة علاج البدانة
- جراحة تجميل الثدي
- الأنف والأذن والحنجرة
- طب الأسنان
- الطب الباطني
- طب الأمراض الجلدية
- الطب النفسي
- العلاج الطبيعي
- الجهاز التنفسي و النوم
- جراحة العمود الفقري
- أمراض المسالك البولية
- طب الأطفال
- الجراحة العامة
- طب القلب
- طب العيون
- جراحة الفم والوجه والفكين
- الأعصاب
- الغدد الصماء والسكري
- خدمات الأشعة والتشخيص
- التغذية

مرافقنا الرئيسية تتضمن:

- وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة ، وحدة العناية المركزة
- مختبر قسطرة القلب
- الأشعة المقطعية ، التصوير بالرنين المغناطيسي ، التصوير الشعاعي للثدي
- مختبر مجهزة تجهيزا كامل

MOH NO - 223/2018.



the art of healing

A unit of VPS Healthcare

(مفتوح ٢٤ ساعة)



the art of healing

A unit of VPS Healthcare

للحجز، هاتف:
٩٦٨+ ٢٢٠٨٥٢٥٢
٩٦٨+ ٢٤٣٩٩٧٧٧ (مفتوح ٢٤ ساعة)



«لا ترمي فلحة في وادي» المطر القوة الناعمة للخطر



بدر بن محفوظ القاسمي
رئيس التحرير (المشرف العام)

bader@almubadara-om.com

إن الماء في العصور الجيولوجية القديمة قد شق طريقه ورسم خرائطه وحدوده وارتفاع مناسيبه عبر حقبة زمنية متفاوتة في الكميات، والنظر إلى مسارات المياه بطبيعتها البكر يستنتج استنتاجاً فاحصاً أن المياه في مناسيبها الغابرة قد وصلت إلى ارتفاعات قد تتقطع إلى الارتفاع إليه لفترات شديدة الجفاف، ولكن في عمر جيولوجي أو دورة فلكية ما، ما تلبث أن تعود السيول إلى دورتها الطبيعية، ولعل الكثيرين ممن تجاوزوا وضع أسس بيوتهم على ضفاف الأودية في الوقت الراهن لم يأخذوا في حسابهم تلك الدورة الفلكية الدوارة في العمر الجيولوجي، فغالبا ما يسجل كبار السن والمؤرخون وقوع كوارث متعاقبة على الكثير من الأمكنة التي جرفتها السيول هي وساكنيها. وذلك لعدم توافر أجهزة الرصد والمتابعة وقياس الكميات التي يمكن أن تسببها تلك الأمطار ليسهل الأخذ في التحذير المبكر والعمل على وسائل الاحتياطات اللازمة التي يمكنها أن تقلل من حجم تلك الكوارث.

ويحكى في قديم الزمان أن رجلاً اشترى مالا "ضاحية نخل" وبعد فترة زمنية بعيدة، وبينما هو يحفر في الأرض بغية فسل نخلة جديدة عوضاً عن نخلة سقطت نتيجة الهرم، فوجد أثناء الحفر أن الحصى الذي يستخرجه من تلك الحفرة حصى مكونات الوادي، فما لبث أن أحبك قصة طريفة يكون فيها هو الضحية من جراء تعسف معاملة ولده له وعدم احترامه، وقد مهد الأب والابن لحبكة هذه الحكاية، فقد تشاجر وتنازع الأب والابن كخصمين في حضرة مجلس القوم، وشكى الأب ما يعانيه من ولده وحلف أنه سيتترك ماله ويرحل عن البلدة؛ لأن بلدة لا تستطيع أن تدافع عن رجل ضعيف من تعدي ابنه عليه ليس جديراً أن يسكن فيها، وقرر في ذلك المجلس أن يبيع تلك الضاحية، فخلص الرجل من الكارثة وباع ماله وخرج ليسكن مكاناً آخر. وذلك كله رغبة منه في الدفع عما ستحل من كارثة، ولو يوماً ما ارتفع منسوب الماء عن القدر المتوقع فيذهب ما عمله أدراج السيول، وهذا ما حدث بالفعل. فإن أغلب الكوارث الناتجة من فيضانات المدن الحديثة هي عدم وجود قنوات تصريف تضمن تدفق المياه وعدم احتجازها

لقد كثرت الكوارث الناجمة عن ارتفاع مناسيب المياه نتيجة هطول الأمطار الغزيرة في بعض الأحايين على الكثير من مناطق السلطنة، والظاهر للعيان أن هذه المشاكل لم يكن لها تأثير في الماضي البعيد كون أن السكان لا يتعدون على مجاري الأودية ويعرفون حدودها ويحرمون مناطق سكناتهم عنها، وقد قادتهم الفطرة السليمة إلى أن الذي يضع أساس بيته في مجرى السيول لا يلومن إلا نفسه، كما كانت جغرافيا الأرض البكر غير التي نعرفها الآن، فقد شوهت معالم الانفجار السكاني أمكنة الطبيعة التي تحمل المقومات الأساسية في تشكيلها في صنع ممر آمن ومجرى طبيعي لمسيل الماء، كما أن تلك التضاريس تفاعلت مع عوامل التعرية في صنع القنوات المائية الطبيعية المفضية إلى أمكنة تصريف هي أيضاً طبيعية دون عوائق أو تدخل بشري.

في أمكنة تتسبب في مضاعفة الكثير مما هو كائن. ولعل حادثة مستشفى النهضة ليست ببعيدة، حيث أعقبت تلك الإصلاحات في الطرق خلافاً كارثياً في عدم إعطاء المجال لتدفق وانسياب المياه إلى الأمكنة التي يجب أن تأخذ فيه مسارها.

لعل القادم في مثل هذه الكوارث سيكون أكثر تأثيراً وخاصة في المدن التي يعلن عنها في الإنشاء بين الحين والآخر، إذا لم يتدارك الأمر في تنظيم وتخطيط سليم يضمن عدم تسبب مياه الأمطار في إلحاق أضرار فادحة في الممتلكات والأرواح ناهيك عن الأضرار التي يمكن أن تلحقها بالبنية التحتية والشوارع وغيرها من المنشآت والمرافق العامة التي غالباً ما يكون إنشاؤها مكلفاً جداً.

لقد عاصرت عمان الكثير من التجارب والمحن الناتجة عن زيارة الأعاصير وخاصة في الآونة الأخيرة، وسط التغير المناخي وحدث ظاهرة النينو على مستوى العالم، والتي لم تكن السلطنة بمعزل عن مثل هذه النوازل، فقد عرف الأقدمون مثلها وخير مثال ما حدث في سيل "العرم" في قصة أهل سبأ التي ذكرت قصته في "القرآن الكريم" حيث أتت السيول على الكثير مما هو قائم في تلك الأرض من شجر وبهائم وأناس ومساكن فدمرت مساحات شاسعة من الأرض التي كانت ذات لحظة واحة غناء يطرب فيها الطير ويتغنى فلاحوها بمواسم جني الثمار، وبعدها غدت قاعاً صاففاً لا ترى فيها عوجاً ولا أمثاً، فقد اكتسحت السيول كل شيء في طريقها وهدمت كل قائم، مما اضطر أهلها الرحيل عنها واختيار أمكنة أخرى لسكناتهم بعيدة ومرتبعة عما كان من ذي قبل.

والآن ونحن نعيش قمة التقدم التكنولوجي والفضائي وعلوم الأرصاد وقياس التغيرات المناخية التي يمكن أن تعطي مؤشرات قبلية أولية لما يمكن أن تقوم من حالات، فيجب استخدام هذه التطبيقات الحديثة بشكل أمثل وفعال، فهي كفيلة في جعل حالنا أفضل مما كان في العهود السالفة، وأن وضع خطط مستقبلية في كيفية إقامة المباني والمنشآت المقاومة للتيارات المائية كفيلة

بالتخفيف مما يمكن أن يقع، في أمكنة لا تنالها قوة الماء. ولعل الحكومات ليست بمعزل من ذلك والجهات المتمثلة لها والمعنية بأمر تخطيط المدن أن ينظر كل في مجال اختصاصه إلى ما يمكن أن يحد من حجم هذه الكوارث، وقد عرف عن العمانيين مثلاً من أمثالهم التي لا يخطئها العقل والمنطق حيث يقول المثل "لا ترمي نواة في الوادي" وذلك إدراكاً منهم بحجم ما ستؤول إليه الكارثة لو أن تلك النخلة لو نبئت لتسببت في عدم تدفق الماء وانسيابه بصورته المثلى، أما الآن فإننا نجد المخلفات الناتجة من هدم الأبنية ترمى في ممرات الأودية بعيداً عن أعين رقباء المعنيين والمنوط بهم تنظيم عمليات رمي المخلفات في المرامد والأمكنة المخصصة لها، كما نجد في المناطق وولايات السلطنة الأخرى تعدياً سافراً في رمي مخلفات الأثاث وغيرها من المخلفات التي يراد التخلص منها.

إن مثل هذه الممارسات غير المسؤولة يجب أن توضع على المحك وأن تنبهي لها الحكومة في معاقبة كل من تسول له نفسه التعدي على مسارات الأودية ومصادر المياه، كما أن على المنظمات الدولية والجمعيات المحلية والمؤسسات المعنية بالأنشطة البيئية والصحية أن تكثف من حملاتها التوعوية في هذه المجالات لجعل بيئة الأودية وأمكنة المياه ووضفاف الأفلاج بيئة نظيفة من كل المؤثرات التي يمكن أن تتسبب في إعاقه الحياة الفطرية عن النمو بالصورة الصحيحة والملائمة.

المستقبل يحمل الكثير من الخير والعطاء، ولابد من تضافر الجهود وعلى كافة المستويات بداية من البيت والمدرسة والأفراد والمؤسسات الحكومية والقطاع الخاص، المساهمة في رفع مستوى الأهمية والأخذ بإبراز الثقافة المائية ومتعلقاتها في الدفع على صون البيئة وجعل التخطيط السليم في أول سلمة من سلمات درء الكثير من المخاطر الناتجة عما تهمره السماء من عطاء، وكيفية استغلاله استغلالاً أمثل في التوجه نحو عدم التسبب في الكثير مما يعيق تدفقه وانسيابه.



المستشفى السلطاني ينجح في إجراء عملية نادرة لاستئصال جنين داخل جنين

استطاع المستشفى السلطاني ممثلاً بقسم جراحة الأطفال من إجراء عملية جراحية نادرة تتمثل في استئصال جنين داخل جنين «Fetus in Feto» لطفل يبلغ عمره أربعة أشهر، وتعد هذه الحالة نادرة الحدوث على مستوى العالم لكونها تتم في ظروف استثنائية.

وقد أجرى هذا التدخل الجراحي النوعي طاقم طبي من المستشفى السلطاني يترأسه الدكتور محمد بن جعفر الساجواني استشاري أول ورئيس قسم جراحة الأطفال، والدكتور محمد المتولي محمد أخصائي جراحة أطفال، وبالتعاون مع أطباء التخدير والكادر التمريضي.



الطاقم الذي أجرى الجراحة للطفل أبرزها؛ صغر عُمرَ الطفل مع وجود جنين شبه مكتمل النمو بداخله، وهو ما أثر على وظائف الجهاز التنفسي لديه واستلزم دراسة حالته ووضعته الصحي من أجل إتمام تخديره قبل العملية، كما برزت معضلة كبيرة أخرى تمثلت في التصاق الجنين بالشريان الأورطي والوريد الأبهر السفلي للقلب مع امتداد التصاق الجنين بأعضاء حيوية بالجسم كالمعدة والاثنى عشر والبنكرياس والكبد والمرارة وهو ما عرض حياة الطفل إلى الخطر.

وأضاف بأن تكمل العملية الجراحية النادرة بالنجاح ما كان ليحدث لولا توافر الكفاءات والخبرات الجراحية بالمستشفى السلطاني اللازمة لإجراء مثل هذه الأنواع من العمليات الدقيقة، وذلك بالنظر للتحديات والمصاعب التي واجهت الطاقم الجراحي مع هذه الحالة النادرة.

من جهته أشاد والد الطفل بالجهود التي بذلت بالمستشفى السلطاني بقوله «أود أن أعرب عن مدى شكري وتقديري للطاقم المتميز بالمستشفى السلطاني الذي أجرى هذه العملية الجراحية النادرة لإبني والتي تكلفت

لله الحمد بالنجاح، كما أوجه شكري وثنائي العميق إلى الدكتور محمد الساجواني ومحمد المتولي محمد على كفاءتهما وجهودهما في التعامل مع حالة إبني، كما أشكر كافة الكوادر الصحية العاملة في قسم جراحة الأطفال وذلك لما لمستهم من رعاية صحية متميزة ولباقة في التعامل طيلة فترة تواجدها بالمستشفى السلطاني».

وأكد والد الطفل أن ابنه استطاع العودة لممارسة حياته الطبيعية بعد ثلاثة أيام من إجراء العملية الجراحية له.

الجدير بالذكر؛ بأن هذه الظاهرة الطبية تعرف بجنين داخل جنين «Fetus in Feto» وتحدث بنسبة ١ من كل ٥٠٠ ألف حالة ولادة حية على مستوى العالم، وتعد أشهر النظريات المفسرة لحدوث هذه الظاهرة هو ما يعرف بـ «التوأم الطفيلي» حيث إن هذه الكتلة تبدأ كجنين طبيعي لكنه يصبح مغلفاً داخل توأمه مع افتقاره إلى الحياة لعدم اكتمال نموه.

اتفاقية تركيب أجهزة الأمن والسلامة في ٤٥ حافلة مدرسية بمطرح



تم بمكتب والي مطرح توقيع اتفاقية لمشروع تركيب أجهزة الأمن والسلامة لعدد 45 من الحافلات المدرسية بالولاية بجهود مشتركة بين لجنة السلامة المرورية ومجلس الآباء والأمهات بالولاية. قام بتوقيع الاتفاقية سعادة أحمد بن هلال البوسعيدي والي مطرح ورئيس مجلس الآباء والأمهات بالولاية ومن جانب الشركة نزار محمد أسعد المدير التنفيذي للشركة الأمنية العالمية للتقنية بحضور سعادة توفيق بن عبدالحسين اللواتي عضو مجلس الشورى والدكتور علي بن حميد الجهوري مدير عام تعليمية مسقط، ونصت الاتفاقية على توريد وتركيب وموامة وفحص أجهزة الأمن والسلامة بنظام الإطفاء الآلي ونظام تحسس الحركة الإلكتروني ونظام التحذير الصوتي الإلكتروني المتصل بنظام درب السلامة مع نظام التعرف على الطالب باستخدام البطاقة الممغنطة على أن يقوم الطرف الثاني بضمان الأجهزة وتقديم الدعم الفني للطرف الأول كلما دعت الحاجة والزامه بإصدار استمارات فحص للحافلة قبل استلامها من السائق وقبل تركيب الأجهزة بهدف التأكد من سلامتها بالكامل. كما نصت الاتفاقية على تدريب مالك الحافلة على كيفية التعامل مع الأجهزة المركبة وطريقة إغلاق الإنذار وكذلك تدريب الكادر الإداري والفني بالمدرسة في تطبيق استخدام النظام حيث سوف يبدأ تنفيذ تطبيق مواد الاتفاقية اعتباراً من العشرين من شهر أكتوبر الجاري ولمدة عشرين يوماً.

يأتي تنفيذ هذا المشروع رغبة من مجلس الآباء والأمهات بالولاية لتوفير مزيد من الأمن والسلامة لطلاب المدارس من خلال الاستفادة من مبادرة وزارة التربية والتعليم التي أطلقت عليها «درب السلامة» والتي ترغب فيها بشكل أساسي تطوير جوانب الأمن والسلامة المتصلة بوسائل النقل المدرسية

٢٠٠ ألف ريال خسائر: حريق في محطة بركاء الثانية وإفصاح يوضح الأضرار

أفادت شركة إس إم إن باور القابضة في إفصاح لها عبر سوق مسقط للأوراق المالية بأنه وقع حريق صغير في غرفة المفاتيح الكهربائية المنخفضة الجهد الكهربائي في محطة بركاء الثانية. لم تكن هناك أية إصابات ولم يتم تسرب أي مواد خطيرة. وأضافت الشركة بأن الحريق أتلّف قواطع الجهد المنخفض التي تتحكم في محطة تحلية المياه، وقد بدأ فريق

المدير العام لشركة تنمية نفط عُمان، في كلمته بهذه المناسبة: «تتصدر السلامة قائمة أولوياتنا في الشركة، ولقد عملنا جاهدين على تحسين الأداء في هذا الشأن من خلال استحداث طائفة جديدة من الضوابط والتدابير التخفيفية، وبرنامج «اهتمام» هو أحد هذه التدابير؛ إذ يركز خصوصاً على مجالات السلوك البشري التي يمكن أن تؤدي إلى وقوع حوادث.

وأضاف: «لا بد من الامتثال للقوانين دائماً، وتوخي الحيلة والحذر والتدخل كلما وحيثما شاهدنا سلوكاً وممارسات وإجراءات تكتنفها المخاطر، وتقع المسؤولية على عاتق كل واحد منا، ومن المحتمل أن يكون النظام الجديد نقلة نوعية في صناعتنا وخارجها.»

يشار إلى أن برنامج «اهتمام»، الذي يحل محل برنامج «ستوب» الذي تم تبنيه على نطاق واسع، قد تمت تجربته في الشركة وعدد من الشركات المتعاقدة معها قبل تعميمه رسمياً في مطلع هذا العام. وذكرت إحدى الشركات أنها - من خلال استحداث عدد من تدابير السلامة بما في ذلك برنامج «اهتمام» - شهدت انخفاضاً كبيراً في معدل تكرار الإصابات المضيعة للوقت من 6 إصابات لكل مليون ساعة عمل إلى صفر.

من جانبه قال محمد السليماني، مدير دائرة الصحة والسلامة والبيئة بشركة تنمية نفط عُمان: «أثناء تطوير برنامج «اهتمام» كان من الأهمية بمكان استحداث نظام لا يخدم متطلبات السلامة في الشركة بصورة أفضل فحسب، بل يمكن تطبيقه خارجها أيضاً.»

وأضاف: «نحن الآن في المراحل الأخيرة من تسجيل العلامة التجارية لبرنامج «اهتمام»، ونرى أنه يمكن أن يكون أداة مفيدة للمؤسسات الأخرى.»

وجدير بالذكر أن الشركة حققت العام الفائت أداءً قياسياً في مجال السلامة، فقد بلغ معدل تكرار الحوادث المضيعة للوقت لكل مليون ساعة عمل 0.2 وهذا يمثل انخفاضاً بنسبة 9% عن معدل عام 2016، وكذلك حققت الشركة هذا العام حتى اليوم انخفاضاً إضافياً بلغ 30% ليصل المعدل إلى 0.14.



