

## عنوان المنتدى العراقي

(شبرسبوش – Shepherds Bush)  
Office C, Norland House,  
9 Queensdale Crescent,  
London W11 4TL  
تلفون: 0207 023 2650  
الفاكس: 0203 513 0098



## في هذا العدد:

- الطفولة في العراق ص 3
- امسية الشاعر بلقيس حميد حسن ص 6
- معارض وفنون ص 8
- نشاطات قادمة ص 5 و 6

Issue No. 109 June 2013

صحيفة دورية تصدر عن المنتدى العراقي

العدد 109 حزيران (يونيو) 2013

## بريطانيا تجري تغييرات جديدة على إعانات الضمان الإجتماعي

(Disability Living Allowance Personal) بمعونة الإستقلال الشخصي (Independent Payment – PIP) وتدفع الـ (PIP) لك إذا كنت مريضاً جداً أو تعاني من إعاقة أو صعوبة في تأدية الواجبات الحياتية / المعيشية اليومية و إلى الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 16 و 64. أن كنت تحصل على معونة الـ DLA حالياً، فلن تنقل الى معونة الإستقلال الشخصي (PIP) تلقائياً وإنما عليك تقديم معاملة جديدة.



بدأت مؤخرًا الإصلاحات والتغييرات على نظام الضمان الإجتماعي البريطاني، إذ شرعت الحكومة البريطانية بتطبيقها بصورة تجريبية كخطة رائدة في منطقة Tameside شمال إنكلترا إضافة الى 4 بلديات في لندن وهي بلديات (Croydon و Bromley و Enfield و Haringey) ولتشمل بقية البلديات ومناطق بريطانيا الأخرى تدريجياً من شهر تشرين الأول / أكتوبر القادم.

التغييرات تشمل معظم المعونات الحالية، ليحل محلها نظام معونات جديد. وادناه ملخص لأهم التغييرات التي ستحدث.

**ضريبة البلدية (Council Tax)**  
كانت تدفع إعانة ضريبة البلدية وفق صيغة وطنية أينما كنت تعيش. ولكن منذ نيسان/ابريل 2013، أنيطت مسؤولية إعانة الضريبة بالسلطات المحلية (البلدية) مباشرة. والكثير من البلديات ستخفض المعونة أي أن المواطن الذي كان يحصل على معونة تغطي كل مقدار الضريبة ستقع عليه تغطية نسبة من دخله الشخصي، ويستثنى القرار المتقاعد من هذا الخصر في المعونة.

- منفعة العمل الضريبية (Working Tax Credit).
- منفعة الطفل الضريبية (Child Tax Credit).
- وإذا كنت تستلم أي من المعونات المذكورة، فستنتقل الى نظام الإعانة الشاملة (UC) بحلول عام 2017.
- معونة الإعاقة (DLA) ستستبدل معونة الإعاقة (DLA-)

- الإعانة الشاملة (Universal Credit – UC)**  
الإعانة الشاملة (UC) تدفع كمعونة واحدة لكل شخص في سن العمل، ولتحل محل معظم المعونات الحالية ومنها:
- معونة الباحث عن عمل بدل (JSA).
  - معونة غير القادرين عن العمل (ESA).
  - معونة الدخل (Income Support).
  - معونة السكن (Housing Benefit).

## لماذا ندعم مشروع الطفل العراقي؟

يحتفل العراق في الاول من حزيران (يونيو) من كل عام بيوم الطفل، ويمر هذه اليوم كغيره من الايام، إذ لم يتغير من اوضاع الطفولة العراقية شيئاً. فيوما بعد يوم تزداد معاناتهم، وتستمر الحياة البائسة لملايين منهم، إذ كشفت احصائيات الامم المتحدة والدراسات العراقية الصادرة من وزارة العمل والشؤون الاجتماعية عن حالة الاطفال وجود أكثر من مليون وربع المليون طفل يتيم، ويعاني الآلاف من الاصابات والامراض المزمنة والوفيات المبكرة، ويزداد تسربهم من المدارس وتشغيلهم في اعمال خطيرة وبأجور منخفضة، رغم معرفة الجميع، ان هذا الامر يشكل خطراً على المصلحة الوطنية وهدراً واضح في طاقات المستقبل، وخرقاً واضحاً للمواثيق الدولية في حماية الاطفال جراء ما يتعرضون له من مخاطر تنعكس على وضعهم النفسي والسلوكي والعقلي أيضاً.

ان تبني المنتدى العراقي لمشروع دعم الطفل العراقي وايجاد المنافذ لدعمه وايصال التبرعات المختلفة الى مشاريع انسانية في داخل الوطن، يأتي من حرصه على دعم الطفولة في العراق، وهو يأمل ان تتسع رقعة المساهمين في رفق هذا المشروع كجزء من واجبنا لما يلاقه اطفالنا من معاناة سببها الرئيسي ضعف اهتمام السلطات المسؤولة بهذه الشريحة الواسعة التي تقدر اليوم بأكثر من 15 مليون طفل.

اننا كأحد ممثلي الجالية العراقية لا يمكن ان نقف مكتوفي الايدي ونحن نرى هذا المشهد المأسوي لاجيال المستقبل وهي تزرع بين سندان الاهمال ومطرقة الحالة الاجتماعية الصعبة التي يعيشونها.

اننا نتوجه الى جاليتنا العزيزة للقيام بالمبادرات لدعم صندوق طفل العراق، ووضع المسألة نصب اعينهم في التحرك في الوسط البريطاني، مثلما قامت احدى الناشطات النسوية في استغلال ماراثون الدراجات لجمع التبرعات لأطفال العراق.

انها مهمة الجميع، فلا يمكن ان نسكت على سرقة الطفولة من اطفالنا فهم ورود المستقبل وبناته القادمين.

## «إسلام فوبيا» تلاحق الجالية العربية في بريطانيا



تصاعد حملات اليمين المتطرف ضد المهاجرين المولدين بعد مقتل الجندي البريطاني في منطقة ووليتش جنوب لندن على ايدي اثنين من المتطرفين الاسلاميين. إذ اخذ انصار رابطة الدفاع الانجليزية، بعد حادث اغتيال الجندي يرددون شعارات عنصرية واضحة، غير أن الشرطة تحركت بسرعة لفض هذا التجمهر والتحذير من مخاطره. ورافق ذلك هجوم على مؤسسات اسلامية ومساجد، واخذت القوى الفاشية تواصل التحريض من خلال مواقع الاتصال الاجتماعي ضد المهاجرين من اجل طردهم، وكانت منظمات عنصرية مثل تلك التي يتزعمها نيك جريفين زعيم الحزب القومي البريطاني (الفاشي) وجهت العداوة للمسلمين على اساس عنصري مما ادى الى قيام الشرطة بالقبض على جريفين وتقديمه للمحاكمة بشأن التحريض العنصري الذي يقوم به.

وعلى صعيد اخر فإن القوى المتطرفة الاسلامية في اعمالها الاجرامية تعطي الفرصة لليمين المتطرف للتحريض ضد ابناء الجالية العربية والاسلامية، رغم انهم قلة قليلة ولا يمثلون الاكثية الواسعة من الجالية العربية والمسلمة المندمجة في المجتمع البريطاني، ولهم في التعددية والديمقراطية في هذا البلاد ضمان لمصالحهم ومستقبل اولادهم.

ان موجة العنف ضد ابناء الجالية العربية والعراقية غير مبررة، وتحتمل السلطات البريطانية مسؤولية حمايتهم كما فعلت الحكومة العمالية السابقة اثر حادث



نوال كريم الورد.. وداعاً

غادرتنا بعد معاناة طويلة من مرض عضال السيدة نوال صادق عبدالكريم الورد، زوجة الدكتور قاسم الخفاف، وذلك يوم الثلاثاء 14 أيار 2013 في بغداد. عرفت الراحلة بأنها ناشطة في المنتدى العراقي ونادي كبار السن، وفي المجال النسوي. أن المنتدى العراقي في بريطانيا يتقدم باحر التعازي لزوجها وأهلها وأصدقائها متمنيا لهم الصبر والسلوان، والذكر الطيب للفيدة.

## رابطة الاكاديميين العراقيين في المملكة المتحدة عشرون عاما في الدفاع عن حرية الفكر



تمر هذه الايام الذكرى العشرين لميلاد رابطة الاكاديميين العراقيين في المملكة المتحدة التي تأسست بمبادرة و جهود نخبة من الاكاديميين العراقيين العاملين والموجودين في بريطانيا و جمة من الاكاديميين والاختصاصيين العراقيين الذين هاجروا من العراق نتيجة الظروف الصعبة التي مر بها العراق . وكان أول مؤتمرها في 3 تموز 1994 في جامعة لندن واستمرت مؤتمراتها بانتظام ، كان اخرها مؤتمرها الخامس عشر الذي عقد في تموز 2012 .

ومعروف ان الرابطة كما يقول الاستاذ عبدالله توفيق سكرتير الهيئة الادارية (مؤسسة علمية ، مهنية ، طوعية مستقلة غير سياسية لا تسعى لتحقيق الربح . رسالتها تشجيع حرية الفكر والدفاع عن حقوق اعضائها ومساندة الأكاديميين في كل مكان).

وعضوية الرابطة مفتوحة لكافة الاكاديميين العراقيين في المملكة المتحدة وللأكاديميين الداعمين لتحقيق اهدافها وعلى وجه المساواة بدون اي تمييز على اساس المعتقد او الجنس او الدين او العرق . وهناك شروط لتعيين نوع العضوية موضحة في النظام الداخلي . وتملك الرابطة جمة واسعة من الاعضاء والاصدقاء والمؤازرين بمختلف الاختصاصات .

وعن فعاليات الرابطة يقول عضو الهيئة الادارية الاستاذ عبد الاله توفيق « قامت الرابطة بنشاطات عديدة في السنوات الاخيرة منها:

● المشاركة الفعالة في اقامة المؤتمر الاول للطلبة العراقيين في الدراسات الهندسية العليا الذي انعقد في جامعة لندن للفترة 1-2 شباط 2011.

● سمينار لدراسة ومناقشة التوجهات الجديدة في الاقتصاد العراقي قدمها كل من الدكتور كمال البصري والدكتور عباس الفياض في جامعة لندن 12 تشرين الثاني 2011.

● سمينار حول «مستقبل العراق بعد رحيل الامريكان» ، شارك فيها كل من البروفسور شارلس تريب والدكتور سلم علي والدكتور ابراهيم بحر العلوم (وزير النفط السابق) في جامعة لندن في 16 آذار 2012 ، بالتعاون مع المعهد البريطاني لدراسة العراق.

● تكريم العمري الدكتور محمد مكية في 10 شباط 2012 على قاعة الخليلي في كلية الدراسات الشرقية والافريقية (سوس).

● احتفالية بمناسبة الذكرى المئوية لميلاد العالم العراقي الجليل عبد الجبار عبدالله في 26 شباط 2012 في جامعة لندن.

وشهدت الدورة الحالية العديد من النشاطات منها:

## اجتماعيات

### تمنيات:

○ تمنياتنا بالصحة الدائمة والعافية لعضو الهيئة الادارية للمنتدى الدكتور صباح جمال الدين إثر الوعكة الصحية التي ألمت به في الفترة الأخيرة.

○ تمنياتنا بالصحة والعافية الدائمة للسيدة ألس جرجيس نعمان (أم لقاء) إثر عملية جراحية.

○ تشكر عائلة السيد صالح الأسدي جميع الاخوة والأخوات الذين قاموا بالزيارة أو الاتصال، إثر إجراء عملية جراحية كبرى تكلفت بالنجاح ويتقدم المنتدى بأطيب التمنيات بالصحة والعافية.

○ تمنياتنا بالسلامة والتعافي للفنان فلاح هاشم إثر عملية جراحية في العين.

○ تمنياتنا بالصحة للسيدة (أم مخلص) زوجة الشاعر الراحل عزيز السماوي.

### وتنهائي:

○ أحر التبريكات والتنهائي للشابة زلفاء الخفاجي والسيد توم كوك، بمناسبة زواجهم يوم السبت 11 أيار 2013.

○ تهنئة الى الدكتورة عبير محمد عثمان في اول وظيفة لها في جامعة هونولولو - جزيرة هاواي في الولايات المتحدة الأمريكية، وهي اصلة على درجة الدكتوراه في الجيولوجي من جامعة ايردين في اسكتلندا.

○ أحلى التهانني من الهيئة الادارية للمنتدى العراقي وموظفيه للفنان النحات المبدع علي الموسوي والعزيزة سعاد العتاي لزوجها فألف مبروك مع تمنياتنا لهما بالسعادة والفرح الدائم.

○ التهانني الحارة للسيدة عبير الطائي وزوجها السيد إسماعيل موسى بولادة طفلها البكر «سامي» نتمنى له الحياة الهانئة في أحضان والديه.

○ أصدق التهانني الى زينة عبدالرحمن واليكس سبنسر بمناسبة زفافهم، والف مبروك .

○ تهانينا ليسار معن كدوم لحصوله على شهادة الماجستير في (Biology and Control of Disease Vectors) من جامعة لندن ، متمنين له المزيد من النجاحات الأكاديمية .

### وتعازي:

● تعازينا الحارة بوفاة الشخصية الاجتماعية المعروفة الدكتور الاستشاري زكار أمين في لندن إثر نوبة قلبية في 15 نيسان 2013، للفقيد الذكر الطيب ولعائلته صادق مواساتنا.

● تعازينا للدكتور زهير والدكتور بشار والسيد نوار شامل النهر بوفاة والدتهم المرحومة سلمى الجمالي التي توفيت في لندن في آذار الماضي، للفقيدة الرحمة ولذويها خالص التعازي والمواساة.

● تعازينا بوفاة المهندس الشاب عماد مكي في آذار الماضي بعد صراع مرير مع المرض، للفقيد الرحمة ولذويه الصبر والمواساة.

● تعازينا الصادقة للسيدات والسادة عواطف وعالية وعفاف وعامر وعلي وعادل الشيباني ، بوفاة والدتهم في العراق، عسى أن تكون خاتمة الأحزان.

## محمد سعيد الصكار ثمانية عقود من العطاء



بمناسبة بلوغ الفنان الراحل محمد سعيد الصكار عقده الثامن، تتوجه (المنتدى) بأحر التهاني والامنيات لهذا المبدع الكبير في مجال التشكيل والخط والادب، متمنية له الصحة والمزيد من العطاء . ومعروف أن الصكار كان دائم الصلة مع ابناء الجالية العراقية وخصوصا في لندن، التي كرمته بمناسبة عامه السبعون . ولد عام 1934 في بلدة المقدادية، شرقي بغداد، ويقوم في فرنسا منذ 1978 ويعمل بها مديراً لمنشورات الصكار، ومتفرغاً لعمله الفني في

مرسمه. مارس العمل الصحفي تحريراً وتصميماً وخطاً منذ 1955، كما أسس وأدار أربعة مكاتب للإعلان في البصرة وبغداد وباريس.

شارك في العديد من الندوات الشعرية والمؤتمرات الأدبية والفنية في العراق وخارجه.

نشر الكثير من المقالات في النقد الأدبي والمسرحي والسينمائي. قدم استشارات خطية وزخرفية لعدد من المؤسسات والمكاتب المعمارية في بلدان مختلفة.

دواوينه الشعرية: أمطار 1962 - برتقالة في سؤرة الماء 1968 - الأعمال الشعرية ، مجموعة شعرية باللغة الفرنسية 1995.

مؤلفاته: الخط العربي للناشئة - أيام عبدالحق البغدادي .

حصل على جائزة وزارة الإعلام العراقية لتصميم أحسن غلاف 1972، وجائزة دار التراث المعماري لتصميم جداريات بوابة مكة 1988، وترجمت بعض قصائده إلى الإنجليزية والفرنسية والألمانية والدانمركية والبغارية.

## نادي رابطة المرأة العراقية - بريطانيا نشاطات متميزة



تعمل رابطة المرأة العراقية في بريطانيا وبدعم من منظمة (دالكارنو) الخيرية الصحية على استمرار فعاليات النادي الشهري للنساء على مدار عام ونصف، كل آخر جمعة من كل شهر. وقدم النادي العديد من نشاطات وفعاليات متميزة لنساء الجالية. ومن هذه الفعاليات:

التمارين الرياضية واليوغا وتمارين تنشيط وتقوية الذاكرة. النصائح والأرشادات الصحية وكيفية اختيار الغذاء الصحي المتوازن. التعليمات او القوانين الجديدة المتعلقة باستقرارنا في هذا... الخ. تقديم دروس ومحاضرات مختصرة عن مواضيع مختلفة تهتم النساء مثلا النقش على الحرير وصناعة وتزيين الكيك وغيرها. استضافة عدد من الشخصيات النسوية للتحدث عن مواضيع طبية وأدبية وأخرى.

اقامة أسواق خيرية تتضمن التبرعات العينية من الأخوات لبيعها ودعم الرابطة على أرض الوطن. كما اقام النادي عدة رحلات الى مناطق مختلفة وبحضور جيد وبإقبال

## تعزية الى سلام صالح حسين

يتقدم زملاء وأصدقاء السيد سلام صالح حسين بتعازيهم الحارة لوفاة شقيقته سهير صالح حسين التي فارقت الحياة بعد صراع مع مرض عضال وتركت طفلين، الى سلام وعائلة الفقيدة والديها الصبر والسلوان. عن الأعضاء السابقين في جمعية الطلبة العراقيين في المملكة المتحدة



## المقهى الثقافي العراقي في لندن .. نشاطات متواصلة مع زبائنه

شهدت الفترة الاخيرة نشاطات مختلفة ومتنوعة للمقهى الثقافي في لندن ومنها امسية للشاعر فاضل السلطاني الذي قرأ عددا من قصائده ومنها:

ألوان السيدة المتغير  
زرقاء كنت تحت ذراعي  
وكان الثلج الأزرق يمتطر  
زرقاء أنت  
كان السماء قبعتك  
وكان الليل الأزرق يمتطر  
نحن في المنتصف الآن  
أنسرغ أم نعوذ؟  
العشب الناهض  
يرقب أن ندخله

كما احتفى زبائن المقهى الثقافي العراقي في لندن يوم 24 شباط 2013 بالفكر والباحث العراقي الدكتور فالح عبد الجبار الذي قدم محاضرة ممتعة عن النصوص الأدبية في رأس المال ووظيفتها العرفية والجالية عند كارل ماركس شاعر الديالكتيك.

وفي الذكرى لميلاده احتفى المقهى بالشاعرة دلالة جويد في امسية (الميموزا) حيث ألقى العديد من قصائدها المتنوعة،

أنا ربة بلا مؤمنين ولا أتباع... ربة تعدد أبناءها بالدموع... وتبتسم للشياطين الذين يتراقصون مطلقين الشتائم نحوها... أنا ربة بالكثير الكثير من الاخطاء... لم تتبيني السعادة ولم أتبعها... أحمل أناي على كتفي وأتناسى دائماً أن أأنا في احشائي سيكون جنينا ميتاً أنتكبح الحزن عليه لسنوات طويلة... ربة أنا من ألم... ورافقت الأمسية عزف على العود قدمتها الشابة ليلى الطائي حيث قدمت مقطوعات مختلفة من ملحنين الكبار روجي الخماس ومنير بشير والسنباطي وغيرهم.



## اهمية الطعام غير المطبوخ



غالباً ما يُكتب على علب الطعام الموجودة في الأسواق قائمة بمحتويات العلب من مواد غذائية مع مقدار الطاقة في كل مادة. لكن يبدو أن الرقم يختلف في حالتي الطعام النيء أو المطبوخ. ففي تجربة أجريت على الفئران، وجد أن الفئران التي أعطيت طعاماً مطبوخاً، كانت أكثر وزناً من الفئران التي أعطيت طعاماً نيئاً.

الطعام النيء الجسم على حرق كمية أكبر من السعرات الحرارية. في حين بينت دراسة أخرى، أن هضم سندويش مكون من الخبز الأسمر مع الجبنة الصفراء يحتاج لحوالي 60 سعرة حرارية، أكثر من هضم سندويش مكون من الخبز الأبيض والجبنة الطرية، أي أن تغييراً بسيطاً في طريقة اختيار الطعام مثل استخدام الخبز الأسمر أو الطعام النيء يمكن أن تلعب دوراً كبيراً في الحفاظ على الوزن، وذلك عن طريق إجبار الجسم على صرف الطاقة لهضمه.

ويصرف الجسم كمية من الطاقة على عملية هضم الطعام كالتالي: الطاقة اللازمة للمضغ ونتاج العصارات الهاضمة وحركة الأمعاء. ولا تؤخذ هذه الكمية من الطاقة بالحسبان عند حساب عدد السعرات الحرارية، التي تحتويها أي مادة غذائية. ويحتاج الطعام النيء لطاقة هضم تزيد عن الطاقة اللازمة لهضم الطعام المطبوخ. تراوحت هذه الزيادة بين 10% و 40% في التجربة التي أجريت على الفئران. بكلمة أخرى، يحرض

## معلومات من اجل صحتك...

- من مميزات المشي صباحاً على معدة فارغة، انه يحرق جميع الدهون التي لا تزال عالقة من وجبة العشاء وينشط الدورة الدموية بشكل كبير، و المشي بعد الأكل مباشرة يسبب سوء الهضم والتي تؤدي إلى انتفاخ البطن (الغازات) والحموضة.

- الأحماض الدهنية الموجودة بالسمك تعزز مستوى ذكاء الإنسان، لأن 70% من عقله مكون من الدهون وبالتالي فإنه يحتاج إليها باستمرار.

- الشعور بالعطش هو آخر خط دفاع للجسم ضد الجفاف. لذا احتفظ ببقارورة ماء معك دائماً لشرب الماء.

- فوائد عصير الأناناس يسهل هضم الطعام ويمنع انقباض المعدة يمنع تراكم الدهون داخل الأوعية الدموية يمنع تسوس الأسنان لإحتوائه على مادة الفلورايد

- فوائد الإستحمام بالماء البارد:

- 1- يقوي المناعة.
- 2- مفيد لجلدة الرأس.
- 3- مقوي لشعر الرأس.

من مضادات الشيخوخة: المسكرات، الماء، الأسماك، الشوكولاته، الشاي الأخضر، السبانخ



- المايجي سواء الابيض او الأصفر مركبات كيميائية ونكهات صناعية غير صحية وعند استخدامها باعتدال لا تضر، أما الإكثار منها فهو الذي يضر بالصحة.

- يجب أن لا نخدعنا الدعايات والاكاذيب : لا يوجد مادة او جهاز يحرق الدهون ، حرق الدهون لا يتم الا بالرياضة والحمية والغذاء المحتوي على خضار وفواكه،

- (الكوفي ميت) تجميع لمساحيق كيميائية ومستخلص حليب وبعضها غير صحي وينصح باستخدام الحليب الطازج لتبييض القهوة.

- الألبان قليلة الدسم تفقد فيتامين (د) لأنه مرتبط بالدسم وعند نزع الدسم يقل فيتامين د بشدة، لذا ينبغي التعويض بأغذية أخرى او اقراص.

- المعجنات المقلية ( الدونات او اللقيمات وأي عجين مقلي ) ترفع مركبات AGE & RAGE المسببة لمرض السكر بنسبة 400% فأحدو المقلبات لأنها تزيدها الإصابة بمرض السكر.