شركة تنمية نفط عُمان تدشن نظاماً جديداً للسلامة

دشنت شركة تنمية نفط عُمان نظاماً جديداً للسلامة المبنية على السلوك لتلبية متطلبات السلامة في قطاع النفط والغاز والصناعات الأخرى. و«اهتمام» هي أداة ملائمة للغرض أوجدتها الشركة للمساعدة في تحديد الأسباب الرئيسية للسلوكيات غير الآمنة؛ مما يتيح لمستخدمي النظام تطوير حلول موجّهة قبل وقوع حادث ما

الضوء على برنامج «اهتمام»، بحضور لفيف من مختلف أصحاب الشأن من موظفي الشركة والشركات المتعاقدة معها من خلال معرض تفاعلي ضمّ ألعاباً ومتاهة وغرفاً تستعرض المخاطر. وأبرز الحفل أيضاً أهمية تحديد المخاطر في البيئة المباشرة وكيفية تأثيرها على السلامة، سواء في البيئة المكتبية أو مواقع العمل في الحقول. وفي هذا الشأن قال راؤول ريستوشي،

البرنامج خلال مراحل تجربته، حتى إن بعض الشركات سجلت تحسينات جوهرية في أدائها في مجال السلامة. وقد أشاد كل من شارك في المرحلة التجريبية بالبرنامج الجديد، علاوة على أن الجميع من الإدارة العليا إلى الموظفين في مواقع العمليات على دراية تامة بمقتضيات البرنامج ويشعرون بمسؤوليتهم المباشرة عنه. وسلط حفل التدشين، الذي أقيم في المقر الرئيسي للشركة بميناء الفحل،

ويعمل هذا المنهج الاستباقي من خلال استخدام بطاقات ملاحظات مصممة حسب الحاجة، وبرامج تدريب، فضلاً عن الإدارة السريعة والفاعلة للنتائج والطلبات والملاحظات، علماً أنّ هذا النهج مطبّق حالياً في مجالات مختلفة تشمل الحفر والإنشاءات والسياقة وخدمات التغذية. ويذكر أن الشركة قد دربت حتى الآن أكثر من 3500 من موظفيها وموظفي الشركات المتعاقدة معها على هذا

افتتاح معرض عمان للأمن والسلامة والحرائق ٢٠١٨



بدأت اعمال معرض عمان للأمن والسلامة والحرائق 2018 في دورته الرابعة بمشاركة أكثر من 75 شركة عارضة محلية ودولية تحت رعاية صاحب السمو السيد حارب بن ثويني بن شهاب آل سعيد مساعد أمين عام مجلس الوزراء للمؤتمرات. واشتمل المعرض الذي استمر ثلاثة أيام على الكثير من الحلول الرائدة وأحدث التقنيات والابتكارات المتطورة والمنتجات والخدمات ذات التكلفة المناسبة التي تلبي احتياجات مختلف القطاعات الحكومية والشركات الخاصة والهيئات الصناعية والتجارية والبناء والتصنيع والنفط والغاز، ويأتي المعرض الذي نظّمته شركة مسقط للمعارض بمركز عمان للمؤتمرات والمعارض بهدف إيجاد التعاون بين الجهات الحكومية والصناعات المختلفة في مجال الأمن والسلامة والحرائق.

وسلط المعرض الضوء على الأمن التجاري وإدارة الأزمات والمخاطر والبنية الأساسية الهامة والطوارئ والإنقاذ من الحرائق والحماية منها وإدارة المخاطر والكوارث وأمن المعلومات والسلامة والصحة والمكتب والمدينة الذكية والتدريب والاستشارات وسلامة وأمن المواصلات والنقل. وشارك في معرض عمان للأمن والسلامة والحرائق 2018 كل من الهيئة العامة للدفاع المدني والإسعاف ووزارة القوى العاملة ممثلة في قسم السلامة والصحة المهنية.



الطيران العُماني يجتاز تدقيق «أياتا» للسلامة الجوية

ماضون في تطبيق وتعزيز وتوفير أعلى تدابير وإجراءات السلامة على مستوى كافة العمليات بهدف ضمان استدامة بقاء الشركة في مصاف الشركات الدولية المتخصصة في صناعة الطيران. يذكر أن تدقيق السلامة التشغيلية «أبوسا» يعد إلزامياً على كافة شركات الطيران الأعضاء في الاتحاد الدولي للنقل الجوي «أياتا» ويقوم على مراجعة المعايير في 8 مجالات تشغيلية تشمل إدارة العمليات وعمليات الرحلات وعمليات المقصورة والصيانة وترحيل الرحلات والعمليات الأرضية والأمنية وعمليات الشحن.

أعلى النتائج الممكنة في مجال السلامة التشغيلية بعد أن قام فريق الاتحاد الدولي للنقل الجوي بتنفيذ فحص مفصل لإجراءات وتدابير السلامة الخاصة بالشركة. وقال المهندس عبد العزيز بن سعود الرئيسي الرئيس التنفيذي للطيران العُماني إن تدقيق السلامة التشغيلية يعد أكثر الفحوصات الفنية أهمية بالنسبة لعمليات الشركة التشغيلية وتعكس النتائج المحققة على نحو واضح وجلي ثقافة الأمان المتكاملة التي تمتاز بها كافة أعمال الشركة. وأكد الرئيسي أن موظفي الطيران العُماني

اجتاز الطيران العُماني -الناقل الوطني للسلطنة- بنجاح مرة أخرى متطلبات تدقيق الشركة لدى برنامج تفتيش السلامة التشغيلية «أبوسا» التابع للاتحاد الدولي للنقل الجوي «أياتا». وقد خضع الطيران العُماني لعملية تدقيق أجرتها «أفيسن كوالتي سيرفيس» إحدى شركات التدقيق المعتمدة من قبل الاتحاد الدولي للنقل الجوي «أياتا» ويسعى هذا التدقيق إلى التأكد من امتثال شركات الطيران بمتطلبات السلامة والممارسات الموصى بها التي يحددها الاتحاد الدولي للنقل الجوي، وحقق الطيران العُماني



المستشفى السلطاني ينظم فعالية توعوية حول التسمم الدموي الجرثومي في مركز مسقط جراند مول

في ارتفاع نسبة الشفاء لدى المصابين، في حين أن التأخر في التعامل مع هذه الحالات المرضية يتسبب في تدهور أداء الأعضاء الحيوية بالجسم، وهذا ما يشكل خطراً على حياة المصاب. وأضافت أنه توجد مجموعة أعراض للتسمم الدموي الجرثومي أبرزها ارتفاع في درجة الحرارة، وزيادة في عدد نبضات القلب، وتسارع في وتيرة عملية التنفس والشحوب والاصفرار في الوجه، إضافة إلى الشعور المستمر بالكسل والإرهاق، وفي الحالات المرضية المتقدمة يصاب المريض بهبوط في الضغط الشرياني وتدهور أداء الأعضاء الحيوية، وبالنسبة للطرق العلاجية فتتقدم إلى المصاب مضادات ميكروبية والعلاجات الداعمة، علاوة على التعامل مع الآثار الجانبية لهذا المرض.

الجدير بالإشارة، أن آخر إحصائيات منظمة الصحة العالمية بينت أن مرض «التسمم الدموي الجرثومي» أحد أكثر الأمراض المسببة للوفيات على مستوى العالم، بحيث يزيد عدد المتوفين نتيجة هذا المرض عن أمراض فتاكة كأمراض الأورام وأمراض القلب والشرابيين، عليه تتجلى أهمية مثل هذه الفعاليات لتوعية الأفراد والمجتمع عن هذا المرض وطرق الوقاية منه.

الدكتورة سعاد الإسماعيلية، استشاري أول عناية مركزة أطفال بالمستشفى السلطاني: «هذا الملتقى نظم بغرض توعية المجتمع بمرض التسمم الدموي الجرثومي؛ وذلك نظراً لارتفاع حالات الإصابة بمرض التسمم الدموي الجرثومي سواء في السلطنة أو العالم ووفقاً لآخر إحصائيات منظمة الصحة العالمية، يبلغ عدد الحالات المصابة بهذا المرض حوالي 27 مليون شخص سنوياً بحيث يتسبب بوفاة 30% من المصابين، عليه تتجلى أهمية مثل هذه الفعاليات التوعوية للأفراد والمجتمع وكذلك لتسليط الضوء على آخر ما توصلت إليه الأبحاث الطبية حول التسمم الدموي الجرثومي من حيث المسببات والأعراض وطرق الوقاية منه».

وأوضحت الدكتورة فرحانة العثمانية أخصائية أولى عناية مركزة أطفال بالمستشفى «أن التسمم الدموي الجرثومي هو عبارة عن مرض يصيب الشخص نتيجة وجود جراثيم وميكروبات في مجرى الدم، وهو الأمر الذي يتسبب للفرد بما يعرف بالتسمم الدموي الجرثومي، لذلك فإن التشخيص والاكتشاف المبكر لهذا المرض قد يساهم

نظم المستشفى السلطاني مؤخراً ممثلاً بفريق التسمم الدموي الجرثومي، يوماً توعوياً حول «التسمم الدموي الجرثومي»، بحضور صاحبة السمو السيدة الدكتورة خولة بنت جلندي آل سعيد استشارية أولى لأمراض الجهاز الهضمي والكبد بالمستشفى السلطاني، وبمشاركة الكوادر الصحية والإدارية العاملة بالمستشفى ومختلف شرائح المجتمع، وذلك في مركز مسقط جراند مول.

هدفت الفعالية إلى رفع مستوى وعي الأفراد والمجتمع بأعراض ومؤشرات الإصابة بالتسمم الدموي الجرثومي، وإطلاع الحضور على مسببات وطرق الوقاية والأساليب التشخيصية والعلاجية لهذا المرض.

الفعالية اشتملت على معرض توعوي متألف من ستة أركان تثقيفية حول التسمم الدموي الجرثومي، وأركان أخرى ترفيهية وتعليمية للأطفال علاوة على توزيع منشورات ومطويات في هذا المجال والرد على استفسارات وتساؤلات الحضور عن مرض التسمم الدموي الجرثومي عبر طاقم طبي مختص. وحول أهمية هذا اليوم التوعوي ذكرت



الربع الثاني من هذا العام 16 طفلا منهم 9 ذكور و7 إناث، فيما بلغ عدد الأطفال المعرضين للإساءة الذين تعاملت معهم لجان حماية الطفل 300 طفل وطفلة من مختلف محافظات وولايات السلطنة.

٤١٢ بلاغا

ويعمل خط حماية الطفل 1100 على مدار الساعة، ويقدم خدماته للأطفال عبر تلقي الاتصالات من قبل الطفل أو الغير تفيد بتعرض الطفل لعنف أو سوء معاملة أو خطر، وبلغ عدد الاتصالات الواردة لهذا الخط خلال الفترة من الأول من شهر أبريل وحتى الـ 30 من شهر يونيو 412 بلاغا، منها 177 بلاغا عن تعرض الطفل للإساءة، و89 بلاغا لطلب خدمة للأشخاص ذوي الإعاقة، أو بلاغات عن التسول أو استشارات أسرية أخرى لا تقع ضمن اختصاصات خط حماية الطفل، ويتم تحويلها للجهات المعنية، إضافة إلى 146 اتصالا كانت لمجرد استفسارات.

وبحسب القائمين على خط حماية الطفل فإن أكثر أنواع الإساءة التي تعرض لها الأطفال تتمثل في الإهمال، حيث بلغ عدد حالات الإهمال 70 حالة، تليها الإساءة الجسدية بواقع 57 حالة، ثم الإساءة النفسية بـ 29 حالة، وآخرها الإساءة الجنسية بـ 21 حالة.

للعضل، والأطفال المعرضين للإساءة، وحالات الإتجار بالبشر، وتقوم الدائرة بوضع خطط وبرامج الحماية الأسرية، والتعامل مع الحالات التي تتعرض لمختلف المشاكل والقضايا الأسرية، وذلك وفقا للوائح والإجراءات المتبعة في هذا الشأن، وأولت الوزارة اهتماما كبيرا بالجانب الاجتماعي الحمائي من خلال السياسات التي رسمتها، والإجراءات التي فتحتها للحد من مشكلات العضل والعنف الأسري، وتوفير أسباب الحماية الاجتماعية بما يتلاءم مع مبادئ حقوق الإنسان والقيم الإسلامية حفاظا على استقرار الأسرة وتماسكها.

ويبلغ عدد حالات النساء العضل خلال الربع الثاني للعام الجاري 8 حالات فقط يتم التعامل معها وفق الآليات المحددة، وبما يضمن حقوقهن الشرعية والأسرية، أما الإتجار بالبشر فهو عمل يمارس بقصد الإتجار أو استغلال البشر في أعمال غير مشروعة مثل إجبار الضحية لممارسة أعمال منافية للأخلاق والآداب العامة، أو بالتهديد أو استخدام القوة، ونحو ذلك، ويتم التعامل مع حالات الإتجار بالبشر حسب الضوابط المعمول بها، وبما يتماشى مع مبادئ حقوق الإنسان، حيث بلغ عدد الحالات خلال ذات الفترة 4 حالات إتجار بالبشر وجميعها من جنسيات وافدة.

وبلغ عدد الأطفال المعرضين للإساءة، والذين تم إيواؤهم في دار الوفاق خلال

ويبلغ عدد الملتحقين في هذا المركز وفق النشرة الإحصائية 378 فردا منهم 250 في عمر 15 سنة فما دون، ومنهم 152 ذكرا و98 أنثى، وفيما يتعلق بسن الحالات الأكبر من 15 سنة فيبلغ عددها 128 حالة منها 85 ذكرا و43 أنثى، وتحظى جميع هذه الحالات بمنظومة من الخدمات التأهيلية والعلاجية كالعلاج الطبيعي والوظيفي والنطق والمهارات الحياتية والإرشاد النفسي والنشاط الرياضي والتربية الخاصة وغيرها.

مراكز الوفاء

كما بلغ عدد مراكز الوفاء لتأهيل الأطفال المعوقين 27 مركزا، وتسعى إلى رعاية الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية والسمعية والحركية والبصرية وغيرها من سن 2 وحتى 14 سنة من الذكور والإناث، وتقدم هذه المراكز خدماتها من خلال تنفيذ عدد من البرامج التأهيلية والتدريبية الهادفة إلى تمكين الأطفال الملتحقين بها، ودمجهم في المجتمع. وبلغ عدد الأطفال الملتحقين بهذه المراكز حتى الـ 30 من شهر يونيو 2562 طفلا وطفلة، منهم 1486 ذكرا و1076 أنثى.

وجاء في النشرة الإحصائية بأن دائرة الحماية الأسرية تعمل بالتعاون والتنسيق مع مختلف الجهات المعنية بحالات النساء اللواتي يتعرضن



أكثر من ٢٥٠٠ طفل في مراكز الوفاء و٤١٢ بلاغا عبر «خط الطفل»

أصدرت وزارة التنمية الاجتماعية ممثلة في دائرة التخطيط والتطوير النشرة الإحصائية للربع الثاني لعام الجاري، وتحديدا خلال الفترة من الأول من شهر أبريل وحتى الثلاثين من شهر يونيو، وأوضحت النشرة بأن مركز التقييم والتأهيل قد بلغ عدد الملتحقين به ٧٠ شخصا منهم ٣٨ ذكرا و٣٢ أنثى، من ذوي الإعاقة العقلية القابلة حالتهم للتأهيل المهني، حيث يقدم لهم المركز برامج التأهيلية من خلال مرحلتين: التهيئة المهنية، والتدريب المهني.

البسيطة والمتوسطة من خلال برامج الرعاية النهارية، والبرامج المخصصة للمقيمين في المركز، والتي تتنوع في مضامينها بين الجوانب الاجتماعية، والصحية، والتأهيلية، والنفسية، وغيرها، كما يقدم المركز أنشطة وبرامج توعوية للمجتمع حول قضايا الإعاقة، وأساليب التعامل مع ذوي الإعاقة، وآليات دمجهم في المجتمع.

الملتحقين بالمركز، و4 إناث في برنامج التصنيع الغذائي، و4 إناث في برنامج الأعمال اليدوية، و7 إناث في مجال الحلي والإكسسوارات.

مركز الأمان

وذكرت نشرة الربع الثاني بأن مركز الأمان للتأهيل والذي يقدم خدماته للأشخاص ذوي الإعاقة الحركية والذهنية والمزدوجة

ويشتمل المركز على فصول للتهيئة المهنية، وتضم فيها 34 ملتحقا من الذكور والإناث، كما تضم برامج الأعمال الخشبية 5 ملتحقين جميعهم من الذكور، وأيضا 5 من الذكور في الأعمال الفنية، و5 آخرين من الذكور في تدوير الورق، بالإضافة إلى برامج الأعمال المعدنية ويوجد فيها 4 أشخاص، ويوجد في برنامج الأعمال الزراعية 2 من

دار الرعاية الاجتماعية بالسلطنة



من المعروف أن الإنسان عندما يمر في كل مرحلة من مراحل عمره يكون لهذه المرحلة مهام يتوجب القيام بها وقد أسهم ديننا الإسلامي وعلم النفس الاجتماعي في فهم الكثير من النفس البشرية وما تمر به في كل مرحلة من مراحل العمر وفي كل مجتمع. وعندما نتحدث عن الشيخوخة فإننا نتحدث عن مرحلة من العمر يصعب تحديدها بالأرقام وإن كان لفظ المسن يطلق عادة على من تجاوز الخامسة والستين من عمره ، هذه المرحلة من العمر يكون المرء فيها قد جمع من الخبرات والتجارب في حياته الشيء الكثير وهو يقف على أعتاب فترة من الانحدار البدني أو الفكري أو كليهما معاً.

تحقيق - أصيلة الحوسنية

إنه ينظر إلى العقود الستة التي خلفها وراءه ويقوم إما واعياً مدركاً أو بدون وعي منه بتقييم هذه الفترة الزمنية الطويلة وما قدم فيها لنفسه ومن بعده من ذرية أو حتى للجنس البشري. قد يكون الرضا وبالتالي الارتياح النفسي وقد يكون عدم الرضا وبالتالي الانهيار فريسة للأمراض النفسية من اكتئاب وقلق ونحو ذلك، كذلك فإن المسن في

هذه المرحلة من العمر يتوقع أن يأخذ مقابل سنين العطاء الطويلة، يتوقع أن يقابل بالعرفان والتقدير ممن أفنى حياته في خدمتهم من ذرية وغيرهم. فهنا نسأل من هم المسنون؟ وكيف نتعامل معهم؟ وكيف حث ديننا الإسلامي على برهم ورعايتهم؟ ودور دار المسنين في تقديم الرعاية لهم؟ وهل المسنون ذهبوا للدار رغبة في ذلك أم كان مصيرهم كما كان مصير أبو محمد؟ وكيف يدافع الأبناء عن أنفسهم؟

في البداية ماذا يقول المتخصصون عن المسنين وعن دار المسنين:

يبدأ إمام وخطيب جامع عمار بن ياسر الشيخ أحمد بن راشد الحوسني، متحدثاً عن حث ديننا الحنيف العناية والبر بالوالدين وخاصة عند الكبر قائلاً:

«لقد أولت شريعة النبي محمد صلى الله عليه وسلم ومن قبلها الشرائع عناية فائقة للوالدين في كل حال كانوا عليه فقد أخذ الله ميثاق بني إسرائيل منهم ذلك فقال: (وبالوالدين إحساناً) وقال في موضع آخر من القرآن الكريم (وقضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه وبالوالدين إحساناً) وخص مرحلة كبرهما فقال جل وعلا: (إما يبلغن عندك الكبر أحدهما أو كلاهما فلا تقل لهما أف ولا تنهرهما وقل لهما قولا كريماً) بل إنه حث على الإحسان إليهما حتى في حال كونهما على غير ملة الإسلام فقال: (وإن جاهدك على أن تشرك بي ما ليس لك به علم فلا تطعهما وصاحبهما في الدنيا معروفاً) وما ذلك إلا لأنهما قدما الكثير من أجل أن يحيا ولدهما وسهرا من أجل صحته وتكبدا العنت والمشقة من أجل راحته وذاقا المر من أجل حياة حلوة لولدهما وبذلا الغالي والنفيس من أجل توفير حياة طيبة له أفلا يستحقان البر والإحسان لهذا؟»

وتأتي أهمية البر والإحسان وخطر العقوق والهجران في كون دخول الجنة مترتب على برهما فقد قال الرسول صلى الله عليه وسلم: (لا يدخل الجنة عاق) وعده من أكبر الكبائر كما في الحديث (وعقوق الوالدين) ورتب



د. حمد بن ناصر السناوي

التوفيق والحياة السعيدة لمن برهما والشقاء لمن عقهما والمواقف في الحياة كثيرة على ذلك وشاهدة.