- لئلا تكون ضحية تسويق تجاري بحت، الملح ضروري وهو صحي، لو نقص ضرر، نرجو أن يفهم الجميع أن الأملاح ضرورية لقوة الجسم ومناعته وكهربائية القلب.

الأمر التي تزجج الشخص المكتئب، والمستشار النفسي يمكنه المساعدة على الوصول إلى فهم أعمق لمشاعر وأفكار وسلوك المريض.

مثل الانفونزا، قد تتسبب كلها في الشعور بالاكتئاب، وكذلك التعاطي المتكرر لبعض المخدرات التي تتعاطى للشعور بالبهجة تقود إلى الاكتئاب.

### العلاج النفسي عن طريق الحوار

العلاج النفسي عن طريق الحوار هو علاج يساعدك على إيجاد طرق للتغلب على المشاكل التي تعاني منها. طريقة العلاج النفسي عن طريق الحوار تتبع طريقة أعمق من الاستشارة النفسية (Counselling): قد تشجع على النظر بإيمان إلى ماضيك، خصوصاً طفولتك وعلاقاتك مع الأشخاص الذين كان لهم تأثير بارز في حياتك.

### علاج السلوك العقلي

علاج السلوك العقلي هو علاج عن طريق الحوار يساعدك على إدراك المشاكل والتغلب على الصعوبات العاطفية. المعالج يُمكنك من إيجاد صلات بين أفكارك وكيف تؤثر أفكارك فيك وفي سلوكك. علاج السلوك العقلي يساعدك على تطوير مهارات عملية تتمكنك من استكشاف ماذا يكمن في جذر شعورك وسلوكك. علاج السلوك العقلي يمارسه عادة أطباء نفسانيون لذا فإن تحويلك من طبيبك العام أمر ضروري عادة.

### العقاقير

مضادات الاكتئاب هي أكثر طرق العلاج الطبي انتشاراً. إنها تؤثر في مواد كيميائية في الدماغ بحيث يحسن مزاجك، إنها لا تعالج الاكتئاب، لكنها بلا شك تخفف من الأعراض لتتمكن من القيام بشيء ما للتعامل مع الاكتئاب بنفسك، ومضادات الاكتئاب لا تنجح مع كل شخص وتسبب أعراض جانبية غير مرغوبة. عادة ما يستغرق الأمر بين أسبوعين إلى أربعة قبل أن يأخذ الدواء مفعوله، وبعض مضادات الاكتئاب قد تكون خطيرة عند استعمالها مع عقاقير أخرى، وقد تعاني من آثار انسحاب العقار عندما تتوقف عن تعاطيها.

### الإيحاء في المستشفى

الإكتئاب الحاد يحتاج إلى علاج قسم الأمراض العقلية بالمستشفى ليتمكن الطبيب المعالج أن يراقب أثر أنواع العلاج المختلفة و توفير بيئة آمنة وداعمة .

### ما هي طرق العلاج المتوافرة؟

هناك نطاق واسع من العلاجات المتوافرة. على سبيل المثال العلاج الذي يتم عن طريق الحوار مثل الاستشارة النفسية (Counselling). الذين يعانون من الاكتئاب بإمكانهم الاختيار بين مزيج من العلاجات منها العقارات المضادة للاكتئاب كخيار أول أو مزيجاً من العلاج الذي يتم عن طريق الحوار ومضادات الاكتئاب.

### الاستشارة النفسية

الاستشارة النفسية تتضمن الحوار مع شخص مدرب على الاستماع وهذا يسمح للتعبير عن المشاعر من أجل البدء في إيجاد حلول. الحديث والاستماع من قبل شخص ما يظهر التفهم والقبول قد يعين على اكتشاف



## الاكتئاب وطرق علاجه

هبوط الروح المعنوية معظم الوقت. عدم الرضا عن النفس وفقدان الثقة بالنفس أفكار سلبية الشعور بالعجز والخواء واليأس لومة النفس والشعور بالذنب تجاه الأمور بدون ضرورة صعوبة التركيز وإتخاذ القرارات سرعة الانفعال بشكل غير اعتيادي وفقدان الصبر الإستيقاظ المبكر وصعوبات في النوم الأكل أكثر من المعتاد وإزدیاد الوزن أو عدم الأكل جيداً ونقص الوزن عدم التمتع بالأنشطة المبهجة عادة نقص في الرغبة الجنسية إستهلاك التبغ أو الكحول أو المخدرات الأخرى أكثر من المعتاد التفكير بإيذاء النفس أو الانتحار ضعف في النشاط والطاقة الإنزعال واليأس والتشاؤم

### أسباب الاكتئاب

ليس هناك سبب واحد للاكتئاب، ويختلف الوضع من شخص إلى آخر. ففي كثير من الأحيان الاكتئاب يتسبب بأحداث الحياة، خصوصاً في المرحلة الأولى منه. ما يحدث في مرحلة الطفولة قد يكون له أثر بالغ والأحداث المتساوية مثل الاعتداء وفاة أحد الأقارب أو الأصدقاء قد تسبب الاكتئاب، وكذلك. إنه ليس فقط التجربة السيئة هي التي تسبب الاكتئاب ولكن كيف نتعامل معها. التجارب السيئة تكون أكثر مساهمة في إحداث الاكتئاب إذا كانت الأحاسيس تجاه التجربة مكتومة ولم يعبر عنها.

من الممكن كذلك أن يرتبط الاكتئاب بأسباب جسدية، مثل سوء التغذية أو فقدان اللياقة البدنية أو الأمراض

الاكتئاب هو مصطلح طبي يشمل نطاقاً واسعاً من الاضطرابات النفسية، في أخف حالاته يتسبب في مزاج هابط لا يمنحك من السير في حياتك الطبيعية، لكنه يصعب عليك القيام بالأمور ويجعلها تبدو أقل قدرة. في أعنف حالاته فإنه قد يهدد حياتك و يدفعك إلى التفكير في عدم الرغبة في الحياة.

### القلق

الذين يعانون من الاكتئاب كثيراً ما يعانون من القلق كذلك. إنك تصبح قلقاً عندما تشعر بالخوف، سواء كان القلق حقيقياً أو متخيلاً. والقلق قد يظهر في أعراض جسدية مثل الصداع وآلام العضلات والتعرق والدوار. شخص ما يعاني من القلق قد يمتلئ عقله بأفكار مزدهمة ومتكررة، مما قد يجعل من الصعب عليه أن يركز أو يسترخي أو ينام. على المدى الطويل فإن القلق قد يورث الإرهاق الجسدي وضعفاً عاماً في الصحة.

### الاضطراب العاطفي الموسمي

هذا النوع من الاكتئاب يُعتقد أن مصدره نقص ضوء النهار في شهور الشتاء، مما يجعل بعض الناس أكثر عرضة للاكتئاب.

### اكتئاب ما بعد الولادة

بعض الأمهات يعانين من الاكتئاب بعد ولادة أولادهن. يعتقد أن مصدر ذلك هو التغير الكبير في مستويات الهرمون.

### الاكتئاب المصاحب للهوس

هذا يتسبب في جعل الناس يعانون من نوبات من الاكتئاب والهوس. الهوس هو حالة من التهيج الشديد وعدم التحكم في السلوك.

### أعراض الاكتئاب

الاكتئاب يؤثر بطرق مختلفة، وقد يتسبب في طيف واسع من الأعراض التي قد تكون عاطفية أو جسدية، ومنها:

## د. عبد الحسين صالح الطائي:

## الجالية العراقية تميزت في حضورها في بريطانيا



بمناسبة صدور كتابه (التعددية في المجتمع البريطاني مع دراسة ميدانية خاصة بالجالية العراقية في لندن) عن دار الحكمة في لندن، التقت (المنتدى) مع الدكتور عبد الحسين صالح الطائي وكان معه هذا الحوار:

**لماذا اخترت هذا الموضوع المتشعب، التعددية في بريطانيا والدراسة الميدانية للجالية العراقية فيها؟**

في الحقيقة هو موضوع الساعة، فقد شهدت العقود الأخيرة الكثير من الأحاديث عن المفاهيم العصرية الحديثة، أبرزها الديمقراطية، التعددية، قيم حقوق الإنسان، حرية التعبير، الحقوق الطبيعية المتعلقة بالتعليم والصحة والعمل وغيرها. وبما أن فكرة التعددية قد أضحت من أكثر المواضيع تداولاً في عالمنا المعاصر، وك مفهوم واسع الانتشار، يحمل إيجابيات إيجابية في أذهان الناس خاصة في مجال نقد مبدأ الأحادية والمناداة بقبول الآخر المختلف. والتعددية في مفهومها الشامل مفهوم ليبرالي يرتبط بالحياة السياسية وأصبح جزءاً لا يتجزأ من النظرية الليبرالية الديمقراطية المتبعة في بريطانيا بشكلها المعاصر. فإن هذه الأمور وغيرها دفعتنا إلى تناول موضوع التعددية من خلال البعد الفلسفي والتحليل التاريخي لكي نطلع على الأحداث والواقف التي تشير إلى أن مفهوم التعددية قد تطور فكرياً وممارسة.

والحكومة البريطانية قد تبنت فكرة التواصل والحوار بين الثقافات المتعددة انطلاقاً من حقيقة الواقع الثقافي المتنوع وإيماناً بأن هذا التنوع يسهم في إثراء الحياة الثقافية. وحقيقة إن تجربة التعددية الثقافية في بريطانيا قد مثلت طيفاً متداخلاً بين السياسي والاجتماعي والديني إلى درجة فريدة تميزت بها عن بعض دول العالم التي تتبنى مبدأ التعددية في سياساتها العامة. لقد تبنت الحكومات البريطانية المتعاقبة سياسة احتواء الجاليات المتنوعة بهدف خلق تنوع ثقافي وحضاري يسهم في تحقيق السلم الاجتماعي والتعايش بين مكونات المجتمع. وقامت بتشجيع عملية الاندماج من خلال مساعيها المتعددة بهدف الوصول بأفراد الجاليات إلى درجة متقدمة من التفاهم بين مكونات المجتمع.

وقد لعبت الثقافة والسياسة الدور الفاعل في توسيع آفاق التعددية، والسير بخطى متطورة وثابتة انطلاقاً من الوعي، وإيماناً بالتحدي في مواجهة المعوقات. لذا فإن البحث قد ركز على الجوانب الإبداعية من الإسهامات الإيجابية للجاليات، ومساهمات السياسة البريطانية في خلق حالة من التوازن للفوق الاجتماعية والسياسية في المجتمع لغرض المحافظة على هذا التنوع الذي يعتبر مشجعاً للحرية والعدالة الاجتماعية. وإشاعة هذه السياسة ببرامج الأحزاب التي تتنافس فيما بينها في تقديم الأفضل وصولاً إلى تعزيز الاستقرار السياسي وبناء مرتكزات السلم الاجتماعي بالاستناد إلى مبادئ التعددية بأشكالها المتنوعة.

وباعتبار الجالية العراقية جزءاً من تركيبة التعددية في بريطانيا، ولها حضورها المتميز في أكثر المجالات، خصصنا الباب الثاني من البحث للدراسة الميدانية، لكي نستطيع من خلالها أن نطل على واقع الجالية، ونفهم دورها الحيوي بالمجتمع البريطاني. وحاولنا توضيح الجذور التاريخية للجالية العراقية في بريطانيا. ومساهماتها بالمشاركة في تطوير الفعاليات

الثقافية المشتركة مع السلطات المحلية البريطانية، وتحقيق بعض برامج الاندماج الاجتماعي. وتمتكن من رصد الكثير من الحالات الايجابية والسلبية التي يعيشها أفراد الجالية، وتم توظيفها في تحليل البيانات المهمة التي حصلنا عليها من الدراسة الميدانية.