ومن ثم يعرض لنا رأيه فيمن يضعون آباءهم في دور الرعاية ويوضح، أنهم بفعلهم هذا ركنوا لصف العقاقين وانحرفوا عن جادة الطريق وما ذاك إلا عقوق بين وهجران صريح ولعمري كيف كان هو في صغره ألم يكن لا يقوى على الحركة والمسير؟ ألم يحتج للكثير والقليل؟ أفي ضعفهما يفعل بهما كذلك وقد كان ضعيفا مثلهما؟ أهكذا يرد الإحسان؟ وليعلم أن صاحب هذا الفعل ما هو إلا مختبر من قبل الله تعالى ليجزي الذين أحسنوا بالحسنى والذين فعلوا السيئات لهم عذاب أليم.

التقينا «استشاري أول طب نفسي المسنين» في جامعة السلطان قابوس د. حمد بن ناصر السناوي وسألناه عن كيفية التعامل مع المسنين من الناحية النفسية:

نبذة مختصرة عن مسيرتك العملية؟

الدكتور حمد بن ناصر السناوي استشاري أول طب نفسي المسنين، تخرجت في كلية الطب بجامعة السلطان قابوس ثم أكملت الدراسة العليا التخصصية في المملكة المتحدة وحصلت على الزمالة في طب نفسي المسنين.

كيف تكون الوقاية قبل الدخول في مرحلة الشيخوخة؟

تشمل الوقاية قبل بلوغ مرحلة الشيخوخة الاهتمام بالجوانب الصحية



خليفة بن سليمان المياحي

والنفسية والاجتماعية، وأعني بذلك أن يهتم الفرد بصحته الجسدية عن طريق الاهتمام بالرياضة والتغذية الجيدة، ليس المقصود بالرياضة ممارسة لعبة ما مثل كرة القدم أو كرة المضرب فربما لا يسعفنا الوقت لذلك ولكن القليل المستمر مثل ممارسة المشي بما لا يقل عن ٣٠ دقيقة يوميا إن أمكن، وصعود السلم بدل من المصعد الكهربائي، هذه السلوكيات البسيطة يمكن أن تساهم في نشاط الجسم، أما على الصعيد النفسي فخلق توازن بين العمل والحياة الأسرية والتعامل مع الضغوطات النفسية بشكل جيد يساعد الفرد على تجنب الأعراض النفسية في مرحلة الشيخوخة، وعلى الصعيد الاجتماعي فإن الاحتفاظ بعلاقات اجتماعية خارج نطاق العمل يقى الفرد من العزلة خصوصا بعد التقاعد والابتعاد عن زملاء العمل.

كيفية التعامل مع المسنين من الناحية النفسية؟

يواجه معظم المسنين الكثير من التغيرات مع بلوغ مرحلة الشيخوخة لذا يحتاج المسن إلى طريقة خاصة في التعامل تحفظ له كرامته وتشعره بأنه مازال شخصا مهما ويمكن أن يساهم في بناء المجتمع وليس عالة على الآخرين، بعض المسنين يصبح عرضة للعزلة الاجتماعية خاصة مع انشغال الأبناء بأعمالهم وتربية الأبناء، لذلك تساهم النوادي الاجتماعية والتجمعات الأسرية في بث البهجة في نفوس المسنين، كما أن استشارتهم والاستفادة من خبراتهم في الحياة تمنحهم الشعور بالثقة بالنفس وأنهم مازالوا قادرين على العطاء.

ما هي الاضطرابات النفسية الأكثر شيوعا بين كبار السن؟

يعتبر مرض الاكتئاب من أكثر الأمراض النفسية شيوعا بين كبار السن وتشارك العديد من العوامل في زيادة احتمال إصابة المسن بهذا المرض، ومن هذه العوامل تفشي الأمراض العضوية مثل السكري وارتفاع ضغط الدم حيث تشير الدراسات العلمية إلى أن مرضى السكري أكثر عرضة من غيرهم في الإصابة بمرض الاكتئاب، كذلك بعض الأدوية والعقاقير الطبية يمكن أن تسبب الاكتئاب، كما أن بعض المسنين قد يصاب بالاكتئاب بسبب وفاة شريك الحياة أو الأصدقاء المقربين.

هل لك أن تقدم بعضا من النصائح للمسن؟

أنصح المسن بأن يتجنب الفراغ وأن يشغل وقته بالتواصل مع الآخرين وتعلم مهارات جديدة، فقد سهلت التكنولوجيا الحديثة في توفير العديد من الدورات التي يمكن للفرد أن يشارك فيها عن طريق الانترنت والتي تساعد في تعلم مهارات جديدة وتنشيط الوظائف الدماغية، ويجب ألا نهمل النشاط الجسدي والاهتمام بالصحة الجسدية عن طريق التغذية الصحية وتجنب السمنة وما يصاحبها من مضاعفات.

نصائح أخيرة للمسن وللشخص الذي يتعامل مع كبار السن؟

من الضروري أن يتحلى الشخص الذي يتعامل مع المسن بالصبر وعدم الاستسلام واحتساب الأجر عند الله فبعض المسنين قد يمر بظرف نفسي يجعله كثير التذمر والتعبير عن الأفكار السلبية وعدم التعاون حتى ولو كان الأمر يعود بالفائدة على المسن، كما أن بعض المسنين مثل مرضى الخرف والزهايمر يحتاج لرعاية خاصة. لذا على مقدم الرعاية استشارة المختصين في هذا الأمر ومشاورة إخوانه وأخواته في الأجر فيقوم الجميع بتقديم الرعاية ولا يقع كل العبء على شخص بعينه.

يقول الفاضل خليفة بن سليمان المياحي رئيس دار الرعاية الاجتماعية بالرساتاق عن دور دار المسنين وأنواع الرعاية فيها:

«دار الرعاية الاجتماعية بالرساتاق التابعة لوزارة التنمية الاجتماعية هي الدار الوحيدة على مستوى السلطنة وتحتضن النزلاء من معظم الولايات وتأتي أهميتها كونها المعنية بتقديم أفضل الخدمات الرعاية للنزلاء فيها وهي تضم كادرا إداريا وفنيا وتخصصيا يعمل بشكل مستمر لضمان راحة النزلاء وتوفير كل وسائل الراحة لهم مترجمة في ذلك النهج السامي لمولانا حضرة صاحب أجلالة السلطان قابوس



بن سعيد المعظم حفظه الله ورعاه ليعيش المواطن العماني معززا مكرما في وطنه مع توفير كل احتياجاته الخاصة وتقديم كل الخدمات إليه على مدار الساعة مع الإشراف والمتابعة المستمرة من قبل المسؤولين. كما أن الدار تعد محطة مهمة بمحافظة جنوب الباطنة حيث يفد إليها الزوار من داخل السلطنة ومن الدول العربية والخليجية الشقيقة بشكل مستمر».

وقد أعرب المياحي رئيس الدار عن تفاؤله بأن ينهض المجتمع ويكرس جهده ليتعاون مع الحكومة في احتضان هذه الفئة لكي يظل المواطن في أماكن سكناه ففي ذلك ضمان لاستقراره وارتياحه النفسي كونه يظل وسط مجتمعه وبيئته وبين أهله وذويه ونستعرض أبرز المناشط والخدمات التي تقدمها الدار منذ إنشائها وحتى الآن.

الخدمات المقدمة في الدار

أوضح خليفة المياحي أن دار الرعاية الاجتماعية بالرساتاق تقدم لنزلتها كل



التغذية حيث تتابع هذا الجانب أولاً بأول مع مراعاة تقديم الوجبات لمن يعانون من أمراض الضغط والسكري، ويتم تقديم ثلاث وجبات رئيسية يومية للنزلاء بالإضافة إلى تقديم وجبتين خفيفتين واحدة بين وجبة الإفطار والغداء والثانية بين الغداء والعشاء وجميع الوجبات صحية وشعبية.

تهيئة السكن في غرف نظيفة وبراى راحة النزىل فى التوزىع

يتم توزيع النزلاء بالغرف على حسب ميول النزىل وتقبله لوجود شخص آخر معه بالغرفة وتتم متابعة ذلك من قبل إدارة الدار والأخصائية النفسية.

تقديم برامج وفعاليات ترفيهية للنزلاء

تنظم الدار احتفالات بشكل مستمر للنزلاء فى الأعياد والمناسبات الوطنية والدينية كما تنفذ رحلات لهم وتقيم محاضرات دينية وورش عمل وتدريب للعاملين فيها. أما بالنسبة للرياضة فإن أغلب نزلاء الدار طريحي الفراش وبالتالي يقوم أخصائي العلاج الطبيعي من مستشفى الرستاق للاطمئنان عليهم ومساعدتهم لتنفيذ بعض التمارين المناسبة بما يتوافق والوضع الصحي لكل واحد منهم بهدف

والوصول لدورات المياه أو إلى صالات الطعام وعموما فإن العاملين في الدار أخذوا على عاتقهم تقديم كل المتطلبات والاعتناء بالنزلاء من كل النواحي بالإضافة إلى الرعاية الصحية التي تتم بالتعاون مع وزارة الصحة».

42 نزىلا ونزىلة

يقول المياحي إن عدد نزلاء الدار بلغ حتى إعداد هذا الحوار (42) نزىلا ونزىلة، فالرجال منهم (32) والنساء (10) وبالنسبة للنساء تقوم بالإشراف عليهن نساء عمانيات ويتضح أن فئة الذكور أكثر من النساء ونسبة كبار السن في العنصرين أكثر. كما أشار إلى أن النزلاء الموجودين في الدار هم من محافظات مسقط والداخلية وشمال الشرقية وجنوب الشرقية وشمال الباطنة وجنوب الباطنة والبريمي والظاهرة، وأغلب الحالات من فئة الشيخوخة وجميع النزلاء من الذين لا يوجد لديهم أقارب من الدرجة الأولى، كما يوجد من بين النزلاء حالات العجز نتيجة إعاقة أو مرض نفسي.

إشراف متواصل على التغذية من قبل مختصين

تشرف على تغذية النزلاء بالدار أخصائية

بالإشراف عليه من ذوي قرابته فيتم البحث له عن أسرة بديله لرعايته وإن تعذرت كل الوسائل يتم رفع الدراسة للمسؤولين بالوزارة للنظر في الحالة ثم العمل وفق التوجيه وعادة ما يتم الأخذ بتوصية الدار. ولاشك أن توجه الحكومة هو التشجيع على تكاتف الجهود للحيلولة دون وصول المواطن للدار بهدف الحفاظ على تماسك المجتمع وتشجيعهم للبر بهذه الفئة ليعيشوا في مواقع سكنهم.

ولهذا فقد أقرّت الوزارة فكرة الأسر البديلة سعيًا منها لإبراز دور المجتمع

ثم يتم إجراء البحث المكتبي والميداني من قبل جامع البيانات أو الباحث الاجتماعي بالدار، ثم تشخيص الحالة من قبل الأخصائية الاجتماعية بالدار لمعرفة حالة مقدم الطلب وظروفه وحالة أسرته من كافة النواحي الصحية والاجتماعية والاقتصادية والسكنية والتيقن من مدى الحاجة لإيوائه في الدار.

وبراعى في ذلك من لا يوجد له أقارب من الدرجة الأولى وكذلك من لا يوجد له مأوى ولا يوجد من يشرف عليه ويقوم على رعايته وإن تعذر وجود من يقوم

شركات قامت الوزارة بالتعاقد معها للعمل في مجالات النظافة، والتغذية، والزراعة والذين يشرف عليهم أخصائيو الشؤون الإدارية والموظفون يشغلون التخصصات الفنية والإدارية المختلفة. آلية قبول إيواء المواطنين كنزلاء في الدار.

يتم استقبال طلبات المواطنين الراغبين قبولهم في الدار إما من قبل أصحاب العلاقة أنفسهم أو عن طريق أحد أقاربهم أو عن طريق دوائر التنمية الاجتماعية التابعة للوزارة في الولايات. في البداية يتم استقبال الطلب وتسجيله

المحافظة على لياقتهم البدنية.

كما يتم تنظم رحلات ترفيهية للنزلاء إلى بعض المعالم والمتنزهات في الرستاق أو للمواقع السياحية الأخرى للترفيه عليهم وتغيير روتين المكان ومن يرغب منهم في زيارة أهله فيتم نقله مع مرافقين من الدار إلى مسقط رأسه.

يعمل بالدار كادر وظيفي شامل لجميع التخصصات

يعمل في الدار عدد من العاملين والموظفين وعدد من الكوادر منهم عن طريق الخدمة المدنية ومنهم يعملون بعقود مؤقتة وعن طريق

الحكومية والخاصة كما حصلت على جائزة صاحب السمو الشيخ خليفة آل خليفة بمملكة البحرين الشقيقة.

وترحب الدار بالزيارات على حسب الضوابط المعمول بها لحفظ خصوصية النزلاء والحرص على رفع معنوياتهم وعدم التسبب في إحراجهم. أما الزيارات لذوي النزلاء فهي مفتوحة ومن يرغب من أهالي النزلاء اصطحاب أحد أقاربه لزيارته فالدار لا تمنع وتشجع على ذلك شرط الحفاظ على النزول ومتابعة أوضاعه الصحية ومتابعة تقديم الوجبات الغذائية والأدوية له بانتظام.

وهنا تبقى علامات الإستفهام...!!!

صحيح أن دار المسنين ترضى وتسهر من أجل راحة المسنين إلا أنها تفتقر شيئاً يبحث عنه جميع الناس وهو «لمة الشمل» التي لا يريد أحد أن يفقدها يوماً فما أصعب أن تفقد أهلك جميعاً في وقت واحد كي ترى نفسك أمام أناس جدد سوف تبقى ما تبقى لك من العمر معهم!

ختاماً، لا شك أن الشيخوخة مرحلة قاسية من مراحل الحياة وتكون التجربة أصعب حينما يرافقها العجز وفقدان العاطفة حتى من أقرب المقربين تشعرهم بأنهم عبء وعالة على الآخرين، وما تلمسناه من الموضوع بأنه يجب العناية بالمسنين وتحملهم، حيث ولله الحمد توجد بسلطنة عمان دور متميزة لرعاية المسنين، إضافة إلى وسائل العيش السعيدة والرعاية الصحية وتأمين الهوايات ووسائل التسلية والمرح في جو لا تختلف الحياة فيه عن الحياة التي يعيشها الكثيرون في الأسر السعيدة، هذه التجربة المثيرة للاهتمام والتي لم نقم بتغطية سوى الجزء البسيط من عمل كبير تقدمه للمسنين، وسنكون نحن أيضاً مثلهم شيوخاً ذات يوم، والأمل أن نخدم مجتمعنا والآخرين ولو بجزء قليل مما قامت به هذه الفئة التي تحتاج الحب والحنان والوقوف مطولاً على حقيقة أوضاعهم ومعاناتهم وآمالهم.



تضم عدد (11) وحدة سكنية خصصت لإيواء النزلاء جهزت بكل وسائل الراحة وكل وحدة تستوعب 7 أشخاص والاستيعاب الكلي للدار 77 نزلاً.

فعاليات ترفيهية بشكل مستمر لنزلاء الدار بالتعاون مع فرق التوعية وطلاب الجامعات والمدارس

يتعاون مع الدار العديد من المتطوعين وتتم إقامة الفعاليات الترفيهية للنزلاء في المناسبات ومن أبرز المشاركين: الفرق التطوعية من مختلف الولايات وجمعيات المرأة العمانية وجمعية إحسان والمؤسسات الأهلية والخاصة، إلى جانب القطاع الخاص وكل هذه القطاعات تقوم بزيارة الدار وتنفيذ فعاليات وبرامج مشتركة بهدف إدخال الفرحة والبهجة للمسنين جدير بالذكر، أنه قام بزيارة الدار عدد من المسؤولين بالدولة وكبار الشخصيات بالسلطنة ومن الدول الشقيقة والتي لا تنقطع على مدار العام.

الدار حصلت على جائزة الشيخ خليفة آل خليفة من دولة البحرين الشقيقة

حصلت الدار على العديد من الجوائز والشهادات التقديرية من داخل السلطنة من قبل المؤسسات

وترجمة منها لمبدأ التكافل الاجتماعي بين الجميع وإظهار التوادد والتراحم بين أفرادها، على أن يكون إيواء النزلاء في الدار كآخر الحلول، ويطالب المياحي مختلف وسائل الإعلام وجميع إدارات الفرق الرياضية والتطوعية والخيرية والصناديق الخيرية والجمعيات بما فيهن جمعية إحسان بالتعاون في هذا المجال ومازالت الدار تبذل جهوداً في التوعية في هذا المجال من قبل أخصائية برامج وتوعية مجتمعية بالدار سواء من خلال الفعاليات التي تقام في الدار أو المشاركة في الفعاليات التي تنفذها المؤسسات الحكومية أو الخاصة في هذا المجال.

مرافق الدار مهياة للعمل على راحة النزلاء

لدار عدد من المرافق منها صالة استقبال، ومجلس، وقاعة اجتماعات، ومكتب لرئيس الدار، ومكاتب إدارية للموظفين، وصالة للعلاج الطبيعي، وعيادة بمرافقها كما تضم الدار مصليات رجالية ونسائية وصلات الطعام للرجال وأخرى للنساء وقاعة متعددة الأغراض تقام فيها الاحتفالات والفعاليات وورش العمل للوزارة أو للمؤسسات الحكومية التي ترغب ممارسة العمل فيها كما

معهد العربية للتدريب والسلامة التقني ASTTI

معهد العربية للتدريب والسلامة التقني من المعاهد العمانية المتميزة المصنفة الفئة الأولى من قبل وزارة القوى العاملة ومن المعاهد المعتمدة لدى الجمعية العمانية للخدمات النفطية (أوبال)، نقدم خدمات التدريب في مختلف التخصصات الفنية من ضمنها التدريب المقرون بالتشغيل

أجهزة قياس ميكانيكي كهرباء لحام منفذ صحة وسلامة

مكتب العربية للتدريب والسلامة يوفّر عروض تدريبية في مجال (الصحة والسلامة والإدارة)

دورة الصحة والسلامة دورة إطفاء الحرائق دورة الإسعافات الأولية دورة التعامل مع الخطر والمخاطر

إدارة الوقت التسويق والترويج دورة خدمة العملاء إدارة المخاطر البيئية إدارة الموارد البشرية التخطيط الإستراتيجي دورة موظف الإستقبال

فن الحوار والافتتاح فن العرض والإلقاء فن الإتصال والتواصل السكرتارية وإدارة المكاتب أساسيات المحاسبة المالية إدارة المشغل واتخاذ القرارات الإدارة الذاتية الناجحة وفن إدارة الذات

٢ أيام ٨٨ ريال

لنعارنا المصداقية والجودة في السلامة

للحجز والتواصل يرجى التواصل :
PO Box 2746, Ruwi, Postal Code 112, Sultanate Of Oman, Ghala 968 99345189 968 24501213 24504215 968 www.ats-om.com

الابتعاد عن:

وضع الأكل الساخن في أكواب أو صحن أو أوراق وعلب بلاستيكية (لكل بلاستيك رقم محدد: يفضل معرفة طريقة الاستخدام)
الأغذية الغنية بجلوتامات الصوديوم (MSG) وهي مادة مكسبة للطعم مثل: الإندومي وأكياس الشوربة الجاهزة ورقائق البطاطا الجاهزة واللحوم المصنعة (نقانق-مرتديلا-نجيتس-البرجر....) وغيرها من الأغذية المحفوظة.

شوي اللحوم (دجاج/سمك/لحم) حتى الاحتراق حيث إن ذلك يتسبب في ظهور مادة الأكريلاميد (مادة مسرطنة)

ينصح بـ:

الحصول على العناصر الغذائية من الطعام وليس من المكملات الغذائية إلا في حالات معينة من نقص بعض الفيتامينات والمعادن.
الطبخ الجيد للطعام في درجات حرارة متوسطة
تعلم طرق حفظ الطعام الصحيحة بالثلاجة (أدوات الحفظ / طريقة الحفظ / مكان الحفظ/المدة)
الإكثار من الأسماك (أوميغا 3 والأحماض الدهنية الأساسية وبعض المعادن مثل اليود، والكالسيوم والفيتامينات A,D,E)
ما لا يقل عن 3 مرات بالأسبوع الإكثار من الأغذية الغنية ب البولي فينول وكيريتيدات الاليل والانتوسيانيدينات (الشاي الأخضر/ الشاي الأبيض/ المكسرات/الزبادي/البرتقال/الليمون/ التفاح/البصل والثوم/الكافور/التوت/ العنب الأسود / الشيا وبذور الكتان....).
الإكثار من الأغذية الغنية بالكروتين: الجزر/القرع/البطاطا الحلوة
الرضاعة الطبيعية للطفل إلى عامين.
تقليل اللحوم الحمراء (لحم البقر/ الغنم/الماعز/الإبل).

نستطيع القول إنه يجب على الجميع اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن لأنه يقي جسم الإنسان من العديد من الأمراض منها السرطان (الجسم السليم في العقل السليم).

حياة صحيا يمكنهم تقليل احتمالات إصابتهم بـ 40% من السرطانات، لذا فإن صحتك فعليا بين يديك.

أهم الإرشادات الغذائية لتقليل خطر الإصابة بالسرطان

تخفيف الوزن الزائد والمحافظة على الوزن الصحي.
الابتعاد عن التدخين والكحوليات وتعديل أسلوب الحياة.
شرب كميات مناسبة من الماء بمعدل أكثر من 8 أكواب يوميا.
ممارسة الرياضة بانتظام. بداية النشاط الطبيعي يجب أن تكون متوسطة ثم متدرجة مبنية ومعتمدة على رغبة المريض وذلك في حدود -30 45 دقيقة لمدة 3-5 أيام في الأسبوع ثم تزداد لتصل لمدة ساعة في اليوم وذلك من المشي المتوسط.
عليك بتناول ما لا يقل عن 5 حصص من الفواكه والخضراوات الطازجة يوميا واختيار اللون الأصفر والبرتقالي أو الأخضر الغامق (حيث إنها ترفع مناعة الجسم لأنها غنية بمضادات الأكسدة مثل فيتامين A وفيتامين C وفيتامين E والفوليت والبيتاكاروتين والفلافونويدات. كما أنها تحتوي على ما لا يقل عن 24 جم من الألياف حيث إننا نشجع في مجال التغذية على أخذ 30-45 جم من الألياف يوميا للحفاظ على الصحة العامة).
يفضل الفواكه والخضروات العضوية تغسل جيدا بالفرشاة

تقليل استخدام:

السكر البسيط والكربوهيدرات المكرره حيث إنها أغذية ترفع الموشر الجليسمي بالدم وبالتالي ترفع الأنسولين: حلويات/شاي/عصائر/ مشروبات غازية/الحبوب المحلاة/ الخبز الأبيض/المعكرونة/بيتزا....
المكرووف
الأغذية الغنية بالدهون المشبعة والمتحولة: البسكويتات/ كيك/ فطائر/دونات/البطاطا المقلية/....
زيت القلي وتجنب تكرار إعادة استخدامه.

من السرطان.

التغذية: الغذاء مسؤول عن التوازن الأيضي في جسم الإنسان، والذي يتمثل بالتركيز على نظام الغذاء الصحي.

التمارين الرياضية: تساعد في إدخال الأكسجين (العدو للدود للأورام السرطانية) للخلايا وتجدها، كما أن الرياضة تجعلنا نخفف من الضغط النفسي، فهي تقوي جهاز المناعة والغدد للمقاومة وتقلل من السموم في الجسم.

قد يصيب السرطان الأشخاص الذين ليس لديهم أي عوامل خطورة. ومع هذا، فإن الأشخاص الذين يتبعون نمط

ماذا تاكل؟ غذاؤك الصحي

الغذاء الذي يتناوله الإنسان كالأسمدة والمبيدات الزراعية بالدرجة الأولى.

الحزن العميق والضغط النفسي والذي يسبب انكماش الغدد في الجسم، الأخيرة التي تلعب دوراً مهماً في تعزيز مناعة الجسم، لذلك يجب التعامل مع المشاكل وتجاوزها والتخفيف منها قدر المستطاع للوقاية

ليس هناك سبب واحد للإصابة بالسرطان، فقد يحدث بفعل عوامل مختلفة، وما زالت أسباب الإصابة بالسرطان مجهولة إلى حد كبير، ومع هذا، فقد تمكن العلماء من تحديد إمكانية تشكل السرطان في الجسم بسبب:

الكيمويات وأبرزها ما يصل إلى



إعداد:

زيانة الكلبانية
أخصائية تغذية

المديرة العامة للخدمات الصحية
مسقط- مركز الوادي الكبير الصحي

أصبح السرطان مرضاً شائعاً ويعد ثاني أكبر مسبب للوفاة بعد أمراض القلب والأوعية الدموية وتلعب التغذية دوراً هاماً في الوقاية من السرطانات إذ إن الاعتماد على غذاء صحي متوازن يساهم في تعزيز الجهاز المناعي للإنسان وبالتالي محاربة السرطان كما يحد من هدم وتفكك أغشية الجسم ويعزز من عملية إعادة بناء الأغشية المتأثرة خلال فترة العلاج إذ إن عدم تناول وجبات غذائية متكاملة يدفع الجسم لاستخدام المخزون الغذائي للحصول على الطاقة وبذلك تناقص المناعة.

«د. عبدالمنعم الحسني: تحية تقدير وفخر واعتزاز إلى قواتنا المسلحة للتنسيق والتجانس مع القوات البريطانية»

«إضافة مرحلة «ما بعد الحرب وإعادة الإعمار» لأول مرة

وكافة الجهات العسكرية والأمنية والمدنية وما تتمتع به من الكفاءة في الأداء والإخلاص في العمل والتفاني في أداء الواجب الوطني جنباً إلى جنب مع القوات البريطانية الصديقة»، مشيداً بالأدوار التي قام بها الإعلاميون والصحفيون واصفاً إياها بالواقعية في إطار الموضوعية المقرونة بالمهنية الإعلامية، ومساهمتها وبصورة فاعلة في تحقيق تلك المكاسب التدريبية «بصورة تدعو للفخر والاعتزاز».

آليات برمائية

وبدوره تحدث العميد الركن «مارك بيتر كينيون» قائلاً: «حقق التمرين المشترك السيف السريع 3 نجاحاً، وقبله كذلك التمرين الوطني العماني الشموخ 2، ومن أبرز الأهداف المحققة التعاون الإيجابي والتنسيق المشترك بين قوتي البلدين، وتم تطويع الصعوبات والتحديات الشاقة لخدمة التمرين والاستفادة من هذه التجربة، وقال «قام رجالنا بعمل مشترك رائع، جلبنا العديد من الآليات بمختلف أنواعها، ولأول مرة منها الآليات البرمائية التي نفذت العمليات البرمائية، وعمليات التزود جواً بالوقود، وسنقوم بإرجاع الآليات إلى بريطانيا، وبعض من تلك المعدات ستبقى في السلطنة».

وفيما يتعلق بانطباع الجانب البريطاني، تمت الإشارة إلى أن الجانب العماني عمل في التمرين المشترك السيف السريع 3 بروح المحبة والتآلف مع الجانب البريطاني، وهذا ما يعكس كفاءة الفرد العماني حيث لم يشهد التمرين أي خطأ في التخطيط ومجريات التصورات.

خطط تدريبية عملية واستراتيجية، تم خلالها الوقوف على جاهزية جميع مقدرات القوة الوطنية للاستجابة لأي عمل طارئ في كافة القطاعات الاستراتيجية في السلطنة من أقصاها إلى أقصاها، ومن خلال تفعيل قانون الطوارئ وخطة التعبئة العامة، بما فيها استدعاء نسبة محددة من قوة الاحتياط، وبحمد الله تكللت جميع الخطط بتحقيق الأهداف التدريبية المتوخاة وصولاً للغاية الوطنية المنشودة.

التخطيط والسلامة

من جانبه قال العميد الركن حسن بن علي المجيني: «حسن التخطيط وسلامة التنفيذ ظهرا وبجلاء تام من خلال سير أحداث التمرين، حيث تحققت الأهداف التدريبية المتوخاة من فعاليات التمرين، وبما يحقق الغاية الوطنية المنشودة»، موضحاً أن فعاليات التمرين شكلت بيئة تدريبية شاملة وفي مختلف التخصصات سواء تلك المناطة للجهات العسكرية والأمنية في إطار أدوارها ومهامها المتمثلة في إدامة استقرار الوطن، وضمان أمنه، وحماية مكتسباته الوطنية، والدفاع عن منجزات النهضة العمانية الشاملة، أو تلك التي تضطلع بها المؤسسات والهيئات الحكومية المدنية في إطار ما تقدمه من أدوار تنموية شاملة، وذلك ضمن منظومة واحدة، وتحت قيادة موحدة، وبمشاركة أيضاً من القوات المسلحة الملكية البريطانية، ذات الخبرات التراكمية الواسعة، والمستويات العالية المتطورة. وأضاف: «أسعدنا كثيراً تلك القدرات التي أظهرتها قوات السلطان المسلحة

تحية اعتزاز

صرح معالي الدكتور عبدالمنعم بن منصور الحسني بقوله: «تحية تقدير وفخر واعتزاز إلى قواتنا المسلحة لهذا التنسيق والتجانس مع القوات البريطانية في هذا التمرين، ونحن على مشارف ختام المرحلة النهائية لتمرين السيف السريع 3، وكل الأهداف التي من أجلها تم إقامة التمرين الوطني الشموخ 2 والمشارك السيف السريع 3، قد تحققت كما سمعنا من القيادات العسكرية المتحدثة في المؤتمر الصحفي الثالث، وبالتالي نعتقد أن هذه مرحلة مهمة للجميع ولنا كوسائل إعلامية في المشاركة بفعالية تامة، وهذا المؤتمر الثالث دليل علاقة الإعلام بهذا التمرين وما سبق من لقاءات مع الإعلاميين وزيارات إلى ميدان التمرين».

نجاح الأهداف

استهل العميد الركن طيار مكتوم بن سالم المزروعى مساعد رئيس أركان قوات السلطان المسلحة للتدريب والتمارين المشتركة المؤتمر بالحديث عن نجاح جميع الأهداف الوطنية التي رُسمت للتمرين، مشيداً بالكفاءة «منقطعة النظير» التي قدمها «الجنود البواسل» إضافة إلى الانضباط التام والاحترافية العالية في التعامل مع كافة أحداث التمرين المفترضة والحقيقية. وأشار المزروعى إلى أن التمرين «الشموخ 2» و«السيف السريع 3» كانا الأضخم عدة وعتادا في تاريخ قوات السلطان المسلحة بالتكامل مع الأجهزة العسكرية والأمنية والمدنية وفق



نجاح جميع الأهداف الوطنية لتمرين «الشموخ ٢» و «السيف السريع ٣»

حسن التخطيط وسلامة التنفيذ ظهرا وبجلاء تام من خلال سير أحداث التمرين

نظمت رئاسة أركان قوات السلطان المسلحة ممثلة بالتوجيه المعنوي مؤخر المؤتمر الصحفي المشترك العماني- البريطاني لتمرين «السيف السريع ٣»، تحت رعاية معالي الدكتور عبد المنعم بن منصور الحسني وزير الإعلام المتحدث الرسمي للدولة باسم التمرين «الشموخ ٢ والسيف السريع ٣». وحضر المؤتمر الذي أقيم بالمركز الإعلامي للتمرينين بمقر صندوق تقاعد وزارة الدفاع، عدد من أصحاب السعادة وكبار الضباط، وعدد من رؤساء تحرير الصحف المحلية وممثلي وسائل الإعلام المحلية والدولية المقروءة والمسموعة والمرئية والإلكترونية.

«العميد الركن مكتوم المزروعى: تكللت جميع الخطط بتحقيق الأهداف التدريبية المتوخاة وصولاً للغاية الوطنية المنشودة.

«العميد الركن مارك بيتر كينيون:» التعاون الإيجابي والتنسيق المشترك بين قوتي البلدين من أبرز الأهداف المحققة من التمرين»

«العميد الركن حسن المجيني: أسعدنا كثيراً القدرات التي أظهرتها قوات السلطان المسلحة وما تتمتع به من الإخلاص في العمل والتفاني في أداء الواجب الوطني»

نحو قيادة آمنة للدراجات النارية

تعتبر الدراجة النارية سلالة متطورة من دراجة هوائية كانت تعرف قديماً باسم (الدراجة الآمنة)، وتتسم بعجلتين متساويتي الحجم في الأمام والخلف، وآلية دفع العجلة الخلفية تتم بواسطة دواسات دفع بالأقدام. والأخيرة بدورها تطورت عن دراجة ذات عجلات عالية، ظهرت إلى الوجود كسلالة أكثر تطوراً من دراجة تسمى (محطمة العظام) ظهرت في حوالي عام ١٨٠٠. وتستخدم هذه الدراجة عجلات ذات أطواق حديدية، فيما كانت آلية دفعها تتم من خلال تحريك القدمين على الأرض لتوفير قوة الدفع. وقد أطلق عليها اسم (محطمة العظام) نظراً لظهرها المؤذي وجنوحها لدس سائقيها. وينسب للمخترع الألماني جوتليب ديملر الذي أسس مع كارل بنز شركة (ديملر بنز)، الفضل في اختراع أول دراجة نارية في العالم في عام ١٨٨٥ وهي دراجة بعجلتين واحدة في الأمام والثانية في الخلف، ولكنه أضاف إليهما عجلتين صغيرتين أخريين واحدة في كل جانب بهدف تعزيز ثبات الدراجة.

اعداد: عبدالرحمن فخار



قيادة آمنة

لابد لكل من يقود الدراجة النارية من استخدام أهم المستلزمات الخاصة بهذه القيادة التي تحت عليها أنظمة المرور، وفي هذا الإطار ننبه إلى ما يجب استخدامه من أدوات تؤدي - بإذن الله - إلى سلامة راكب الدراجة النارية.

تعتبر الخوذة أهم أداة بالنسبة للحماية الشخصية في الدراجة النارية حيث تقوم بحماية الرأس في حالة السقوط، حيث إن الإصابات في الرأس قد تكون مميتة في حالة عدم ارتداء الخوذة.. كما أن من مهام الخوذة حماية العينين من الرياح والأتربة عند السرعات العالية. يفضل ارتداء الملابس المخصصة للدراجات النارية حيث إن معظمها مجهز بمصاصات للصدمات في الركبتين والكوعين وخاصة في منطقة الظهر، وغالباً ما تكون هذه الملابس مصنوعة من مواد عالية المقاومة للاحتكاك ولكن أفضل هذه الملابس هي التي تكون من الجلد حيث إن الجلد له أعلى مقاومة للاحتكاك في حالة السقوط كما أنه الوحيد الذي يوفر الحماية اللازمة عند السقوط من سرعات عالية.

يجب استخدام حذاء قوي لا يعيق حركة القدمين للتمكن من التصرف بحرية.

القفازات مهمة جداً في تثبيت مقود الدراجة وخاصة عند سقوط الأمطار وفي الصيف خوفاً من العرق الذي يؤدي إلى الانزلاق.

الحزام يلبس حول الوسط ووظيفته إسناد وتقوية الظهر وشده أثناء القيادة وهو يعطي السائق شعوراً بالراحة خاصة عند السير لمسافات طويلة، كما أن الحزام مفيد جداً في البرد حيث يقوم بحماية منطقة الكليتين من الرياح الباردة خاصة في فصل الشتاء البارد حيث تكون الرياح قوية ولكن في الصيف تبقى وظيفته الأساسية حماية منطقة الظهر.

هنا: لماذا لا يتابع الجهاز المروري مثل هذه الحالات المتكررة ويرصدها ويتخذ بحقها الإجراءات اللازمة؟

مقترحات:

للتغلب على هذه الظاهرة السلبية يمكن تطبيق الأمور التالية:

إنشاء نود خاصة لهواة الدراجات النارية.

تطبيق القوانين المرورية الخاصة بالدراجات النارية ومن أهمها استخدام الخوذة الرأسية أثناء القيادة.

القيام بحملات توعوية كما هو حاصل بالنسبة للسيارات من أجل شرح الطرق السليمة لاستخدام الدراجات النارية.

للدراجة النارية كاختراع إنساني عظيم ومهم، سهل حياة البشر في كثير من الاستخدامات التي لا يمكن حصرها في هذه العجالة. وكان من المفروض أن يشدد الجهاز المروري على منح رخص الدراجات النارية وسن قوانين صارمة وتشديد الرقابة المرورية في الشوارع بشكل جيد، خصوصاً في القوانين المتعلقة بقيادة الدراجات النارية والمرحلة العمرية، وكان من المفروض أيضاً أن تعامل مثلها مثل المركبات الأخرى حرصاً على سلامة المواطنين والمقيمين، ونحن نرى مراهقين لا تسمح لهم سنهم بقيادة هذه الدراجات يصلون ويجولون في شوارعنا، السؤال

وهذه تكمن فيها الأخطار لسرعتها وصعوبة التحكم بها وعدم معرفة من يقودونها بأصول القيادة الصحيحة والسليمة حيث إنها تصدر ضجيجاً أثناء استخدامها، مما يزعج الناس إذا استخدمت بين الأحياء السكنية. حوادث كثيرة وخطيرة وقعت وسط الأحياء السكنية أو الشوارع الرئيسية تسببت في عاهات للأطفال والشباب، منها الشلل ونعرف ماذا يعنيه الشلل من خسارة للشباب والأموال وانشغال أهل بالمصاب.

المتابعة ضرورية:

كلنا يعلم مقدار الفائدة والأهمية

حوادثها خطيرة:

الدراجات النارية من المخاطر المهددة لحياة الأفراد، التي تضاف إلى أجندة حوادث المرور خاصة أن عواقبها وخيمة وغالباً ما تؤدي إلى الشلل أو فقدان الحياة إذا ما تم استخدامها في الأماكن غير المخصصة لها، ولا سيما أن القانون يخالف أصحاب الدراجات الذين يقومون باستخدامها بين الأحياء السكنية أي خارج الأماكن المخصصة لها.