**ماهي اهم الاستنتاجات التي خرجت بها لتحسين وضع الجالية العراقية وارتباطها بالوطن؟**

توصلت الدراسة بشكل عام إلى بعض النتائج التي نعتقد بأنها مهمة في حياة الجالية منها:

تشير معظم النسب إلى أن الجالية العراقية دورها ايجابي في التعامل والانفتاح على الآخر.

إن الجالية العراقية تعتبر من الجاليات التي ترتفع فيها نسبة المتعلمين والمثقفين وأصحاب المؤهلات والمواهب، ويمتاز أفرادها بالمهارات العلمية والثقافية، وإن أبناء الجالية من الجيل الثاني والثالث قد شقوا طريقهم في أكثر المجالات العلمية بالمؤسسات التعليمية البريطانية التي من الممكن أن تقدم خدمات جليلة إلى الوطن في حالة استثمارها بشكل ايجابي.

إن أغلبية العراقيين المقيمين في بريطانيا يختلف توجهاتهم الثقافية ليسوا ضد العلمانية، لأنهم يدركون جيداً بأنهم مستفيدين من تطبيقات وتوجهات العلمانية السياسية في المجتمع البريطاني. فقد أشارت مجموعة من الباحثين، بنسبة عالية بلغت (43%) بأنهم مع قيم العلمانية السائدة في المجتمع البريطاني. ومما يدعم هذا التوجه النسبة العالية (45%) التي اختارت الحقل (إلى حد ما) الذي يشير بشكل ايجابي إلى قبول القيم العلمانية ولكن يحتفظ من بعض توجهاتها. إن هذا الأمر يؤكد إمكانية الاستفادة من التجربة البريطانية كنموذج مميز في مجال تطبيقات التعددية الثقافية في العراق. وهذه النسب تشير بشكل واضح إلى الرأي الإيجابي المتداول بين أفراد الجالية العراقية بأنه هناك إمكانية كبيرة للاستفادة من التجربة البريطانية.

إن مصادر الدعم المادي التي تمنحها المؤسسات الرسمية البريطانية معرضة لمزيد من القطع والتقليص مع تصاعد الأزمات المالية المحلية والدولية. مما يتطلب من مؤسسات الجالية العراقية المتعددة أن تبحث عن مصادر بديلة ذات إيرادات منتظمة ودائمة لكي تتمكن من مواصلة عملها المكرس لخدمة الجالية.

ضرورة إقامة الخيمة العراقية التي تضم تحتها أكثر المؤسسات والراكز والجمعيات العراقية المتفرقة، والعمل على توحيد جهودها في المجالات المشتركة لكي تتمكن من تحدي العراقيل وتجاوز الإشكالات. والعمل على إيجاد قنوات تقرب العراقيين من بعضهم، وتعالج الخلافات القائمة بحيث يفتح كل طرف على الأطراف الأخرى على ضوء القواسم المشتركة، وصولاً إلى تشكيل مجلس عام للجالية، لا يتعارض مع تشكيلة كل مجموعة، ليمثلها أمام الجهات البريطانية أو غيرها.

تشمل الجهات والمؤسسات العراقية في بريطانيا مهمة المحافظة على ثقافة التراث العراقي بكل أشكاله الفنية والأدبية، وتوصيله بالطرق المناسبة إلى الأجيال الجديدة. وتفعيل دور المؤسسات الدينية والثقافية والاجتماعية في التأكيد على مشروعية العيش المشترك، والتركيز على فهم القيم الدينية، والتوعية بأخطار التطرف والتصدي للأفكار المتطرفة.

**وقدمنا بعض التوصيات موجهة إلى المؤسسات الرسمية والشعبية في العراق بضرورة:**

تكثيف الإعلام الوطني العراقي الموجه إلى المهاجرين العراقيين، والعمل على توفير نقاط الجذب في الوطن الأم من تحسين الخدمات، وتوفير فرص الاستثمار، وتشجيع السياحة



المؤسسات العراقية اهمها: المنتدى العراقي في بريطانيا، جمعية رعاية العراقيين، رابطة الأكاديميين العراقيين في المملكة المتحدة، جمعية الكندي للمهندسين العراقيين، رابطة الفنانين العراقيين، رابطة الكتاب والصحفيين العراقيين، وأقيمت مراكز ثقافية لاحتضان أفراد الجالية مثل (كاسري الكوفة)، مركز كربلاء، المركز الثقافي الكردي، المركز الثقافي الأشوري، مؤسسة الحوار الإنساني، المركز الثقافي العراقي. وهناك الكثير من المساجد والحسينيات والمراكز الثقافية الدينية. إن الهدف الأساس من تشكيل المنتديات والمراكز الثقافية والمراكز الدينية العراقية هو احتضان أبناء الجالية، وتسهيل أمورهم أمام الجهات البريطانية، والعمل على إيجاد السبل لربطهم بوطنهم الأصلي وتعليمهم التراث الثقافي العراقي الذي لا يتعارض مع عملية اندماجهم بالمجتمع. وبدأ التفكير الفعلي لهذه المؤسسات باتخاذ الخطوات اللازمة لتعزيز دور الجالية، وتفعيل عملية الاندماج والتكامل للجالية من خلال توجيه:

التكامل الداخلي: يراعى بالتكامل الداخلي تعزيز الشواحي بين أفراد الجالية والروابط، والتنسيق بين القطاعات المؤلفة للجالية، لغرض الوصول إلى صيغة تسهم في تجاوز الخلافات وتطوير توجهات الجالية مع الحفاظ على المبادئ والقيم.

التكامل الخارجي: يراعى به الانفتاح على المجتمع البريطاني والثقافات الأخرى، والاستفادة من برامج الاندماج الاجتماعي. ما هو تصور وعن مدى اندماج أفراد الجالية العراقية بالمجتمع البريطاني، ومدى انفتاحهم على الثقافة البريطانية والثقافات الأخرى المتعايشة في المجتمع البريطاني؟

إن البعض من أفراد الجالية العراقية الذين وصلوا في السنين الأخيرة، لم يتمكنوا من الاندماج بالمجتمع البريطاني، لأنهم لا يشعرون بأنهم جزء من هذا المجتمع الكبير. فقد ساهمت كثير من الأمور في عرقلة عملية الاندماج، أبرزها التفجرات الثقافية وصعوبة اللغة. فقد أوضحت الدراسة الميدانية هذه الأمور. ومما يزيد من حدة العراقيل، إن أفراد المجتمع البريطاني مكتفون بثقافتهم ولغتهم، وهذا يترتب عليه أن تكون المبادرة من الطرف العراقي، بأن يتجاوز حواجز اللغة، أي أن يتعلم ويتقن اللغة الرسمية، لكي يتمكن من تجاوز التفجرات الثقافية والتعرف على الكثير من مزايا المجتمع، وبذلك يتمكن من التآلف ومسايرة أمور الحياة العامة. ومسألة الفشل أو النجاح في عملية الاندماج في إطار المجتمع الجديد تعتمد بالدرجة الأولى على مدى تفاعل المهاجر العراقي وورغبته في الاستقرار، وهنا يمكن القول بأن الذين لديهم ضعف في الإرادة الذاتية، يجدون صعوبة في تجاوز إشكالية اللغة.

وتأتي بعد ذلك الفوارق الدينية لما لها من تأثير مباشر على شريحة واسعة من مجتمع الجالية، لأنها تحد من تحركهم في مجال النشاطات الاجتماعية وغيرها، لأن الاختلاف في العقائد كثيراً ما يكون عائقاً في عملية التواصل الاجتماعي بين أفراد المجموعات الثقافية المتباينة. وتوجد شريحة اجتماعية تؤمن بأن عدم معرفة برامج الاندماج الاجتماعي يؤدي إلى عرقلة عملية الاندماج في المجتمع، لأن برامج الاندماج الاجتماعي لها دوراً مهماً في تشجيع المهاجر وتوعيته بضرورة مسايرة عملية الاندماج بالمجتمع، وتمكنه من تجاوز الصعوبات، وإيجاد منافذ للتواصل الاجتماعي. ولكن على العموم يمكن القول بأن أبناء الجالية العراقية جالية ايجابية في مجال التفاعل مع الثقافة البريطانية والثقافات الأخرى المتعايشة في إطار المجتمع البريطاني، مقارنة مع الجاليات الأخرى، لأنها جالية أكثر أفرادها من المتعلمين وأصحاب الكفاءات.

**هل تعتقد بأنه هناك امكانية للاستفادة من التجربة البريطانية كنموذج مميز في مجال تطبيقات التعددية الثقافية في العراق؟**

نعم تعتبر التجربة البريطانية في مجال تطبيقات التعددية الثقافية تجربة ناجحة ومميزة عن باقي الدول الأخرى. وإن أكثر المهاجرين الذين يأتون إلى بريطانيا، بمختلف الدوافع يحبون هذا البلد بتسامحه، وديمقراطيته البرلمانية، وتجرته المميزة. وأفراد عينة البحث هم ممن يعيشون في هذا المجتمع، وينتفعون من إيجابياته، وبعضهم تأثر بطبيعة النظام الليبرالي، وأخذ يدعو إلى تبني الفكر الليبرالي، لإعتقادهم بأنه العلاج المناسب لتجاوز السلبيات المترتبة في أنظمة المجتمعات العربية والإسلامية. والبعض الآخر ينظر إليه النظرة الإيجابية لأنه يركز على أهمية الفرد، وضرورة تحريره من كل أنواع السيطرة والاستبداد السياسي والاجتماعي، ومنهم من يرى بأن النظام الليبرالي يعتبر الأنسب للمجتمع العراقي. إن هذه النظرة العامة عكستها الدراسة الميدانية بشكل واضح من خلال النسب الكبيرة التي تؤكد على إمكانية الاستفادة من التجربة البريطانية.

## حفل موسيقي خيري

عزف منفرد على آلة العود

موسيقى وغناء كردي

## لدعم مشروع طفل العراق للمنتدى العراقي

الأحد 30 حزيران 2012

7:00 – 9:00 مساءً

سعر التذكرة £10

على

قاعة كنيسة ريفكورت

(قرب البناية السابقة للمنتدى في همسميث)

Rivercourt Methodist Church  
King Street – Hammersmith – London W6 9JT

اقرب محطة أنفاق: Ravenscourt Park أو Hammersmith  
الباصات: 266, 27, 190, 267, 290, 391, H91, 72, 220, 9, 295, 11, 10

## سفرة المنتدى السنوية

ينظم المنتدى العراقي سفريته السنوية

الى شواطئ مدينة (إيستبورن) الساحلية

Eastbourne

يوم الأحد 25 آب 2013

التجمع أمام البناية السابقة للمنتدى في همسميث  
241 King Street, London W6 9LP

أسعار التذاكر

للكبار	£15.00
للعوائل 2 كبار و 2 صغار	£50.00
للعوائل 3 أشخاص كبار	£42.00
للعوائل 4 أشخاص كبار	£55.00

لمزيد من المعلومات يرجى الاتصال على التلفون 020 7023 2650

## بلقيس حميد حسن

## بنت سوق الشيوخ التي كتب شعرها في اعلى مباني لاهاي

عبد جعفر

الشاعرة بلقيس حميد حسن ، كانت ضيفة المنتدى العراقي في بريطانيا، وذلك في الامسية التي اقامها لها يوم 17-5 على كنسية ريفر كورت في همرست غرب لندن. وفي تقديمه بدأ الاعلامي والشاعر فلاح هاشم في قراءة قصيدة لبلقيس (لا اهل ولا وطن)

أشد موتي على خصري فيصحبني  
عشقُ ترنج مذبوحةً من الألم  
سئمتُ عيشاً بلا أهل ولا وطنٍ  
كأنني فكرة جاءت من العدم

...  
هلاً أنهيته قلقك ياروح؟  
فقلق العاشق يربك توازن الكون..

...  
كل المصاييح أطفأت إلا مصباحي  
لا يريد الانطفاء  
كيف لي أن اغصبه على الموت غصبا؟

...  
أصومك  
يتحول العطش حجراً في القلب  
كيف أحد من هواجس العشق لأنام؟

...  
السنين أعادت ترتيب خطها  
البندول لم يعد كالسابق  
حركته تختل  
فما أقسى النهاية..

...  
يقيناً باناً  
نعود الى الأرض بعد غياب  
ولكن  
قبوراً ووحشة..

...  
يا نديمي  
عطش بي  
غير أن الكأس عطشي  
لشفاه  
لم تذوق طعم الشفاه

...  
بفراغ لم يلامس الحب  
بحب لم يلامس الماء  
بماء لم يلامس الصحارى  
بصحار لم تلامس الأخضر  
بأخضر كقلبك  
وجدت نفسي أهيم...

واكد ان الشاعرة بلقيس ولدت في سوق الشيوخ من عائلة تكتب الشعر، ان كان والدها شاعراً وشجع اولاده على كتابة الشعر والاهتمام في المطالعة ، وتتميز قصائدها بالجرأة التي عكست تجربة حياتية مهمة، اكسب شعرها الايقاع الحقيقي النابض، فقصاصها تقول اشياء كثيرة. والشاعرة هي واحدة من جيل الشاعرات العراقيات اللواتي دخلن المشهد الشعري من فضاء الحرية، فشعرها صرخة



على القراءة وكتابة الشعر منذ نعومة اظافرها، واشتركت في مسابقات عديدة وحصلت فيها على جوائز كثيرة . وتحديث عن مدينتها (سوق الشيوخ) التي امتازت بمكتبتها العامة انذاك، ووعي الناس العالي فيها واهتمامهم بالثقافة والشعر. وبعدها قرأت عددا من قصائدها منها قصيدة (أسأل من؟) التي كتبها عام 2009 بعد عودتها الى الوطن بعد رحلة غياب ثلاثين عاما :

هل أسأل عراقي الدنيا  
لم سقطت وردات ربيعي  
وبلا دهشة  
وانفرط الرمان؟  
هل أسأل عراقي الدنيا  
لم أعناق نخيلي تلوى

احتجاج، ويتملك جرأته في القول. و اشار الى صدور مجموعات الشعرية لها، وهي (اغتراب الطائر) عام 1996 و(مخاض مريم) عام 1997، و(اجمل المخلوقات رجل) عام 2012 ولها ديوان آخر قيد الطبع ورواية تعكف على كتابتها اضافة الى كتاب حول المرأة اوضاعها وحقوقها. واكد انها لم تأسر نفسها داخل النزيف الشعري بل اردفته بنشاط في مجال حقوق الانسان من خلال تنظيمات عديدة، وكانت مساهمة في تأسيس المنظمة العراقية للدفاع عن حقوق لانسان وترأسها حتى عام 2007. وحظيت بتكريمات عديدة في هولندا، اذا اختيرت كواحدة من الشاعرات اللواتي يكافحن من اجل الحرية والتوق لعالم خال من الاضطهاد والحروب والظلم. بل والرغبة في توضيح العلاقة الملتبسة بين المرأة والرجل . وكانت هذه المواضيع عنوان كتابها الذي اصدرته كتابا منظمة العفو الدولية بعنوان (افضل للحب ان لا يسمى) باللغة الهولندية ، لتكون بين خمس شاعرات عربيات تميزن بهذا المنحى وهن (نازك الملائكة وفدوى طوقان وسعاد الصباح وظهرية خميس). و اشار ان بعض اشعارها اختيرت ضمن عشرة شعراء لتخط على اعلى مباني في لاهاي في هولندا حيث تقيم.

ثم تحدثت الشاعرة عن تجربتها مشيرة الى انها نشأت في بيت شعري ، يسمع فيه الشعر كل يوم وتجري فيه المناقشات الأدبية والمباريات الشعرية أيضا، ومنذ الصغر تعلمت عروض الشعر وأوزانه، وشجعها والدها كثيرا

وعناقيد البلح تُهان؟  
هل أسأل عراقي الدنيا  
عن سور حديقتي اللّماع  
وثرء كان يُبعثر تحت الأقدام  
والمتعة بالأمس تُداس  
وتراق عطوري؟  
.....  
هل أسأل  
أم أغرق في النسيان؟  
وقرأت الشاعرة ومضات شعرية من ديوانها الاخير (اجمل المخلوقات رجل) ومنها  
حينما تذبج الورود،  
ويدهم بيت شاعر بحثا عن السلاح،  
وحينما تختفي تسريحات الشعر من الشوارع،  
فالطوفان قادم لا محال حينما تذبج الورود،  
وفي ومضة اخرى انشدت بلقيس  
تقبّلني في الهواء  
فتلسعني شفتاي ويئدى فمي  
كأنني رشفت رُضابك عبر الفراغ..  
وفي ختام هذه الامسية الجميلة اثرت العديد من الأسئلة، أخذت الشاعرة الى الماضي واعوام الطفولة وتذكر المفارقات الجميلة والحكايات التي تولد القصيدة لدى الشاعرة، سواء جاء بها شيطان الشعر وأن لم يأت، على حد تعبير الشاعرة في اجابتها على احد اسئلة الجمهور.

## فعايات قادمة:

- ندوة حول التعددية في المجتمع البريطاني والجالية العراقية يوم الجمعة 14 حزيران 2013.
- حفل شبابي (Disco) يوم السبت 29 حزيران 2013.
- حفل موسيقي خيري يوم الأحد 30 حزيران 2013.
- الاجتماع النصف السنوي يوم الحد 11 آب 2013.
- سفرة عائلية الى إيستبورن يوم الأحد 25 آب 2013.

## تكريم الناشطة البريطانية فران هزلتن



أقام المنتدى العراقي مساء يوم الأحد 3 آذار 2013 على قاعة كنيسة ريفر كورت في همر سميث ، حفلا تكريميا للناشطة البريطانية السيدة فران هزلتن ، تعبيراً عن الاعتراز بدورها المتميز في الدفاع عن حقوق الإنسان في العراق في الثمانينات والتسعينات من القرن الماضي ، في اطار «الحملة ضد القمع ومن اجل الحقوق الديمقراطية في العراق - كاردي» ، وتقديراً لنشاطها المتواصل للتعريف بحضارة وادي الرافدين، عبر فعاليات جمعية « انهدوانا » الثقافية (The Enheduanna Society) ، نسبة الى أول شاعرة في التاريخ كانت أمها سومرية وأبوها الملك سرجون الأكدي، حضره جمهور كبير من أبناء الجالية العراقية حيث قدمت فيها كلمات الاطراء من الكثير ممن واكبها في تلك الفترة وقدمت لها الهدايا وباقات الورد عرفانا وتقديرا لجهودها.

**DFS Worldwide**  
Daily Freight & International Shipping



**The leading provider of Door to Port transportation service to Iraq**

Competitive prices with delivery time of 3 to 5 working days

\* Commercial cargo such as Medicines, Industrial spare parts, Hi-tech.

\* Personal effect and Excess baggage

\* Collection throughout UK

\* Packing and Storage

شركة الشحن دي.أف.أس. العالمية المحدودة

خدمات شحن جوي يومي وشحن بري وبحري الى  
جميع أنحاء العراق بأسعار تنافسية، مع تأمين التسليم  
في فترة من 3 - 5 أيام

د.أف.أس. واحدة من شركات الشحن الرائدة، خصوصاً الى العراق  
ومن أية بلدة في المملكة المتحدة

- نقل الحقائق والأمتعة الفائضة
- بضائع تجارية وقطع غيار صناعية
- أدوية وغيرها

**Erbil / Baghdad / Suleymaniah / Basra / Najaf**

الشحن الجوي الى مطارات: بغداد / أربيل / البصرة / السليمانية / النجف



**Erbil / Suleymaniah**

الشحن البري مباشرة الى: أربيل و السليمانية ودهوك



**Umm Qasr**

الشحن البحري: ميناء أم قصر



**DFS Worldwide Ltd**

**Tel: 020 8867 0904**

**Fax: +44 (0) 20 88 4 1345**

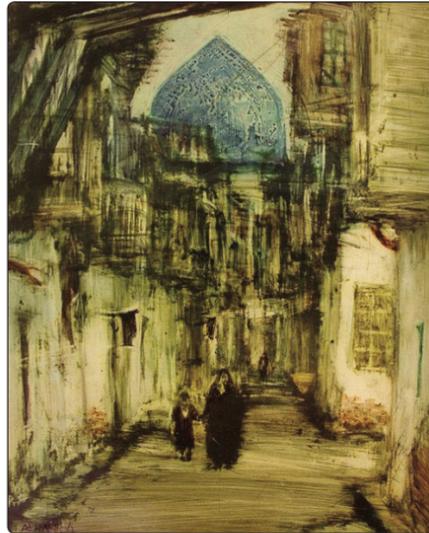
**uksales@dfsworldwide.com**



## فنانو آل لعبي يلونون الكويت بهجة الحياة العراقية وطقوسها



الاول، تعلمنا منه الولوج بالرسم، ويذكر ان هذا المعرض المتميز كتبت عنه الصحافة الكويتية ونقلته قائلته اكثر من محطة فضائية التي عكس تجارب انسانية مختلفة.



الموسيقى، أما الأم ففلاحة أمية لكنها بسبب شظف العيش كانت تصنع لأطفالها العابا شعبية من الطين وتلونها فتثير خيالنا. أخي علي الذي يكبرني كان عاشقا للرسم وهو معلمنا

في باريس. اما الفنانة عفيفة فقد حصلت على الدبلوم العالي في الفنون التشكيلية في بغداد عام 1974 وحصلت على درجة الماجستير في الفن الجداري من معهد الفنون الجميلة (سوريكوف) في موسكو عام 1981. اما الفنان عبد الله فقد تخرج من أكاديمية الفنون الجميلة في روما عام 1975، وكانت أعماله ذات احجام صغيرة نسبياً مرسومة، بمادة الزيت وبتكنيك آثار دهشة الزوار ببساطته وقوته وعمقه، وهي أعمال مكرسة للام العراقية التي عانت ما عانت ولمشاهد الأذقة والشوارع البصرية الحميمة، وكذلك للمراقب المقدسة والجوامع وحركة الناس في داخلها. والشباب آذار فهو حاصل عام 2007 على شهادة البكالوريوس في الفنون التشكيلية قسم النحت من الأكاديمية الملكية للفنون الجميلة في مدينة أنتفيرب - بلجيكا، عام 2008 على شهادة الماجستير من الأكاديمية الملكية للفنون الجميلة في مدينة أنتفيرب - بلجيكا. وله معارض شخصية ومشاركة ومشاريع فنية وحاصل على العديد من الجوائز. وقد تمحورت أعماله التعبيرية حول معاناة الإنسان، من خلال حركة الجسد، والتي تذكرنا بمنحوتات مايكل أنجيلو غير المكتملة عن العبيد. ويعقب الفنان فيصل على احتراف جميع أفراد أسرته للفن التشكيلي، قائلاً: الوالد كان عاشقا لأغنيات عبد الوهاب وأم كلثوم، وكان يمتلك صوتا شجيا تعرفنا من خلاله على