للدراجات النارية وجهان في كيفية التعامل معها:

الوجه الأول: الذي يستطيع من خلاله صاحب الدراجة أن يمارس هواية قيادة الدراجات وفق معايير الأمن والسلامة طالما توافرت الظروف المحيطة بها من موقع وأدوات السلامة.

الوجه الثاني: لا يمكن قيادة الدراجات النارية بين الأحياء السكنية بسبب

الهدير والضجيج الذي تسببه، فضلاً عن المخاطر الأخرى المحيطة بها أثناء قيادتها كوجود السيارات بين الفترة والأخرى وحركة السير للأطفال وكبار السن في تلك المواقع، كذلك فإن عدم مراقبة أولياء الأمور لأبنائهم يؤدي إلى وقوع العديد من الحوادث التي يذهب ضحيتها شباب في مقتبل العمر.

شروط السلامة:

يجب وضع شروط السلامة وعدم التهور في أولويات قيادة هذه الدراجات، حيث يوجد الكثير من الأطفال والشباب الذين تستهويهم هذه الهواية فإذا كانوا غير ملمين بأصول السلامة وكيفية القيادة حدث مالا تحمد عقباه.

- يجب وضع فرق مراقبة لهذه الدراجات وخاصة عندما يقودها الأطفال.

- هناك الدراجات النارية التي تسمى (البانشي) ذات ثلاث أو أربع عجلات

السلامة على الدراجات الهوائية

تتنوع الدراجات الهوائية الحديثة بين دراجات سباق خفيفة الوزن ودراجات مخصصة للجبال الوعرة وتلك المصممة لعبور الحقول والأرياف.

مزايا الدراجات الهوائية

اقترح أحد العلماء توسيع دائرة استخدام الدراجات بين الشباب معتبرا أنها ليست فقط وسيلة مواصلات وإنما تجعل الشباب يستهلكون جزءا من طاقتهم بدلا من إطلاق هذه الطاقة في قيادة السيارات بطريقة متهوره وخطرة كما لاحظت دراسات مؤسسة الأبحاث العلمية أنه بهدف إغراء الشباب باستخدام الدراجات الهوائية ظهرت أنواع جديدة تتمتع بالعديد من المزايا والمواصفات القياسية وهي مزودة بتقنيات متقدمة لتوفر المزيد من الأمان والسلامة لمستخدميها، ولهذه الدراجات مزايا وفوائد كثيرة خصوصا عند استخدامها داخل المدن وهي:

- وسيلة مواصلات جيدة للمسافات القصيرة.
- لا يصدر عنها أي ضجيج يؤدي السمع ويؤثر على الحالة النفسية، حوادثها عادة بسيطة وغير مميتة.
- تعتمد على الطاقة العضلية وهي في هذه الحالة ذات فوائد عدة حيث إنها من ناحية تستهلك جزءا من طاقة الشاب الذي يقودها ومن ناحية أخرى فهي تعد وسيلة لبناء عضلات الجسم وتقويتها وتجعل راكبها يتمتع بالصحة والحيوية الدائمة.
- لا يصدر عنها أي تلوث للبيئة كونها لا تعمل على الوقود.
- اقتصادية إلى أبعد حد حيث لا مجال للمقارنة بين أسعارها وأسعار الدراجات النارية والسيارات.
- إن كل ميزة من هذه الميزات المذكورة تشكل ثروة تضاف إلى خزانة الاقتصاد الوطني وتسهم إلى حد كبير في تنمية الموارد البشرية. نأمل على غرار غالبية

الدول المتقدمة بتخصيص يوم كامل كل فترة يمنع خلاله استخدام المركبات داخل المدن المكتظة بالسكان واستخدام الدراجات الهوائية بدلا منها نظرا لما تحققه من آثار إيجابية على سلامة المواطن والبيئة معا.

ولنقم كل من موقعه بتشجيع الشباب على قيادة الدراجات الهوائية بكل مسؤولية ووعي وذوق بدلا من الدراجات النارية والسيارات لأن من شأن ذلك المساهمة في تدني نسبة الحوادث المرورية الناجمة عن ظاهرة التهور واللامبالاة في القيادة. كما من شأنه أن يخفف من زحمة السير.

تجهيزات الدراجة الهوائية الآمنة

هناك تجهيزات كثيرة في الدراجة الهوائية ينص عليها القانون وهناك أجزاء أخرى جيدة يمكن امتلاكها لكنها غير ملزمة. يجب توافر فرملة عاملة واحدة على الأقل والأفضل أن تكون الفرملة الخلفية. كذلك إن الدراجة الهوائية التي تفتقد إلى الإنارة والضوء العاكس تكون غير ملحوظة في الظلام لذلك يلزم القانون استخدام الإنارة خاصة في هذه الحالة. وكي تكون الدراجة الهوائية آمنة ليس كافيا أن تكون مجهزة إنما يجب صيانتها بشكل دوري ومنتظم على الأقل مرة واحدة في السنة. وأن تنتبه بشكل خاص إلى جودة إطاراتها تفاديا للانزلاق.

استخدام الخوذة الواقية

أثناء وقوع حادثة ما الرأس هو الذي يتعرض غالبا إلى الضربة الأسوأ. فمعظم حوادث الدراجات الهوائية هي من نوع الحوادث الفردية، أي التي تقع من دون أن تكون قد تورطت فيها مركبة أخرى. أكثر من ثلث الأشخاص الذين يتعرضون للإصابة من جراء حوادث الدراجات الهوائية لديهم إصابات في الرأس. ويمكن أن تؤدي مثل هذه الإصابات إلى فقدان الذاكرة أو صعوبات في الكلام أو حتى الشلل. لذلك تعتبر خوذة الدراجات

الهوائية بمثابة تأمين رخيص وجيد على الحياة.

أبرز توصيات YASA لتعزيز السلامة عند سائقي الدراجات الهوائية

- احترام راكبي الدراجات الهوائية لقوانين السير إذ يتشاركون مع باقي مستخدمي الطريق في الحقوق والواجبات.
- إنشاء مسارات مخصصة لسيير الدراجات الهوائية.
- وضع خوذة تستوفي المعايير الدولية أثناء القيادة على الطريق العام. إذ إن ارتداء الخوذة بشكل سليم هو وحده الذي يخفف من مخاطر إصابة الرأس في حال التعرض لحادث على الدراجة.
- من الضروري التقيد دائما بإشارات السير الضوئية وبالإشارات الأخرى الموجودة على الطريق وبإرشادات شرطي السير.
- يجب إعطاء إشارة يدوية أثناء الانعطاف يسارا أو يمينا وأثناء التوقف فهذا التصرف يدل على تبة السائق في الاتجاه الذي يريد سلوكه.
- يجب فسخ المرور للمشاة الذين يعبرون الطريق على التقاطعات لا سيما عند مداخل المعابر الخاصة بهم.
- عند الدخول من طريق خاص إلى طريق عام يجب التوقف بالقرب من ممر المشاة وفسح مجال المرور للمشاة والعربات القادمة من اليسار أو اليمين.. ولا يجب ركوب الدراجات الهوائية على ممرات مخصصة للمشاة لأن ذلك مخالف للسلامة العامة والقانون إلا إذا كانت هذه الممرات للاستخدام المشترك بين المشاة وراكبي الدراجات الهوائية.
- هنالك دور بالغ الأهمية للإنارة في الليل حيث يجب تثبيت ضوء أبيض ساطع وعاكس عند مقدمة الدراجة الهوائية وضوء أحمر ساطع وعاكس للأنوار عند الجهة الخلفية.
- يجب على الدراجات الهوائية أن تكون مجهزة بمكبص صالح واحد على الأقل وجهاز تنبيه مناسب مثل جرس أو بوق.

تقديم أرقى الخدمات الطبية بمستوى عال لجميع فئات المجتمع

خدماتنا

طب عام

G . P

قسم النساء والولادة

Gynecology & Obstetrics Clinic

قسم الأسنان

Dental Clinic

قسم المختبر

Laboratory

قسم الأشعة

X - RAY

الصيدلية

Pharmacy

AL Mubadarah PolyClinic
مجمع المبادرة الطبي

يضم المجمع طاقم

مميز من الأطباء المتخصصين





بقلم: سليم الدرعي

Sulaiyam.Al.durai@ahpsoman.com

سلامة الصيادين

إن ركوب البحر ليس بالأمر العادي وليس كعبور البر والطرق البرية، ففي حين أن تعطل المركبة في الطرق البرية لا يستوجب سوى إيقافها وطلب المساعدة إلا أن الأمر مختلف جداً في حال تعطل القارب في عرض البحر، فلا طرق يمر بها بقية العابرين لتقديم المساعدة، ولا أرض تنزل بها لتصل إلى مكان آمن، ناهيك عن الخطر الأكبر في حال غرق القارب في المياه والحاجة إلى السباحة من أجل النجاة من الغرق.

ونتناول في هذا الصدد سلامة فئة معينة من مستخدمي البحر وهم الصيادون، حيث إن مهنة الصيد يقتات منها عدد كبير من أبناء هذا البلد، لذا يجب الحرص على إجراءات السلامة التي تخص الصيادين، وأول هذه الإجراءات الحصول على رخصة الصيد من الجهات المختصة، والاطلاع على إجراءات السلامة المتبعة من أجل سلامتهم ومن أجل أن يعودوا إلى أسرهم سالمين في نهاية رحلة الصيد.

فبقدر المتعة الممكن الحصول عليها عند ارتياد البحر إلا أنها محفوفة بالكثير من المخاطر لذا فإنه يتوجب علينا التنبيه بعدم النزول إلى البحر عند ارتفاع الأمواج جراء الأمطار والعواصف والأنواء المناخية غير الاعتيادية حفاظاً على سلامة الصيادين ويجب متابعة البيانات الصادرة من الجهات المختصة في هذا الشأن باستمرار، كما يجب تفادي الإبحار لمسافات طويلة بعيداً عن السواحل إلا في حال أخذ الاحتياطات المناسبة كأجهزة الاتصال وسترات النجاة ومعرفة المنطقة والإبحار بأكثر من قارب، كما يجب حماية أجسام البحارة وعدم تعريض بدنك لأشعة الشمس لفترات طويلة خاصة بعد أن يتبلل جسمك بماء البحر وذلك لمنع حدوث حروق نتيجة لتعرض الجلد للأشعة تحت الحمراء مما يسبب الأمراض لا سمح الله، عليك تجنب الثقة الزائدة بالنفس في جميع تصرفاتك وعدم المزاح ويجب القيادة بحذر ووعي تام.

وعلى جميع الصيادين تعلم وإجادة السباحة لاحتمال الحاجة إليها في أية لحظة، والتأكد من صيانة القارب باستمرار والتأكد من وجود المرساة ومن سلامة حبل المرساة، ومن كمية الوقود التي بحوزتهم، كما يجب عدم الإبحار في حال الشعور بالصداع أو بوعكة صحية أو أية أعراض أخرى لدى الصيادين.

إن طوق النجاة من الأمور الضرورية الواجب تواجدها على ظهر القارب فقد ينقذك من الغرق أو قد تنقذ به شخصاً آخر في عرض البحر، وتأكد من أن القارب كامل التجهيز وبه طفاية حريق وشنطة إسعافات أولية،

كما يجب التأكد من حمل مأكولات ومشروبات كافية أثناء الرحلة، وكذلك معرفة مسارات السفن التجارية وغيرها ومعرفة الأماكن الآمنة والمخصصة للصيد.

إن من الأمور الشائع حدوثها بالنسبة للأشخاص هو الوقوع في البحر، وغالباً ما يفقدون الحياة، ولذلك فإن من المهم أن يكون الصيادون مستعدين لمثل هذه الحالات، وعلى معرفة تامة بكيفية العمل كفريق واحد لإنقاذ شخص سقط في الماء ويجب أن يكونوا مدربين للقيام بتقديم الإسعافات الأولية في حال تعرض أحدهم لأية إصابة لا قدر الله، وأن يكونوا مدربين على مكافحة الحريق كذلك في حال نشوبه على متن القارب.

ختاماً يجب معرفة أرقام الطوارئ في حال الحاجة إليها وأن يتصرف الصياد لإنقاذ نفسه وإنقاذ زملائه في الوقت المناسب والقياسي سائليين الله جل وعلا السلامة للجميع. دتمتم في سلام..

الولايات المتحدة «يلوستون»

بركان هائل يدمر البشرية جاهز للانفجار!

المصدر: بنس إنسايدر

عندما تخمن أسباب نهاية العالم، ربما ستفكر في حرب عالمية أو تغير المناخ، وحتى إن كانت بعض هذه الأفكار واقعية، فإن هناك تهديدا أكبر بكثير للبشرية يكمن تحت الأرض.

ووفقا لتقرير هيئة الإذاعة البريطانية «بي بي سي»، فإن وكالة الفضاء الأمريكية ناسا ترى أن «البراكين الهائلة» من أعظم التهديدات الطبيعية للحضارة الإنسانية.

ويوجد أسفل متنزه يلوستون الوطني خزان ضخم من الصهارة، مسؤول عن جميع الفوارات الحارة والأحواض الساخنة التي تحيط بالمنطقة، وهذا الخزان بالتحديد هو الذي يملك القدرة على تدمير البشرية.

وتشير الأبحاث إلى أنه كلما زادت سخونة البركان، زادت كمية الغازات التي ينتجها، وتستمر الصهارة في الذوبان وتزداد مساحة غرفة الصهارة، وعندما تتجاوز الحرارة عتبة معينة يكون الانفجار حتميا، لذلك فإن الحل المنطقي وفقا لوكالة ناسا هو تبريد الصهارة البركانية.

وقال براين ويلكوكس من مختبر الدفع النفاث التابع لوكالة ناسا لهيئة الإذاعة



البركانية إنه لتهديّة البركان، «نحتاج إلى كميات هائلة من الماء، ونظريا يجب تغذية غرفة الصهارة بتلك الكميات الكبيرة من الماء، الأمر الذي يكاد يكون مستحيل التنفيذ، حيث إن بناء قناة كبيرة صعودا إلى منطقة جبلية سيكون مكلفا وصعبا على حد سواء».

إلا أن ناسا تمتلك حلا بديلا، يتمثل في حفر ١٠ كلم في أعماق البركان الهائل، وضخ المياه تحته بضغط عال، وستعود المياه إلى درجة حرارة ٣٥٠ مئوية، ما سيؤدي إلى «شفط» الحرارة ببطء يوما بعد يوم من البركان، وتحويل الطاقة الحرارية الأرضية إلى

كهرباء. ومن المهم الحفر في جوانب البركان بدلا من الحفر مباشرة في خزان الصهارة، لأن الحفر هناك يمكن أن يسرع من ثوران البركان الهائل. وستكلف هذه الخطة مبلغ ٣,٤٦ مليار دولار، وبحسب الوكالة فإن المبلغ يعتبر زهيدا بالنظر إلى الفائدة الكبيرة للمشروع، والتي ستمنع نهاية البشرية على المدى الطويل.

وحذرت ناسا من أن بركان يلوستون ينفجر كل ٦٠٠ ألف عام تقريبا، وأن هذه الفترة قد مرت منذ آخر انفجار، وهذا ما يجعلنا على أهبة الاستعداد والحذر من انفجار هذا البركان الهائل.



سجل في المنطقة ذاتها زلزال جديد بقوة ٧,٤ درجة على مقياس ريختر وعدد من الهزات الأرضية الجديدة، وبلغ ارتفاع موجة التسونامي التي اجتاحت السواحل بعد الزلزال نحو مترين.

ووقع زلزال بقوة ٦,١ درجة على مقياس ريختر في صباح الـ ٢٨ من سبتمبر الماضي في منطقة ساحلية بالقرب من مدينة بالو في جزيرة سولاوسي الإندونيسية، وبعد ذلك

أظهرت صور القمر الاصطناعي «Worldview» مشاهد عجيبة للحظة سيلان الأرض في مدينة بالو الإندونيسية. وسيلان الأرض ظاهرة علمية تعرف باسم «تسييل التربة».

هذا ولم تستبعد سلطات إندونيسيا أن عدد الأشخاص المدفونين تحت الأنقاض بعد الزلزال وموجة التسونامي

إسبانيا

مشاهد تحبس الأنفاس.. فيضانات مرعبة تضرب إسبانيا وت خلف خسائر بشرية ومادية



قتل ٩ أشخاص بينهم بريطانيان جراء الفيضانات الناجمة عن الأمطار الغزيرة التي ضربت جزيرة مايوركا الإسبانية، حسبما أعلنت أجهزة الطوارئ المحلية.

وكتبت الأجهزة في تغريدة على تويتر بالكاتالانية والإسبانية والإنجليزية والألمانية «بأن عدد ضحايا الأمطار الغزيرة التي هطلت بلغ تسعة قتلى». والمنطقة المنكوبة تضم عدة منازل سياحية وتقع على بعد ٦٠ كلم من بالما عاصمة مايوركا، أبرز جزيرة في الأرخبيل.

وقتل ٤ أشخاص في سان لورنس في كاردائار، البلدة الأكثر تضررا، و٣ في بلدية سيلو المجاورة المطلة على البحر. وأظهرت الصور التي بثها التلفزيون العام الإسباني ووسائل إعلام محلية سيارات تجرفها المياه ومنازل تغمرها المياه.

ومن بين القتلى مواطنان بريطانيان، كما قالت ألتونيا بوزا مساعدة رئيس بلدية سان لورنس لـ «إذاعة كادينا»، مشيرة إلى وجود بريطانيين اثنين أيضا في عداد المفقودين. وصرحت بوزا أن الأولوية هي لتحديد أماكن الناجين وإنقاذ الأشخاص المعزولين في منازلهم، قائلة إن الكثير من المنازل شاغرة في البلدة. وأعلنت حكومة الباليار المحلية الحداد ٣٧ أيام.

إيطاليا

إجلاء المئات وإغلاق مطار بسبب حريق غابات في إيطاليا



أمرت السلطات الإيطالية مئات السكان بمغادرة منازلهم وأغلقت مطار بيزا إثر اندلاع حريق هائل اجتاح تلالا تغطيها الأشجار في إقليم توسكاني بوسط البلاد.

وعبر مسؤولون عن اعتقادهم بأن الحريق الذي انطلقت شرارته الأولى في وقت متأخر كان نتيجة عمل متعمد في منطقة موتني ماريو التي تقع بين مدينتي بيزا ولوكا في توسكاني.

وقالت السلطات المحلية إنها أمرت نحو ٧٠٠ شخص بمغادرة منازلهم كإجراء احترازي في بلدتي كالتشي وفيكوبيسانو، وأغلقت كل المدارس بالمنطقة. ولم ترد تقارير عن وقوع إصابات أو أضرار في الممتلكات.

وأقوى الحريق على نحو ١٥٠٠ فدان من الغابات، وغطت سحابة سوداء ضخمة سماء بيزا. وقال مطار المدينة إنه سيعلق الرحلات الجوية التجارية «لمساعدة فرق الإطفاء المشاركة في جهود مكافحة الحرائق».



شركة برفكس تسعى لإيجاد مجتمع تكنولوجي يحاكي المتغيرات العالمية

«nSmartRestaurant) أول تطبيق لشركة برفكس

تعمل شركة برفكس من الجامعة الوطنية - على تطوير المجال التكنولوجي من خلال ابتكار تطبيقات جديدة من شأنها تنمية المجتمع الإقليمي لتصبح بذلك تجربة مثمرة ورائعة. وتسعى الشركة أيضا إلى تكوين مجتمع تكنولوجي يحاكي المتغيرات العالمية.