أقيم في ضاحية السالمية في دولة الكويت الشقيق، معرض تشكيلي عائلي فريد من نوعه على قاعة بوشهري للفن التشكيلي الواقعة في شارع بغداد، وذلك من 8 نسيان إلى 6 أيار الماضي، اشترك فيه من آل لعبي ثلاثة وهم: الفنانون فيصل لعبي، عبد الله لعبي وعفيفة لعبي مع ابنها الفنان آذار جبرعلوان. وضم المعرض حوالي أربعين لوحة ونحت وتخطيط، أذ قدمت عفيفة فيه لوحات من الحجم المتوسط والكبير، منها: (الناسي، والشجرة، وقرية من الستارة، وموديل، والمرأة صاحبة القبة، والرسالة السرية، والبعد، والنهر) وساهم فيصل في لوحات من الحجم الصغير وهي (اكليريك على كانفس) ومنها (شاي العصر، وبائع الفاكهة، والبغدادي، والمقهى، وبائع الرقي، بائعة الشاي، الحلاق المتجول، فتاة آشورية أما الفنان عبد الإله فقد قدم أعمالاً ذات نكهة بصرية متميزة ومنها (امرأة جنوبية، وعند الجامع الكبير، بائعة الخضروات وجوه معبرة لنساء عراقيات وغيرها)، واشترك آذار في ثلاثة أعمال نحتية وست تخطيطات بالحبر على الورق مع أربع صور فوتوغرافية لأعماله النحتية على الرخام. ومعروف ان عائلة آل لعبي مشهورة في ارتباطها بالفن، فالأخ الكبير فيصل خريج أكاديمية الفنون الجميلة في بغداد، واكمل دراسته في 1981 في مدرسة الفنون الجميلة في باريس كما حصل على دبلوم الدراسات المعقدة من جامعة السوربون

## أحمد مختار في المسرح الملكي



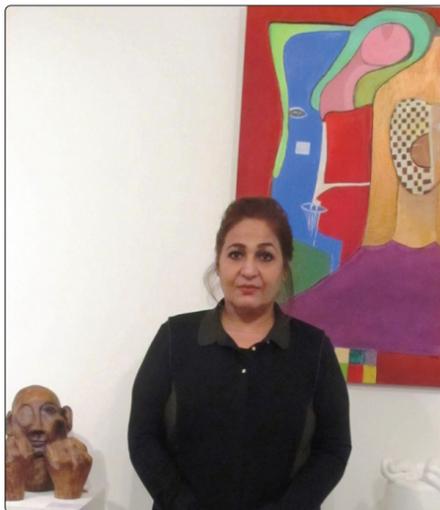
قدم مؤخراً عازف العود العراقي أحمد مختار أمسية موسيقية أقيمت على المسرح الملكي في سلون سكوير في العاصمة البريطانية ضمن احتفالية اشترك فيها العديد من المسرحيين والفنانين البريطانيين وحضرها عمدة لندن السابق كين ليفنستون ومجموعة من مشاهير الثقافة دعماً للسلام في العراق وذلك بمناسبة مرور 10 سنوات على الحرب على العراق.

ونوع الموسيقى التي قدمت تعتمد على قلوب الموسيقى العراقية وتنبع من روح الموسيقى والمقام العراقيين لأنهما يمتلكان خصوصية تختلف عن تلك الأشكال في موسيقى الدول العربية والشرق الأوسط.

## الرسم والحرب



## سمر بدن فنانة ترسم احلامها بالطين والريشة



هل هي هاربة أم قادمة؟ وتقول الفنانة سمر بدن: «ان تسمية المعرض (احلام) لان لكل واحد حلم يعكس بقدر ما مر به من ظروف مؤلمة وحلوة، وأنا حاولت ان اجسد احلامي في هذه الاعمال واستعيدها من الذاكرة. واعمالها تعبيرية تحمل كل واحدة منها فكرة وموضوعها الخاص، وحاولت ان اجسد ذلك باستخدام ادوات مختلفة من الزيت والاصباغ المائية والكولاج بالإضافة الى استخدام الطين كمادة اساسية في العمل النحتي والسيراميك.» وتضيف (في عالم التشكيل اليوم، اجد نفسي مبتدئة، فهناك كم هائل ونوعي من المبدعين والمبدعات في هذا المجال، ولا استطيع ان اقرن نفسي بأحد، ولكن هذه تجربتي الاولى الشخصية ومن الممكن ان تؤسس لي مكانة خاصة في المستقبل).

خاص - المنتدى افتتح على قاعة (ناتي) في منطقة ويرن ستريت في وسط لندن يوم 3-1-13 المعرض الشخصي الاول للفنانة سمر بدن وضم 38 لوحة و12 عملاً نحتياً. ورافق المعرض الذي استمر اسبوعاً قراءات شعرية وندوة ساهم فيها كل من الشاعرة دلال جويد والفنان والكاتب خالد القشطيني. ان ما يميز هذا المعرض هو الاعمال النحتية والسيراميك في تجسيد الوجوه والتكوينات كأنها تؤكد انتماءها الى فنان الطين، فنان الحضارة السومرية والبابلية. اما اللوحات التي خلت من التسميات، تشير الى قدرة الفنانة في خلق التكوين والابداع في ايجاد العلاقات اللونية بينهما، فالوجه الانساني يمكن ان يكون شجرة بعيونه الخضراء او صرخة صامتة بالفم الاحمر القاني المطبق، و ظلال المرأة في الالوان القاتمة تبعث على التساؤل

افتتح مؤخراً، معرض الفنان ساطع هاشم - في خضم الصراع / انعكاسات الحرب الدائمة في العراق - الذي اقامته مؤسسة التبادل الفني الحديث التي منحتها جائزتها السنوية لسنة 2012.

ضم المعرض خمسة وثلاثين عملاً، من لوحات، وتخطيطات واعمال فن الديجتال، ولاول مرة اعمال في (واقعية الكم) منمذة بالطبع على الحبر. استوحى جميع اعمال المعرض مضامينها من المأساة الدائمة في العراق، والحروب المتواصلة بعد عشرة سنوات على انهيار النظام القديم، وقد توزعت على ستة عناوين: السجن السياسي - مقابر جماعية - ارامل - انتحاريون - الصراع بين الموت والحياة، مكونات حروب العراق من خلال واقعية الكم حيث رسمت عناصر الدمار مثل اليورانيوم والتاليوم والنيوترون وغيرها.

وقد جاء في مقدمة مؤسسة التبادل الفني للمعرض:

يعرض ساطع هاشم رسوماً ولوحات ومطبوعات تضم انماطاً واقعية ورمزية ومجردة، حيث تتواصل ممارسته بتعاطف كبير مع أولئك الذين وجدوا أنفسهم وسط هذا الصراع الدائم. الاختيار الجمالي لاعمال ساطع تصف التجربة الحياتية من خلال الصراع حيث اشكال قاسية، مشوشة، فضفاضة، في هذا المعرض مجموعات كهذه مرتبة ومنسقة على خلفية البشاعة والفضاعة للطبيعة المسلحة لهذه الأوضاع.

اعمال ساطع المعروضة مجتمعة، تعكس قساوة موضوع الحرب، موضوعياً وتجزئة تلقائية في وقت واحد.

وقدم الدكتور أرن انكرام -الاستاذ في جامعة لندن - محاضرة في يوم الافتتاح عن الفن والحرب والعراق، تناول فيها اعمال الفنان ساطع هاشم كنموذج، حيث يعكف الدكتور انكرام حالياً على تأليف كتاب مكرس للفن العراقي في هذا الموضوع



## معرض الملاذ الاحتفالي «ماض مغاير، مستقبل مشترك»

في غاليري W3

للفترة 6 - 23 حزيران 2013

المعرض مرتبط بفعاليات اسبوع اللاجئ (17 - 23 حزيران)

غاليري W3 و(اكتن فورم) بالاشتراك مع غاليري (ارك) يقيمون معرض الملاذ الاحتفالي، لمجموعة من الفنانين الذين يعبرون باعمالهم عن تجاربهم في المنفى، ويهدف الى التواصل من خلال التعبير الفني، ومواجهة الافكار الخطأ وزيادة وعي الجمهور بما يخص حقيقة المنفى الاجباري.

(185, High Street, Acton, London, W3 9DJ)

يفتح المعرض يوم الخميس 6 حزيران ما بين الساعة 7 - 9 مساءً للفنانين والضيوف والجمهور وسيكون هناك عزف للموسيقى. ويتخلل المعرض فعاليات اخرى من مثل فعالية نهاية المعرض، وذلك يوم الاحد 23 حزيران، ما بين 3-6 مساءً، مع فرصة للضيوف للقاء الفنانين الذين سيتحدثون عن دلالات اعمالهم، ورايهم باوضاع اللاجئ في غرب لندن واهمية المعرض بالنسبة لهم.

## منظمات المجتمع المدني والاهتمام المطلوب

ولا بد لنا ونحن نتحدث عن مشاكل منظمات المجتمع المدني من أن نشير إلى نقطة مهمة، وهي غياب المظلة أو المرجعية التي يجب أن تنضوي تحتها المنظمات العراقية أو العربية على المستوى المحلي أو الإقليمي حيث نشهد عدم وجود نقابة أو اتحاد أو جمعية تعمل المنظمات من خلالها على التعاون والتشاور وتنظيم العمل وتبادل الخبرات والتجارب لضمان النجاح والتطور في العمل، كما نرى بان العمل الجماعي يساعد على الإبداع والابتكار والتطور لخدمة المجتمع من خلال الإفادة من خبرات الآخرين.

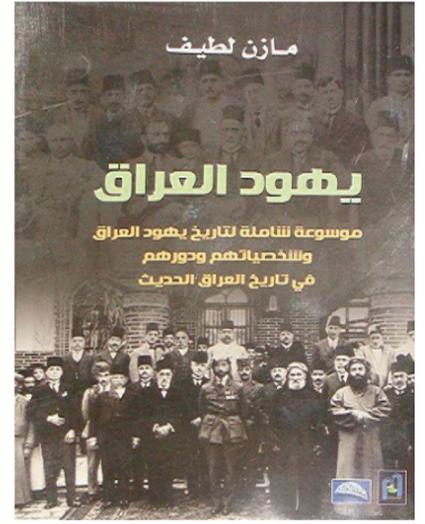
إن منظمات المجتمع المدني إذا ما تهيأت لها البيئة المناسبة فإنها يمكن أن تلعب دوراً مهماً في عملية البناء الثقافي للمجتمع فضلاً عن دورها في إعادة اللحمة الوطنية والاجتماعية والمساهمة في إنجاح المشروع الديمقراطي في البلاد، لذلك علينا توفير البيئة القانونية والتشريعية المناسبة وتطوير الكوادر العاملة فيها من خلال إقامة الدورات والندوات والورش التدريبية والتوعوية إضافة إلى توفير الدعم المطلوب لتغطية نشاطاتها، بالمقابل على المنظمات أن تعمل على إصلاح وتطوير آلياتها الديمقراطية وتطوير نظامها الداخلي ليكون أكثر ديمقراطية وشفافية للتخلص من هيمنة بعض القيادات لتتمكن من تحقيق الأهداف التي جاءت من أجلها.

والتخلص من مفاهيم الدكتاتورية والتفرد بالسلطة وباتجاه تنمية اقتصادية واجتماعية وثقافية. ومن أهم المشاكل التي تواجهها منظمات المجتمع المدني ضعف اهتمام الدولة بهذه المنظمات وعدم اكتراثها بالنشاطات والأعمال التي تقوم بها، إضافة إلى ضعف الدور الإعلامي في دعمها، فقلما نجد صفحات وبرامج تخصص للنشاطات المجتمعية المدني في ظل حاجة المنظمات الماسة للترويج عن مفاهيمها وتنوير الرأي العام بأهمية دورها في ترسيخ المفاهيم الديمقراطية علاوة على دورها في تقييم ومراقبة الأداء الحكومي، لا سيما أن التجربة حديثة وبحاجة إلى جهد إعلامي كبير.

ومن خلال متابعة الأحداث نجد أن من أخطر المعوقات التي واجهت منظمات المجتمع المدني التهديدات الأمنية التي يواجهها أعضاء المنظمات خلال السنوات الأخيرة حيث ساهمت الفتاوى التكفيرية في الحد من نشاطاتها خاصة في المناطق التي تتواجد فيها الأفكار الإرهابية المعادية للديمقراطية والتي شوهت صورة المنظمات الأهلية والإنسانية لإبعادها عن أداء دورها في المجتمع، ومن هنا يأتي دور الإعلام وكل أركان المجتمع الأخرى في تصحيح هذه الصورة وتوعية المجتمع بأهمية دور هذه المنظمات في مساعدة المجتمع ونشر الثقافة والقيم والأخلاق والفضيلة إضافة إلى القيم الديمقراطية والإنسانية.

### جاسم محمد السلطاني

لم يكن العراق ساحة مناسبة لعمل منظمات المجتمع المدني الحقيقية قبل 2003 بالرغم من وجود بعض أطرها وأشكالها متمثلة بنقابات وجمعيات شكلية أوجدها النظام الشمولي للترويج لأفكاره وخدمة مصالحه وتوجهاته السياسية التي حكم العراق من خلالها بمركية وتفرد في السلطة ولذلك فشلت هذه المنظمات في دعم السلطة ولم تتمكن من مساعدتها على الوقوف بوجه الانهيار الكامل الذي تعرض له النظام ومؤسساته في 2003، وذلك لأنها لم تكن حقيقية ولا تمتلك أي عمق مجتمعي ولا ترتكز على دعائم سليمة. وبعد سقوط النظام انطلقت منظمات المجتمع المدني بقوة في الساحة العراقية لنشهد انتقالاً من أقصى المركزية إلى أقصى الحرية ما ساهم في بداية غير صحيحة ولا ترتكز على خبرات كافية، إضافة إلى غياب ثقافة المجتمع المدني الذي ساهم في ولادة غير متكاملة (مشوهة) تسببت في وجود معوقات ومشاكل ما زالت منظمات المجتمع المدني تعانيها حتى اليوم، ونجد أن المشهد العراقي بحاجة ماسة للوقوف على هذه المعوقات ووضع الحلول المناسبة لها لتتمكن من إقامة مجتمع مدني حقيقي يمكن أن يساعد العراق في تجاوز مرحلة التحول الديمقراطي باتجاه تطبيق المفاهيم الجديدة



### «يهود العراق – موسوعة شاملة لتاريخ العراق وشخصياتهم ودورهم في تاريخ العراق الحديث»

تحت هذا العنوان صدر كتاب للصحفي مازن لطيف عن دار ميزوبوتاميا للنشر في بغداد.

الكتاب علي 278 صفحة من الحجم الكبير، إذ جمع الكاتب أكثر من تسعة وأربعون مقالة ولثلاثين كاتب وكاتبة قد كتبوا بمواضيع مختلفة في شأن الطائفة اليهودية العراقية، ويعتبر الكاتب والباحث مازن لطيف من المتابعين والمهتمين بتاريخ الطائفة اليهودية ومأساة تهجيرهم من العراق عام 1950 بقرار صادر من قبل الحكومة الملكية رقم (1) لسنة 1950 الذي بموجبه أسقطت الجنسية العراقية عن اليهود العراقيين، وقد استخدمت المضايقات والقمع لهم والسلب لأموالهم الذي تعرضوا له، ثم صدور قانون رقم (5) لسنة 1950 بموجبه جمدت وحُجزت أموال اليهود العراقيين.

كتب مازن في مقدمة كتابه: «كنت وما زال اتابع بشغف وبإلهة كل ما يذاع ويكتب عن يهود العراق في الكتب والصحف والمجلات والمواقع الإلكترونية، وفي نفسي رغبة ملحة للتعرف على تاريخهم وتقاليدهم وعاداتهم وطقوسهم وقد نشأت هذه الرغبة لدي منذ أن كان عمري 6 سنوات حينما كانت جدتي تحكي لي الحكايات عن يهود العراق وكيف تم تسفيرهم وكيف تركوا اللوعة والاسى في قلوب من جاورهم واحبهم واحبوه صادقين، ومكثت ابحت و انقصب عن اخبارهم كثيرا خلال عقود طويلة من التحريض ضدهم والدعاية المضادة لهم».

الاصعب فيمن التصف بك من الصديقات الحيات لك ولا داعي لذكرهن فهن كثر وهن يُبكين الحسرة عليك وعلى اخلاقك الرفيعة الراقية وهذا هو المهم في هذه العلاقة والصدائة بين الجميع.. فكننت تشاربين على الحضور هنا للنادي وتشاركين في كل ما هو عراقي.. هذا النادي الجميل الذي جمعنا تحت سقفه على المحبة والتفاهم والانسجام.. وتعرفنا على بعضها البعض من الزميلات والزملاء.. فهذا من كربلاء او النجف والاخرى من كركوك وهذا من الناصرية والاخرى من بغداد.. الخ.

هذا الموانئك الجميل بكل ألوانه واطيافه ليخلق التسبيح الاجتماعي المتناسق وانت يا نوال واحدة من هؤلاء.. حيث المذاهب المختلفة والاديان المتعددة والقوميات المتشعبة وكثاً ولا نزال نلتفح ونتشوق لمعرفة اي شي من القرية او المدينة او المنطقة التي يسكنها اي واحد منا لتعرف المزيد والمزيد عن ابناء جلدتنا وعن عراقنا الموحد الجميل.. ولا نستطيع إلا القول.. انت في قلوبنا يا نوال..

عن نادي كبار السن  
لندن  
أم نشوان



في الوطن الغالي.. وكنت تواظبين على الحضور في الرابطة وتمديننا بأخبارها ونشاطاتها وفعاليتها.. يارب ساعدنا على تحمل المصاب الأليم.. وخبر وفاتك لا أقول احزنني فقط ولكنه صدمني فالحزن قد اصبح قوت العراقيين

وذاهم اليوم.. ذهبت أخيراً للعراق لكي تكخلي عينيك برويتهم ورغبت ان تتنفسسي هواء العراق وان تشربي من ماء الراقدين.. لقد صارت المرض لفترة ليست بالقصيرة بكل شجاعة وقوة وكان لا بد ان تنتهي هذه المرحلة الصعبة من حياتك لكي تتراحي وتنامي يوماً ابدياً هادئاً.. فالموت قدرنا لا ينجو منه احد.. لقد تركت بصمة جميلة في حياتك ومحبيك.. فالكل يتذكرك ويتحسّر عليك ولكن ما باليد حيلة.. فنحن نعرفنا عليك لفترة قليلة.. ولكن

### رثاء للصديقة الوفية.. نوال

متى نقول للمزن وداعاً...!!!

وهكذا كتب علينا نحن العراقيين في نادي كبار السن ان نغفد الاعزاء واحداً تلو الآخر في هذه الغربة اللعينة القتالة.. وقلوبنا تهفو الى الوطن الغالي وعبوننا ترنو الى الاحبة والاهل هناك.. هذا النادي الجميل الذي جمعنا تحت سقفه على المحبة والتفاهم والانسجام وتعرفنا على بعضنا البعض من الزميلات والزملاء.. وانت واحدة منهم يا نوال.. لقد فقدنا زميلة عزيزة علينا بدمائة خلقها وطيبة قلبها وتواضعها ومساعدتها للآخرين.. فقد كنت الاخرى.. وتقديم المساعدة لمن يحتاجها.. حقاً كنت يا نوال صوت المرأة العراقية هنا في لندن.. وانتما لك رابطة المرأة العراقية خير دليل..

فكننت تواظبين على الدوام فيها وتحمل المسؤولية بكل جدارة.. وكنت تتابعين في نفس الوقت اخبار المرأة العراقية

## متحف الماني يقيم معرضاً عن الوركاء أول عاصمة في العالم



الأوضاع السياسية الحالية في العراق.. وكان المعرض قد فتح أبوابه للجمهور يوم الخميس الخامس والعشرين من إبريل/نيسان، ومن المقرر أن يستمر حتى الثامن من سبتمبر/أيلول من العام الحالي.

الألماني الأثري إن المنظمين كانوا يأملون أن يؤمنوا بعض المعارض من العراق، إلا أن الفكرة فشلت نظراً لأن تصريحات التصدير يجب أن يوافق عليها مجلس الوزراء العراقي كله. وتابعت فان إيس: «لا يعد ذلك أمراً ممكن التنفيذ في

وأضاف آيزنهاور أن الأنماط المنظمة لحياة المدينة بدأت فعلياً في الوركاء، حيث كانت المخطوطات والأشياء بين الأشياء التي عثر عليها هناك.

وتابع آيزنهاور: «تعتبر الوركاء هي المهد لأشكال النظام الاقتصادي والإداري المتقدم».

كما يضم المعرض ألواحاً طينية تبرز بعض الاتفاقيات والصفقات، مثل عملية لدفع نقود فضية مقابل الحصول على بعض الأحجار القيمة، إضافة إلى قطعة من بيان قديم صادر عن إحدى الإدارات التنفيذية في المدينة.

كما تخلد ذكرى هذه المدينة في القصيدة للمحمية المعروفة «غلاميش»، والتي كتبت على الألواح الطينية قبل ما يقرب من ألفي عام على الميلاد، وتتناول حياة ذلك الملك الأسطوري، بينما يتضمن المعرض أيضاً تمثالاً منحوتاً بجسده.

وتضم القطع المعروضة في متحف بيرغامون، الذي يحوي ضمن جنباته أيضاً بوابة عشتار الشهيرة لمدينة بابل، تضم بينها أيضاً بعض القطع من مجموعات أخرى موجودة في برلين وهايدلبرغ، إضافة إلى قطع مستعارة من المتحف البريطاني في مدينة لندن ومتحف اللوفر في مدينة باريس ومتحف أشمولين في مدينة أكسفورد.

من جانبها قالت مارغاريت فان إيس من المعهد

يقدم متحف بيرغامون في برلين لزاثيره لمحة من الحياة فيما يعتبر أول عاصمة حقيقية في العالم، وذلك في معرض جديد يتتبع تاريخ مدينة الوركاء التاريخية، الواقعة في أراضي العراق.

ويضم المعرض الذي يحمل اسم «الوركاء... المدينة الكبيرة ذات الخمسة آلاف عام» أشكالاً مختلفة من الأعمال الفنية، بما فيها الأقفنة الشيطانية المصنوعة من الطين، والتمائيل التي تجسد شخصيات الحكام، ومجموعة أخرى من تلك المجسمات والآثار التي يعود تاريخها إلى الألفية الرابعة قبل الميلاد.

ويبرز المعرض أيضاً عدداً كبيراً من الحفريات الأثرية في المدينة، والتي لعب الخبراء الألمان دوراً كبيراً في استخراجها. إلا أنه وحتى الآن، يرى المنظمون لذلك المعرض أنه لم يجر اكتشاف سوى ما يقل عن خمسة في المئة من مساحة المدينة التي تمتد في الصحراء العراقية على بعد 260 كيلومتراً جنوب العاصمة بغداد.

وقال مايكل آيزنهاور، رئيس متاحف مدينة برلين، إن المعرض يهدف لإبراز أهمية مدينة الوركاء، وهي «أول مدينة يمكن الاعتراف بها في تاريخ الإنسانية»، والتي تمتد أسوارها لما يقرب على تسعة كيلومترات ويعتقد أنه كان يقطنها ما يقرب من 40 ألف ساكن في الألفية الرابعة قبل الميلاد.