عمل هياكل التمويل ومصادر الإنفاق وعمل قائمة التدفقات النقدية وإعداد الموازنات المالية والإشراف على تعيين واختبار وتدريب موظفي الإدارة المالية.

قسم التسويق والعلاقات العامة: أساس أي عمل جديد هو التسويق، إذ يعتبر المنصة لعرض المنتج للمستهلك لذلك توجد عدة خطط لدى القسم منها:

قسم الموارد البشرية: يساهم هذا القسم بشكل كبير على أداء موظفي الشركة من خلال عدة خطط، حيث يقوم بالإشراف على استقطاب الموظفين والتوظيف والقيام بعدة مقابلات لضمان اختيار الأفضل للشركة. وكذلك التدريب والتأهيل للعاملين الجدد ثم قياس مستوى الأداء من خلال رفع تقارير الموظفين شهريا. بالإضافة إلى حفظ السجلات والوثائق وأرشفتها ومتابعة أداء جميع الموظفين في الشركة.

قسم البحث والتطوير: يعمل القسم على دراسة احتياجات العملاء من الشرائح المستهدفة وفتح أسواق جديدة للشركة على مستوى المنتج أو العميل. بالإضافة إلى تطوير المنتج العقاري وتحسينه بناءً على السوق. ويعمل أيضا على دراسة عقارات المنافسين والبحث عن نقاط الضعف ومحاولة إيجاد حلول تبنيها الشركة، وفهم ودراسة رأي العملاء ومقترحاتهم.

كما أنهم يقضون بعض الوقت في مقابلة العملاء والاستماع إلى شكاوهم. بالإضافة إلى تصميم التطبيقات خصيصا للزبائن من مختلف القطاعات المحلية والإقليمية وبقية رمزية.

ما تم تأخير طلبهم، حيث إن المطعم قد يخسر مثلا زبونين في اليوم بسبب تأخير النادل لأخذ الطلب، بذلك يخسر ٢٪ من الربح في اليوم، حيث يكون قد خسر في الشهر نسبة ٢٠٪.

وحلا لتلك المشكلة، هو استخدام التطبيق nSmartRestaurant، حيث يساعد في كسب الزبائن والتأكد من عدم تأخر طلب الوجبات وبذلك المطعم يحصل على ربح من زبونين بنسبة ٢٪ يوميا من الربح الأول للمطعم. بالإضافة إلى أن المطعم لا يحتاج إلى شراء الأجهزة اللوحية، بما أن التطبيق يمكن استخدامه من هاتف الزبون بدون الحاجة لاستخدام الأجهزة اللوحية الذكية.

الأجهزة التي تدعم التطبيق

شريحة إل إن إف سي، موجودة في أغلبية أجهزة الأندرويد، والآيفون ٦ إس وما يليه. أما بالنسبة للأجهزة التي لا تدعم الشريحة، فيمكن الطلب باستخدام الباركود (المسح الإلكتروني) مؤقتا لحين جاهزية الميزة الجديدة. وأيضا التطبيق حاليا يعمل في نظام الأندرويد أما بالنسبة ل ios فهو قيد الإنشاء.

أقسام الشركة

القسم المالي: يقوم بمتابعة جميع الأمور المالية في الشركة منها، الرقابة على أرصدة العملاء والائتمان ومتابعة العملاء وإمداد الإدارة بموقف العملاء والعمل على توضيح الرؤية، ونقل صورة صحيحة للإدارة وتقديم النصح والمشورة. وكذلك

حالات كثيرة يواجه الزبائن مشكلة الانتظار لتقديم الطلب للنادل. لذا يمر النادل بحالة صعبة ما بين أخذ الطلبات وتوفيرها لكل الزبائن وقد يحدث سوء فهم ما بين النادل والزبون سواء كان بسبب اللغة أو خلط النادل ما بين طلبات الزبائن مما يؤدي لاستلام الزبون وجبة أخرى.

نتيجة لذلك، جاءت فكرة اختراع nSmartRestaurant وهو أول تطبيق تنفذه شركة برفكس والذي من خلاله يمكن للزبون طلب الوجبات بسهولة عن طريق تحميل التطبيق في هاتفه المحمول واقتترانه مع الشريحة الموضوعة بطاولة المطعم، بحيث تظهر قائمة وجبات المطعم.

كما يمكنه طلب وجبته بسهولة من دون مساعدة النادل ومن ثم يصل الطلب للمطبخ (Admin side) ويمكنهم متابعة طلب الزبون، وبذلك تقتصر وظيفة النادل على توصيل الوجبة للزبون.

فوائد التطبيق

التطبيق يخدم طرفين هما المطاعم وزبائن المطاعم.

◀ **الزبون:** كون التطبيق تجربة رائعة وجديدة وأيضا تحل مشكلة الانتظار وتأخير وصول النادل للزبون لأخذ طلبه.

◀ **المطعم:** نتيجة لاستخدام التطبيق فإن المطعم لا يحتاج إلى تشغيل عدد كبير من الأيدي العاملة (النادل) وإنما بإمكانه الاستغناء عن العمالة بنسبة ٢٠ ٪ (كبداية) من العمالة المتوافرة. وأيضا المطعم قد يخسر زبائنه إذا

من جميع الفئات العمرية والدعم بمختلف الاشكال.

وتعتبر مسابقة «شركتي» البداية الحقيقية للانطلاق لعالم ريادة الأعمال وتطبيق الأفكار في أرض الواقع.

أول تطبيق للشركة nSmartRestaurant

أصبحت مشكلة الحصول على نادل يعمل بطريقة سريعة لأخذ متطلبات الزبائن غير سهلة في وقت قصير. وفي

شركة طلابية لعام ٢٠١٨ في مسابقة «شركتي» والتي كانت مدتها ٨ أشهر.

الاستفادة من مسابقة الشركة لإنجاز عمان

مؤسسة «إنجاز عمان» تعتبر الموجه الأساسي لطلبة التعليم العالي نحو ريادة الأعمال. يتمثل ذلك من خلال العديد من الفعاليات، كالمعرض الأول والثاني للشركات الطلابية، وهي بداية قوية لجميع الشركات في المجال التسويقي لعرض الأفكار وأخذ الخبرات من خلالها

الهدف

من أهم أهداف الشركة هي الإرتقاء في المجال التكنولوجي في المجتمع الإقليمي وذلك من خلال إيجاد حلول مبتكرة للفجوة الرقمية بين العميل والتكنولوجيا. وتسهيل حياة المجتمع من الناحية التكنولوجية وتحويلها إلى مجتمع رقمي.

الجدير بالذكر، أن الشركة قد ترشحت ضمن أفضل ثلاث شركات لجائزة أفضل



للتأكد من عدم وجود خلل فيها، والتأكد من سلامة قنواتها المعدية ووصلاتها.

التفقد اليومي لمياه الرديتر للتأكد من عدم نقصانها، فنقصان المياه يدل على وجود مشكلة معينة تستدعي الحل والصيانة.

التفقد اليومي لزيت محرك السيارة للتأكد من صلاحيته وحتى لا يؤثر على كفاءة المحرك.

نصائح ذهبية لمواجهة الارتفاع الشديد بدرجات الحرارة في السيارة

تجنب ساعات الذروة

ينبغي تجنب القيادة في الساعات التي ترتفع فيها درجات الحرارة، ومحاولة جعل الرحلات الطويلة خلال ساعات الصباح أو المساء، ويفضل الاستراحة في الظل بين الساعة 12 و15 ظهرا.

قبل بدء السير

فتح أبواب ونوافذ السيارة وفتحة السقف - إن وجدت - لخروج الهواء الساخن خارج السيارة، وضبط التهوية في البداية على أعلى المستويات، وعدم البدء في القيادة طالما أن عجلة القيادة ساخنة.

الحماية من الشمس

لحماية جيدة من أشعة الشمس يمكن تغطية النوافذ الجانبية بواسطة واقيات الشمس المخصصة لذلك، والتي لا تقوم بحجب الأشعة فوق البنفسجية فحسب، ولكن



ارتفاع درجة حرارة السيارة

تتألف السيارة من نظام متكامل يحتاج إلى صيانة ومعالجة باستمرار، وتحديد محرك السيارة لأن تبريده يتم من خلال التخلص من جميع الحرارة التي تتولد في النظام ككل باستخدام ماء يسمى سائل التبريد، وتحديدًا عندما يحدث احتراق داخلي.

ارتفاع درجة الحرارة من أكثر وأخطر الأمور التي يعاني منها أصحاب السيارات، ويدل على وجود خلل معين في منظومة عمل السيارة بمكوناتها وأجزائها، ولا شك أن عدم الانتباه إلى ارتفاع حرارة السيارة، أو إهمال عمل الصيانة اللازمة لأجزاء السيارة المسببة لارتفاع درجة حرارتها قد تؤدي إلى عطل الماكينة وعدم قدرة السيارة على الحركة.

تعطل طرمبة المياه في السيارة

فمن أسباب ارتفاع حرارة السيارة كذلك وجود عطل في طرمبة المياه بسبب تلفها أو قدمها، أو بسبب وجود ثقب فيها مما يسبب خروج المياه منه ونقصانها.

خلل في المروحة التي تعمل على تبريد الماء في الرديتر بسبب نقص كفاءتها أو كسر إحدى ريشها، وبالتالي عدم قدرتها على أداء دورها ضمن منظومة التبريد في

أو تخفيفها، ومن هذه الأجزاء ما يطلق عليه (الرديتر) الذي يؤدي وجود خلل فيه إلى ارتفاع حرارة السيارة، وقد يكون الخلل بسبب وجود الشوائب في ماء الرديتر مما يسبب انسداد قنواته وإغلاقها، أو وجود تسريب في أحد القنوات المعدية فيه مما يسبب تسرب المياه ونقصانها وبالتالي ارتفاع حرارة السيارة.

أسباب ارتفاع درجة حرارة السيارة

هناك بلا شك أسباب تؤدي إلى ارتفاع درجة حرارة السيارة نذكر منها:

وجود خلل في منظومة التبريد في السيارة

فما يحدث في ماكينة السيارة من عملية احتراق تنتج عنها حرارة تعمل أجزاء منظومة تبريد السيارة على تصريفها

السيارة.

خلل في التيرموستات الذي يقوم بمهمة تنظيم درجة حرارة المحرك، فعندما يكون المحرك بارداً لا يسمح التيرموستات للماء بالمرور من الرديتر إلى المحرك، بينما عندما يكون المحرك حرارته عالية يسمح التيرموستات للماء بالمرور من الرديتر إلى المحرك لتبريد أجزائه.

نقصان زيت المحرك أو عدم صلاحيته، فبعض السائقين يسير بسيارته مسافات طويلة دون أن يتفقد زيت المحرك، وهذا يؤدي إلى ارتفاع درجة حرارة ماكينة السيارة بسبب عدم قدرتها على العمل بكفاءة.

طرق تجنب ارتفاع درجة حرارة السيارة

هناك وسائل ينبغي على السائقين اتباعها لتجنب ارتفاع درجة حرارة السيارة نذكر منها:

عمل صيانة دورية لأجزاء السيارة

من أجل أبنائنا وبناتنا..
وجو اسري حيوي

لا للعنف الاسري!!



السيلفي.. الطريق الأقرب للموت

بلغت الوفيات الناجمة عن التقاط صور السيلفي حول العالم معدلات قياسية، وأنت ولاية غوا الهندية في المركز الأول عالمياً، وبناء على ذلك تسعى هذه الولاية الهندية المشهورة بالسياحة لتخصيص مناطق يمنع فيها التقاط صور السيلفي وفقاً لما نقلت «DailyMail».



أكبر حقول النفط في العالم

يعتبر حقل الغوار هو أكبر الحقول النفطية على مستوى العالم والذي يوجد في المملكة العربية السعودية واكتشف في عام 1949/1984 وتم تقدير إنتاجية هذا الحقل بنحو من (60-65%) من إنتاج السعودية للنفط، أي نحو خمسة ملايين برميل باليوم (البرميل الواحد يعادل 159 لتراً)، وتبلغ مساحة هذا الحقل نحو 30 كيلو متراً عريضاً و280 كيلو متراً طولاً، وتقدر احتياطياته من (70-170) مليار برميل، ويُضخ به ثمانية مليارات برميل من الماء لمعادلة الضغط لاستمرار المقدرة على استخراج النفط، ويقال إنه وصل إلى قمة إنتاجيته حسب تقديرات العام 2005 وهو الآن في انخفاض بما يقارب 8% سنوياً.



الاعتناء بالنباتات الطبيعية

تتفق جميعاً على جمال النباتات الداخلية والطاقة الإيجابية التي تنبعث منها بالإضافة إلى أهميتها في امتصاص الموجات الكهرومغناطيسية الصادرة من مختلف أنواع الأجهزة الكهربائية التي تحيط بنا. وتمثل التهوية العنصر الأهم بعد الماء في المحافظة على تألق النباتات الداخلية حيث يجب أن تتمتع بتيار دائم بدرجة حرارة معتدلة.



السجائر الإلكترونية تزيد خطر الإصابة بسرطان الفم

حذرت دراسة أمريكية حديثة من أن السجائر الإلكترونية يمكن أن تزيد فرص الإصابة بسرطان الفم، بصورة تماثل السجائر التقليدية. وتعمل السجائر الإلكترونية عن طريق تسخين سائل يحتوي على النيكوتين الموجود داخلها ليتحول السائل إلى بخار النيكوتين الذي يستنشقه المدخنون بدلاً من حرقه كما يتم في السجائر المعتادة.



رائد إماراتي يصعد إلى الفضاء إبريل القادم



سيكون العرب خلال أشهر قليلة على موعد مع حدث تاريخي، عندما يصعد أول رائد فضاء إماراتي إلى الفضاء، ليكون ثالث عربي يحظى بهذا الإنجاز.

ويواظب رائدا الفضاء الإماراتيان، هزاع المنصوري و سلطان النياي، على التدريبات في مركز «يوري غاغارين» لتدريب رواد الفضاء التابع للحكومة الروسية، من أجل المهمة التي سيشترك فيها أحدهما في أبريل المقبل، على أن يكون الآخر احتياطياً له.

ونشر ولي عهد دبي، رئيس مركز محمد بن راشد للفضاء، الشيخ حمدان بن محمد، في حسابه الرسمي على «تويتر» صوراً للرائدين المنصوري والنياي أثناء التدريبات.

وأضاف: «سلطان النياي وهزاع المنصوري طليعة رواد الفضاء الإماراتيين خلال التدريبات في مركز (يوري غاغارين) الروسي استعداداً للرحلة التاريخية إلى محطة الفضاء الدولية في الخامس من أبريل 2019، على متن مركبة سويوز إم إس-12، حيث ستستغرق الرحلة 10 أيام.

صخرة «لغز القمر» للبيع في مزاد علني!



عُرِضَت قطعة كبيرة من صخور القمر المكتشفة في الصحراء الكبرى العام الماضي، للبيع مقابل 500 ألف دولار. ويتكون نيزك القمر البالغ وزنه 5 كغ والمعروف باسمه غير الرسمي «لغز القمر»، من 6 شظايا يمكن تجميعها معاً، حيث يعد أحد أكبر صخور القمر التي تُعرض للبيع في مزاد علني. ويزن الجزء الأكبر من النيزك 2 كغ، ويبلغ قياسه 17*12 سم. ووصف خبير نيزكي الصخرة بأنها «الأكثر أهمية» من نوعها في السوق. وقال جيف نوتكن، الرئيس التنفيذي لـ Aerolite Meteorites، الذي قدم البرنامج التلفزيوني الأمريكي «Meteorite Men»: «انطلق هذا النيزك من سطح القمر في الماضي البعيد، على الأرجح بسبب تأثير نيزك مختلف، ثم سافر مسافة 250 ألف ميل إلى الأرض. وعلى الرغم من كل الصعاب، فقد نجا من الاحتراق في الغلاف

الجوي ليتم العثور عليه في براري صحارى شمالي غرب إفريقيا عام 2017». وطُرح النيزك الذي يحمل اسم «شمال غرب إفريقيا 11789 NAW»، للبيع من قبل دار المزادات الأمريكي «Auctions».

وفي حين أنه من غير المعروف كم عمر صخرة «لغز القمر»، فإن الدراسات التي أجريت منذ بضع سنوات توحي بأن القمر قد تشكل منذ حوالي 4.51 مليار سنة، أي بعد 80 مليون سنة فقط من تشكل النظام الشمسي.

مخاطر صحية غير متوقعة ترتبط بالضوضاء العالية!



وصف باحثو الأمم المتحدة الضوضاء الصادرة عن توربينات الرياح بأنها تشكل خطراً محتملاً على الصحة، وأدرجوها في تقييم شامل للأضرار. ويأتي ذلك في ظل دعم السياسيين لبناء توربينات الرياح البرية كبديل أنظف للوقود الأحفوري، حيث قال السياسي البريطاني، جيرمي كوربين، في حديثه ضمن مؤتمر العمل خلال الشهر الماضي، إنه سيزيد من طاقة الرياح بشكل كبير في «ثورة الوظائف الخضراء». ودرس خبراء منظمة الصحة العالمية 5 مصادر للضوضاء: ازدحام المرور، والسكك الحديدية، والطيران، وتوربينات الرياح، بالإضافة إلى سماعات الرأس والموسيقى الحية. وحذر التقرير من الآثار الصحية التي تشمل قلة النوم وفقدان السمع وطنين الأذن والتوتر، وكذلك تدهور صحة القلب وضغط الدم.

وقالت الدكتورة، سوزانا جاكاب، المديرة الإقليمية لمنظمة الصحة العالمية في أوروبا: «يتزايد التلوث في مدناً، ما يفسد حياة العديد من المواطنين الأوروبيين. وتسبب الضوضاء القوية مخاطر صحية تشمل أمراض القلب والأوعية الدموية. ونحن بحاجة إلى العمل على العديد من مصادر التلوث الضوضائي، بما في ذلك السيارات والنوادي الليلية الصاخبة والحفلات الموسيقية، لحماية صحتنا».

وترأس ستيفن ستانسفيلد، الأستاذ في معهد Wolfson للطب الوقائي في كوين ماري، مجموعة تطوير المبادئ التوجيهية في منظمة الصحة العالمية. وقال: «تم تطوير هذه المبادئ على أساس الأدلة المتنامية في مجال بحوث الضوضاء البيئية».

وأوضح ستانسفيلد أن الهدف الأساسي يتمثل في دعم سياسة الصحة العامة، التي ستحمي المجتمعات من الآثار الضارة للضوضاء، وكذلك تحفيز المزيد من البحث في الآثار الصحية لأنواع المختلفة من الضوضاء.

6 بيضات أسبوعياً «تجنب الموت المبكر»

يستطيع المرء أن يقلل من فرص موته المبكر بأكثر من طريقة، غير أن الدراسات كشفت أن هناك طريقة سهلة لإطالة العمر، إلى جانب ممارسة التمارين الرياضية والامتناع عن التدخين بالطبع. وهذه الطريقة السهلة هي تناول البيض، غير أن السؤال هو كم بيضة يجب أن يتناولها المرء من أجل حياة أطول؟

وفقاً للخبرتين في مجال التغذية جوليت كيلو وسارة درور، فإن تناول 6 بيضات أسبوعياً يساعد في إطالة العمر، وتحسين النظر وتقوية العضلات والعظام.