## descartes SOLICITORS مكتب ديكارت للمحاماة والاستشارات القانونية

مستوى عالي من المهنية والخبرة  
نصائح وارشادات واضحة وموثوقة مع حلول عملية  
فريق قانوني يتقن اللغات العربية والكردية والتركية والفرنسية إضافة للإنكليزية  
اسعار مناسبة  
خبرة طويلة في المجال القانوني مع قضايا العراقيين في بريطانيا والعراق.  
شركة ديكارت مرخصة ومعتمدة من قبل نقابة المحامين البريطانية ( رقم الرخصة - 571256 )

افتصاصاتنا القانونية:

- قضايا الهجرة (الجنسية واللجوء)
- تاشيرات (الدراسة أو العمل أو الإستثمار أو الزيارة)
- قانون اوروبي
- قضايا إستئناف
- قضايا جنائية
- قضايا عائلية
- قوانين العمل
- قوانين العقود والدعاوي المدنية وقضايا الديون
- قضايا خلافات اصحاب الاملاك والمستاجرین
- وكالات عامة وخاصة وقضايا تغيير الاسم وتصديق الوثائق الرسمية

152 Chiswick High Road, London W4 1PR  
Tel: 0208 995 3556  
Email: shwan@descartessolicitors.co.uk  
www.descartessolicitors.co.uk

## مدرس خصوصي

للمستويات

A level & GCSE

مستعدون لتدريس مواد الرياضيات والكيمياء والفيزياء

التدريس في بيت الطالب

اتصلوا بسعد حافظ

على الرقم

07500642324

مدرس خصوصي لتدريس اللغة العربية والقرآن الكريم للمرحلة

الابتدائية، على استعداد بالتدريس في المنازل وبأسعار مناسبة.

للمراغبين الاتصال بـ ( أنيس ) على رقم النقال:

07534279724

مدرس  
لغة  
عربية

## قراؤنا الكرام

ترسل صحيفة «المندى» الى عناوين الراغبين باستلامها فقط  
وذلك بعد تسديد اشتراك سنوي قدره خمسة باوند £5  
الى IA.. ولضمان وصولها الى العنوان الصحيح نرجو منكم  
- تزويدنا بالمعلومات التالية باللغة الانكليزية:

Name: .....

DOB: .....

Address: .....

Borough: .....

Tel: .....

Email: .....

## Compukeep Ltd

Laptop, Mac & Pc repairs تصليح كافة أنواع الكمبيوتر

Business and Home user للأعمال والمستخدمين في المنازل

Laptop & computer upgrade ترقية الجهاز وتحسين الأداء

Internet installation and setting إعداد وتركيب الانترنت

Data recovery إستعادة البيانات

Virus and spyware removal إزالة الفيروسات والبرامج المضرة

Free checking at the workshop فحص مجاني في ورشة العمل

Home visits minimum charge £40.00 الحد الأدنى للزيارات المنزلية

Tel: 020 7249 1400

104 Balls Pond Road, London N1 4AG

## فعاليات قادمة:

- ندوة حول التعددية في المجتمع البريطاني والجالية العراقية يوم الجمعة 14 حزيران 2013.
- حفل شبابي (Disco) يوم السبت 29 حزيران 2013.
- حفل موسيقي خيري يوم الأحد 30 حزيران 2013.
- الاجتماع النصف السنوي يوم الحد 11 آب 2013.
- سفرة عائلية الى إيستبورن يوم الأحد 25 آب 2013.

# My name is Fiona, I live in Oxford and I am 73.



I used to be a social worker in Courts hearing Civil Proceedings. Since retiring, I have done A-Level French, Lived in France for a year and developed a passion for cycling. I am seldom happier than when cycling in France on my Brompton, which folds away and becomes 'hand luggage' on cross-channel ferries and in Eurostar. I have a passion, too, for worldwide equality. Sickened by individualistic materialism, I consider that no-one should have to live in poverty. In particular, I believe that every child has the right to a good childhood.

My next cycle ride in France, in June, will be along a low traffic route from Dieppe to Versailles: 120 miles. I would not normally undertake such a long journey by bike, but I want to try to achieve this in order to raise money for needy children. Please consider sponsoring me, in order to support two very worthwhile charities.

## (1) The Iraqi Association (Charity Number 1101109)

This Iraqi-run, non-sectarian organisation cares for some of the many children in Baghdad whose lives have been shattered as a result of the Iraq wars and more recent sectarian violence. Most of these children have lost one if not both parents and have been living on the streets, where they can easily fall prey to exploitation. Some have been physically injured and all have been traumatised. Even now, children are still being injured by the millions of cluster bomb-lets and

landmines which lie around.

The Iraqi Association provides medical treatment for child casualties. It also provides food, shelter, clothing, schooling and emotional support for those who arrive at its resource centre in the Al-Thawra district of the city.

Wherever possible, the centre's workers reunite children with surviving relatives, and give these families practical help.

## (2) The Bhopal Medical Appeal (Charity Number 1117526)

Many people will remember that, in December 1984, a cloud of gas leaked from a factory in Bhopal, India. This gas immediately killed thousands of people and created decades of suffering for survivors and their children. More than 100,000 people are chronically sick, and because the water which people have to use is polluted by toxic waste left at the factory, second and third generation of children are born with complex birth defects.

The Bhopal Medical Appeal funds two clinics: the Sambhavna Clinic and the Chinghari Children's Centre.

The Sambhavna Clinic has helped thousands of poisoned people with their pioneering combination of western & Ayurvedic treatments. The Chinghari Children's Centre provides physiotherapy, speech therapy, education and training in social skills, and opportunities for play. Many of them suffer from malnutrition because their parents are too ill to work. So each child is served a nutritious lunch for over 250 disabled children every day.

These are the only two clinics in Bhopal where those affected by the gas disaster and water contamination can receive free health care.

\*\*\*\*\*

As I am well into my seventies, please do not expect a Sir Bradley Wiggins type performance as I set out on my bike towards Versailles. Normally I cycle at 8mph, so as I can't realistically expect to cover more than 25 miles a day, the journey should take 5 days.

Would it be greedy to suggest that sponsors should pay 10p per mile? This would add up to 12 pounds if I complete the trip. If I don't then the mathematics involved in scaling down shouldn't be too challenging! Needless to say, whatever you give will be much appreciated, and will have a positive impact on many children.

I shall pay my own expenses. Your kind support would be greatly appreciated.

If you would like to sponsor me, please contact Iraqi Association on 0207 023 2650 or email [info@iraqiassociation.org](mailto:info@iraqiassociation.org), Or donate on <http://www.justgiving.com/Fiona-Mackey>



## The Pavilion of Iraq at the 55th International Art Exhibition

La Biennale DI Venezia in 2013 will host a group exhibition curated by Jonathan Watkins comprising works by eleven contemporary Iraqi artists resident in Iraq. Working across a wide range of media, including photography, drawing, painting, video, installation, sculpture, and textiles, they represent two generations of artists from across the country and were selected after many studio visits, other meetings and much careful thinking.

The exhibition will be held at Ca' Dandolo, a 16th century building that has not been used as a pavilion before during a Venice Biennale. It will insinuate Iraq into this first floor apartment, creating a salon atmosphere and interactive space where visitors can sit, read and learn about Iraqi culture and drink tea. For more information email: [Sophie@pelhamcommunications.com](mailto:Sophie@pelhamcommunications.com)  
Iraq Pavilion CA' Dandolo, Grand Canal, Venice.



## IRAQI ASSOCIATION (IA)

The Iraqi Association is a non-profit organisation that exists to enable Iraqis to settle and integrate in this country with rights to express their cultural identities. Our work aimed at Iraqis, by providing volunteerism, advice, public health support, counselling, training, employment guidance, information

services, and organising cultural events. It is also our mission to raise awareness about relevant events in Iraq and the integration process in this country."

### Our Aims and Methods:

We provide the following services to our clients regardless of their race, ethnic origin, language,

and gender, religious or political background.

- Face-to-face support session
- Group empowerment session
- Workshop advice session
- Training session
- Outreach work
- Client-led information

# Al-Muntada

Of the Iraqi Association

[www.iraqiasociation.org](http://www.iraqiasociation.org)

**IRAQI  
ASSOCIATION**

**New Address:**

UNIT C, NORLAND HSE,  
9 Queensdale Crescent,  
London  
W11 4TL

TEL: 0207 023 2650

FAX: 0207 513 0098

E-mail: [info@iraqiasociation.org](mailto:info@iraqiasociation.org)

Issue No. 109 June 2013

English Supplement

العدد 109 حزيران (يونيو) 2013

## Together we can deliver peace and unity

On behalf of the Iraqi community, we strongly condemn the appalling cowardly attack in Woolwich, south east London. Our members are shocked and saddened by this event. We send our deepest sympathy to the family, relatives and friends of Lee Rigby. This is an attack not just on one British citizen but an attack on all of us as a nation regardless of race, religion etc.

One Society  
Many Cultures



This is not a time for blame, but rather a time to stand together in solidarity and support. We call on the whole community to redouble their efforts to work for peace, love, understanding and hope.

We urge everyone to not let this incident lead to tensions between communities and let the criminals succeed in their objectives. It is important that we all stand together united against such criminal act and strongly condemn it.

Those who join extremist groups are clearly suffering from massive deficiencies in religious knowledge and are often politically gullible. Once again religious leaders, community representatives and ordinary believers - must speak out loud and clear in condemning what is done in their name by the extremists. It is vital to forge a genuine partnership with those in mosques and other organisations who have already shown an extraordinary unity and zeal to fight the menace of extremism.

It is unfortunate that the backlash is spreading fear among our community members, unfortunately, we have had reports of ugly incidents. The brain full of hate individuals behind such attacks wish to polarise and tear apart our society for their own sick ends. They should be isolated as criminals and subject to the full force of the law.

## Launch of BMER advice network for West London

The West London BMER Advice Network is launched to assist minority ethnic and refugee residents living or working in the six boroughs of Brent, Ealing, Hounslow, Harrow, Hillingdon and Hammersmith & Fulham.

Its major role will be to see that local BMER people can call on good quality advice services that are appropriate to their particular cultural background. There is a special emphasis on providing legal advice, developing strong partnerships between West London's BMER organisations and across the advice sector ensuring that policy makers, local authorities, the providers of statutory services and funding bodies have a clear view of the diverse communities in the six boroughs.

At a critical time for BMER communities and their support groups due to a mixture of funding cuts and loss of premises the new Advice Network will play a significant role in bringing together and strengthening the communities by sharing and disseminating advice, experience and expertise.

The Network will be launched formally on Thursday June 27th 2013 at the Centre for Armenian Information and Advice, Acton. The Centre's chief executive officer Misak Ohanian will serve as the Advice Network's first chair.

Explaining the need for the Network Misak Ohanian said:

"In the current funding and economic climate when there is so much change taking place with the benefits system, legal aid, NHS, it is imperative that BMER groups cooperate even closer and use this as an opportunity to shape the future of advice provision in West London while at the same time safeguarding the statutory rights of their communities/clients."

The founding members of the Network have extensive experience of collaboration and partnership work over many years as active members within the London Boroughs Grant Scheme Refugee Working Party (1987), West London Renewal SRB 6 Project (2000-6), Evelyn Oldfield Unit (1994), Refugee Forums (1996-),

BMER Advice Network (BAN 2006-), Advice Forums (2001-).

The founding members of the Advice Network are:

- The Centre for Armenian Information and Advice (Ealing),
- The Bosnia and Herzegovina Community Advice Centre (Brent),
- Iraqi Association (Hammersmith & Fulham),
- The East European Advice Centre (Hammersmith & Fulham),
- The Iranian Association (Hammersmith),
- Havelock Family Centre (Ealing)

Contact details:

Misak Ohanian  
West London BMER Advice Network  
C/O Hayashen  
105a Mill Hill Road  
London W3 8JF

E mail:

[westlondonbmeradvicenetwork@caia.org.uk](mailto:westlondonbmeradvicenetwork@caia.org.uk)

Tel: 0208 992 4621

We are  
looking  
for volunteers



Would you like to join  
Iraqi Association  
volunteers team? Do you want  
to make a difference? Do you  
have a few hours a week?  
Email [info@iraqiasociation.org](mailto:info@iraqiasociation.org)