تقول الخبرتان إن البيض يحتوي على العديد من المغذيات، فهو مهم جداً للنظر والصحة العقلية، بسبب احتوائه على فيتامينين بي 12 وفيتامين إيه. بالإضافة إلى ذلك، فإن البيض يساعد في حماية العظام، كما يساعد المرضى على خفض الوزن، وفقاً لما ذكرته صحيفة إكسبرس البريطانية.

وتقول خبرتا التغذية في كتابهما «كل أفضل وعش طويلاً: افهم احتياجات جسمك وحافظ على صحتك» إن البيض يحتوي على كثير من المواد الغذائية ويرتبط بالصحة عموماً والوقاية من أمراض التقدم بالسن. وأضافت أن الآثار الإيجابية للبيض خسارة الوزن والحفاظ على الذاكرة والعظام تعني أن البيض عبارة عن غذاء بروتيني رائع يجب إضافته إلى المأكولات اليومية.

وعلى الرغم من أن البيض يحتوي على الكوليسترول، إلا أن الأبحاث العلمية الأخيرة كشفت أن الكوليسترول في الطعام له تأثير قليل على مستوى الكوليسترول في الدم أو خطر الإصابة بأمراض القلب. كما أنه يحتوي على اللوتين والزيكسانثين ومضادات الأكسدة المعروف باسم «كاروتينويد» التي تتركز في صفار البيض والضرورية لصحة العين. ويساعد بروتين البيض في تعزيز العضلات وتقويتها وهو أمر مهم للإنسان حين يتقدم به العمر.

وإلى جانب البيض يمكن تناول كميات من الخضار والفواكه يومياً، بالطبع مع ممارسة الرياضة بصورة منتظمة وبمعدل 150 دقيقة أسبوعياً.

جهاز يؤكد سلامة أجهزة الطائرة الفنية ويقلل حوادثها المفاجئة



حصل باحث أردني على براءة اختراع من كبريات الشركات الأمريكية الصانعة لعدة أنواع من الطائرات المدنية عن اختراعه جهازا يضمن المزيد من السلامة للمسافرين على الطائرات التجارية.

وعن أهمية الاختراع قال الباحث نبيه عتوم مهندس الطيران أنها تكمن في تأكيد سلامة الأجهزة الفنية للطائرة للحيلولة دون وقوع خلل مفاجئ فيها وكيفية صيانة هذا الخلل مما يلغي احتمالات وقوع أي خطأ بشري يؤثر على سلامة الطائرة.

يقول المخترع: «بالرغم من تقدم العلم وتوفر التكنولوجيا الحديثة فإن حوادث الطائرات لا تنتهي، فلا تكاد تمر أيام معدودة حتى نسمع عن سقوط طائرة على متنها عشرات الضحايا، وشهدت الأعوام الأخيرة تزايد هذه الحوادث بصورة ملحوظة، وهذا كان الدافع الأساسي للتفكير في هذا الاختراع».

وأضاف: «هناك العديد من الأسباب لسقوط الطائرات لعل أهمها العوامل التقنية كالتجهيزات، أو الصيانة، أو المراقبة التقليدية قبل إقلاع الطائرات، غير أن الأخطاء البشرية، سواء من جانب الطيار أو مساعده أو من جانب العامل في برج المراقبة في المطار تقف كسبب رئيسي من أسباب سقوط الطائرات».

والجهاز الجديد إضافة إلى أنه يتيح الكشف إلكترونيا عن سلامة جميع الأجهزة الفنية الموجودة في الطائرة فإنه يتولى توفير الأوكسجين فيها في الحالات الطارئة مما يضمن سلامة المسافرين. وقال أن الجهاز الجديد يقوم بفحص الحساسات الحرارية على جسم الطائرة وكذلك الحرارة في الأجهزة الإلكترونية العاملة فيها».

هل تتخيل هذا؟ "البنطلون الكرسي"!

هل تتعب من الوقوف أو السير لمسافات طويلة؟ أصبح بإمكانك بفضل ابتكار جديد أن «ترتدي كرسيك»، ليتحول بنطلونك العادي من مجرد قطعة ملابس إلى كرسي متحرك. فقد ابتكرت شركة كرسيًا يمكن ارتداؤه على هيئة بنطلون، ليتحول في ثوان إلى مقعد مريح يسعف مرتديه من التعب.

وذكرت الشركة أن الدافع وراء هذا الاختراع جاء بسبب التعب الذي يصيب كبار السن والذين يعملون في أعمال شاقة تحتاج إلى المشي كثيرًا، فهذا الكرسي سيريحهم حال تعبوا. وقال «ليكس» مخترع هذا الكرسي إنه سيريح الكثير من الناس وبخاصة كبار السن.

يذكر أن الكرسي سيبلغ سعره 338 دولارا، وقد اشتهرت الفكرة ولاقت استحساناً كبيراً لدى رواد التواصل الاجتماعي.

ويقول مبتكرو الكرسي «ليكس»، إنه سيساعد بشكل كبير الأشخاص الذين يتطلب عملهم مجهوداً بدنياً، أو أولئك الذين يضطرون للتنقل لمسافات طويلة، حسب ما ذكر موقع «بنزس إنسايدر».



اختراع اماراتي «جهاز إنذار السائقين»



الحادث بكبسة زر واحدة حيث يقوم بذلك بتشغيل وحدة إنارة فوسفورية أرضية تنير قبل موقع الحادث بخمسائة متر ويمكن رؤيتها في حالات الضباب الكثيف جداً، وبذلك ومن خلال الإرشاد الإعلامي لمدة بسيطة يصبح لدى جميع السائقين علم بأنه لو صادف تلك الإنارة فإن ذلك يعني وجود حادث فيقوم بتخفيف السرعة وتوخي الحيطة والحذر.

سوف يستغرق وقتاً إذ إن الحادث يحصل في ثوان معدودة وتصادم السيارات بكثافة وخاصة أثناء الازدحام. لو نظرنا من المنظور المروري فإن السائق هنا بحاجة إلى تنبيه سريع جداً بوجود حادث سيصادفه وقد لا يلاحظ اللوحات الإرشادية أثناء الضباب الكثيف وبالتالي هنا نتحدث عن دور الجهاز الذي يستطيع من خلاله مأمور اللاسلكي أن يبلغ السائقين بوجود

يهدف جهاز «إنذار السائقين» إلى تنبيه قائدي السيارات بوجود حادث أثناء الضباب، وهذا النظام هو أول ابتكار من نوعه في العالم حيث إن أحدث الأنظمة المستخدمة في العالم حالياً هي أنظمة البورصات الإرشادية وأنظمة الحساسات الإلكترونية، التي تقوم باكتشاف تراكم السيارات في المكان وإرسال الإشارات إلى غرف العمليات لإجراء اللازم وهذا بدوره

Oman Palm Hotel Suites

Oman Palm Hotel Suites is one of the best budget hotels near Muscat International Airport. Located in the middle of Seeb in Muscat, Oman Palm Hotel Suites offer modern accommodation. It boasts a spa and a beauty shop. This property offers free high speed WIFI connection.



South souq Al Mawleh Behind Pizza Hut Seeb Muscat, Sultanate of Oman, P.O.Box:3372, Postal Code:111

+968 24537885 | 24537886
+968 98891628



info@safarihotels.co
www.safarihotels.co



عطاء المرأة العمانية معين لا ينضب



بقلم ناصر بن سالم الحمدي
كاتب وإعلامي

حظيت المرأة العمانية منذ بداية العهد الزاهر على الكثير من المكاسب وتبوءت مكانة مرموقة في المجتمع وذلك بفضل الاهتمام السامي لحضرة صاحب الجلالة السلطان قابوس بن سعيد المعظم حفظه الله ورعاه وأيده بنصره فقد فتح أمامها الأبواب مشرعة لتحقيق ذاتها وأولاه الرعاية والعناية لتؤدي دورها في المجتمع كشريك وليس كتابع مثلما تنتهج بعض الدول.. وبدورها عضت المرأة العمانية على الفرصة الذهبية بالنواجذ ووقفت بجوار أخيها الرجل خلال مسيرة التنمية فأبدعت وحققت الإنجازات تلو الأخرى وتبوءت مكانة مرموقة تبرز جهودها وإبداعاتها وشغلت مناصب مهمة في جميع التخصصات فأصبحت وزيرة وطبيبة ومهندسة ومعلمة وإعلامية وأديبة وشرطية وموظفة وسيدة أعمال وكافة مجالات المجتمع التي تدل على أنها شريك إيجابي في مسيرة التنمية الوطنية.

لقد فتح قائدنا المفدى أبغاه الله كافة المجالات للمرأة حيث وفر لها فرص التعليم والتدريب والتوظيف وسن القوانين التي تضمن حقوقها وتجعلها قادرة على اكتساب الخبرة في أي مجال من مجالات التنمية والارتقاء بمستواها المهني والعلمي يجسد ذلك ما قاله حفظه الله ورعاه في الخطاب السامي أمام الانعقاد السنوي لمجلس عمان عام 2009 «لقد أولينا منذ بداية هذا العهد اهتمامنا الكامل لمشاركة المرأة العمانية في مسيرة النهضة المباركة فوفرنا لها فرص التعليم والتدريب والتوظيف ودعمنا دورها ومكانتها في المجتمع، وأكدنا على ضرورة إسهامها في شتى مجالات التنمية، ويسرنا ذلك من خلال النظم والقوانين التي تضمن حقوقها وتبين واجباتها، وتجعلها قادرة على تحقيق الارتقاء بذاتها وخبراتها ومهاراتها من أجل بناء وطنها، وإعلاء شأنه. ونحن ماضون في هذا النهج، - إن شاء الله - لقناعتنا بأن الوطن في مسيرته المباركة، يحتاج إلى كل من الرجل والمرأة فهو بلا ريب، كالتأثير الذي يعتمد على جناحيه في التحليق إلى آفاق السماوات، فكيف تكون حاله إذا كان أحد هذين الجناحين مهبطاً منكسراً؟ هل يقوى على هذا التحليق؟».. وهذه الكلمات الحكيمة توضح كمية الاحترام التي تنالها المرأة العمانية ومنحها الفرصة للمشاركة في دفع عجلة التنمية.

ومن الأمور التي تبرهن أيضاً على الاهتمام بالمرأة تخصيص يوم 17 أكتوبر من كل عام تكريماً لها لتشجيعها ودعمها وإبراز منجزاتها ودورها في المجتمع ومن الجميل أن هذا العام تزامن الاحتفال بيوم المرأة العمانية مع تصدر السلطنة لقائمة أفضل الوجهات الأكثر سلماً وأماناً لمعيشة النساء ضمن استطلاع شبكة انترنيشن الألمانية المعروف عالمياً باسم «ايكسبات انسيدر» حيث حصلت على المركز الأول عربياً والثاني عالمياً بعد لوكسمبرج وتلتها النرويج ثم نيوزيلندا فسويسرا وفنلندا وسنغافورة والدنمارك والإمارات العربية المتحدة وأخيراً كندا وهذا التصنيف مؤشر قوي على ما تتمتع به المرأة من مكانة واحترام وأمان في بلادنا.. فالسياسة الحكيمة وضعت اسم السلطنة في هذه المرتبة المتقدمة الرفيعة بما تقدمه من خدمات وسياسات رشيدة

تساهم في نشر التسامح والاستقرار والأمان والتعايش بين أبناء المجتمع ككل. لقد استطاعت المرأة العمانية أن تتفوق على نفسها وتحقق ذاتها وتصل لمراتب عالية في كافة المجالات العلمية والعملية لأنها أدركت حجم المسؤولية الملقاة على كاهلها ومقدار الثقة التي أولاها بها مولانا السلطان المفدى فنافست بقوة على الصدارة حتى وصلت إلى العالمية في العديد من المجالات وخير شاهد على ذلك وصول الباحثة العمانية منى بنت أحمد الحبسية التي كانت ضمن فريق العالم الياباني تاسوكو هونجو إلى جائزة نوبل للطب التي حصل عليها لجهوده بمشاركة فريق عمله مناصفة مع الأمريكي جيمس أليسون في مجال العلاج المناعي لمرض السرطان.. وهذا التفوق العلمي للحبسية يؤكد على تميز المنظومة التعليمية بالسلطنة التي أهلتها للوصول لهذه المكانة العظيمة.. كذلك لا ننسى اختيار الدكتورة أروى بنت زكريا الريامية لتقلد منصب رئيس المجلس الاستشاري للجمعية العالمية لطب نقل الدم وممثلة لمنطقة الشرق الأوسط لتكون أول عربية تنال هذا المنصب المرموق.

إن عطاءات المرأة العمانية لم تقف عند حد الطب بل نجدها في كافة المجالات ففي مجال الدبلوماسية نراها ممثلة السلطنة في المنظمة الإسلامية للتربية والعلوم والثقافة «الإيسيسكو» ومندوبة دائمة لدى الأمم المتحدة ومنظمة التجارة العالمية بجنيف وغيرهن حتى المجال الرياضي لا ننسى تأهل لاعبة فاطمة النبهانية في العديد من البطولات الدولية للتنس وغيرهن الكثيرات اللاتي حققن الإنجازات والتي أثبتت فيها المرأة ذاتها وقدراتها الإبداعية.

إن تاريخ المرأة العماني حافل بالمشاركات الإيجابية وإسهاماتهن الحضارية والإنسانية منقوشة فيه بأحرف من نور فلم يقتصر دورهن على الجانب التربوي فقط بل تعداه إلى الاقتصادي والعلمي والأدبي والسياسي وكافة التخصصات فعطاء المرأة معين لا ينضب ونهر لا ينقطع ومسيرة من الكفاح لا تكل ولا تمل.. فكل التحية للمرأة العمانية وندعو الله أن يوفقها في مسيرتها وتحقق المزيد والمزيد من النجاحات وحفظ الله قيادتنا الحكيمة التي رفعت رأس الرجل والمرأة معا في عنان السماء.





الصحة تحتفل باليوم العالمي للسمنة ببرامج وقصص تحفز على اتباع نمط الحياة الصحية

بالعيادة فريق طبي متكامل مكون من أطباء ذوي اختصاص وطواقم تمريض مدرب واختصاصيات تغذية علاجية واختصاصيات في العلاج الطبيعي والنشاط البدني الإكلينيكي وأخصائية التوعية السلوكية. وعلاوة على ذلك فقد تم حديثاً ضم عيادة مشتركة مع فريق عيادة جراحة السمنة بالمستشفى السلطاني يتم من خلالها تقييم الحالات التي تحتاج لتدخل جراحي وكذلك عمل متابعات دورية للمرضى لمساعدتهم وتوجيههم لتبني نمط حياة صحي. وفي هذه المناسبة تم تقديم جوائز قيمة لعشرين مريضاً من الذين نجحوا في تحقيق خفض نسبة كبيرة من أوزانهم تحت إشراف ومتابعة قسم السمنة بالمركز، وجاء في المركز الأول مريض تمكن من الوصول إلى الوزن المثالي خلال سنة وهناك أيضاً من حقق خفض ٤٢ كيلوجراماً من وزنه، علاوة على ذلك هناك أيضاً مجموعة من المرضى الذين حافظوا على ثبات أوزانهم بعد النقصان. إن الأشخاص أصحاب الوزن الزائد أو البدناء يشكون من مشاكل نفسية عدة مثل الاكتئاب والقلق ونقص في احترام الذات إذا ما تعرض للسخرية بسبب الوزن، ومن الممكن أيضاً أن يتسبب التمييز في تصرفات أخرى لتدمير الذات والصحة العامة مثل الامتناع عن الذهاب لصالة الألعاب الرياضية أو زيارة الطبيب.

لمرضى السكري أشارت فيها إلى السمنة ومدى انتشارها وأهمية زيادة الوعي في المجتمع. ثم تلاه عدد من المحاضرات التثقيفية للمرضى تضمنت التعريف بمرض السمنة، ومضاعفاته وطرق العلاج والتغذية العلاجية، وعدداً من المحاضرات الأخرى تناول تحفيز المرضى على أهمية اتباع نمط حياة صحي، كما تضمن عرض فيديو لقصص النجاح. وشمل الملتقى أيضاً أركاناً تعريفية بأضرار السمنة ومسبباتها ومضاعفاتها وأهمية الغذاء الصحي والنشاط البدني، واشتملت أيضاً على ركن لقياس الأوزان ومعدل كتلة الجسم، ومعرفة الوزن المثالي. وحرصاً من المركز الوطني لعلاج أمراض السكري والغدد الصماء بالتعاون مع الجمعية العمانية لمرض السكري تتضافر الجهود معا بهدف نشر الوعي بمرض السمنة وتعزيز ثقافة اتباع نمط حياة صحي والتشجيع لاستمرارية الحفاظ على الصحة ومكافحة السمنة والحد من خطر الإصابة بمشكلات صحية ومضاعفات، ويعتبر هذا الملتقى الخامس لمرضى السمنة (الرابح الأكبر). كما أن عيادة السمنة بالمركز الوطني لعلاج أمراض السكري والغدد الصماء استقبلت أكثر من 2000 مريض من مناطق مختلفة في السلطنة ممن يعانون من السمنة المفرطة، ويعمل

نظمت وزارة الصحة ممثلة بالمركز الوطني لعلاج أمراض السكري والغدد الصماء «فريق عيادة السمنة» بالتعاون مع الجمعية العمانية لمرض السكري احتفالية بمناسبة اليوم العالمي للسمنة والذي يوافق الحادي عشر من أكتوبر من كل عام، تحت رعاية صاحبة السمو السيدة الدكتورة منى بنت فهد آل سعيد مساعدة رئيس جامعة السلطان قابوس للتعاون الدولي، وبحضور عدد من المسؤولين بديوان عام وزارة الصحة والمستشفى السلطاني وموظفي المركز الوطني لعلاج أمراض السكري والغدد الصماء، بالإضافة إلى عدد من أعضاء الجمعية العمانية لمرض السكري، وبمشاركة 150 مشاركاً من بين المرضى وذويهم، وذلك بقاعة النور في مدينة السلطان قابوس. ويأتي شعار هذا العام «لا لوصمة البدانة»، أي لا للتمييز والنظرة السلبية تجاه البدانة، حيث إن نظرة المجتمع لمشكلة السمنة سلبية، وتتأطر هذه الوصمة في المعاملة والقلق الناجم منها والتي يلاقيها البدناء من المجتمع متناسين أن السمنة صنف كمرض مزمن متعدد الأسباب. وبدأ برنامج الاحتفال بكلمة للسيدة الدكتورة نور البوسعيدية مديرة المركز الوطني لعلاج أمراض السكري والغدد الصماء ورئيسة الجمعية العمانية



في اليوم العالمي لمكافحة السمنة

منظمة الصحة العالمية تحت على اتخاذ إجراءات للحد من آثار استهلاك المشروبات السكرية

احتفالاً بإدراج منظمة الصحة ليوم ١١ أكتوبر من كل عام، كيوم عالمي لمكافحة السمنة أطلقت المنظمة تقريراً جديداً يشير إلى أن فرض ضرائب على المشروبات التي تحتوي على السكر، يمكن أن يؤدي إلى خفض استهلاكها والوقاية من البدانة، والإصابة بداء السكري من النوع الثاني، وتسوس الأسنان.

يمكن أن تشكل مصدراً كبيراً للسعرات الحرارية غير الضرورية في النظام الغذائي للسكان، وخاصة في حالة الأطفال والمراهقين والشباب. وتشير أيضاً إلى أن بعض الجماعات، بما في ذلك الأشخاص الذين يعيشون على دخل منخفض، والشباب، والأشخاص الذين غالباً ما يستهلكون الأطعمة غير الصحية والمشروبات، هم الأكثر استجابة للتغيرات في أسعار المشروبات والأطعمة، وبالتالي جني أعلى الفوائد الصحية.

ويوضح التقرير أن خفض استهلاك المشروبات السكرية يعني انخفاض مدخول كمية «السكريات الحرة» والسعرات الحرارية بشكل عام، وتحسين التغذية، وانخفاض عدد الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن، والبدانة، ومرض السكري وتسوس الأسنان. ووفق تقرير منظمة الصحة، تشير الاستطلاعات الوطنية المتعلقة بالحماية الغذائية إلى أن المشروبات والأطعمة التي تحتوي على السكريات الحرة

ووفقاً للتقرير الصادر بعنوان «السياسات المالية للحماية والوقاية من الأمراض غير السارية» من شأن السياسات المالية التي تفرض زيادة لا تقل عن 20% في سعر التجزئة للمشروبات التي تحتوي على السكر، أن تؤدي إلى انخفاض متناسب في استهلاك هذه المنتجات. وأوضح التقرير أنه ينبغي للسياسات المالية أن تستهدف الأطعمة والمشروبات التي توجد لها بدائل صحية متاحة.



يعتبر الأمن والصحة والسلامة غاية كل فرد في هذه الحياة، ولهذا يسعى الإنسان جاهداً وبكل ما أوتي من أدوات ووسائل ليحقق هذه الغاية، لكي يتجنب ويجنب من حوله المخاطر التي تقضي على الأرواح والأموال على حد سواء وتختلف التدابير الوقائية باختلاف نوع وحجم الخطر أو الكارثة.

تقرير: جبهة الحارثي

الأمن والصحة والسلامة المدرسية.. ضرورة حتمية



المنطلق ارتأت جماعة الأمن والسلامة القيام بعملية تثقيف للطلبة والطالبات عن مفهوم الأمن والسلامة داخل وخارج المدرسة وأهميتها وطرق الوقاية، حيث يتم اختيار مجموعة من الطلاب ليقوموا بدور الشرطي الصغير في الحافلة ويحملون دفتر المخالفات لكتابة أسماء الطلبة المخالفين فيها وعدم الانتظام أثناء الصعود والنزول من الحافلة، وعمل ممر أمن لحماية الطلاب المشاة داخل المبنى المدرسي وتخصيص مكان لانتظار الحافلات يحتوي على رسومات وعبارات لأهمية الانتظام عند انتظار الحافلات، كما قامت جماعة الأمن والسلامة بإبراز دورها من خلال تخصيص الحصة الصفية لتوعية التلاميذ بقواعد الأمن والسلامة في المدرسة والتصرف الصحيح، حيث يواجه الطلاب خطراً متزايداً للتعرض للإصابات خلال السير إلى المدرسة، ويمكن تحقيق سلامة الطلاب من هذه الناحية، وتجنب مثل هذه الأخطار من خلال معرفة المزيد عنها، والخطوات التي يمكن اتخاذها لتعزيز سلامة المشاة في المجتمع.

فهناك علاقة وثيقة بين المدرسة وبين الأمن والسلامة حيث تمنح المدرسة مستوى معيناً ومناسباً من الأمن والسلامة بمفهومها الخاص بالمجال التعليمي بحيث يوفر المتطلبات التي من خلالها يمكن للمدرسة إيجاد مستوى من الأمن والسلامة الذي يوفر الحماية المطلوبة للطلاب والمعلمين.

كوثر الشرجية المشرفة على النشاط بمدرسة الفتح للتعليم الأساسي تقول: الأمن هو صمام الأمان لكل مكان وخاصة المدرسة حيث إن إتباع إجراءات الأمن وتطبيقها هي الوقاية الحقيقية وخط الدفاع الأول لإدارة المدرسة من حصول الحوادث أو المشاكل فالمدرسة بيئة يمكن أن تحدث فيها العديد من المشاكل سواء فرديه أو جماعية وذلك لتعدد أنماط الطلاب سواء من سلوكيات أو من بيئات مختلفة، وتعتبر الإصابات الناتجة عن المركبات أكبر مشكلة صحية عامة تواجه الطلاب في الوقت الحالي؛ حيث تعتبر حوادث السيارات مثلاً السبب الرئيسي لوفاة الأطفال، من هذا

النار، بالإضافة إلى التدريب على استخدام معدات الإطفاء وخراطيم المياه وبطانيات الإطفاء بالمساعدة مع إدارة الإطفاء، كما تم تفعيل حصص الريادة والاحتياط في نشر السلامة المرورية التي تتضمن مجلات ومعلومات ونصائح أثناء الصعود للحافلات بالإضافة إلى تفعيل دور الإذاعة الصباحية من خلال الحديث عن الإخلاء والتصرف الصحيح عند حدوث حريق بالمدرسة وتم تدريب الطلاب والطاقم الإداري والتدريسي على طرق استخدام الطفايات الحريق بطريقة صحيحة، كما شاركت المدرسة بالعديد من الفعاليات كالمشاركة في المعرض المروري الذي كان يحمل اسم (حافلاتنا بالقيم حافلة). فالوقاية هي المفتاح الأول في القضاء على الظروف التي يمكن أن تسهم في حماية الطلاب والهيئة التدريسية من المخاطر المحيطة بهم داخل المدرسة.

عالية الزيدية أخصائية أنشطة بمدرسة حقول المعرفة للتعليم الأساسي تقول: الحوادث التي تحدث للطلاب والطالبات في المدارس يمكن تفاديها بالمجمل، ولكن التساهل في احتياطات السلامة قد يسهل وقوع الكثير منها، ولنشاط الأمن والسلامة في المدرسة دور في توعية الطلاب باستخدام الطفايات وأنواعها والتوعية بخطة الإخلاء وتنفيذها وفق مخطط المدرسة في حال وجود حريق أو أي طارئ يستدعي إخلاء الطلاب وتدريبهم والهيئة التدريسية والإداريين عليها، ومن أهم عناصر خطة الإخلاء وجود مخارج للطوارئ، بالإضافة إلى التواصل مع هيئة الدفاع المدني لتنفيذ الإخلاء وتقييمه والتطبيق العملي للطفايات، كما أن وجود معدات السلامة في الأماكن المناسبة، مثل طفايات الحريق، ووجود شخص مدرب على الإسعافات الأولية أيضاً من الأمور التي لا يجب إغفالها، ومع ذلك أهم عنصر في سلامة الطلاب والطالبات هو المراقبة المستمرة فالخطر يكون أكبر عندما يحدث الحريق في محيط المدرسة ولا يحتوي على وسائل السلامة الضرورية. كما أن من أهم الطرق المتبعة لترشيد الطلاب عن سلامتهم من خلال البرامج الإذاعية التوعوية التي تشمل الأمن والسلامة.

المدرسة ومخارجها بجانب مكتب الإدارة.

تعليق العديد من اللوحات التحذيرية والإرشادية في الممرات واللوحات الإعلانية بالمدرسة.

تنفيذ خطة الإخلاء بالمدرسة.

إقامة ورشة تدريبية على أنواع واستخدام طفايات الحريق والإسعافات الأولية.

إقامة محاضرة بعنوان الأمن والسلامة مسؤولية الجميع بالتعاون مع شرطة شناصر.

توزيع صناديق الإسعافات الأولية على سائقي الحافلات.

المشاركة في أسابيع مرور دول مجلس التعاون الخليجي.

تجهيز حقيبة إرشادية خاصة بالأمن والسلامة تحتوي على العديد من النشرات والمطويات والرسومات والقصص والمسابقات.

المشاركة في مسابقة شل للسلامة على الطريق.

تنفيذ القاعدة الذهبية لركوب الحافلات.

الأستاذة شمسة المسكرية المشرفة على النشاط بمدرسة الإدراك للتعليم الأساسي تقول: تعتبر سلامة الطلبة ورعايتهم أثناء وجودهم في المدارس من الأولويات الضرورية، فالطالب قد تكون لديه الرغبة الكبيرة في الاستكشاف والفضول الذي يقوده في معظم الأحيان إلى التعرض للمخاطر دون أن يدرك مدى خطورتها على حياته، لذا فإن الحفاظ على سلامة الطلبة في المدارس مسؤولية تشترك فيها العديد من الجهات من إداريين وهيئات تدريسية وفي الوقت نفسه فهي لا تقل أهمية عند أهل ومن هنا يبرز الدور التكاملي للمدرسة والبيت معا كمسؤولين عن تحقيق المفهوم الشامل لسلامة الطلبة ودرء المخاطر عنهم.

يقوم نشاط الأمن والسلامة بدور كبير وفعال في تثقيف الطلاب في أمور كثيرة من بينها كيفية التصرف الصحيح عند حدوث أي أمر طارئ سواء كان الأمر يختص بحالة مرضية أو حريق أو حادث مروري، والتدريب على استعمال أجهزة الإنذار فوراً عند انتشار الدخان أو اندلاع

جهاز إنذار مبكر موصل بأجراس إنذار.

أجهزة الكشف عن الدخان.

صندوق إطفاء وخراطيم مياه.

طفايات الحريق

مخارج الطوارئ وتزويدها بالإضاءة الدالة عليها.

الأنشطة المدرسية تهدف إلى تحقيق الأمن والسلامة داخل المدرسة وخارجها، وخلق بيئة أكثر أمناً واستقراراً داخل البيئة المدرسية لكل من الطالب والهيئة الإدارية والتدريسية والفنية الموجودة فيها ومن هذا المنطلق تم رصد مجموعة من المدارس التي تحمل نشاطاً فعالاً في الأمن والسلامة ومدى دور النشاط في تثقيف الطلاب داخل وخارج المدرسة.

الأستاذ خالد الدرمكي، المسؤول عن النشاط بمدرسة ابن الأثير للتعليم ما بعد الأساسي يقول: الأمن والسلامة يعتبران هدفاً أساسياً لكل فرد في هذه الحياة، لذا يسعى كل إنسان بكل ما أوتي من أدوات ووسائل ليحقق هذا الهدف المهم، ليجنب نفسه ويجنب من حوله الأخطار التي تقضي على الأرواح والأموال والممتلكات، وهناك العديد من حالات الطوارئ التي يتم التعامل معها بسبب الإصابات التي تحصل في المدرسة؛ لذلك يجب على الإدارة المدرسية تجنب الإصابات الخطيرة، وضمان سلامة الطلاب أثناء تواجدهم في المحيط المدرسي، ويقوم نشاط الأمن والسلامة بالمساعدة في توفير البيئة الآمنة داخل المدرسة وخارجها وتدريب الطلاب على خطة الإخلاء وكيفية استخدام طفايات الحريق كما تلعب دوراً في التأكد من صلاحية طفايات الحريق وأجهزة الإنذار بالمدرسة وتنظيم مدخل الباصات وأماكن وقوف الحافلات كما أن لطلبة برامج الأمن والسلامة دوراً في إقامة محاضرات وحملات توعوية داخل المدرسة وخارجها، ووضع اللافتات التحذيرية والإرشادية داخل المدرسة وتنظيم المسابقات الخاصة بالأمن والسلامة والمشاركة في بث الوعي والثقافة المرورية بصورة عامة.

من ضمن الفعاليات والبرامج الخاصة بالأمن والسلامة والتي نفذتها المدرسة: وضع مخطط تفصيلي لمداخل

توفير البيئات الصحية السليمة

يعتبر توفير الأمن والبيئة الصحية السليمة في المدارس أمراً ضرورياً لدعم النجاح الأكاديمي للطلاب، مما يتيح لهم الفرصة للتعلم وتحقيق الإبداع الدراسي في بيئة آمنة صحية وسليمة، ولتحقيق ذلك، يجب على إدارة المدرسة أن تُشدد على السياسات والقوانين التي تتعلق بتحقيق السلامة المدرسية لزيادة شعور الطلاب بالأمان، مثل الاهتمام بوسائل السلامة المدرسية، والحد من العنف المدرسي، وتطوير السلوكيات الاجتماعية الصحيحة للطلاب.

تعليم الطلاب إجراءات الطوارئ

يجب على المعلمين أخذ زمام المسؤولية في إخراج الطلاب من الصف في حال حدوث أية كارثة قد تهدد أمن وسلامة الطلاب، ولا يقتصر الأمر على ذلك بل يجب أيضاً تعليمهم سبل الحماية، وكيفية التصرف في حال حدوث حالات طارئة داخل المدرسة كالحريق مثلاً، وذلك لتفادي الإصابات والتي قد تسببهم.

إرشادات الوصول إلى أعلى مستوى من الأمن والسلامة في المدرسة:

تحديد فريق الأزمات (جماعة الأمن والسلامة المدرسية) وتحديد مسؤولياتهم.

وضع خطط للطوارئ والأزمات وحالات الإخلاء.

تنفيذ دورات تدريبية عن الأمن والسلامة بشكل دوري في المدارس للمعلمين والطلاب.

متابعة تنفيذ والتزام المعلمين والطلاب وكل من في المدرسة بإرشادات وتعليمات الأمن والسلامة.

كشف دوري على كل الأماكن والمعامل والمعدات والأجهزة والتמידات والتأكد من عملها أو صلاحيتها.

توفير الاحتياجات والمتطلبات الخاصة بالأمن والسلامة في المدارس.

إدخال موضوعات الأمن والسلامة ضمن برامج النشاط الطلابي.

أدوات الأمن والسلامة التي يجب توافرها في كل مدرسة:

صندوق إسعافات أولية.



أغرب القوانين في ولاية كاليفورنيا



الطاووس يمتلك الحرية للسير في أي مكان

في أركاديا يعد الطاووس واحدًا من المواطنين، فهناك وفرة من الطاووس التي سكنت في هذه المدينة الجميلة التي يبلغ عدد سكانها ٦٠ ألف شخص، وبسبب هذا، هناك قوانين تحرس على رفاهيتها، فالطاووس لديه الحق في عبور الطريق، لذلك فمن غير القانوني دهس أي طاووس، فيتم معاملته كما لو كان إنسانًا.



لا يمكن لأحد أن يزج سحلية في حديقة المدينة

بالطبع، السحلية ليست سوى جزء من القانون، ففي فريسنو يوجد قانون خاص بإزعاج الحيوانات في المتنزهات وهو ينص على أنه لا يجوز لأي شخص أن يصطاد، أو يلاحق، أو يزج، أو يرمي الحجارة أو القذائف أو يزج بأي شكل من الأشكال، أي حيوان أو طائر أو زواحف داخل حدود أي متنزه.

حديث الصورة

الاطفال كالورد والرياحين والجواهر»

ان ارتباط الأطفال بالموروث المحلي يعزز مفاهيم الهوية الوطنية. حيث ان الطفل انعكاسا لبيئته، وعليه فانه وجب على الآباء تعليم أبنائهم المحافظة على تراث الوطن وعاداته وتقاليده. ان الاهتمام بالموروثات العمانية الجميلة وتمسك أبائها بكل ماتملك تحافظ على بقاء عمان جميلة بأصالتها العريقة.
بعدسة المصورة: سهام الحارثية



كيف تنبأت أساطير الإغريق بالروبوتات القاتلة والسيارات ذاتية القيادة؟



تنبأ الإغريق بدقة بظهور الذكاء الاصطناعي والروبوتات القاتلة والسيارات ذاتية القيادة، وفقا لكتاب جديد. وتدعي المؤرخة الأمريكية، الدكتورة أدريان مايور أن الأساطير اليونانية تصور العديد من اتجاهات التكنولوجيا التي نشهدها اليوم. وتقول مايور إن الشخصيات التي بناها هيفايستوس، إله تصنيع المعادن والاختراع لدى الإغريق، كانت تنبؤات مبكرة لظهور الروبوتات البشرية.

ومن بين أشهر الشخصيات الأسطورية نجد «تالوس»، وهو «روبوت برونزي قاتل»، يحرس جزيرة كريت، وشخصية «باندورا» التي تصفها الدكتورة مايور بأنها نسخة طبق الأصل من طراز شخصية فيلم الخيال العلمي «Blade Runner». وأضافت مايور أن شخصية باندورا شبيهة بـ«الذكاء الاصطناعي» وقد تمت برمجتها لنشر معاناة أبدية في البشرية. وتستشهد مايور، وهي عميدة جامعة ستانفورد، بأمثلة أخرى

عديدة عن اتجاهات التكنولوجيا الحديثة في الأساطير اليونانية القديمة، في كتابها الجديد الذي يحمل عنوان «الآلهة والروبوتات: الأساطير والآلات والأحلام القديمة بالتكنولوجيا». وتزعم مايور أنه على الرغم من أن الإغريق لم يعرفوا كيف تعمل هذه التكنولوجيا، إلا أنهم ربما تنبأوا بظهورها في المجتمع، فعلى سبيل المثال، قامت سفن أوديسيوس، وهي ملك إيثيكا الأسطوري، بتوجيه نفسها من منطقة «Phaeacia» المعروفة في الأساطير الإغريقية، إلى الوطن إيثيكا دون قائد. كما صنع الإله هيفايستوس آلات من الذهب وجعلها بالعقل والتعلم والمهارة، والتي ظهرت في ملحمة «الإلياذة وهوميروس»، وهو ما اعتبرته الكاتبة تنبؤًا بالروبوتات المساعدة المزودة بالذكاء الاصطناعي. وتحت الدكتورة مايور الباحثين على تحليل أساطير اليونانيين عن قرب لمعرفة مدى اقترابها من المستقبل الذي تهيمن عليه التقنيات الآلية.

حقيقة أسطورة



طائر الفيل

يجزم العديد من البشر بأن طائر الفيل ما هو إلا مجرد حكاية خيالية، وأسطورة من الأساطير القديمة، وذلك لارتباط شكل الفيل وحجمه الضخم بالطيران وهو أمر لا يمكن تقبله بالعقل البشري إلا أن هناك دراسات أكدت على وجود مثل هذا الطائر وقد دعمت تلك الأسطورة العثور على بيضة ذلك الكائن المنقرض في الفترة بين القرنين الثالث عشر والسابع عشر.

في عام ١٦٤٢م، تم اكتشاف عظام طائر الفيل، وكذلك بعض القشور التي تعود لبيضة هذا الطائر في إفريقيا بواسطة بعثة من المستكشفين الفرنسيين، في البداية ظن أفراد البعثة أن تلك العظام هي عظام نعام، إلا أنه بعد ذلك تم التعرف على هوية العظام وأنها تعود لطائر الفيل، وفي عام ١٩٦٩م، وجد لوس ماردين بيضة عملاقة وبداخلها هيكل لجنين طائر الفيل، والتي توجد حاليًا لدى علماء واشنطن.

سبب تسميته بهذا الاسم

يعود السبب وراء تسمية طائر الفيل بهذا الاسم، إلى مذكرات الرحالة والمستكشف ماركو بولو، والتي ذكر فيها أن مجموعة من الطيور الضخمة تقوم بمهاجمة الفيلة، ثم تقوم بحملها، وبعد ذلك تلقيها على الأرض بقوة، وعلى أثر ذلك الهجوم العنيف، تتعرض الفيلة للموت، فتقوم بعد ذلك تلك الطيور بالتهامها كلها، وبناءً على تلك الرواية سمي هذا الطائر العملاق بهذا الاسم.